



## ภาษาไทย

### หนังสือ

เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว. แบบทดสอบบุคลิกภาพ. ดัดแปลงจาก The Minnesota Multiphasic Personality Inventory ของ Starke R. Hathaway และ J. Charnley McKinley. ดัดแปลงครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ดีธรรมาสาร, 2515.

จรัส สุวรรณเวลา. "การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด". รายงานเอกสารการวิจัยเลขที่ สท.3/2521. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (ตุลาคม). 2521.

ธัญญารักษ์ โรงพยาบาล. รายงานประจำปี 2528 การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดให้โทษ. กรุงเทพมหานคร: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2528.

\_\_\_\_\_. รายงานประจำปี 2529 การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดให้โทษ. กรุงเทพมหานคร: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2529.

\_\_\_\_\_. รายงานประจำปี 2530 การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดให้โทษ. กรุงเทพมหานคร: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2520.

ประคอง วรรณสูตร. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. (ฉบับปรับปรุงแก้ไข) กรุงเทพมหานคร: บริษัทศูนย์หนังสือ ดร.ศรีสง่า, 2530.

ประยูร นรการพดุง. ประมวลความรู้เรื่องยาเสพติดให้โทษ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุรพาสมาคคี จำกัด, 2509.

พยอม ตันติวัฒน์. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับคุณสมบัติของสารเสพติด. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (กันยายน) 2532.

พรศิริ ชาตียนนท์ และคณะ. รายงานการศึกษาเรื่องภาวะผู้ติดยาเสพติดซ้ำ. กรุงเทพมหานคร: แผนกสังคมศาสตร์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (พฤษภาคม). 2520.

- วัชร ทรัพย์มี. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์  
ไทยวัฒนาพานิช, 2522.
- \_\_\_\_\_. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุ-  
ศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- วิจารณ์ วิชัยยะ. คู่มือทางการแพทย์เรื่องโรคประสาทและการรักษา. กรุงเทพมหานคร: สหประชา  
พานิชย์, 2522.
- วิเชียร เกตุสิงห์. สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์  
ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- \_\_\_\_\_. หลักการสร้างและวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหา-  
นคร: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2530.
- วิชัย โปษยะจินดา. "เมธาโดนกับการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย". รายงานเอกสาร  
การวิจัยเลขที่ 1 สส./2528. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.
- วิชัย โปษยะจินดา และคณะ. "การศึกษาปัญหายาเสพติดในผู้มารับการรักษาที่โรงพยาบาลรัฐญา-  
รักษ์". รายงานเอกสารการวิจัยเลขที่ สวพ.ส.2/2519. กรุงเทพมหานคร: สถาบัน-  
วิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (เมษายน-พฤษภาคม), 2519.
- วิทย์ เทียงบูรณธรรม. ฝันสู่เฮโรอีน. กรุงเทพมหานคร: แพรววิทยา, 2531.
- สมทรง กาญจนะหุด. "การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้โทษ" รายงาน และบทความ เรื่อง ปัญหา  
สิ่งเสพติดให้โทษ. กรุงเทพมหานคร: ส่งเสริมธุรกิจ, 2521.
- สมภาพ เรื่องตระกูล. คู่มือจิตเวชศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: ห.จ.ก. ภาพพิมพ์,  
2528.
- สมศรี เชื้อหิรัญ. คู่มือปฏิบัติการเบื้องต้น : การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์-  
อักษรไทย, 2519.
- สุชา จันทรอม. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2521.
- สุธีรพันธุ์ กรลักษ์ และคณะ. "การให้คำปรึกษา". จิตวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. กรุงเทพ-  
มหานคร: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, 2523.
- สุวนีย์ ดันติพัฒนานันท์. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, 2522.



สุวิทนา อารีพรรค. "โรคจิตอารมณ์". ความผิดปกติทางจิต. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

อนนต์ อนันตรังสี. หลักการแนะแนว. แผนกมัธยมศึกษา วิทยาลัยวิชาการศึกษาบางแสน, 2514.

### บทความ

ธงชัย อุ่นเอกลาภ. "ระบอบวิทยาของยาเสพติดในประเทศไทย". เอกสารวิชาการ, 2519.

ประภาเพ็ญ สุวรรณ. "ความนึกคิดเกี่ยวกับตน (Self concept) และการติดยาเสพติดให้โทษ".

วารสารสุขภาพศึกษา 2 (เมษายน-มิถุนายน, 2522): 27-31

ประยูร นรการพดุง. "ความผิดปกติในบุคลิกภาพของผู้ติดยาเสพติด". วารสารสมาคมจิตแพทย์ 12

(เมษายน 2510): 52.21-52.27

"ยาเสพติด : ความสูญเสียปีละหมื่นล้าน" วารสารเศรษฐกิจ และสังคม 14 (กันยายน-ตุลาคม,

2520): 13.

สมศรี เชื้อหิรัญ. "ความเศร้าและพฤติกรรมการพยาบาล: รายงานผู้ป่วย". พยาบาลศาสตร์ 1

(ตุลาคม-ธันวาคม), 2526: 101-108

สมภพ เรื่องตระกูล. "ความซึมเศร้า". สารศิริราช 25 ฉบับที่ 9. (กันยายน), 2516.

ธงชัย อุ่นเอกลาภ. "โครงการทดลองการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดให้โทษด้วยยาเมธาโดนระยะ

ยาว". ใน เอกสารประกอบการประชุมปฏิบัติการเล่ม 2. คณะกรรมการป้องกันและ

ปราบปรามยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร: สำนักงาน ป.ป.ส. สำนักงานยาเสพติด,

(2522): 1-4.

### เอกสารอื่น ๆ

จิน แบร์รี่. "คาร์ล อาร์ รोजерส". เอกสารประกอบการเรียนวิชาทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษา.

ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528: 4 (อัดสำเนา)

- ปราณี ภาณุมาส. "ผลของการฝึกอบรมการพัฒนาตนเอง ที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการบำบัดรักษายาเสพติด  
ชั้นนอนพิษยา". วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- พรรณวิไลย์ วิไลทอง. "การเปรียบเทียบสัณฐานคะแนน เอ็ม เอ็ม พี ไอ ระหว่างเยาวชนที่ติดและ  
ไม่ติดเฮโรอีน". วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุ-  
ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- มาลี ไชยธีระนุวัฒน์ศิริ และประสิทธิ์ ลีระพันธ์. "บุคลิกภาพและทัศนคติเกี่ยวกับการติดยาเสพติดให้  
โทษ". ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล,  
2523.
- วาสนา แฉล้มเขตร. "ผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ส ต่อการลดปัญหาทางอารมณ์". วิทยา-  
นิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต แผนกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2525.
- สุทธิพร ปุกเกตุ. "ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มของรอเจอร์ส ต่อการลดอารมณ์เศร้าของนักเรียน  
ชั้นมัธยมปีที่ 3". วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต แผนกจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรี-  
นครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.
- โสรัจ โพรธแก้ว. "ความหมายของการปรึกษา". เอกสารประกอบการบรรยาย. ภาควิชาจิตวิทยา  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, (มีนาคม) 2529: (อัดสำเนา)
- \_\_\_\_\_. "การฟังและการสนองตอบในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา". เอกสารประกอบการบรรยาย  
เรื่องเทคนิคการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหา-  
วิทยาลัย, 2531. (อัดสำเนา)
- รัฐบุรุษ รัชชโรจน. "หลักการบำบัดรักษายาเสพติด" 2529: (อัดสำเนา)

### ภาษาต่างประเทศ

#### หนังสือ

- Beck, Aaron T. Depression: Clinical Experimental and Theoretical  
Aspects. New York: Harper & Row, 1967.



- Beck, Aaron T. "Cognition, Anxiety and Psychophysiological Disorder." In Anxiety : Current Trends in Theory and Research. Vol.2. PP.343-357. Edited by Charles D. Spielberger. New York: Academic Press, 1972.
- Burgess, Ann.W. and Lazare, Aaron. Psychiatric Nursing in the Hospital and the Community. 2nd ed. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall Inc., 1976.
- Burks, H.M. Jr. and Stefflre, B. Theories of Counseling. 3rd ed. New York: McGraw-Hill, 1979.
- Carter, Frances M. Psychosocial Nursing : Theory and Practice in Hospital and Community Mental Health. 2nd ed. New York: Macmillan Publishing, 1976.
- Collins, Mattie. Communication in Health Care : the Human Communication in the Life Cycle. 2nd ed. St.Louis: Mosby Company, 1983.
- Coopersmith, Stanley. The Antecedents of Self-Esteem. San Francisco : W.H. Freeman and Company, 1967.
- Duncan, Tommie L. Understanding and Helping the Narcotic Addict. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, 1965.
- Epstein, Seymour. "The Nature of Anxiety." In Anxiety : Current Trends in Theory and Research. Vol.2, PP.291-337 Edited by Charles D.Spielberger. New York: Academic Press, 1972.
- Erikson, Erik. H. Chilhood and Society. New York: W.W. Norton, 1963.
- Fort, John P. "Heroin Addiction Among Men." In Narcotic Addiction. Edited by John A. O' Donnell and John C. Ball. New York : Harper & Row, 1966.

- Hamrin, Shirley A. and Paulson. Blanche B. Counseling Adolescents. Chicago: Science Research Associates Inc., 1969.
- Jones, K.L., Shainberg, L.W. and Bayer, C.O. Drugs and Alcohol. New York: Harper & Row, 1969.
- Jusmin S. and Trygstad, Louise N. Behavior Concepts and the Nursing Process. Saint Louis : The C.V. Mosley Co., 1979.
- Kalkman, Marion E. and Davis, Anne J. New Dimensions in Mental Health Psychiatric Nursing. 5th ed. New York: McGraw-Hill Book Co., 1980.
- Leonard, Ullmann P. and Kasnes Leonard. A Psychological Approach to Abnormal Behavior. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall Inc., 1975.
- Levine, Samuel M. "Comprehensive Treatment and Rehabilitation". In Narcotics and Drug Abuse. Cincinnati Ohio: W.H. Anderson Company, 1973.
- Lickey, Marvin E. and Gordon B. Drug for Mental Illness. New York: Freeman and Company, 1983.
- Lipkin, Gladys B. and Cohen, Robert G. Effect Approaches to Patients' Behavior. 2nd ed. New York: Springer Publishing Company, 1980.
- McKim, William A. Drug and Behavior. Englewood Cliffs New Jersey: Prentice-Hall, 1984.
- Papas, Aris T. The Dynamics of Mood Control. Massachusetts: Learning Dynamic Inc., 1973.
- Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. 3rd ed. New York: Harper & Row, 1980.
- Priest, Robert. Anxiety and Depression : Practical Guide to Recovery. Singapore: P.G. Publishing Pte, Ltd., 1983.



- Rogers, Carl R. Client-Centered Therapy. New York: Houghton Mifflin Company, 1951.
- \_\_\_\_\_. On Becoming a Person : a Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
- Rogers, Carl R. "The Conditions of Change From A Client-Centered Viewpoint." in Berenson, B. and Carkhuff, R.R. Sources of Gain in Counseling and Psychotherapy. New York: Holt Rinehart and Winston, 1967.
- Rogers, Carl R. and Dymond, R.F. Psychotherapy and Personality Change ; Co-ordinated Research Studies in the Client-centered Approach. Edited by Carl, R. Rogers and Rosalind, F. Dymond. Chicago: University of Chicago Press, 1954.
- Rogers, Carl R. and Wallen, John L. Counseling with Returned Serviceman. New York: McGraw-Hill Book Company, 1946.
- Rush, John. Short-Term Psychotherapies for Depression. New York: The Guilford Press, 1982.
- Schultz, Duane. Growth Psychology : Model of Healthy Personality. New York: Litton Education Publishing, 1977.
- Shertzer, Bruce and Stone, Shelley C. Fundamentals of Counseling. 2nd ed. Boston: Houghton Mifflin Company, 1974.
- Swanson, Ardis A. "Depression". Introduction to Nursing Practice. ed Lillie M. Shortridge, and Juanita Lee. New York: McGraw-Hill Book Company, 1980.
- Trotzer, James P. The Counselors and the Group : Integrating Theory, Training and Practice. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing, 1977.

- Tyler, Leone E. The Work of Counselor. New York : Appleton-Century-Crofts Inc., 1961.
- Verney, Thomas R. Inside Groups : A Practical Guide to Encounter Group and Group Therapy. New York: McGraw-Hill, 1974.
- Weissman, Sidney, "The Significance of Diagnosis in Treatment of Narcotic Addicts." cited by Leon Gibson Hunt, and Carl D. Chambers. The Heroin Epidemics. New York: Spectrum Publications, 1976.

#### บทความ

- Bozarth, Jerold D. "Quantum Theory and the Person-Centered Approach". Journal of Counseling and Development 64 (February 1976): 179-182.
- Fretz, Bruce R. "Perspective and Definition." The Counseling Psychologist 10 (1982): 16.
- Gerard, D.L. and Kornetsky, C. "Adolescent Opiate Addiction : A Study of Control and Addict Subjects" Psychiatric Quarterly 29 1955 : 457-486.
- Mitchel, Kenneth R. "Repeated Measures and the Evaluation of Change in The Individual Client during Counseling." Journal of Counseling Psychology 16 (November 1969): 522-527.
- Padfield, Marianne. "The Comparative Effects of Two Counseling Approaches on the Intensity of Depression Among Rural Women of Low Socioeconomic Status". Journal of Counseling Psychology 23 (May 1976): 209-214.




- Rawson, R.A., Mann A.J., Tennant, Jr., F.S. and Clabough, D.  
"Efficacy of Psychotherapeutic Counselling during 21-day  
Ambulatory Heroin Detoxification". in National Institute on  
Drug Abuse. Research Monograph Series, No.43. (1982):  
310-314.
- Rogers Carl R. "The Necessary and Sufficient Conditions of Psycho-  
therapeutic Personality change." Journal of Consulting Psy-  
chology. (1957): 21, 95-103.
- Thomson, Larry W. Gallagher, Dolores. Breckenridge, Julia S.  
"Comparative Effectiveness of Psychotherapies for Depressed  
Elders". Journal of Consulting and Clinical Psychology 55  
(June 1987): 385-390.
- Zung, William W.K. "A Self Rating Depression Scale". Archive of  
General Psychiatry 12 (January 1965): 63-65.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ก.

1. แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบประเมินอารมณ์
2. สถิติที่ใช้ในการสร้างเครื่องมือ และวิเคราะห์ข้อมูล
3. วิธีการคำนวณค่า U แบบ The Mann - Whitney U-Test



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบประเมินอารรมณ์

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	2.2616	21	3.2471
2	1.9171	22	3.3506
3	2.2037	23	2.5995
4	3.3506	24	6.4724
5	2.5217	25	4.0567
6	2.5829	26	2.9130
7	1.9171	27	2.4691
8	1.9633	28	1.9166
9	4.0385	29	2.7972
10	2.9307	30	1.9936
11	2.3283	31	2.0876
12	5.2485	32	1.9367
13	2.6900	33	5.1205
14	2.0076	34	1.8255
15	2.0076	35	1.8779
16	1.8430	36	2.6448
17	2.8693	37	3.0734
18	2.6733	38	3.8961
19	2.2312	39	2.6705
20	3.0665	40	2.4129



## 1. สถิติที่ใช้ในการสร้างเครื่องมือ

### 1.1 หาค่าเฉลี่ย (Mean)

สูตรที่ใช้  $\bar{X} = \frac{\Sigma X}{N}$

เมื่อ  $\bar{X}$  คือ ค่าเฉลี่ย

$\Sigma \bar{X}$  คือ ผลรวมของคะแนนทุกจำนวน

N คือ จำนวนผู้ตอบทั้งหมด

### 1.2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

สูตรที่ใช้  $S.D. = \sqrt{\frac{\Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{N}}{N - 1}}$

เมื่อ S.D. คือ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\Sigma X$  คือ ผลรวมของคะแนนทุกจำนวน

$\Sigma X^2$  คือ ผลรวมกำลังสองของคะแนนแต่ละจำนวน  
ทั้งหมด

N คือ จำนวนผู้ตอบทั้งหมด

### 1.3 หาอำนาจจำแนกของแบบประเมินเป็นรายข้อ โดยการทดสอบค่าที่

(t-test) (วิเชียร เกตุสิงห์ 2530 : 114-116)

สูตรที่ใช้  $t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2 + S_L^2}{N}}}$

เมื่อ  $\bar{X}_H$  คือ คะแนนเฉลี่ยกลุ่มที่ได้คะแนนสูง

$\bar{X}_L$  คือ คะแนนเฉลี่ยกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ

$S_H^2$  คือ คะแนนความแปรปรวนกลุ่มที่ได้คะแนนสูง

$S^2_L$  คือ คะแนนความแปรปรวนกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ  
 N คือ จำนวนผู้ตอบในแต่ละกลุ่ม

1.4 หาค่าความเชื่อถือได้ของแบบประเมินทั้งฉบับ โดยการวิเคราะห์ความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (ประคอง กรรมสูตร 2530: 42-44)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad \alpha = \frac{n}{n-1} \left[ \frac{1 - \sum S_I^2}{S_X^2} \right]$$

เมื่อ คือ ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น  
 n คือ จำนวนข้อของเครื่องมือวัด  
 $S^2_I$  คือ คะแนนความแปรปรวนเป็นรายข้อ  
 $S^2_X$  คือ คะแนนความแปรปรวนของเครื่องมือวัดทั้งฉบับ

## 2. สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

2.1 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนแบบประเมินอารมณ์ ก่อนและหลังการปรึกษา โดยใช้การทดสอบนอนพารามेटริกแบบ The Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Ranks Test เนื่องจากข้อมูลมีความสัมพันธ์กันทั้งสองกลุ่ม และมาตรการวัดอยู่ในมาตราเรียงอันดับ (วิเชียร เกตุสิงห์ 2526: 108-111) ซึ่งการทดสอบทำดังนี้

- 2.1.1 หาค่าความแตกต่างระหว่างคะแนน 2 กลุ่ม โดยคิดเครื่องหมาย
- 2.1.2 จัดเรียงลำดับความแตกต่างตามหลักของการจัดลำดับที่
- 2.1.3 บันทึกเครื่องหมายตามลำดับของผลต่างของข้อมูล
- 2.1.4 หาผลรวมของอันดับที่มีเครื่องหมายบวก และผลรวมของอันดับที่มีเครื่องหมายลบ

มีเครื่องหมายลบ

- 2.1.5 ให้ t เป็นผลรวมของอันดับที่มีค่าน้อยที่ทำการทดสอบ



2.1.6 ให้  $N$  เป็นผลรวมจำนวนอันดับที่มีอยู่ทั้งหมด

2.1.7 การทดสอบนัยสำคัญ ณ ระดับนัยสำคัญที่ตั้งไว้โดยนำค่า  $N$  ไปเปิดตารางของ Wilcoxon เปรียบเทียบกับค่า  $t$  ที่คำนวณได้

2.1.8 การตัดสินใจว่าจะยอมรับหรือไม่ยอมรับ  $H_0$

2.1.9 แปลผล

2.2 เปรียบเทียบคะแนนแบบประเมินอารมณ์ของผู้ติดเฮโรอีนของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบนอนพาราเมตริกแบบ The Mann-Whitney U-Test เนื่องจากข้อมูลไม่มีความสัมพันธ์กันทั้งสองกลุ่ม และอยู่ในมาตราเรียงอันดับ นอกจากนี้การกระจายของกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นปกติจึงสมควรใช้ Mann-Whitney U-Test ในการทดสอบความแตกต่าง (วิเชียร เกตุสิงห์ 2526: 116-120) ซึ่งการทดสอบทำดังนี้

2.2.1 รวมข้อมูลสองกลุ่มเข้าด้วยกัน แล้วเรียงลำดับข้อมูลจากต่ำสุดถึงสูงสุด โดยกำกับไว้ว่าข้อมูลใดอยู่ในกลุ่มใด

2.2.2 หาผลรวมของอันดับแต่ละกลุ่มตัวอย่าง

2.2.3 คำนวณหาค่าสถิติ  $U$  ที่น้อยกว่า แล้วนำค่า  $U$  ไปเปิดตาราง

2.2.4 การตัดสินใจว่าจะยอมรับหรือไม่ยอมรับ  $H_0$

2.2.5 แปลผล

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การหาค่า U แบบ The Mann-Whitney U-Test

การทดสอบ

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \Sigma R_1$$

$$= 8(16) + \frac{8(8 + 1)}{2} - 120$$

$$U_1 = 44$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2 + 1)}{2} - \Sigma R_2$$

$$= 8(16) + \frac{16(16 + 1)}{2} - 180$$

$$U_2 = 84$$

∴ U มีค่า

$$= 44 \text{ (ค่า U ที่น้อยกว่า)}$$

วิธีการตรวจสอบค่า U

$$U = n_2 n_2 - U' \text{ (U' = ค่า U ที่มากกว่า)}$$

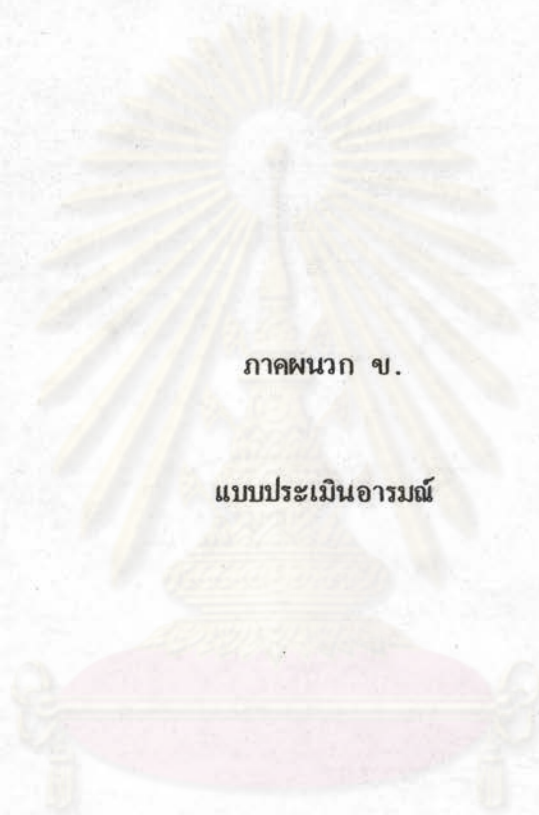
$$= 8(16) - 84$$

$$= 128 - 84$$

$$= 44$$

∴ แสดงว่าค่า U ที่คำนวณได้ถูกต้อง





ภาคผนวก ข.

แบบประเมินอารมณ์

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบประเมินอารมณ์ \*



คำชี้แจง

แบบประเมินอารมณ์นี้ไม่ใช่แบบทดสอบ แต่เป็นเหตุการณ์ซึ่งท่านอาจจะประสบอยู่เสมอ ๆ หรืออาจกำลังเกิดขึ้นกับท่านมากบ้างน้อยบ้าง โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อ และพิจารณาว่าตรงกับความรู้สึกของท่านมากน้อยเพียงใดให้ใส่เครื่องหมาย ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด กรุณาตอบตรงตามความเป็นจริง เพื่อประโยชน์กับตัวท่านเอง คำตอบของท่านจะได้รับการรักษาไว้เป็นความลับ

สำหรับความถี่ของอารมณ์มีดังนี้

- |             |     |   |
|-------------|-----|---|
| ไม่มีเลย    | แทน | ความรู้สึกว่าไม่เคยมีอารมณ์แบบนี้มาก่อนเลย หรือไม่เคยประสบเหตุการณ์แบบนี้มาก่อน     |
| มีบางครั้ง  | แทน | ความรู้สึกว่าเคยมีอารมณ์แบบนี้ นาน ๆ ครั้ง หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง  |
| มีบ่อยครั้ง | แทน | ความรู้สึกว่ามีอารมณ์แบบนี้บ่อยครั้ง หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง          |
| มีเป็นประจำ | แทน | ความรู้สึกว่ามีอารมณ์แบบนี้เป็นประจำ หรือเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นประจำทุก ๆ วัน |

\* แบบประเมินอารมณ์ คัดแปลงมาจากของวาสนา แฉล้มเขตร

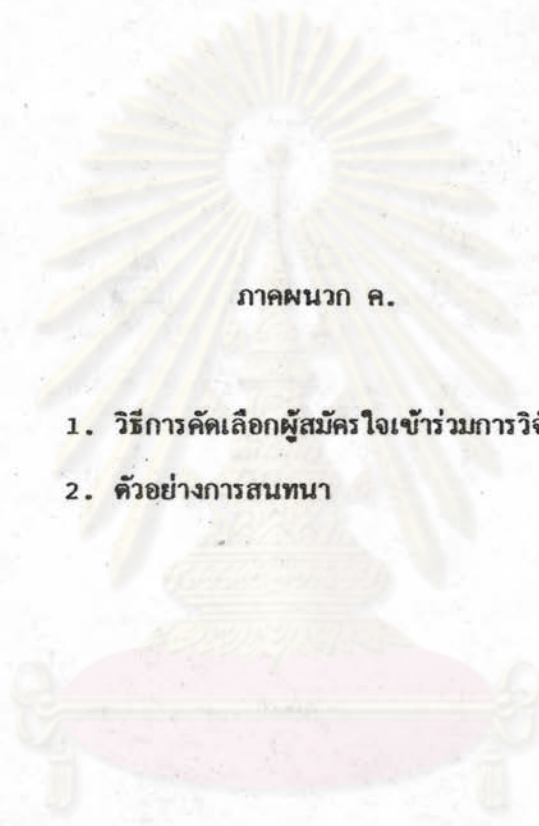
ศูนย์วิทยพัชร์พยากรณ์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ข้อความ	ไม่มี เลย	มีบาง ครั้ง	มีบ่อย ครั้ง	มีเป็น ประจำ
1. กังวลใจกับสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ _____				
2. หวาดหวั่นต่อสิ่งที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต _____				
3. ประสบความล้มเหลวในสิ่งต่าง ๆ ที่ทำ _____				
4. เหนงแม้ว่าจะมีคนอื่นอยู่รอบข้าง _____				
5. มีความลำบากในการตัดสินใจ _____				
6. ไม่สามารถลืมเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจได้ _____				
7. ไม่มีแรง อ่อนเพลีย _____				
8. ร้องไห้ง่าย _____				
9. มีเรื่องที่ต้องนำมาคิดเป็นเวลานานก่อนเข้านอนทุกคืน _____				
10. ทำอะไรเชื่องช้าลงกว่าเดิม _____				
11. หมกหมุ่นกับบางสิ่งบางอย่างเป็นเวลานาน _____				
12. ทำสิ่งผิดพลาดอยู่คนเดียวเสมอ ๆ _____				
13. หาคณเข้าใจตัวเองได้ยาก _____				
14. ไม่สามารถทำใจให้สนุกสนานได้ _____				
15. ตกใจง่าย _____				
16. ขาดเพื่อนหรือบุคคลใกล้ชิดที่จะปรับทุกข์ด้วย _____				
17. เหม่อลอย ทำใจให้มีสมาธิได้ยาก _____				
18. เสียใจต่อการตัดสินใจในสิ่งที่ผ่านมาแล้ว _____				
19. เข้านอนแล้วหลับได้ยาก หรือหลับไม่สนิท _____				
20. กลัวว่าในอนาคตจะทำการผิดพลาดอีก _____				
21. ขาดความสนใจเรื่องราวทางเพศ _____				
22. ไม่มีค่าในสายตาผู้อื่น _____				
23. สะเทือนใจง่าย _____				
24. ทำงานผิดพลาดบ่อย ๆ _____				

ข้อความ	ไม่มี เลย	มีบาง ครั้ง	มีบ่อย ครั้ง	มีเป็น ประจำ
25. สิ้นหวังเกี่ยวกับอนาคต _____				
26. หลีกเลี้ยงที่จะพูดคุยกับคนอื่น _____				
27. เจื้อยซา ไม่ยินดียินร้ายกับเรื่องใด ๆ _____				
28. การมีชีวิตอยู่ คือ ความทุกข์ _____				
29. มีสิ่งที่ทำไปแล้วหลายสิ่งหลายอย่างที่ควรทำได้ดีกว่านี้ _____				
30. ท้อแท้ หมดกำลังใจ _____				
31. หลงลืมง่าย _____				
32. คิดอยากจะทำตัวตาย _____				
33. ประสบความสำเร็จในสิ่งต่าง ๆ ที่ทำน้อยมาก _____				
34. ถ้ามีโอกาสเลือกตัดตัดสินใจใหม่ คิดว่าจะเปลี่ยนแนวทาง ชีวิตให้น่าพอใจกว่าที่เป็นอยู่ _____				
35. อึดอัด ถอนหายใจบ่อย ๆ _____				
36. เชื่อว่าตัวเองได้รับความลำบากและความอยุติธรรมมาก _____				
37. หลายครั้งที่ล้มเลิกความตั้งใจจะทำอะไรสักอย่าง _____				
38. เคยทำสิ่งที่ไม่ถูกต้องและควรได้รับการลงโทษ _____				
39. เมื่อมีเหตุการณ์ที่ทำให้ไม่สบายใจ จะครุ่นคิดอยู่นานเป็น สัปดาห์ หรือเป็นเดือน _____				
40. ไม่สามารถทำงานได้ดีเหมือนเดิม _____				





ภาคผนวก ค.

1. วิธีการคัดเลือกผู้สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย
2. ตัวอย่างการสนทนา

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### วิธีการคัดเลือกผู้สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยเลือกผู้ติดเชื้อโรอินที่มารับการรักษาที่ ร.พ. รัชฎาภิรักษ์ ตามคุณสมบัติของเกณฑ์การคัดเลือกที่ได้กล่าวมาแล้วในบทที่ 2 (หน้า 47) มาทำแบบประเมินอารมณ์ จากนั้นเลือกผู้ที่ได้คะแนนอยู่ในช่วง 50.97-114.17 คะแนน มารับการชี้แจงให้เข้าใจถึงรายละเอียดของการวิจัย เพื่อให้ผู้มารับการรักษาได้ตัดสินใจด้วยตัวเอง ที่จะเข้าร่วมการวิจัย หรือไม่เข้าร่วมการวิจัย ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ คือ

1. แนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. ชี้แจงระยะเวลาที่เข้าร่วมการวิจัย
3. ชี้แจงประโยชน์ที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะได้รับ
4. เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยตัดสินใจที่จะเข้าร่วมการวิจัย หรือไม่เข้าร่วมการวิจัย

### ตัวอย่างการสนทนากับผู้สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

เมื่อวานพี่เห็นนั่งอ่านหนังสือการ์ตูนคนเดียวที่ระเบียงไม่สนใจใครเลย วันนี้ก่อนมาพูดคุยกันก็เห็นนั่งอ่านการ์ตูนอยู่ เป็นไงคะสนุกไหม คงชอบการ์ตูนมากใช่ไหมคะ ... พี่อยากจะขอรบกวนเวลาสักครู่ ไม่ทราบว่ามีเวลาพอที่จะพูดคุยกับพี่บ้างไหมคะ... คงแปลกใจนะที่พี่ขอคุยด้วย พี่ชื่อ "ถนิมภรณ์" พี่มาที่นี่เนื่องจากสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับอารมณ์ของผู้ติดเชื้อโรอิน ความจริงพี่อยากจะคุยกับทุกคน แต่มีเวลาน้อย ก็เลยเลือกเฉพาะคนที่มีความว่างพอที่จะพูดคุยกับพี่เท่านั้น คือ พี่จะคุยด้วยสัปดาห์ละ 3 วัน ๆ ละ 1 ชั่วโมง ติดต่อกัน 2 สัปดาห์ เรื่องที่จะคุยกันแต่ละครั้งเป็นเรื่องอะไรก็ได้ที่อยากจะเล่าให้พี่ฟัง แต่ขอให้เป็นเรื่องจริงเท่านั้น พี่อาจจะซักถามบ้าง แต่จะตอบหรือไม่ตอบก็ได้ไม่มีการบังคับ สิ่งนี้น้องจะได้ก็คือ จะมีเพื่อนคอยสนใจ เอาใจใส่ ทำให้รู้สึกว่าคุณเองไม่โดดเดี่ยว อย่างน้อยก็มีพี่คอยเป็นกำลังใจเวลาเกิดอาการเหงา ว้าเหว่ หรือเกิดการถอนยาขึ้น ไม่ทราบว่าฟังพี่พูดแล้วคิดอย่างไร สนใจที่จะเข้าร่วมโครงการกับพี่ไหมคะ น้องคงไม่เสียอะไร นอกจากเสียเวลาให้พี่ครึ่งชั่วโมงเท่านั้น



ตัวอย่างการสนทนา

คนที่ 1

การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

หนึ่งมีสีหน้าเศร้าหมองมีท่าที่ครุ่นคิด บางครั้งร้องเพลงคนเดียวคนเดียว และส่วนใหญ่หนึ่งจะนั่งหรือนอนอยู่ที่เตียง ไม่ค่อยพูดคุยกับผู้ป่วยรายอื่น จะลงจากเตียงต่อเมื่อมีกิจกรรมร่วมกันหรือลงมารับประทานอาหารเท่านั้น ในการพูดคุยกันครั้งแรกเป็นการสร้างสัมพันธภาพและสาเหตุการใช้ยาเสพติด เช่น

- ผู้วิจัย : มีอะไรที่หนึ่งคิดว่าพ่อแม่ไม่ต้องการหนึ่ง
- หนึ่ง : กิริยาท่าทางที่แสดงออก (กำมือแน่น กัดริมฝีปาก น้ำตาไหล)
- ผู้วิจัย : พ่อแม่มีท่าทางอย่างไรคะ
- หนึ่ง : เฉย ไม่ว่าผมจะทำอะไรให้ก็ไม่สนใจ ผมทำดีแค่ไหนก็เฉย (ร้องไห้มากขึ้น)
- ผู้วิจัย : หนึ่งอยากให้พ่อแม่ทำอย่างไร
- หนึ่ง : ถามไถ่ พูดคุยด้วยว่าเหนื่อยไหม ผมทำงานที่สวนยางทั้งวันตั้งแต่เช้าจนเย็น กลับมาก็ไม่เคยถามเลยว่าเหนื่อยไหม ลำบากไหม ขำกินหรือยัง เป็นอย่างนี้ทุกวัน แม้ว่าผมจะพยายามทำอย่างดีที่สุดก็ไม่สนใจผมเลย ผมอยากเรียนต่อก็ไม่ให้ผมเรียน (ร้องไห้เสียงดัง)
- ผู้วิจัย : หนึ่งรู้สึกเสียใจนะที่พ่อแม่ไม่สนใจหนึ่ง
- หนึ่ง : เขาคงโกรธผมที่รู้ว่าผมติดยาเสพติด (กัดริมฝีปาก ก้นสั่น)
- ผู้วิจัย : พ่อแม่เคยพูดไหมว่าไม่ต้องการหนึ่ง
- หนึ่ง : ไม่เคยพูด
- ผู้วิจัย : เป็นไปได้ไหมที่ปกติพ่อแม่ก็มีท่าที่อย่างนี้แต่หนึ่งไม่เคยใกล้ชิดท่านมาก่อนเลยไม่เข้าใจ
- หนึ่ง : (เงยบนาน) อาจเป็นไปได้
- ผู้วิจัย : เหมือนอย่างอา หนึ่งเข้าใจอาทุกอย่างไหม
- หนึ่ง : ไม่ทุกอย่าง

## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

หนึ่งยังนั่งก้มหน้าอยู่ แต่เริ่มมีการสบตากับผู้วิจัยในบางครั้ง ไม่นั่งเกร็งเหมือนครั้งแรก เริ่มพูดถึงเรื่องของตัวเอง และพูดถึงอนาคต เช่น

หนึ่ง : ผมอยากเรียนต่อมากที่สุด

ผู้วิจัย : หนึ่งอยากเรียนต่อ แต่หนึ่งรู้แล้วว่าไม่มีใครจะส่งหนึ่งเรียน หนึ่งจะทำอย่างไรกับตัวเองต่อไป

หนึ่ง : ทำงานเก็บเงิน ดัดยางแบ่งครึ่งกับอา (พูดเสียงค่อย ๆ)

ผู้วิจัย : หนึ่งตั้งใจจะไปทำงานดัดยาง

หนึ่ง : อามีส่วนยาง ผมเคยช่วยอา เวลาดัดยางได้เงินอาจะแบ่งเงินให้ครึ่งหนึ่ง ออกไปนี้ผมจะทำงานเก็บเงิน แล้วจะไปขอแฟน

ผู้วิจัย : หนึ่งมีคนรักแล้ว

หนึ่ง : ครับ (ยิ้มสบตาผู้วิจัย)

ผู้วิจัย : แฟนรู้ไหมว่าหนึ่งใช้ของ (เฮโรอีน)

หนึ่ง : รู้ เขายังมาส่งผมที่โรงพยาบาล เขาอยากให้ผมเลิก

ผู้วิจัย : หนึ่งมารักษาเพราะแฟนขอร้อง

หนึ่ง : ผมอยากเลิกด้วย สงสารอาไม่มีใครช่วยอาทำงาน ลูก ๆ อาเขาก็ไม่ช่วยอาต้องทำงานคนเดียว ถ้าผมเลิกได้ผมอยากตอบแทนบุญคุณอา ตั้งใจทำงานผมจะช่วยอา และช่วยทำสวนยางของแฟนผมด้วย

ผู้วิจัย : แฟนทำสวนยาง ปกติใครช่วยแฟนทำสวนยาง

หนึ่ง : แฟนอยู่ 2 คนกับแม่ ผมก็เคยไปช่วยอยู่แล้ว ถ้าผมเก็บเงินได้ผมจะไปขอ อากูว์และสนับสนุนอยู่ แต่ผมไม่เคยทำงานเก็บเงินจริงจึงส่วนใหญ่ผมเอาไปซื้อยา (เฮโรอีน) หมด ถ้าเลิกได้ไม่ต้องใช้มันคมีเงินเก็บ แฟนผมเขาก็พร้อมที่จะมาอยู่กับผมอยู่แล้วเท่าที่ผ่านมามีผมยังไม่พร้อม เพราะยังใช้มันอยู่ เลยไม่กล้าไปขอ

ผู้วิจัย : เวลาหนึ่งพร้อมที่จะเลิกยานะ

หนึ่ง : อากับแฟนอยากให้ผมเลิก ผมจะเลิกมันให้ได้ (น้ำเสียงหนักแน่น)





### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

หนึ่งไม่ต้องการอยู่รับการรักษาต่อ ต้องการจะหนีออกจากโรงพยาบาล ผู้วิจัยได้ชวนให้ หนึ่งได้มองเห็นผลได้ ผลเสีย ของการที่จะอยู่รับการรักษา เช่น

- หนึ่ง : อยู่ที่นี้สุขภาพจิตผมเสีย ผมอยากจะหนีทุกวัน (นั่งก้มหน้า)
- ผู้วิจัย : อยู่ที่นี้สุขภาพจิตของหนึ่งไม่ดี
- หนึ่ง : กังวลห่วงบ้าน ยิ่งนานยิ่งกังวลมากขึ้น (น้ำเสียงเบาลง)
- ผู้วิจัย : หนึ่งเหงาไม่มีใครส่งข่าวทางบ้านให้ทราบ ไม่มีใครมาเยี่ยมหนึ่งเลย
- หนึ่ง : ครับ
- ผู้วิจัย : หนึ่งมาอยู่ที่โรงพยาบาลนี้เพราะอะไร
- หนึ่ง : เลิกยา
- ผู้วิจัย : ตอนนี้หนึ่งเลิกยาได้หรือยัง
- หนึ่ง : ผมไม่ได้กินยาที่หมอให้มา 3 วันแล้ว
- ผู้วิจัย : ตอนนี้หนึ่งเลิกยาได้แล้ว
- หนึ่ง : ยังไม่ครบ 21 วัน
- ผู้วิจัย : ทำอย่างไรถึงจะอยู่ได้ครบ จะเลิกยาได้ต้องอาศัยอะไร
- หนึ่ง : (เงิบ) กำลังใจ แต่ผมทำใจไม่ได้ผมพร้อมจะออก อยู่ที่นี้มีแต่นั่ง ๆ นอน ๆ ผมพร้อมที่จะออกไปเผชิญทุกอย่างภายนอก
- ผู้วิจัย : ถ้าหนึ่งออกตอนนี้อา และแฟนหนึ่งจะรู้สึกอย่างไร
- หนึ่ง : (เงิบ) เสียใจ
- ผู้วิจัย : หนึ่งจะทำให้ทั้งอาและแฟนสูญเสียความภูมิใจในตัวหนึ่งนะ
- หนึ่ง : (นั่งคิดนาน) ผมจะพยายามอยู่ให้ครบ
- ผู้วิจัย : มันยากนะถ้าเราไม่พร้อมจะอยู่
- หนึ่ง : ผมจะพยายามทำใจที่จะอยู่ให้ครบ ตอนนี้ผมเข้าใจ และสบายใจขึ้นแล้ว ผมจะพยายามอยู่ให้ได้ (หน้าตาสดชื่นขึ้น มองสบตาผู้วิจัย)
- ผู้วิจัย : หนึ่งคิดว่าหนึ่งพร้อมที่จะอยู่ต่อไป
- หนึ่ง : ต้องอยู่ให้ได้ (น้ำเสียงหนักแน่นขึ้น)

- ผู้วิจัย : หนึ่งคิดอะไรอยู่ตอนนี้  
 หนึ่ง : ผลดี - ผลเสีย ที่จะได้  
 ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรวะ  
 หนึ่ง : คิดแล้วไม่คุ้มที่จะออกตอนนี้  
 ผู้วิจัย : ถ้าจะให้คุ้มที่สุดควรออกตอนไหน  
 หนึ่ง : ครบกำหนด วันที่ 27 นี้

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

หนึ่งเกิดอาการทางกายเป็นอย่างมาก ผู้วิจัยได้พยายามช่วยให้หนึ่งอดทน และเตรียมพร้อมที่จะไปอยู่ตึกเตรียมฟื้นฟู เช่น

- หนึ่ง : เมื่อเช้าผมเกือบเดินตามเพื่อนออกไปแล้ว  
 ผู้วิจัย : หนึ่งอยากจะหนีไปกับเพื่อน  
 หนึ่ง : นอนไม่หลับเลยตลอดคืน ต้องชมน้ำ (อาบน้ำ) ตลอด เมื่อคืนผมมีอาการมากเลย หนึ่งก็ยังลุกอยู่ตลอด เหงื่อออกมากผมคิดว่าผมทนไม่ไหวแล้ว แต่พอนึกถึงคำพูดของพี่เลยไม่ก้าวตามเขาออกไป  
 ผู้วิจัย : หนึ่งต้องต่อสู้มากนะ  
 หนึ่ง : (เงิบก้มหน้า)  
 ผู้วิจัย : ตอนนี้หนึ่งคิดอะไรอยู่  
 หนึ่ง : (เงิบนานมาก)  
 ผู้วิจัย : หนึ่งทนไม่ไหวแล้วนะ  
 หนึ่ง : พຽງນີ້ຕ້ອງຍ້າຍໄປຢູ່ຝັ່ງໂນ້ນ (ຜູ້ປ່ວຍຢູ່ຕຶກຄອນພິຍາ 14 ວັນ ແລະຕ້ອງຍ້າຍໄປຢູ່ຕຶກ ເຕຣຍັມພື້ນຟູອີກ 7 ວັນ)  
 ผู้วิจัย : หนึ่งกังวลที่จะต้องย้ายไปอยู่เตรียมฟื้นฟู  
 หนึ่ง : ที่ฝั่งโน้นไม่มียากิน เห็นเขาบอกว่าเตียงเขาก็ไม่ให้นอนตอนกลางวัน  
 ผู้วิจัย : หนึ่งต้องนอนกลางวันทุกวัน  
 หนึ่ง : (เงิบ) อยู่ที่นี้กลางวันยังนอนเตียงได้



- ผู้วิจัย : หนึ่งกังวลเรื่องเตียงนอนนะ  
 หนึ่ง : ที่จริงนอนที่ไหนก็ได้ กับพื้นก็นอนได้  
 ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วเราคิดไปเองนะว่าไม่มียาเราอยู่ไม่ได้ไม่มีเตียงเราอยู่ไม่ได้ แต่ถ้าไม่มีจริง ๆ  
 หนึ่ง : คิดไปเอง  
 ผู้วิจัย : หนึ่งคิดไปเอง เวลานี้หนึ่งรู้ไหมที่หนึ่งไม่สบายเป็นเพราะอะไร  
 หนึ่ง : มันคิดถึงของ (เฮโรอิน) ถ้าอยู่บ้านป่านนี้ก็เปรมไปแล้ว ..... แต่ผมไม่หนีหรอก  
 ผู้วิจัย : เวลานี้หนึ่งคิดอย่างไรกับฝั่งโน้น  
 หนึ่ง : เหลือแค่อาทิตย์เดียวเอง  
 ผู้วิจัย : พร้อมทั้งจะไปอยู่ฝั่งโน้น  
 หนึ่ง : ยังไงก็ต้องทนให้ได้เพื่อตัวผมเอง

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

หนึ่งมีท่าทางอดโรยมากเนื่องจากต้องต่อสู้กับความต้องการทางร่างกายที่เกิดขึ้น ผู้วิจัยพยายามให้หนึ่งได้มองเห็นทางเลือก และสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง

- ผู้วิจัย : เป็นอย่างไรบ้างวันนี้  
 หนึ่ง : ผมนอนไม่หลับเลยทั้งคืน มันเหมือนมีอะไรไชตามตัว ปวดเมื่อยไปหมดทั้งตัว ปวดในกระดุก นอนไม่หลับ  
 ผู้วิจัย : มันเหมือนมีเม็ดสี 100 เล่ม ทิ่มแทงตามตัวเรานะ  
 หนึ่ง : (ทำตาโต แปลกใจที่ผู้วิจัยเข้าใจความรู้สึกของเขา) ใจครับ ทำไมไม่รู้ล่ะ  
 ผู้วิจัย : เมื่อครั้งที่แล้วเราได้พูดกันถึงการเตรียมตัวที่จะมาอยู่ที่นี่ (เตรียมพื้นฟู)  
 หนึ่ง : ไม่คิดว่าจะมีอาการมากขนาดนี้  
 ผู้วิจัย : แล้ววันนี้เตรียมพร้อมสำหรับตัวเองอย่างไร  
 หนึ่ง : เมื่อคืนผมก็ลงมารีง วิดพื้น ก็รู้สึกมันดีขึ้น ผมเพิ่งทำครั้งแรกตั้งแต่มาอยู่โรงพยาบาล  
 ผู้วิจัย : หนึ่งรู้สึกจะทำแล้วมันดีขึ้น  
 หนึ่ง : มันช่วยให้หายปวดไปได้เยอะ  
 ผู้วิจัย : หนึ่งรู้สึกว่ามันช่วยหนึ่งได้มาก

- หนึ่ง : ช่วยได้เยอะ แต่ถ้ามีคนเห็นผมก็ไม่กล้าทำ
- ผู้วิจัย : หนึ่งกลัวคนจะเห็นหนึ่งเป็นตัวตลก
- หนึ่ง : ไม่เห็นมีใครทำ
- ผู้วิจัย : เวลาเราปวดมีคนเข้าใจอย่างที่เรารู้สึกไหม
- หนึ่ง : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : มันยากนะที่จะเริ่มต้นทำในสิ่งที่คนอื่นเขาไม่ทำกัน
- หนึ่ง : ใช่
- ผู้วิจัย : แต่ถ้าเราทำนะเราจะเป็นผู้ได้เอง คนอื่นไม่ได้ไปกับเรา
- หนึ่ง : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : หนึ่งคิดอะไรอยู่
- หนึ่ง : ผมจะลองทำ (พูดเสียงเบา ๆ ยังไม่ค่อยมั่นใจตัวเอง)
- ผู้วิจัย : หนึ่งคิดอย่างไรถ้าออกตอนนี้
- หนึ่ง : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : พี่คงบอกหนึ่งไม่ได้ว่าอะไรถูกหรือผิด หนึ่งคงจะต้องตัดสินใจด้วยตัวหนึ่งเองว่าอะไรเป็นอะไร เพราะตัวหนึ่งเท่านั้นที่จะเป็นผู้รู้ดีที่สุด

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

หนึ่งมีสีหน้าสดชื่นขึ้นเป็นครั้งแรก จากการพูดคุยกันในครั้งสุดท้ายนี้ผู้วิจัยได้เห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวหนึ่ง ซึ่งไม่เคยพบมาก่อน

- หนึ่ง : ผมขอบคุณพี่มากเลยที่ช่วยให้ผมนอนหลับได้
- ผู้วิจัย : มีอะไรเกิดขึ้นเอ่ย !
- หนึ่ง : ครั้งที่แล้วที่พูดเตือนสติผม ทำให้ผมคิดได้ ตอนนี้ผมไม่ปวดเมื่อย ไม่มีอาการแล้ว
- ผู้วิจัย : หนึ่งไม่มีอาการเหลือแล้ว
- หนึ่ง : น้อยมาก
- ผู้วิจัย : ทำอย่างไรอาการถึงเหลือน้อย
- หนึ่ง : ผมทำตามพี่บอกก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ ตอนนี้ผมนอนหลับสบาย กินก็ได้



- ผู้วิจัย : หนึ่งทำใจได้แล้ว
- หนึ่ง : อีก 2 วัน ผมก็จะได้กลับบ้าน
- ผู้วิจัย : เลยทำให้หนึ่งนอนหลับ กินข้าวได้
- หนึ่ง : ไม่ใช่ผมมานั่งคิดดูเรื่องต่าง ๆ ที่พูดกับพี่ จริง ๆ แล้วมันอยู่ที่ตัวผมมากที่สุดอย่างที่พี่บอก ผมก็เลยคิดว่าถ้าผมนอนหลับได้ผมก็อยู่ได้ ก็เลยพยายามทำตามที่พี่บอกพยายามช่วยตัวเอง ใครจะมองผมก็ไม่สน แรก ๆ ก็เขิน ต่อมาก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ มีคนวิ่งตามผมหลายคน ตอนนี้ผมสบายใจขึ้น ผมคงไม่ต้องใช้มัน (เฮโรอีน) อีก
- ผู้วิจัย : พี่ตั้งใจนะที่หนึ่งเริ่มต่อสู้เพื่อตัวเอง มันเป็นก้าวแรกที่หนึ่งจะชนะมันได้
- หนึ่ง : ผมไม่ต้องการมันอีกแล้ว
- ผู้วิจัย : หนึ่งเริ่มมีความมั่นใจในตัวเองที่จะไม่ใช้มัน
- หนึ่ง : ผมไม่ต้องการมันอีกแล้ว ผมเสียเวลากับมันมามากแล้ว
- ผู้วิจัย : มันไม่มีอิทธิพลเหนือหนึ่งแล้วนะ
- หนึ่ง : ผมมั่นใจตัวเองเวลานี้

## คนที่ 2

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

สองมีท่าทางหงุดหงิด ไม่สบายใจ ไม่สนใจผู้อื่น ชอบนั่งซึมอยู่คนเดียว การพูดคุยในครั้งแรกเป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสอง เช่น

- สอง : ผมใช้ยาเสพติดเพราะผมรำคาญแม่ ชอบบ่นว่าผมทำอะไรก็ไม่ดีสู้น้องชายไม่ได้ น้องชายทำอะไรก็ดีไปหมด
- ผู้วิจัย : สองอยากให้แม่มองสองอย่างมองน้องชายบ้าง
- สอง : แม่รักน้องชายมาก ผมเลยไปอยู่กับเพื่อนสบายใจกว่า
- ผู้วิจัย : สองเหงานะอยากมีคนที่จะเข้าใจสอง
- สอง : ครับ
- ผู้วิจัย : แล้วเป็นยังไงคะสองถึงเริ่มใช้ของ (เฮโรอีน)

- สอง : ครั้งแรกเพื่อนชวนก็เริ่มจากกัญชาแล้วต่อมาก็โรยผง พอมันเริ่มหาซื้อยากก็เปลี่ยนมาฉีด มันต้องใช้เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ก็เลยขายเองจะได้ไม่ต้องซื้อ และมีเงินเหลือเก็บ แต่ถูกตำรวจจับเสียก่อน
- ผู้วิจัย : สองรู้สึกผิดหวังที่ถูกตำรวจจับ
- สอง : ที่จริงผมตั้งใจจะทำครั้งสุดท้ายแล้ว แต่ถูกจับเสียก่อน เงินที่ได้มาก็หมดกับการวิ่งเต้นคดี แพนก็เสียใจที่ผมถูกจับ ผมเข้า ร.พ. ไม่มีใครรู้เลยทั้งพ่อแม่ แพน ผมไม่บอกใคร ผมตั้งใจจะเลิกให้ได้ ถ้าเลิกไม่ได้คงโดนแม่ตำหนามากกว่านี้
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วสองมารักษาเพื่อใคร
- สอง : แพนกับแม่ แพนอยากให้เลิก แม่แก่แล้วอยากทดแทนบุญคุณแม่บ้าง
- ผู้วิจัย : มีใครอีกไหม
- สอง : ตัวเอง
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะเพื่อตัวเอง
- สอง : อนาคตอยากทำงาน อยู่กับแฟน แพนผมฐานะดี ผมก็เสียอย่างทีปิดบังไม่ให้เขารับรู้ ผมอยากมีฐานะดีอย่างเขา ผมก็เลยทำสิ่งผิดพลาดขายยาเสพติด ผมก็เสียใจ ผมก็กลับมาทำตัวใหม่ แต่ไม่รู้จะดีขึ้นไหม
- ผู้วิจัย : สองเลยตัดสินใจมารักษา อยากเป็นคนใหม่นะ
- สอง : จริง ๆ แล้วผมเคยรักษาที่ถ้ากระบอกแต่เลิกไม่ได้ ผมคิดว่าที่ ร.พ. คงมียาดีผมคงจะเลิกได้
- ผู้วิจัย : สองรู้ไหมอะไรที่มีส่วนช่วยอย่างมากในการรักษา
- สอง : อยู่ที่จิตใจของเรา
- ผู้วิจัย : ถ้าเราพร้อมจะเลิกมันก็เลิกได้ ถ้าไม่พร้อมมันก็เลิกไม่ได้
- สอง : ใช่

## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

สองมีท่าทางหงุดหงิด ไม่อยากอยู่รับการรักษาคือ มีสีหน้าเบื่อหน่ายที่จะพูดคุยด้วย และมาพูดคุยในครั้งนี้อย่างไม่เต็มใจ ท่าทางอยากอยู่คนเดียว ผู้วิจัยได้พยายามให้สองมองเห็นปัญหา และรู้จักรับผิดชอบปัญหาของตัวเอง เช่น



- ผู้วิจัย : เป็นไงวันนี้ทำทางไม่ค่อยสบายใจ มันเป็นไงคะ
- สอง : เงินเหลือ 10 บาท ผมไม่ยอมอยู่ ร.พ. แล้ว
- ผู้วิจัย : ไม่มีใครมาเยี่ยมสองเลย เงินก็หมดแล้ว
- สอง : ผมต้องซื้อของทุกวันเงินที่เตรียมมาก็หมดแล้ว ยังไม่รู้จะทำอย่างไร
- ผู้วิจัย : ทาง ร.พ. มีอาหารให้คนไข้ทุกคน
- สอง : มันทานไม่ได้
- ผู้วิจัย : เป็นไงคะที่ว่าทานไม่ได้
- สอง : ผมซื้อถ้วยเตี้ยทานทุกวัน
- ผู้วิจัย : สองทานอาหารโรงพยาบาลไม่ได้ ตอนที่สองอยู่ในคุกอาหารเป็นอย่างไรคะเหมือนกับที่ ร.พ. ไหม ?
- สอง : แย่กว่า เป็นข้าวแดง กับก็ไม่มี
- ผู้วิจัย : สองต้องซื้ออะไรเพิ่มไหม
- สอง : ไม่มีที่ซื้อ
- ผู้วิจัย : อยู่ในคุกข้าวเปล่าสองทานได้
- สอง : มันจำเป็นต้องทาน ไม่ใช่ข้าวขาวนะเป็นข้าวแดงด้วย
- ผู้วิจัย : ที่ ร.พ. ข้าวก็เป็นข้าวขาว กับข้าวก็มีให้ด้วย แต่สองบอกว่าสองทนไม่ไหวแล้ว
- สอง : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วที่สองอยู่ ร.พ. ไม่ได้ คงไม่ใช่เพราะอาหาร มันมีอะไร
- สอง : (เงิบ) ผมลองตัดยา (ไม่กินยาที่ ร.พ. ให้) มันหงุดหงิดมาก ผมอยากอยู่ต่อ แต่ไม่แน่ใจในตัวเองจะทนได้แค่ไหน
- ผู้วิจัย : สองไม่แน่ใจตัวเอง
- สอง : ครับ
- ผู้วิจัย : สองรู้ไหมถ้าสองจำเป็นต้องอยู่ ร.พ. ต่อ ทำอย่างไรจึงจะอยู่ได้
- สอง : ทำใจ
- ผู้วิจัย : ทำใจคะ
- สอง : ขอมรับสภาพต่าง ๆ

- ผู้วิจัย : คุณสองก็ทนอยู่มาได้เป็นปีนะ สองมา ร.พ. ไม่มีใครบังคับมา สองมาเอง สองตั้งใจจะมาเลิกยาให้ได้ แต่ตอนนี้สองเกิดเปลี่ยนใจแล้ว อดสำหรับอยู่มาเกือบ 2 อาทิตย์แล้ว อีก 8-9 วันเอง สองไม่อยากอยู่แล้ว อยากให้สองลองคิดถึงผลได้ผลเสียดูให้ดีกว่าตอนที่ จะตัดสินใจอะไร คงไม่มีใครชัดเจนเท่าตัวเรานะ
- สอง : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : เราคงต้องยุติกันแค่นี้ สองลองเปรียบเทียบ และตัดสินใจเองถ้าเราเลือกแล้วเราคงต้องยอมรับมันไม่ว่าผิดหรือถูก เหมือนอย่างที่สองได้ตัดสินใจใช้มัน (เฮโรอีน) มาแล้ว

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

สองหน้าตาอึมแวมแจ่มใส เริ่มเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น พูดคุยกับผู้ช่วยรายอื่น และช่วยเหลืองานที่ตักเป็นอย่างดี ในการพูดคุยผู้วิจัยพยายามให้สองมองเห็นคุณค่าในตัวเองมากขึ้น เช่น

- สอง : ตอนนี้ผมทำใจได้ไม่มีปัญหาอะไร เงินก็หมดแล้ว เพื่อนในห้องก็ไม่มีใครซ้ำเติมทุกคน เข้าใจผมดี
- ผู้วิจัย : อะไรทำให้สองอยากอยู่ต่อ
- สอง : พยาบาลที่นี่ก็เข้าใจผมดีทุกคน 2 วันมานี้พยาบาลให้ความกันเองกับผมมาก เสาร์-อาทิตย์ ที่ผ่านมามีคนลองทบทวนเรื่องที่พูดกับพี่ดู มันก็จริงอย่างที่พี่พูด ผมคิดว่าจุดหมายผมตอนนี้ผมจะเลิกยาให้ได้
- ผู้วิจัย : ครั้งแรกสองบอกพี่ว่าจะมาพักเครื่อง สองคงเลิกยาไม่ได้
- สอง : ผมตั้งใจจะหางานทำถ้าเลิกยาได้
- ผู้วิจัย : สองเปลี่ยนไปนะ
- สอง : ตอนนี้ถึงผมไม่มีเงินผมก็จะอยู่ให้ได้ อาหารตอนนี้ผมก็ทานได้ เพื่อนเขามีอะไรเขาก็แบ่งให้ผม
- ผู้วิจัย : สองพร้อมที่จะอยู่ ร.พ. ตอนนี้
- สอง : ตอนนี้ผมพยายามทำตัวผมให้ตัดยาให้ได้ คนอื่นเขามีอาการมากกว่าผมอีกเขายังตัดยาได้ แต่ก็ยังมีบางครั้งที่ผมรู้สึกเหงา



- ผู้วิจัย : ไม่มีคนมาเยี่ยมสองนะ
- สอง : ตอนนี้ผมก็พยายามช่วยเหลือคนอื่น พยายามไม่อยู่คนเดียวก็รู้สึกเหงาน้อยลง ใครที่ผมพอช่วยเหลือได้ผมก็ช่วย เขาไม่ไหวผมก็ช่วยบีบนิ้วให้
- ผู้วิจัย : สองภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือคนอื่น
- สอง : นี่เหลืออีก 3-4 วัน ก็ต้องย้ายไปอยู่ฝั่งโน้น (เตรียมพื้นที่)
- ผู้วิจัย : ฟังดูเหมือนสองไม่อยากย้ายนะ
- สอง : ครับ แต่ก็ต้องยอมรับสภาพบางอย่าง ผมก็ยังไม่รู้ทางโน้นเป็นอย่างไร ผมคิดว่าถ้าย้ายไปอยู่ทางโน้นคงไม่มีใครเข้าใจผม แต่ผมก็จะพยายามช่วยเหลือเขา
- ผู้วิจัย : ที่ตึกโน้นจะเป็นการฝึกใจสอง เราจะใหม่ทั้งคน และสถานที่ เราต้องฝึกตัวเราที่จะทำอย่างไรเราจึงจะอยู่ได้อย่างสบายที่สุด และจะชัดเจนกับตัวเองว่าต้องการจะใช้ของ (เฮโรอิน) คอไปอีกหรือไม่
- สอง : ผมหวังว่าผมจะทำตัวให้ดีขึ้น เลิกยาให้ได้ แล้วหางานทำ
- ผู้วิจัย : สองตั้งใจจะเป็นสองคนใหม่
- สอง : ผมสูญเสียเวลาไปหลายปี ตอนนี้ผมตั้งใจจะเปลี่ยนแปลงตัวเองใหม่ แต่ผมกลัวว่าเวลาผมอยู่ข้างนอก ถ้าผมต้องอยู่ในแควงคนใช้ยาอีกผมจะทำอย่างไร

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

สองมีหน้าตาสดชื่น สะอาดขึ้นกว่าครั้งก่อน ๆ มาก ตัดผมใหม่ โคนหนวดโคนเครา ยิ้มแย้มแจ่มใส จากการพูดคุยในครั้งนี้ผู้วิจัยพยายามให้สองมองเห็นปัญหาของตัวเอง และการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เช่น

- ผู้วิจัย : ได้ข่าวว่าไม่ต้องย้ายไปตึกโน้น (เตรียมพื้นที่)
- สอง : ครับ พี่เขาเรียกไปถามเมื่อวานจะย้ายหรือจะอยู่ ผมขออยู่ที่นี้ต่อ (เป็นรายเดียวที่พยาบาลให้ช่วยเป็นพี่เลี้ยงต่อ)
- ผู้วิจัย : เป็นไงตัดยาแล้วรู้สึกอย่างไรบ้าง
- สอง : เมื่อคืนผมปวดไปหมดทั้งตัว ผมตัดไป 2 แก้ว แล้วผมจะดูว่าครบ 4 แก้ว แล้วจะเป็นอย่างไร

- ผู้วิจัย : ตอนนี้สองรู้สึกเป็นไงบ้าง
- สอง : ผมทำงานได้ช้าลง แต่สบายใจขึ้น ตอนนี้ผมทำอะไรก็อยากทำให้ดีให้เรียบร้อยไปเลย ใครทำไว้ไม่ดีผมก็ไปทำใหม่
- ผู้วิจัย : มีอะไรหนักใจไหม
- สอง : ตอนนี้ผมรู้สึกตัวผมมีค่ามีประโยชน์กับคนอื่น ผมรู้สึกไม่เหงาได้พูดคุยกับคนอื่นทั้งวัน ผมยอมรับว่าพูดคุยกับพี่แล้วผมสบายใจที่มีคนยอมรับ และเข้าใจผม
- ผู้วิจัย : เวลาที่เรารู้สึกตัวเรามีค่า มันเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตัวนะ
- สอง : แฟนเขาชอบผมเพราะรู้ว่าผมทำอะไรก็ทำด้วยความจริงใจไม่เคยโกหกใคร แฟนผม เขาฐานะดี บ้านผมจนผมก็บอกให้เขารู้ เขาก็ไม่รังเกียจผม ผมมาคิดดูผมทำงานอีก 5-10 ปี ก็ไม่มีเงิน ผมก็เลยคิดในทางที่ผิด ผมเล่นเฮโรอีนอยู่แล้วผมก็เลยคิดขาย เพียง 3 เดือน ผมก็มีเงิน 2 แสนกว่าบาท เงินที่ได้ตอนนี้ก็หมดไปกับการวิ่งเต้นคดี ผมก็เลยมาคิดว่าสิ่งที่ผมทำเพื่อตัวเองเพื่อคนที่เรารักแต่ทำในสิ่งที่ผิด ตอนนี้ผมคิดได้แล้วว่าในที่สุดผมไม่เหลืออะไรเลย ไม่ได้อะไรเลย
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วสองได้นะ แต่เป็นสิ่งที่เราไม่คาดคิดมาก่อน
- สอง : ผมไม่เคยพูดเรื่องนี้ให้แฟนฟังเลยที่ผมทำเพื่อเขา ผมจะอย่างไรดีเขาจึงจะเข้าใจในตัวผม ตอนนี้ผมไม่ได้ติดต่อเขามา 7 เดือนแล้ว ผมผิดตรงไม่กล้าบอกให้เขารู้กลัวเขาเสียใจ ผมมารักษาตัวที่ ร.พ. ก็ไม่กล้าจดหมายไปบอกเขากลับเขาผิดหวังในตัวผม
- ผู้วิจัย : สองกังวลไม่รู้จะตัดสินใจเรื่องแฟนอย่างไร
- สอง : จริง
- ผู้วิจัย : แล้วสองจะจัดการอย่างไรต่อไป
- สอง : ผมจะเขียนจดหมายถึงเขาไว้ แล้วถ้าผมออกไปผมจะให้เขารับรู้ความรู้สึกที่แท้จริงของผม ผมคิดว่าเขาจะได้เข้าใจในตัวผมดีขึ้น วันนี้ผมได้พูดคุยกับพี่ผมสบายใจขึ้น ผมไม่กังวลแล้วเขาจะคิดอย่างไร แต่ผมจะพยายามเลิกยา และอยู่รักษาให้ครบ ผมจะพยายามเปลี่ยนตัวผมให้ได้



### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

สองหน้าตาเหมือนคนไม่ได้นอนมาทั้งคืน หน้าตาอิดโรย แววตาหม่นหมอง ผมเผ้ายุ่งเหยิง ผิดจากครั้งที่แล้วมาก จากการพูดคุยทราบว่าสองต้องต่อสู้กับอาการถอนพิษยาที่เกิดขึ้นอย่างมาก ผู้วิจัยพยายามให้สองมีความอดทนที่จะต่อสู้กับความต้องการทางกายที่เกิดขึ้น เช่น

- สอง : เมื่อคืนผมเกิดความคิดขึ้นมาแวบหนึ่งว่าออกดีกว่า แต่คิดถึงคำพูดที่เคยเปลี่ยนใจอยู่ต่อมันปวดไปหมด มันใช่ไปหมด ตอนกลางคืนผมคิดว่าผมจะไหวใหม่นี้
- ผู้วิจัย : กลางวันมีอาการเหมือนกลางคืนไหม
- สอง : กลางวันผมทำงานเลยไม่คิดถึงมัน แต่กลางคืนผมไม่ได้ทำอะไรเลยคิดถึงมัน ขนาดดูโทรทัศน์อยู่ยังนั่งดูไม่ได้ ต้องลุกเดินมาข้างล่าง นอนอยู่ที่เตียงไม่ได้
- ผู้วิจัย : สองรู้สึกกลางคืนแทบจะทนไม่ไหวนะ
- สอง : บางครั้งหลับอยู่ ปวดจี๊ด สดุ้งตื่นเลย นอนไม่ได้เลย
- ผู้วิจัย : สองได้อะไรจากสิ่งเหล่านี้บ้าง
- สอง : ผมคิดว่าผมต้องทนและเลิกมันให้ได้
- ผู้วิจัย : คืนนี้สองเตรียมตัวอย่างไร
- สอง : เวลาเกิดอาการผมนึกถึงที่ที่พูดจะลงมาร่วงก็ไม่ไหว มันยิ่งกว่าหักดิบเสียอีก อยู่บ้านผมหักดิบแค่ 7 วัน ก็หมดอาการแล้ว แต่อาการมันยิ่งกว่าหักดิบอีก เมื่อคืนผมเกือบหนีออกไปแล้ว เพราะทนไม่ไหว แต่ผมนึกถึงที่ที่พูดเลยไม่กล้าหนี แล้วอีกอย่างกลัวตำรวจจับ ผมเจ็บแล้วไม่อยากจะกลับไปอีก
- ผู้วิจัย : คืนนี้สองอาจจะทนไม่ไหว
- สอง : ผมเคยลำบากมากกว่านี้ ผมคิดว่าผมต้องทนให้ได้
- ผู้วิจัย : ถ้าเกิดอาการคืนนี้สองจะทำอย่างไร
- สอง : ทนอย่างเดียว ตอนนี้ขนน้ำ (อาบน้ำ) ก็ไม่ได้มันหนาว ตอนนีผมว่ามันอยู่ที่ใจอย่างเดียว ถ้าทนไม่ไหวจริง ๆ ผมจะไปขอยาแก้ปวดทาน
- ผู้วิจัย : เวลาเกิดอาการมาก ๆ ทำอย่างไร
- สอง : ผมคืนอย่างเดียวอยู่บนเตียง

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

สองมีหน้าตาขี้มึนขี้มั่ว มีความคิดอ่านเปลี่ยนไป มีพฤติกรรมดีขึ้น พร้อมทั้งจะสู้ชีวิตข้างหน้า แสดงว่าสองเริ่มมองเห็นปัญหาของตัวเองอย่างชัดเจน เกิดการตระหนักรู้และสามารถตัดสินใจได้ด้วยตัวเอง เช่น

ผู้วิจัย : ตอนนี้ร่างกายสองเป็นอย่างไรบ้าง

สอง : ดีขึ้นมาก เวลาเข้ากลุ่มก็รู้สึกสนุกมีความสุข ไม่เหมือนที่ผ่าน ๆ มา ตอนนี้ผมก็พยายามออกกำลังกายคนเดียวทุกวัน ก็ปวดเมื่อยน้อยลง แล้วก็ช่วยคนอื่นได้อย่างสบายใจมากขึ้น ตอนนี้ผมเริ่มรักตัวเอง

ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรร

สอง : ผมรักตัวเองก็คือ พยายามไม่ให้ตัวเองทรุดโทรม ตอนนี้ทุกเย็นผมจะเตะฟุตบอลวิ่งออกกำลังกาย เหนื่อยเพลียก็อาบน้ำสดชื่น

ผู้วิจัย : เวลาที่สองรู้สึกอย่างไร

สอง : ภูมิใจถ้าเราทำอะไรเพื่อตัวเองเราจะมีกำลังใจ ตอนนี้สิ่งยึดเหนี่ยวในตัวผมไม่ใช่พ่อแม่หรือแฟน แต่เป็นตัวผมเอง ผมเริ่มเข้าใจเรื่องที่ถูกคุยกับพี่แล้ว

ผู้วิจัย : ถ้าเราทำอะไรเพื่อตัวเราเอง .....

สอง : เราจะสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตัวเองได้ ผมจะขออยู่ที่นี้ต่ออีกระยะหนึ่งเพื่อฝึกใจผมให้เข้มแข็งกว่านี้ ให้พร้อมที่จะเผชิญโลกภายนอก ผมคิดว่าผมทำได้แน่ถ้าให้ผมอยู่ต่ออีกระยะหนึ่ง

คนที่ 3

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

สามพูดได้ตอบได้เป็นอย่างดี มีความตั้งใจที่จะเลิกเฮโรอีนให้ได้ ซึ่งเห็นได้ชัดจากคำพูดและกิริยาท่าทางที่แสดงออก เช่น



- สาม : อยู่บ้านไม่มีอะไรจะทำ เรื่องช่วยค้าขายผมไม่ชอบ เดินอยู่ในบ้านก็เบื่อ เดินออกมาบ้านเพื่อน เพื่อนชวนเล่นก็เล่น
- ผู้วิจัย : มีอะไรอีกไหมที่ทำให้สามไม่อยากอยู่บ้าน
- สาม : ไม่มีครับ ที่บ้านมีแม่กับพี่ช่วยค้าขายอยู่แล้ว
- ผู้วิจัย : สามรู้สึกตัวเองเป็นส่วนเกิน ไม่มีค่าอะ
- สาม : ครับ
- ผู้วิจัย : สามอยากให้คนในบ้านเห็นคุณค่าของสามบ้าง
- สาม : ครับ ที่จริงที่บ้านไม่มีอะไรดีมาตลอด
- ผู้วิจัย : แล้วมันเป็นไงละ สามถึงอยากอยู่บ้านเพื่อนมากกว่า
- สาม : ยายเป็นส่วนหนึ่งที่พาเราไปหาเพื่อน
- ผู้วิจัย : สามรู้สึกเหงาเลยไปหาเพื่อน
- สาม : ครับ
- ผู้วิจัย : ถ้ารักษาหายแล้ว สามกลับไปจะไปหาเพื่อนไหม
- สาม : คิดว่าไม่ เพราะมีพี่มีหลาน และตั้งปฏิญาณไว้ว่าออกไปจะไปช่วยแม่ค้าขาย นี่พี่ชายก็เป็นผู้พามารักษา ตอนนี้ผมอยากเรียนต่อ ตั้งใจว่าออกไปจะไปเรียนต่อ หรืออาจจะไปทำงานอยู่กับพี่เขยที่เมืองนอก
- ผู้วิจัย : อะไรที่ทำให้สามมั่นใจว่าจะเลิกได้
- สาม : มีเพื่อนเขามารักษาแล้วเขาหายขาดไปเลย เขาบอกว่าที่นี่มีจิตวิทยามาช่วยให้เราเลิกได้ ผมอยากหายขาดไปเลย เพื่อนผมก็ถูกจับหมุดแล้ว ที่เหลือก็มารักษาที่นี้หมดแล้ว
- ผู้วิจัย : สามอยากเลิกได้นะ
- สาม : ผมตั้งปฏิญาณว่าออกไปจะช่วยแม่ค้าขาย และผมบอกแม่ว่าถ้าผมหายให้ส่งผมไปทำงานกับพี่เขยที่ซาอูๆ
- ผู้วิจัย : สามอยากไปเมืองนอก
- สาม : ผมอยากมีอนาคตที่ดี



## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

สามยังมีอาการพูดลิ้นคัมปาก แสดงว่ายังมีอาการถอนพิษยาอยู่อีกมาก ตลอดเวลาที่พูดคุยกัน สามมีความพร้อม และสามารถโต้ตอบได้อย่างฉับไว เช่น

- ผู้วิจัย : ตอนนี้สามรู้สึกอย่างไร
- สาม : นอนไม่ค่อยหลับ 2 วันแรกคัมฤทธิ์ยา ช่วงหลังกลางวันหลับสบาย แต่กลางคืนยังหลับ ๆ คื่น ๆ มากกว่าเดิม
- ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรวะ
- สาม : คิดถึงอนาคตข้างหน้า ถ้าผมเลิกได้ผมจะไปทำงานกับพี่เขยที่ซาอุฯ
- ผู้วิจัย : สามอยากไปต่างประเทศ
- สาม : ผมอยากทำงานนอกบ้าน ขับรถส่งเอกสารตามบริษัท
- ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรวะ
- สาม : มันได้รู้จักคนอื่นมากขึ้น
- ผู้วิจัย : สามอยากมีเพื่อน
- สาม : ครับ เพื่อน ๆ ผมเขาคดี ผมมาใหม่ ๆ มันปวดมาก เพื่อน ๆ เขาก็มาช่วยนวดช่วยบีบให้ เพื่อน ๆ ทุกคนที่นี้เป็นคนดี เพื่อน ๆ เขาให้ผมอดทนเลิกให้ได้
- ผู้วิจัย : สามต้องมีความอดทน
- สาม : ผมต้องเลิกให้ได้ ผมทำให้แม่เสียใจมากแล้ว ผมคิดว่าถ้าผมถูกตำรวจจับแม่คงเสียใจมากกว่านี้ แม่เขาแก่แล้วต้องทำให้เขาคดีใจบ้าง
- ผู้วิจัย : สามเลิกได้แม่คงดีใจมากนะ
- สาม : ครับ
- ผู้วิจัย : สามเคยคิดใหม่ทุกครั้งที่สามกลับไปใช้มันเป็นเพราะอะไร
- สาม : ความเพลิดเพลินของมัน ความอยากลองของเราด้วย เขาไปกับเพื่อนฝูง และคิดถึงรสชาติของมัน
- ผู้วิจัย : สามวางแผนอย่างไรถ้าออกจากโรงพยาบาล
- สาม : จะหางานทำ
- ผู้วิจัย : ถ้าเพื่อนชวนเล่นอีกจะทำอย่างไร



- สาม : จะบอกว่าเลิกแล้วมาอดจากที่นี่ เล่าประสบการณ์ให้เพื่อนฟัง จะพยายามให้เขาเลิกให้ได้  
ได้อย่างเรา
- ผู้วิจัย : ฟังดูสามมั่นใจมากนะ
- สาม : ผมไม่เปลี่ยนความตั้งใจของผมแน่ พี่คอยดูแล้วกัน

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

สามมีหน้าตาไม่สดชื่นเหมือนคนเป็นไข้ ขนลุกตลอดเวลา เหงื่อออกมาก แต่ลักษณะการพูดจาโต้ตอบดีเหมือนเดิม ในครั้งนี้เห็นได้ชัดว่าสามมีความตั้งใจจริงที่จะเลิกยาให้ได้ ซึ่งผู้วิจัยได้พยายามที่จะให้สามได้มองเห็นปัญหาของตัวเอง เช่น

- สาม : ผมอดยามา 3 มื้อแล้วรู้สึกจะเป็นไข้
- ผู้วิจัย : คิดอย่างไรถึงตัดยาเอง
- สาม : ผมอยากรู้ว่าถ้าจะเลิกยา ร่างกายจะทนได้แค่ไหน ลองไม่ทานยาที่มีปวดหลังนิดหน่อยเท่านั้น เดิมตัด 2 มื้ออยู่แล้ว แต่เมื่อวานลองตัด 3 มื้อเลยไม่ไหวเป็นไข้เลย
- ผู้วิจัย : มีอาการอย่างไร
- สาม : หนาว ๆ ร้อน ๆ เป็นไข้นิดหน่อยแต่ไม่ได้บอกหมอทนได้พอกินยา ก็หาย ปกติผมกินยาเฉพาะช่วง 6 โมงเช้ากับ 5 ทุ่ม เมื่อวานลองตัดมือ 5 ทุ่ม เลยเป็นไข้เลย
- ผู้วิจัย : คงต้องค่อย ๆ ลองตัด ครั้งแรกตัดซัก 2 มื้อ ซัก 2-3 วันก่อน แล้วค่อยเพิ่มเป็น 3 มื้อ จะดีกว่าไหม
- สาม : ครับ
- ผู้วิจัย : ถ้าตั้งใจจะเลิกจริง ๆ คงต้องอดทนมากนะ
- สาม : ครับ
- ผู้วิจัย : รู้สึกอย่างไรตั้งแต่พูดคุยกันมา
- สาม : ดีครับ พี่ให้แง่คิดดี
- ผู้วิจัย : ดีอย่างไร

สาม : นำคิดดี ให้มีความอดทน ให้เป็นตัวของตัวเอง ถ้าเวลาผมไม่สบายใจมีพี่คอยรับฟังเหตุ  
ผลผมบ้างก็สบายใจดี ทำให้เรารู้ว่าเราไม่ได้อยู่ตัวคนเดียว ยังมีคนสนใจเรานะ เป็น  
กำลังใจให้เรา เป็นที่ปรึกษาเราได้

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

สามมีสีหน้าสดชื่น ยิ้มแย้มแจ่มใส มีท่าทางกระฉับกระเฉง มีความมั่นใจในตัวเองตลอด  
เวลาที่พูดคุย ผู้วิจัยพยายามให้สามได้มองเห็นวิธีการต่าง และวางแผนเตรียมพร้อมที่จะไม่กลับไปใช้  
เฮโรอีนอีก

สาม : เมื่อก่อนผมกินยาตัด มันทึบ รสมันขมและเหม็นด้วย กลางคืนนอนไม่หลับเลย ปวด  
หลังไปหมด ไม่ได้นอนตลอดทั้งคืนเลยจนเช้า แต่รวมกลุ่มสุขศึกษาก็ไปพร้อมกับเขา  
แล้วก็เสนอความคิดเห็นของผมด้วย

ผู้วิจัย : ไม่ได้นอนตลอดคืน วันนี้จะย้ายไปอยู่ตึกโน้น (เตรียมพื้นฟู)

สาม : ใช่ครับ ดีผมชอบ อยู่ตึกโน้นไม่มียาทาน ผมจะได้มั่นใจว่าผมเลิกได้แน่ อยู่ตึกนี้ผม  
ต้องคอยเตือนตัวผมไม่ไปขอยาทาน แล้วจะได้ไปเจอเพื่อนที่ย้ายไปด้วยจะได้รู้ว่าเป็น  
อย่างไร ผมคิดว่าอยู่ตึกโน้นผมคงไม่เหงา ทุกวันนี้ผมวิ่งทุกเย็นแล้วออกกำลังกายบ้าง  
เตะตระกร้อของผมคนเดียวอยู่แล้ว บางครั้งก็มีเพื่อนที่สนใจเล่นด้วย

ผู้วิจัย : ไปตึกโน้นเพื่อนบอกไม่ไหวจะแย่อยู่อแล้ว

สาม : ผมจะชวนเขาออกกำลังกาย หรือชวนเขาทำความสะอาดตึก ผมอยู่ตึกนี้ผมก็ทำทุก  
อย่าง ผมรักตึกนี้มาก รักพี่ ๆ ทุกคน เพื่อนจะพูดกับผมไม่ดีเขาไม่รักผม ผมก็ไม่ว่า  
แต่ผมรักเพื่อน ๆ ทุกคน

ผู้วิจัย : เราคงจะให้ใครมารักเราทุกคนไม่ได้

สาม : ใช่อะ คนอื่นมารักผมทุกคนไม่ได้ แต่ผมรักเขาได้ทุกคน ใจผมบริสุทธิ์พอ

ผู้วิจัย : นี่เป็นสิ่งที่ดีในตัวสาม

สาม : ตั้งแต่ผมฟังพี่พูด ผมก็พยายามปรับตัวเพื่อจะได้เอาไปใช้เวลาอยู่ข้างนอก ผมตั้งใจไว้  
แล้วว่าจะสามคนใหม่

ผู้วิจัย : เราเปลี่ยนคนอื่นไม่ได้ แต่เราเปลี่ยนตัวเราเองได้นะ



- สาม : ไร่ครับ ถ้าเรามีความตั้งใจจริงเราทำได้ ผมคิดว่าถ้าผมตั้งใจผมทำได้ 100 % อย่างเมื่อคืนผมปวดหลังมาก ครั้งแรกคิดจะไปขอยาที่เขาทาน แต่คิดอีกที่เราต้องทนให้ได้ กลับไปบ้านเราก็ไม่มียาทาน ก็เลยทนทั้งคืน เมื่อเช้าตื่นแต่เช้า ภูห้อง เช็ดกระจก พอมันคล่องตัวอ้ายที่ปวด ๆ อยู่ก็หายไป พออาบน้ำหน่อยก็โล่ง สบายใจไปหมด
- ผู้วิจัย : มีนำวันนี้หน้าตาถึงสดชื่นกว่าทุกวัน เพราะชนะใจตัวเอง ที่เห็นหน้าสามวันนี้มันใจ 100 % เลยกว่าสามเลิกได้แน่
- สาม : จริง ๆ แล้วผมได้แรงใจมาก ๆ จากพี่ พี่คอยรับฟัง ไม่ทับถมว่าอ้ายนี้เป็นคนคิดยา ผมเลยมีกำลังใจมากขึ้นทุกวัน

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

สามย้ายมาอยู่เตรียมพื้นฟูแต่ไม่มีอาการท้อถอยเหมือนคนอื่น ยังคงวิ่งออกกำลังกายช่วยตัวเองเหมือนเดิม และยังช่วยคนอื่นให้ร่วมสนุกด้วย แม้ว่าจะมีอาการก็ไม่เกิดความย่อท้อ ผู้วิจัยพยายามชวนให้สามได้มองเห็นปัญหา และการแก้ปัญหาด้วยตัวเอง เช่น

- สาม : เมื่อคืนผมไม่ได้นอน มันปวดเมื่อยตามตัว ผมไม่ได้นอนเลย มีหลายคนทำอย่างที่ว่าบอก เลื่อยขี้บนเตียงบ้าง เลื่อยลงใต้เตียงบ้าง ผมยังนึกเลยว่านี่ถ้าผมใช้มันมากกว่านี้ผมคงมีอาการเหมือนเขา
- ผู้วิจัย : สามได้อะไรจากภาพที่เห็นบ้าง
- สาม : ผมนึกถึงสิ่งที่ไม่ดีในตัวผม ถ้าผมทิ้งมันไปได้ ผมก็จะเป็นสามคนใหม่ได้
- ผู้วิจัย : สามลองมองดูต้นไม้ต้นนี้สามเห็นความฉลาดของมันไหม
- สาม : (เงยบ)
- ผู้วิจัย : เห็นใบที่มันร่วงอยู่ใต้ต้นไม้ไหม
- สาม : เห็น
- ผู้วิจัย : นั่นแหละความฉลาดของต้นไม้ มันรู้ว่าเมื่อไรมันควรจะแบกใบไว้ เมื่อไรมันควรจะสลัดทิ้ง เพื่อว่ามันจะได้โตขึ้นเรื่อย ๆ มันคงเหมือนกับสาม .....

- สาม : ถ้าผมทิ้งสิ่งที่ไม่ดี เช่น อารมณ์ร้าย ๆ อย่างเมื่อคืนมีคนหนึ่งเดินขึ้นเดินลงข้างล่างข้างบน รื้อค้นหัวเตียงท้ายเตียง ผมก็ได้แต่มองเขาเฉย ๆ รู้สึกสงสารเขา เขาอายุแก่ครวฟ่อผม ผมก็ไม่กล้าว่าเขา
- ผู้วิจัย : ถ้าสามเลิกไม่ได้สามคงเป็นอย่างเขา
- สาม : ใช่ครับ ถ้าผมเลิกไม่ได้ก็คงทำตัวแบบเขา
- ผู้วิจัย : สามรู้แล้วนะว่าสามได้ประโยชน์อย่างไรจากภาพที่เห็นเมื่อคืน
- สาม : ผมคิดว่าผมได้ประโยชน์มาก ผมได้ศึกษาทั้งคนอื่น และตัวผมเอง ผมพยายามช่วยเหลือเพื่อน ๆ เท่าที่ผมจะช่วยให้ ถ้าเขาเลิกได้ก็เป็นกำลังใจสำหรับผมเหมือนกัน ถ้าใครมาคุยกับผมแล้วพูดถึงเรื่องเสียนยาผมจะเดินหนีทันที ไม่คุยด้วย เขาต้องเปลี่ยนเรื่องผมถึงจะคุยด้วย ใครมาปรึกษาผม ผมคุยด้วยเสมอ
- ผู้วิจัย : สามมั่นใจในตัวเองมากนะ
- สาม : ผมมั่นใจว่า 7 วันนี่จะต้องเป็น 7 วันของผม เพราะผมได้กำลังใจจากที่ จากเพื่อน ผมมั่นใจว่าผมต้องประสบความสำเร็จ

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

สามมีหน้าตาสดชื่น ไม่เหลือเค้าของคนติดเฮโรอีนอีกเลย นอกจากนี้ยังมีความคิดที่เปลี่ยนไปในทางสร้างสรรค์ ผู้วิจัยพยายามให้สามรู้จักวางแผนสำหรับอนาคต เช่น

- ผู้วิจัย : ถ้าสามกลับไปบ้านมีคนเรียกว่าอ้ายขี้ยา สามจะโกรธไหม
- สาม : ผมถือคติว่าโจรกลับใจพระเจ้าให้อภัย ผมไม่โกรธ ยอมรับ ถือว่ามันเป็นอดีต ผมไม่เก็บมาใส่ใจ
- ผู้วิจัย : ตอนนีพี่ว่าสามเป็นสามคนใหม่แล้วนะ
- สาม : ก็รู้สึกตัวเองดีขึ้นมาก ๆ เลย ตอนนีรู้สึกหัวใจเย็นขึ้นเยอะ ใครพูดอะไรก็ไม่โกรธ
- ผู้วิจัย : สามรู้สึกตัวเองมีอะไรเปลี่ยนแปลงขึ้นเยอะ
- สาม : ผมก็ว่าอย่างนั้น ตอนนีผมมองอะไรก็สดใสไปหมด เมื่อก่อนผมเห็นตำรวจผมจะเข้าบ้านปิดประตู แต่ตอนนี้ผมมั่นใจถึงผมเดินชนตำรวจผมก็ไม่รู้สึกอะไร ผมเป็นคนสุจริตแล้ว ใครจะมาทำอะไรผมไม่ได้



- ผู้วิจัย : สามมีความสุขขึ้นมากนะ
- สาม : ใช่ครับ ผมจะพยายามทำให้ถึงจุดที่ผมใฝ่ฝันไว้
- ผู้วิจัย : ความใฝ่ฝันของสาม .....
- สาม : มีบ้านเป็นของตัวเองด้วยน้ำพักน้ำแรงของผม ผมคงภูมิใจมาก ถ้าเขายกให้มันก็เท่านั้น ไม่ภาคภูมิใจเหมือนกับหาซื้อด้วยตัวเอง ทำกับมือของเรามันถึงจะน่าภูมิใจ
- ผู้วิจัย : ความฝันของสามคงไม่ไกลความจริงแล้วนะ
- สาม : ผมมีความมั่นใจตัวเอง 100 % ทั้งร่างกายและใจผมตอนนี้สมบูรณ์ที่สุด ผมแน่ใจไม่มีใครมาดึง (ชวนให้ใช้) ผมได้อีกแล้ว ผมออกไปนี้แม่คงภูมิใจในตัวผม
- ผู้วิจัย : สามวางอนาคตไว้อย่างไรบ้าง
- สาม : ผมจะช่วยแม่กับพี่ค้าขาย พี่ชายผมเก่งเขารักผมอยู่แล้ว เขาคงสอนผมได้
- ผู้วิจัย : สามเคยบอกว่าไม่ชอบค้าขายอยากไปอยู่เมืองนอก
- สาม : ผมมานึกดู พี่ชายผมเป็นโรคหัวใจ แม่ก็แก่แล้วผมควรจะช่วยแม่กับพี่ชายก่อน แล้วค่อยมองหาช่องทางต่อไป แต่ที่สำคัญตอนนี้ผมอยากกลับบ้านมากที่สุด ผมอยากให้คืนนี้มันผ่านไปเร็ว ๆ ผมคิดถึงแม่มากอยากเห็นแม่มากที่สุด ผมไม่เคยภูมิใจตัวเองเหมือนวันนี้เลย ผมขอบคุณพี่มากที่ช่วยชี้ทางสว่างให้ผม ถ้าไม่มีพี่ผมก็ไม่แน่ใจว่าผมจะอยู่จนถึงวันนี้ไหม

#### คนที่ 4

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

สี่มีสีหน้าวิตกกังวลเหมือนขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง และเป็นคนเดียวที่ไม่ยอมให้อัดเทป การพูดคุยทุกครั้งทีพูดคุยกัน สี่มีความกังวลว่าตัวเองจะต้องกลับไปใช้ยาใหม่ไม่สามารถเลิกได้ เช่น

- ผู้วิจัย : สี่เริ่มใช้ยาเพราะอะไร
- สี่ : เหงา พ่อกับแม่ไม่สนใจ พ่อแม่ก็เดือนผมอย่าไปเล่น เขาก็พยายามพามารักษา ครั้งแรกเขาพามาผมไม่ยอมรักษา กลัวตาย
- ผู้วิจัย : กลัวตาย

- ส : ยาล้างยา
- ผู้วิจัย : ครั้งนี้มีเหตุผลอะไรถึงมารักษา
- ส : เพื่อนพามา อยากเลิกด้วย อยากมีอนาคต
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ
- ส : ไม่มีของ (เฮโรอิน) เล่น ฤทธิ์มันร้าย
- ผู้วิจัย : เกิดอาการเสียนยา (อาการทางกาย)
- ส : ปวดกระดูกทนต์ไม่ไหว เวลาเสียนยาทำให้กระวนกระวาย
- ผู้วิจัย : ทำให้สามารถรักษาครั้งนี้
- ส : จริง ๆ แล้วเพื่อนชวน พ่อแม่ชวน ใจผมอยากมา (เงียบนาน) อยากมีอนาคต เบื่อ  
อยากเลิก
- ผู้วิจัย : สี่แน่ใจว่าจะเลิกได้ที่เปอร์เซ็นต์
- ส : แน่ใจ 70 % ที่เหลืออยู่ที่ใจ
- ผู้วิจัย : อีก 30 % มันคือ .....



## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

สี่ยังไม่มีคามมั่นใจผู้วิจัย ยังไม่ยอมให้อัดเทป ยังพูดถึงเรื่องนอกตัวอยู่ เช่น

- ผู้วิจัย : สี่คิดอย่างไรกับเรื่องการติดยา
- ส : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : (เงียบ)
- ส : เรื่องเอดส์มันเป็นอย่างไร คนติดยาคือต้องเป็นเอดส์ไหม
- ผู้วิจัย : สี่คิดอย่างไรล่ะ
- ส : อยากให้พูดให้ฟัง
- ผู้วิจัย : สี่กังวลว่าตัวเองอาจจะเอดส์
- ส : ผมเคยไปตรวจมา 2 ครั้ง เขาว่าผมไม่เป็น ถ้าใช้เข็มร่วมกับคนอื่นจะเป็นเอดส์ไหม
- ผู้วิจัย : สี่เคยใช้เข็มร่วมกับคนอื่น
- ส : ไม่ใช่ของคนอื่น



- ผู้วิจัย : แล้วเข็มที่เราใช้เคยให้คนอื่นใช้ต่อไหม
- สตี : ให้อยู่แล้ว
- ผู้วิจัย : สตีคิดอย่างไรถึงให้เข็มเพื่อน เราอาจจะทำให้เพื่อนติดเชื้ออื่นจากเราได้นะ
- สตี : ผมไม่เป็นโรคอะไร
- ผู้วิจัย : สตีเคยตรวจร่างกาย
- สตี : ผมแข็งแรงดีไม่เป็นอะไร
- ผู้วิจัย : สตีให้เข็มเพื่อนยืมเพราะ .....
- สตี : เขาเป็นเพื่อนผม
- ผู้วิจัย : แล้วทำไมสตีไม่ใช้เข็มของเพื่อนบ้าง
- สตี : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : เห็นเขามองว่าอยู่ที่ตึกนี้แล้วต้องย้ายไปอยู่ตึกโน้นด้วย      ที่จะตามไปคุยกับผมอีกไหม  
(เปลี่ยนเรื่องพูด)

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

สตีเริ่มมีความเป็นกันเอง เริ่มพูดคุยในเรื่องของตัวเอง และแสดงความรู้สึกของตัวเอง เริ่มมีความมั่นใจว่าจะเลิกยาได้ เช่น

- สตี : ผมมีความมั่นใจว่าผมจะเลิกยาได้ (น้ำเสียงหนักแน่น)
- ผู้วิจัย : สตีแน่ใจว่าตัวเองเลิกยาได้
- สตี : ผมกังวลอยู่ว่าถ้าเลิกได้แล้วกลับไปบ้าน ถ้าใครมาพูดก็อาจจะกลับไปเล่นอีก
- ผู้วิจัย : จุดนี้สตียังไม่มั่นใจนะ
- สตี : ครับ
- ผู้วิจัย : แล้วสตีวางแผนที่จะแก้ไขเรื่องนี้อย่างไร
- สตี : จะไม่คบเพื่อนพวกนี้อีก
- ผู้วิจัย : เขาเป็นเพื่อนที่เราเคยคบด้วยนะ
- สตี : อาจไปเที่ยวด้วยกันบางครั้ง แต่ไม่เล่น
- ผู้วิจัย : ถ้าเพื่อนชวนเล่น

- ส : ผมไม่เอาอีกแล้ว
- ผู้วิจัย : อะไรทำให้สั่นใจ
- ส : กำลังใจ
- ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรวะ
- ส : แม่จะให้เรียนต่อ แม่จะส่งเรียน
- ผู้วิจัย : สี่อยากเรียนต่อ
- ส : ผมเลิกกับแฟน เรียนไม่จบก็เลยหันมาเล่น พ่อแม่ก็เตือน ผมก็พยายามจะเลิกอยู่แล้ว ตอนที่ผมเล่นเพราะผมเหงา เลยอยากลองอยากเล่น ผมมั่นใจว่าเลิกได้ มันอยู่ที่ใจ
- ผู้วิจัย : ถ้าสเลิกยาได้ สี่จะเรียนต่อ
- ส : ผมคิดว่าผมพร้อมที่จะเรียน ถ้าผมเรียนจบ พ่อกับแม่จะฝากให้ทำงานที่การไฟฟ้า
- ผู้วิจัย : สี่ต้องการมีอนาคตที่คืนนะ
- ส : ครับ

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

สี่มีความวิตกกังวลเรื่องเอดส์ ผู้วิจัยได้พยายามให้สี่ยอมรับและเข้าใจความรู้สึกของตัวเอง และกล้าที่จะตัดสินใจด้วยตัวเอง เช่น

- ส : พุงนี้ผมจะย้ายติ๊กแล้ว จะตามไปคุยกับผมไหม
- ผู้วิจัย : สี่อยากได้แบบไหน
- ส : อยู่ที่นี่บางวันกินอนได้ บางวันก็ไม่ได้ ก็พยายามทำใจ
- ผู้วิจัย : สี่เตรียมใจที่จะไปอยู่ที่โน่น (เตรียมฟันฟู) อย่างไร
- ส : อีกตั้ง 7 วัน เซ้งเบี้ออยากกลับบ้าน
- ผู้วิจัย : สี่ไม่อยากไปอยู่ที่โน่น
- ส : เบี้ออยากกลับบ้าน
- ผู้วิจัย : อยากรู้ไหมที่โน่นเป็นอย่างไร
- ส : อยากรู้



- ผู้วิจัย : ที่นั่นสื่จะได้ฝึกตัวเอง และจะรู้ว่าเมื่อก้าวขาออกจากโรงพยาบาล เราจะใช้หรือไม่ใช้  
มันอีก มันเป็นเพราะอะไร เราจะชัดเจนกับมัน
- สื่ : แค่ 7 วันเองผมไม่หนีหรือก ไม่อยากถูกจับ
- ผู้วิจัย : สื่กังวลเรื่องตำรวจ
- สื่ : ผมไม่อยากหมคอิสระ ที่เลือดที่เจาะไปผมเป็นเอดส์ไหม (สีหน้าวิตกกังวล)
- ผู้วิจัย : สื่กลัวว่าตัวเองจะเป็นเอดส์
- สื่ : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : สื่คิดอะไรอยู่เวลานี้
- สื่ : ผมอยากรู้ผลเลือด
- ผู้วิจัย : สื่เข้าใจว่าเอดส์เป็นอย่างไร
- สื่ : รักษาไม่หาย ตายรูปเดียว
- ผู้วิจัย : สื่ยังไม่อยากตายตอนนี้
- สื่ : ผมเคยตรวจมา 2 ครั้งแล้ว เขาว่าผมไม่เป็น
- ผู้วิจัย : ถ้าหมอบอกว่าไม่เป็นก็คงไม่เป็นนะ สื่รู้ไหมเราจะป้องกันตัวเราเองอย่างไรที่จะไม่ติด  
เอดส์
- สื่ : ไม่ใช่เข้มร่วมกับคนอื่น เลิกใช้ผง
- ผู้วิจัย : วิธีที่ดีที่สุดที่จะป้องกันตัวเราจากเอดส์ตอนนี้ก็คือ เลิกยาให้ได้นะ
- สื่ : ผมคิดว่าผมไม่เป็นเอดส์ ผมไม่เคยใช้เข็มเพื่อน
- ผู้วิจัย : ตอนนี้ยังไม่เป็นแต่ต่อไปอาจเป็นได้นะ
- สื่ : ผมต้องเลิกยาให้ได้ (สีเริ่มยอมรับความจริง)

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

สีมีท่าทางอดโรย ไม่ต้องการอยู่โรงพยาบาล ผู้วิจัยได้พยายามชวนให้สีเริ่มต้นที่จะฝึก  
ความกล้าที่จะรับผิดชอบตัวเอง เช่น

- สื่ : เมื่อคืนนอนไม่หลับ ปวดกระดูก
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ

- ส : เมื่อคืนผมเกือบจะเดินออกไปแล้ว นอนไม่หลับ แต่ก็หลับไปเอง
- ผู้วิจัย : กลับตอนไหน
- ส : เลยเที่ยงคืน
- ผู้วิจัย : เวลาเกิดอาการสีทำอย่างไรบ้าง
- ส : ชนน้ำ ช่วยลดลง 30-40 % เดียวก็เกิดอาการอีก ตอนนี้มีอาการ พยายามทนอยู่
- ผู้วิจัย : ตอนนี้อยากกลับบ้าน
- ส : มันไม่สะดวก อยู่ที่นี่ไม่มีอะไร ถ้าอยู่บ้านยังได้ออกกำลังกาย
- ผู้วิจัย : อยู่ที่นี่ไม่ได้ออกกำลังกาย
- ส : ผมทำไมได้ไม่กล้า อาย .....
- ผู้วิจัย : สบายนะถ้าต้องออกกำลังกาย ปวดกระดูกก็ไม่ใช่ไรทนได้
- ส : (เงยบ นานมาก)
- ผู้วิจัย : สใส่เสื้ออะไร
- ส : สีเขียว
- ผู้วิจัย : เห็นสีนี้แล้วสีนี้ถึงอะไร
- ส : ดันไม้
- ผู้วิจัย : ดันไม้มันเป็นไงคะ
- ส : โดขึ้นเรื่อย ๆ
- ผู้วิจัย : มันโตเพราะอะไร ทำไมมันถึงโตขึ้น
- ส : ไขมันร่วง
- ผู้วิจัย : ดันไม้มันฉลาดนะที่รู้จักสลับทิ้งของเก่า เพื่อที่มันจะได้โตขึ้นเรื่อย ๆ เหมือนอย่างถ้ารู้จักสลับทิ้งสิ่งที่ไม่ดีในตัวเอง สีก็จะเป็นสีคนใหม่ได้จริงไหม
- ส : ครับ
- ผู้วิจัย : สรู้ว่าการออกกำลังกายจะช่วยให้สีหายปวดเมื่อย แต่สีก็อายุที่จะทำมันนะ ตอนนี้อยากทำอะไรบ้าง
- ส : ที่จริงมันขึ้นอยู่กับตัวเรา
- ผู้วิจัย : แล้วสีจะทำไงล่ะ
- ส : ต้องฝึกที่จะทำอะไรที่เราอยากทำ
- ผู้วิจัย : สเข้าใจดีนะว่ามันยากสำหรับสี แต่ที่เชื่อแน่ว่าสีทำได้



- ส : ต้องฝึกมัน  
 ผู้วิจัย : ตอนนี้รู้สึกอย่างไร  
 ส : สบายใจขึ้น

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

สี่มีหน้าตาสดชื่นขึ้น ยิ้มแย้มแจ่มใส ในครั้งนี้ผู้วิจัยช่วยให้สี่ชัดเจนประโยชน์ที่ตัวเองจะได้รับ และการเตรียมพร้อมสำหรับอนาคต เช่น

- ผู้วิจัย : วันนี้รู้สึกสดชื่นนะ  
 ส : พวุงนี้ผมจะกลับบ้านจะได้เห็นหน้าพ่อและแม่  
 ผู้วิจัย : อยู่ที่สี่ได้ข้อคิดอะไรบ้าง  
 ส : ผมคิดว่าผมจะไม่เล่นอีกแล้ว ผมจะไปเรียนหนังสือต่อ แม่เขาจะฝากงานให้ถ้าผมจบ  
 ปวช. แม่จะฝากงานที่การไฟฟ้า  
 ผู้วิจัย : สี่วางเป้าหมายไว้อย่างไรบ้าง  
 ส : กลับไปนี่ผมจะอยู่บ้านเฉย ๆ จะตั้งหน้าตั้งตาเรียนหนังสือต่อ  
 ผู้วิจัย : เป็นสี่คนใหม่แล้วนะ และจะมีอนาคตที่สดใสด้วย  
 ส : เมื่อตอนเข้ามาวันแรก ผมไม่เคยคิดเลยว่าผมจะเลิกได้  
 ผู้วิจัย : แล้วตอนนี้ล่ะ  
 ส : ผมได้ข้อคิดอะไรจากพี่หลายอย่าง ว่าง ๆ ไม่ได้ทำอะไรก็เก็บมาคิดดู ที่จริงผมขี้อาย  
 นะ แต่ก็ลองฝึกดูมันก็ดีขึ้นบ้าง แต่มันยากต้องค่อยเป็นค่อยไป  
 ผู้วิจัย : มันยากที่จะเริ่มต้น  
 ส : มันต้องใช้เวลา  
 ผู้วิจัย : และตอนนี้ มัน .....  
 ส : มันก็ดีขึ้นบ้าง ดีกว่าเดิม  
 ผู้วิจัย : ลำบากมากไหม  
 ส : ก็พอทำได้  
 ผู้วิจัย : ทุกสิ่งทุกอย่างมันยากที่การเริ่มต้น หลังจากนั้นมันก็จะง่ายขึ้นเรื่อย ๆ สี่เห็นด้วยไหม

- สี่ : วันแรกที่ผมวิ่งออกกำลังกาย เวลามีคนมองผมอายุมากเลย แต่ตอนนี้ดีขึ้น แต่ก็ยังอายุอยู่
- ผู้วิจัย : นี่แหละเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของสี่ ที่อยากให้สี่เอาไปใช้กับเรื่องอื่น ๆ ด้วย
- สี่ : ผมจะพยายาม ผมเลิกมันได้ ผมคงดีขึ้น

### คนที่ 5

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

ห้าเป็นคนอารมณ์ร้อน เจ็บขรุขระ และหงุดหงิดง่าย ในการพูดคุยกันในครั้งนี้เป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับห้า เช่น

- ห้า : ถ้าผมออกไปช่วงนี้ผมไปเจอเพื่อนคงเลิกไม่ได้แน่ เลิกได้แต่ลืมไม่ลง
- ผู้วิจัย : ใช่ คงไม่มีสุขอะไรที่จะเทียบเท่า แต่อยากจะชวนให้คิดว่าเวลาเราปวดเหมือนกับมีดสัก 100 สัก 1000 เล่มทิ่มแทงเรา มีใครเข้าใจเราไหม แล้วตัวเราครั้งแรกที่มารักษาขนาดนี้ ถ้าครั้งที่ 2-3 จะขนาดไหน ครั้งนี้เรายังต้องรวบรวมกำลังใจขนาดนี้ ครั้งต่อไปคงต้องใช้กำลังใจ 2-3 เท่าของครั้งนี้
- ห้า : ใช่ฮะ
- ผู้วิจัย : อยู่ที่ ร.พ. คงไม่สบายเหมือนที่บ้าน ทำอย่างไรจะทำให้เราจะทำใจที่จะยอมรับในสิ่งเหล่านี้ได้ เพื่อเราจะได้สบายใจที่จะอยู่รักษา ที่คงไม่ขอให้ห้าเลิก แต่อยากชวนให้ห้ามองหาวิธีที่จะทำให้ห้ามันได้นานที่สุด มากที่สุด หรือตลอดชีวิต ทำยังไง
- ห้า : ผมตั้งใจว่าออกไปนี่ผมจะไปทำงานทำ จะไม่ขี้บอดในซอย จะได้ไม่เจอเพื่อนฝูง จะช่วยได้มากที่สุด
- ผู้วิจัย : สภาพแวดล้อมที่บ้านมีผลให้ห้ากลับไปใช้ได้อีก
- ห้า : ใช่ครับ
- ผู้วิจัย : ห้าคิดจะทำงานอะไร
- ห้า : ก็กะคิดจะไปช่วยพ่อ ผมขี้ใจน้อยแต่พยายามจะทนให้ได้
- ผู้วิจัย : ถ้าทนไม่ได้



- ห้ำ : ยังไม่รู้จะทำอย่างไร ผมจะไม่ใส่ใจคำพูดของเขา แต่ผมยังไม่แน่ใจ ใจผมยังไม่มั่นคง ผมทำให้แม่ร้องไห้มามาก
- ผู้วิจัย : ใจไม่มั่นคงเป็นยังไง
- ห้ำ : คิดถึงบ้าน เวลาเขามันมีความสุขไม่ต้องคิดถึงอะไร
- ผู้วิจัย : มีอย่างอื่นใหม่ที่จะช่วยได้อีก
- ห้ำ : อ่านหนังสือ ที่ผมกลัวคือ ไม่อยากให้พี่ชายเสี่ยงออกไปซื้อของ ผมจะเป็นคนออกไปซื้อ ผมกลัวว่าผมเห็นมันผมจะกลับไปใช้มันอีก (พี่ชายติดยาและมารักขาพร้อมกัน)
- ผู้วิจัย : ถ้าห้ำช่วยตัวเองได้ ห้ำก็จะได้ช่วยพี่ชายได้อีก คนที่เคยใช้จะช่วยคนที่ใช้ได้ดี เราคงต้องหาเส้นทางช่วยตัวเองก่อน แล้วค่อยไปช่วยพี่ คนที่จิตใจที่สุดคือแม่
- ห้ำ : ผมคิดว่าการเลิกอยู่ที่ใจ
- ผู้วิจัย : ใช่ถ้าใจไม่สู้ ไม่ว่าทำอะไรก็ไม่สำเร็จทั้งนั้น ทำใจเราจะสร้างใจของเราให้เข้มแข็งได้
- ห้ำ : มีความตั้งใจที่จะเลิก
- ผู้วิจัย : ห้ำยังมีน้องชายนะ ถ้าเลิกไม่ได้อีกหน่อยน้องก็ใช่เหมือนกัน
- ห้ำ : ใช่ถ้าเลิกไม่ได้พูดอะไรน้องก็ไม่เชื่อ เหมือนกับผม ไม่เชื่อพี่ชาย อีกหน่อยน้องคงใช่เหมือนผม
- ผู้วิจัย : ห้ำคงจะต้องพยายามมองหาเส้นทางว่าทำอะไรจึงจะเลิกได้ เพื่อให้เป็นตัวอย่างแก่น้อง
- ห้ำ : ครับ
- ผู้วิจัย : วันนี้เป็นวันแรกเราพูดกันมานานแล้วคงยุติแค่นี้ก่อน พี่หวังว่าพี่คงพบห้ำนะ คงไม่หนีกลับไปก่อน
- ห้ำ : เจอแน่นอน
- ผู้วิจัย : ห้ำจะเจอทั้งเพื่อนที่คอยดึงเราออก ทำอย่างไรเราจะไม่ก้าวขาตามเขาออกไป
- ห้ำ : ผมมานี่แม่มั่นใจในตัวผม แต่ไม่มั่นใจในตัวพี่ชาย
- ผู้วิจัย : นี่เป็นสิ่งที่สุดท้ายที่จะพิสูจน์ให้แม่มีความภาคภูมิใจในตัวห้ำได้นะ

## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

การพูดคุยครั้งนี้เป็นการชักชวนให้ห้ำอยู่รับการรักษา เช่น

- ผู้วิจัย : เบื่อตัวเองเป็นอย่างไร
- ห้ำ : จำเจ อยากรมีชีวิตที่ดีกว่าเดิม
- ผู้วิจัย : มีสาเหตุอื่นอีกไหม
- ห้ำ : การเงินหายาก ของหาได้ไม่ยาก การเงินไม่พอใช้ สงสารพ่อแม่ เพิ่งคิดได้ตอนนี้
- ผู้วิจัย : การอยู่ที่นี่ตั้งความหวังอย่างไร
- ห้ำ : ถ้ออดได้จะเลิก
- ผู้วิจัย : ถ้ออดไม่ได้
- ห้ำ : ผมตั้งใจจะเลิกให้ได้
- ผู้วิจัย : ตอนนี้เป็นอย่างไบบ้าง
- ห้ำ : ครั้นเนื้อครั้นตัว ปวดเมื่อย
- ผู้วิจัย : ใครพามารักษา
- ห้ำ : พี่เขยกับแม่ แม่บังคับให้มา ไม่ใช่พี่เขยแท้ ๆ แต่เคยบอกว่าถ้าอยากจะอดให้ไปหา  
เขา
- ผู้วิจัย : ทราบไหมว่าคนที่มาอยู่ที่นี่ ถ้าเดินออกไปเขาก็ไม่ว่า
- ห้ำ : ก็พอทราบ
- ผู้วิจัย : คือ มีจุดหนึ่งพอเราทนไม่ไหว เราก็จะอยู่ไม่ได้ รวมทั้งเกิดความว้าเหว่ จะมีอารมณ์ชั่ว  
วูบ พอเพื่อนชวน ก็จะไปตามเขาไปโดยไม่รู้ตัว การมาอยู่ที่นี่รู้ไหมอะไรสำคัญที่สุด
- ห้ำ : กำลังใจ
- ผู้วิจัย : ห้ำเตรียมตัวอย่างไร (ดูความคิดของห้ำ)
- ห้ำ : ผมมีความมั่นใจในตัวเอง
- ผู้วิจัย : เป็นอย่างไร
- ห้ำ : ต้องเลิกมันให้ได้ ผมจะพยายามอดทน
- ผู้วิจัย : เรารู้ว่าเราทำเพื่อตัวเรา แล้วมีอะไรอีก
- ห้ำ : ความรักแม่
- ผู้วิจัย : ห้ำเคยทำอะไรให้แม่ชื่นใจไหม
- ห้ำ : บวชให้แม่
- ผู้วิจัย : แม่รู้สึกอย่างไรที่
- ห้ำ : ดีใจมาก



- ผู้วิจัย : เราตอบแทนบุญคุณแม่พ้อหรือยัง  
 ห้า : ยัง  
 ผู้วิจัย : จะทำไงอีก  
 ห้า : ทำมาหาเลี้ยง  
 ผู้วิจัย : และอะไรอีกคะ มีไหม  
 ห้า : ทำบางสิ่งบางอย่างที่ให้แม่สบายใจ  
 ผู้วิจัย : อะไรล่ะ  
 ห้า : คือการอดยา (มองเห็นปัญหา)  
 ผู้วิจัย : ใช่ จุดนี้ที่อยากให้ห้าพยายามคิดให้มาก ๆ เพราะการมาอยู่ ร.พ. ห้าพร้อมที่จะก้าวขาออกไป แต่ทุกครั้งที่จะก้าวออกไปให้พยายามคิดถึงแม่ให้มาก ๆ ว่าเราตอบแทนแม่หรือยัง จะได้เป็นกำลังใจให้เรา (ชักชวนให้อยู่รับการรักษา)



### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

ห้าไม่สบายใจไม่ต้องการรักษาต่อ ผู้วิจัยพยายามชวนให้ห้ามองเห็นผลเสียที่ตัวเองจะได้รับ เช่น

- ผู้วิจัย : ห้ามีอะไรจะคุยกับพี่บ้างวันนี้  
 ห้า : หงุดหงิด กับข้าวก็กินไม่ได้ ตอนนี่ยังต้องรอเงินแม่จะส่งมาให้  
 ผู้วิจัย : ถ้าแม่ไม่ส่งเงินมาจะทำอย่างไร  
 ห้า : วันนี้ผมคิดจะเดินออก เพื่อนก็ชวน แต่ผมคิดถึงพี่เลยไม่กล้าเดินไปกับเพื่อน ผมเคยบอกกับพี่ว่าถ้าผมเดินกลับออกไปแม่คงเสียใจ ที่ผมกลับออกไปก่อนพี่ชาย  
 ผู้วิจัย : แม่คงเสียใจมากนะ แม่คงไม่มีความหวังอะไรอีก  
 ห้า : พี่ชายก็บอกให้ผมทนไปก่อน อีกหน่อยอาการมันก็ลดลง ผมจะได้เลิกได้  
 ผู้วิจัย : ตอนนี่ย้าคิดอย่างไร  
 ห้า : ถ้าออกไปตอนนี้ผมต้องกลับไปเล่นอีก (บอกความรู้สึกที่แท้จริงของตัวเอง)  
 ผู้วิจัย : ห้าอยากออกเพราะไม่มีเงิน ถ้ามีเงินห้าอยู่ได้

- ห้ำ : อยู่ได้ (หัวเราะ) วัน ๆ ผมไม่ใช้เงินเท่าไร วันละ 30 บาท 2-3 วันแม่ส่งมาให้ 50-60 บาท
- ผู้วิจัย : ห้ำเคยติดคุกไหม
- ห้ำ : เคย
- ผู้วิจัย : เวลาอยู่ในคุกทานข้าวได้ไหม
- ห้ำ : ได้
- ผู้วิจัย : อาหารเป็นอย่างไร
- ห้ำ : ข้าวแดง กับบางครั้งก็ไม่มี
- ผู้วิจัย : เทียบกับโรงพยาบาล อาหารที่ไหนดีกว่ากัน
- ห้ำ : อาหารที่นั่นดีกว่าในคุก มีข้าวขาวมีกับด้าย
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วไม่ใช้อาหาร หรือเงินนะที่ห้ำอยู่ไม่ได้
- ห้ำ : ร่างกายต้องการมัน
- ผู้วิจัย : หากกลับบ้านตอนนี้อะไรจะเกิดขึ้น (ให้ห้ำเห็นผลเสียที่ตัวเองจะได้รับ)
- ห้ำ : น้องชายคงใช้ตามผมและผมก็คงว่าไม่ได้ เหมือนกันที่ผมเคยพูดกับพี่ว่า "พี่ยังเล่นได้"
- ผู้วิจัย : (เงิบ)
- ห้ำ : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : ห้ำคิดอะไรอยู่
- ห้ำ : เมื่อคืนผมไม่ได้นอนเลย มีคนไข้เพื่อ ผมตื่นทั้งคืน นอนไม่หลับเลย เขาผูกไว้กับเตียง
- ผู้วิจัย : ห้ำเห็นภาพที่คนไข้ถูกมัดแล้วรู้สึกอย่างไร
- ห้ำ : ถ้าผมใช้ยามาก ๆ แล้วเป็นอย่างเขาต้องถูกมัดไว้ ผมไม่ต้องการให้เกิดขึ้นกับผม เอละพี ผมคิดว่าผมอยู่ได้ ผมไม่คิดหนีอีกแล้ว เสื้อผ้าผมก็อยู่ที่นี้ บัตรประจำตัวก็อยู่ ผมต้องอยู่ให้ได้

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

ผู้วิจัยพยายามเน้นที่ปัญหา เพื่อให้ห้ำมองหาทางออกด้วยตัวห้ำเอง เช่น



- ผู้วิจัย : ทำอย่างไรถึงจะเลิกของได้ จริง ๆ คิดว่ามันอยู่ที่อะไร
- ห้ำ : คิดว่าใจ ต้องทำใจให้เข้มแข็งที่สุด ถึงยังไงไม่ว่าใครพูดอะไรก็ไม่ต้อง  
(มองเห็นปัญหา)
- ผู้วิจัย : จะอดทนนะ
- ห้ำ : ออกไปกลัวเพื่อนชวน
- ผู้วิจัย : ร่างกายมันพร้อมนะ เชื่อก่ายยังไม่หมดดี มันจะเร็วกว่าครั้งแรกอีก
- ห้ำ : (เจ็บบ) ผมไม่รู้จะทำอย่างไรในจุดที่พี่บอก
- ผู้วิจัย : พี่ก็เห็นด้วยกับห้ำที่ว่าช่วงนี้ไม่อยากคิดอะไร พยายามทำใจให้สบายที่สุด แต่คนเราคง  
หยุดแค่นี้ไม่ได้ เราคงต้องวางอนาคต และสิ่งที่เราคาดหวังไว้ล่ะ เราจะทำอย่างไรให้มัน  
บรรลุได้ โดยไม่ไปหลงเสียข้างทาง
- ห้ำ : (เจ็บบานานมาก) ผมว่าอยู่ที่ใจ (เสียงหนักแน่น)
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วมันอยู่ที่ใจ ถ้าใจเราไม่มันก็ไม่ ถ้าใจเรารู้มันก็สู้ อย่างเช่นการออกกำลังกาย
- ห้ำ : กายของห้ำใจมันสู้มันก็เลยสู้ได้
- ผู้วิจัย : ใจต้องเป็นหนึ่ง ต้องแข็งแกร่ง
- ห้ำ : เหมือนที่ว่าเราจะได้อะไรมาต้องได้หัวใจเขามาก่อน ถ้าได้หัวใจเขามากเขาก็พร้อมที่จะไป  
จากเรา ถ้าได้หัวใจเขาตัวเขาไม่มาเดี่ยวเขาก็มาเอง
- ผู้วิจัย : ทำอย่างไรให้ใจเขาค่อยไปตามเราให้ได้
- ห้ำ : ถ้ากลับไปตอนนี่เขาก็ยังไม่เชื่อว่าเราเลิกได้
- ผู้วิจัย : ทำอย่างไรให้ใจเขาค่อยตามเราให้ได้ เหมือนกับสุภาภิตที่ว่า 10 ปีก็ยังรอได้ คงต้อง  
ใช้เวลาที่จะดึงใจเขา แม้ว่ามันจะยากแต่ก็ต้องทำได้
- ห้ำ : ผมต้องชนะใจซะอย่าง (.....) ต้องดูที่การกระทำของผม
- ผู้วิจัย : เวลานี้ห้ำมีอะไรเปลี่ยนแปลงในตัวห้ำไหม
- ห้ำ : มี เริ่มจากจิตใจที่ห่อเหี่ยว รู้สึกมีพลังขึ้นมา
- ผู้วิจัย : พลังนี้เกิดขึ้นมาได้อย่างไร
- ห้ำ : เกิดจากความคิดที่ว่ามีความหวัง มีความตั้งใจที่จะสู้ชีวิต ตอนที่กินยาผมคิดว่าผมต้องกิน  
จนแก่แน่เลย แต่พอมาอยู่โรงพยาบาลพบพี่ ได้พูดกับพี่ ความคิดผมก็เริ่มเปลี่ยนไปจาก  
เดิม
- ผู้วิจัย : เดิมห้ำคิดว่าห้ำจะเดินออกอยู่เรื่อย ๆ แต่มันมีอะไรที่ห้ำเริ่มมองเห็นถึงได้เริ่มคิดที่จะอยู่

- ห้ำ : (นิ่งนาน) รู้สึกว่าจิตใจกับร่างกายมันรวมกันแล้ว ก่อนหน้านั้นคิดว่าใจคิดอย่าง ตัวทำ  
อย่าง มันรู้สึกว่าใจคิดนี้ กายทำอย่าง แต่ตอนนี้มันเป็นหนึ่งในเดียวกันแล้ว
- ผู้วิจัย : ไม่รู้ที่เข้าใจผิดใหม่ว่า ตอนนี้ห้ำเริ่มชัดเจนกับตัวเองว่าห้ำต้องการอะไร
- ห้ำ : ผมคิดว่าใจผมดึงตัวผมได้ผมก็ดีใจแล้ว
- ผู้วิจัย : ห้ำมีใจหนักแน่นมันคง
- ห้ำ : ผมพยายามจะเดินออก ใจดึงไว้
- ผู้วิจัย : ใจชนะกายนะ เวลาที่เรารู้สึกใจเราชนะมันได้ เราเกิดความรู้สึกที่ .....
- ห้ำ : แปลก ๆ ใหม่ ๆ กระฉับกระเฉง ไม่ห่อเหี่ยว ไม่ท้อแท้
- ผู้วิจัย : มีความคิดที่มัน .....
- ห้ำ : ต้องทำให้ได้ ต้องอยู่ให้ครบ 21 วัน
- ผู้วิจัย : ต้องเป็นห้ำคนใหม่ให้ได้ สิ่งที่ห้ำอยากได้คือรอยยิ้มของแม่ สิ่งที่ห้ำใฝ่ฝัน .....
- ห้ำ : คือ อยากให้ทุกคนพูดคุยกับผม
- ผู้วิจัย : สิ่งที่เราทำได้ เราจะเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจว่าเขาทำได้ มันจะเป็นกำลังใจกับเราตลอดไป

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

ในครั้งนี้อห้ำเริ่มชัดเจนกับตัวเอง มองเห็นทางออกสำหรับตัวเอง เช่น

- ผู้วิจัย : ความรู้สึกตอนนี้เป็นอย่างไร
- ห้ำ : สบายตัว สบายใจ
- ผู้วิจัย : ที่ว่าสบายมันเป็นอย่างไร เล่าให้ฟังหน่อย
- ห้ำ : ไม่มีอาการเหลือเลย นอนหลับสบาย
- ผู้วิจัย : ไม่มีอาการเหลือเลย จริง ๆ ไม่ต้องเลี้ยวขึ้นลงได้เที่ยงนะ
- ห้ำ : ไม่มี มีแต่ร้อนที่ผิวหนัง แต่น้อยลง
- ผู้วิจัย : ดีนะ
- ห้ำ : แต่ร่างกายผมแห้งออกเยอะ ผมนำวิชาทหารมาใช้ งอเข่าขึ้นลง 20 ยก วัดพื้น 10  
กางเขนบิดลำตัว 10 ยก วิ่งรอบ ๆ 3 รอบ ยกน้ำหนัก 15 ครั้ง  
(มองเห็นทางออก)



- ผู้วิจัย : นี่เห็นคุณค่าของการเป็นทหารแล้วนะ บางอย่างเราไม่รู้หรือที่เราได้ประโยชน์จากสิ่งนั้นมา
- ห้ำ : มันแบบเอาวิชาทหารมาใช้จิตใจก็สบาย ก็แบบพี่บอกให้คิดสิ่งที่ดี ๆ จิตใจมันก็จะลืมไปเลย
- ผู้วิจัย : ตอนนี่รู้สึกสบายใจ พูดคุยกับใครได้ไม่หงุดหงิด (เริ่มฟังผู้อื่น)
- ห้ำ : พี่เขาไม่ยอมทำอย่างผม เขายังมีอาการอีกเยอะ
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วไม่มีใครช่วยเราได้ นอกจากเราช่วยตัวของเราเอง เรารู้นะว่าตัวเราทำได้แค่ไหน
- ห้ำ : แต่เหงื่อกลางวันออกยาก พยายามทำทุกอย่างก็ไม่มีเหงื่อ
- ผู้วิจัย : ก็มันออกหมดแล้ว
- ห้ำ : ตี 3 ตี 4 เหงื่อออกเยอะมาก เลื่อเปียกทุกวันเลย 3 วันมาแล้ว
- ผู้วิจัย : จากสิ่งที่ทำกับตัวเองได้ข้อคิดอะไรบ้างไหม
- ห้ำ : ทำตัวเองก็ได้กับตัวเอง (เริ่มชัดเจนกับความรู้สึกของตัวเอง)
- ผู้วิจัย : มีข้อคิดอย่างอื่นอีกไหม ที่ว่าเราได้จากการออกกำลังกายช่วยเหลือตัวเอง
- ห้ำ : (นั่งนาน) คิดไม่ออก ไม่อยากคิด
- ผู้วิจัย : ไม่อยากคิดเป็นอย่างไร
- ห้ำ : กลัวปวดสมอง
- ผู้วิจัย : ห้ากลัวปวดสมอง จริง ๆ แล้วเราไม่คิดเลยคงเป็นไปไม่ได้
- ห้ำ : ตอนนี่คิดถึงอนาคตมากกว่า
- ผู้วิจัย : เอ้อ ! ตอนนี่ห้าหวังอะไรไว้บ้าง
- ห้ำ : (เงิบ) ผมเป็นคนรักรถ อยากเป็นนักแข่งที่ดี อยากทำจุดนี้ให้ได้ (เปิดเผยความในใจ)
- ผู้วิจัย : มอเตอร์ไซด์
- ห้ำ : เคยทำแต่ไม่สำเร็จที่พัทยา แต่จะทำให้ได้
- ผู้วิจัย : ห้าไฟฝันที่จะเป็นนักแข่งรถที่ดี
- ห้ำ : น้องชาย พี่ชาย รู้ว่าผมทำได้ คุณแม่ก็เห็นด้วย แข่งครั้งที่แล้วแม่ก็ขอให้พระช่วยด้วย
- ผู้วิจัย : พระอัลล่าห์
- ห้ำ : แม่บ่นถือพุทธ

- ผู้วิจัย : นอกจากเรื่องรถแล้ว ห้าวางอนาคตไว้อย่างไรหลังจากที่ห้าออกจากโรงพยาบาล
- ห้า : ตั้งใจจะช่วยพ่อหาเงิน พ่อรับเหมารสร้างบ้าน ช่วงแรกคงต้องไปช่วยพ่อก่อน พ่ออยาก  
ให้ลูกช่วยจะตาย
- ผู้วิจัย : ห้าทำอะไรเป็นบ้าง
- ห้า : ช่างไม้ ช่างปูน ช่างเหล็ก ผมทำได้ทั้งนั้น
- ผู้วิจัย : งานนี้เป็นงานหนัก เหนื่อย จะทำให้เราหวนกลับไปใช้ยาอีกไหม
- ห้า : คิดว่าไม่เอามันอีกแล้ว
- ผู้วิจัย : บางวันไม่มีแรง เราต้องหาอะไรมากระตุ้นหน่อย
- ห้า : มันคณี แต่ผมจะทำใจให้เข้มแข็งไว้ (มันใจตัวเอง)
- ผู้วิจัย : อยากให้ห้ามองสิ่งเหล่านี้ เช่น ทานเหล้า มันจะกระตุ้นให้กลับไปใช้ผงเร็วขึ้น
- ห้า : ผมก็คิดเหมือนกัน เรื่องเหล้ามันกระตุ้นได้
- ผู้วิจัย : มันเมาแล้วก็เลยเถิดไป เพราะครองสติไม่อยู่ หรือถูกเบียดเบียนหาทางออกไม่ได้อยากลืม  
มันจะทำอย่างไร
- ห้า : อันนี้ไม่รู้ แต่คิดว่าคงหาทางออกได้ (มันใจตัวเอง)
- ผู้วิจัย : สิ่งเหล่านี้มันจะดึงให้ห้ากลับไปใช้ของอีก ห้าคงต้องเตรียมหาทางป้องกันตัวเองไว้ ใคร  
คงแนะนำห้าไม่ได้ นอกจากตัวห้าเอง
- ห้า : ครับ
- ผู้วิจัย : ที่ห้าเลิกยานี้ทำเพื่อใคร (ดูการมองปัญหา)
- ห้า : เพื่อตัวผมเอง รองลงมาก็คือแม่ (ตระหนักชัดกับปัญหา)



#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

ห้าเริ่มมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาของตน ผู้วิจัยชวนให้ห้าได้ยอมรับสภาพความ  
เป็นจริงของตัวเอง เช่น

- ห้า : มาครั้งแรกอยู่ได้ครบ 21 วัน ก็ภูมิใจแล้ว อย่างน้อยก็ทำให้พ่อแม่เห็นว่าผมทำได้  
(พี่ชายมารักษาไม่เคยอยู่ครบกำหนด)
- ผู้วิจัย : ค่ะ



- ห้ำ : ตอนนี้ผมยังมีอาการอยู่เลย เหนือท่วมตัว พออาบน้ำก็สบายขึ้น
- ผู้วิจัย : เวลานี้ห้ำมีอะไรเปลี่ยนแปลงบ้าง
- ห้ำ : จิตใจมีกำลังใจที่จะสู้ (เข้าใจความรู้สึกของตัวเอง)
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ
- ห้ำ : ตอนผมเข้าโรงพยาบาลรู้สึกตัวผมเป็นคนอ่อนไหว เกือบจะชกกับคนที่ตีก 3 แต่ที่ห้ำมไว้ ตอนนี้ใครมาพูดอะไรไม่ถูกใจผมก็ทนได้ (อดทนผู้อื่นมากขึ้น)
- ผู้วิจัย : ห้ำรู้สึกที่ตัวเองอารมณ์เย็นขึ้น
- ห้ำ : ใจเย็นขึ้น โกรธคนน้อยลง เดิมผมเป็นคนใจเย็น แต่ใช้ของแล้วเปลี่ยนไปเป็นคนใจร้อน (มองเห็นตัวเอง)
- ผู้วิจัย : (เงียบ)
- ห้ำ : ผมคิดว่าผมเลิกได้แน่ ตอนนี้ผมจิตใจไม่ต้องมีพะวงไม่มีของ ใครไปเที่ยวก็ไม่ไปนั่งเหงาอยู่คนเดียว (ซัดกับตัวเองมากขึ้น)
- ผู้วิจัย : ตอนนี้ห้ำรู้สึก .....
- ห้ำ : ภูมิใจตัวเอง ตอนนี้ผมคิดถึงแม่มากที่สุด ผมเคยทำให้แม่ร้องไห้ที่เห็นผมฉีดยา ผมทำให้แม่เสียใจ (สำนึกผิด)
- ผู้วิจัย : ห้ำทำให้แม่เสียใจ
- ห้ำ : ตอนนั้นกำลังอยาก แม่พูดอะไรก็ไม่อยากฟัง มันกำลังอยาก (เข้าใจความรู้สึกของตัวเอง)
- ผู้วิจัย : ตอนนี้ก็มีอาการแต่ก็ฟังพี่พูดได้นาน ๆ
- ห้ำ : ผมก็แปลกใจตัวเองเหมือนกัน แต่คิดว่าออกไปจะเลิกแน่นอน ที่ผ่านมามันเป็นประสบการณ์ที่เลวร้ายสำหรับผม (เข้าใจปัญหาของตัวเอง)
- ผู้วิจัย : ห้ำอยากจะเริ่มต้นชีวิตใหม่
- ห้ำ : ใช้เวลาผมเล่นของผมคิดว่ามีทาง 2 ทาง แต่ผมก็เลือกทางที่ผิด ตอนเมาคิด แต่ตอนอยากผมไม่เคยคิดเลย แต่ตอนนี้ใจผมคิดว่าจะตั้งต้นใหม่ (มองอนาคต)
- ผู้วิจัย : ไม่มีใครไม่เคยทำสิ่งผิดพลาดในชีวิต
- ห้ำ : ผมคิดว่าผมโชคดีที่ยังกลับตัวทัน คนอื่นเดินไปไกล และไม่ย้อนมาอีกแล้ว (ภูมิใจในตนเอง)
- ผู้วิจัย : เวลานี้ห้ำทำเพื่อใคร

- ห่า : ทำเพื่อตัวเอง (เริ่มมองเห็นประโยชน์ที่จะได้)
- ผู้วิจัย : ลองบอกพี่ช๊ะ อะไรที่ห่าคิดว่าทำเพื่อตัวเอง
- ห่า : ตอนนี้ผมเริ่มรักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง ตีใจที่ตัวเองเริ่มคิดได้ที่จะทำเพื่อตัวเอง  
(เกิดความสอดคล้องในตัวเอง)
- ผู้วิจัย : (เงิบ)
- ห่า : ผมจะทำเพื่อตัวเอง คงไม่มีใครรักคนอื่นมากกว่าตัวเรานะ (ชัดเจนมากขึ้น)
- ผู้วิจัย : ค่ะ
- ห่า : ผมตีใจที่ผมเริ่มชัดเจนกับตัวเอง
- ผู้วิจัย : พี่ก็ตีใจค่ะ เหมือนกับห่าวายน้ามานานวัน แล้วตอนนี้ได้ขยับปีกเสียที
- ห่า : ขอบคุณพี่มาก ๆ เลยครับ ที่ช่วยให้ผมรู้จักตัวเอง

### คนที่ 6

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

หกเข้ารับการรักษาในครั้งนีเนื่องจากอยากมีอนาคตที่ดี ในการพูดคุยครั้งแรกเป็นการ  
สร้างสัมพันธภาพ เช่น

- หก : อยู่ที่นั่นจริงผมสบายกว่าอยู่ที่บ้าน
- ผู้วิจัย : ฟังดูบ้านของหกเป็นอย่างไรค่ะ
- หก : ที่บ้านผมไม่มีใคร ผมอยู่คนเดียว
- ผู้วิจัย : หกเหงาเวลาอยู่ที่บ้าน อยู่ที่นี่หกมีเพื่อนเยอะแยะ
- หก : ที่นี่มีทั้งคนดีและคนไม่ดี
- ผู้วิจัย : หกมารับการรักษาครั้งนี้ใครพามาค่ะ
- หก : ผมมาเอง ไม่มีใครรู้ ที่บ้านผมใครเข้าใครออกไม่มีใครสนใจกัน
- ผู้วิจัย : ที่บ้านมีใครอยู่บ้างค่ะ
- หก : พ่อ แม่ ผม พี่สาว และน้องสาวอีก 2 คน
- ผู้วิจัย : เป็นลูกชายคนเดียว กับพี่น้องเป็นไงค่ะ



- หก : พี่น้องไม่ค่อยสนิท พูดคุยกันธรรมดาไม่ค่อยปรึกษาหารือ
- ผู้วิจัย : กับพ่อแม่เป็นอย่างไรคะ
- หก : ผมรักแม่มากกว่าพ่อ ผมไม่ค่อยอยู่บ้านไม่ค่อยรู้อะไร ก็เห็นบางครั้งก็รักกันดี
- ผู้วิจัย : หกอายุเท่าไรเอ่ย
- หก : 25 ปี
- ผู้วิจัย : จบชั้น
- หก : ปวท.
- ผู้วิจัย : หกทำงานอะไร
- หก : ทำงานบริษัท
- ผู้วิจัย : คนที่บริษัทรู้ไหมว่าหกคิดยา
- หก : รู้ เลยให้มารักษาตัว (กัมหน้า)
- ผู้วิจัย : ที่ทำงานเป็นไงคะ
- หก : (น้ำตาคลอ) ลาออกจากงาน หยุดงานบ่อย ไปวัน หยุดไป 5 วัน ก็พยายามแล้วแต่ มันไปไม่ไหว
- ผู้วิจัย : หก เสียตายนะที่ต้องออกจากงาน
- หก : เกรงใจเขา หยุดบ่อย ๆ ที่จริงเขาไม่ว่า บอกให้มารักษาตัว หายแล้วค่อยกลับไปทำใหม่
- ผู้วิจัย : หกมารักษาตัวที่โรงพยาบาลก็แสดงว่าหกรักตัวเอง มีความตั้งใจจริงที่จะเลิกยา มันก็เป็นจุดเริ่มต้นที่ดีสำหรับหกแล้วนะ

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

หกยังไม่มีควมไว้วางใจในตัวผู้วิจัย หกยังไม่เข้าใจปัญหา และยังขาดความรับผิดชอบ

เช่น

- หก : ผมรู้สึกตัวเองไม่มีอะไรดี อะไรเก่ง หรือมีจุดเด่นอะไรสักอย่าง
- ผู้วิจัย : หกอยากเด่นทางไหนบ้าง
- หก : กีฬา ผมอยากให้ใครเขาเล่นเขาก็เลือกผม

- ผู้วิจัย : หกรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งนะ
- หก : ผมหัดอะไรไปแล้วก็เลิก ผมเป็นคนรวนเร ไม่ค่อยตั้งใจทำอะไรจริง ๆ อยากมาเลิกยา แต่ผมว่าผมออกไป ผมก็เลิกไม่ได้
- ผู้วิจัย : เป็นไงล่ะ
- หก : ผมเคยออกมา 2 แห่ง ก็เลิกไม่ได้ เป็นเพราะสันดานผมมันติดเป็นนิสัยแล้ว
- ผู้วิจัย : คิดเป็นนิสัย และหกจะทำอย่างไรกับตัวเอง
- หก : ผมคิดว่านี่เป็นที่สุดท้าย ผมจะเลิกให้ได้ กลัวตำรวจจับ ออกไปนี่ผมจะเลิกเหล่านี้ด้วย เพราะเหล่านี้ทำให้ผมกลับไปใช้มันอีก (โทษสิ่งอื่น ยังมองไม่เห็นความผิดของตัวเอง)
- ผู้วิจัย : หกทำอะไรสำเร็จบ้าง
- หก : เคยทำงานจนได้บรรจุ
- ผู้วิจัย : มันภาคภูมิใจนะ
- หก : ดีใจที่เขาไม่ไล่เราออกก็ภูมิใจ แต่พอผมออกจากงาน พ่อก็อำนาจทำอะไรก็ไม่ทน ผมมาได้งานใหม่ เจ้านายเก่ายังค้าประกันให้ผมเลย ผมยังภูมิใจ ญาติผมยังไม่ยอมค้าให้ ผมยังคิดว่าผมไม่ควรออกจากงานเก่าเลย
- ผู้วิจัย : ฟังดูมีคนเข้าใจहन้อยนะ
- หก : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : หกคิดอย่างไรกับการเลิกยา
- หก : อยู่ที่ตัวเราเอง (เข้าใจปัญหา)
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงล่ะ
- หก : อยู่ที่ใจเราเอง (ชัดเจนกับปัญหามากขึ้น)
- ผู้วิจัย : อยู่ที่ใจนะ
- หก : แด่มันยาก
- ผู้วิจัย : ยาก มันเป็นไงล่ะ
- หก : ผมยังไม่ค่อยมั่นใจ ผมจะลองดู ผมคงจะเลิกได้นะ คงจะไม่กล้าอีกแล้ว
- ผู้วิจัย : หกลองพูดใหม่ซิค่ะ
- หก : ผมจะเลิกแน่ ๆ ผมยังไม่ว่าผมจะทำได้ไหม ผมทำมาหลายครั้ง ผมบอกกับแม่ว่าผมเลิกแน่ ๆ แต่ผมก็ใช้มันทุกครั้ง เวลาไม่ใช้มันผมก็คิดว่าผมเลิกมันได้แน่ แต่เวลาอยากผมจะไม่คิดอะไรเลย



### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

ผู้วิจัยพยายามให้หกได้รู้จักมองอนาคต และทางเลือกสำหรับตัวเอง

- ผู้วิจัย : หกคิดอย่างไรกับการมาเลิกยาครั้งนี้
- หก : มาพักเครื่อง ผมใช้มานานมากเงินไม่มีเหลือ หาซื้อก็ยาก มาพักสักกระยะออกไปก็ใช้น้อยลง แล้วตอนนี้ตำรวจก็ต้องการผลงาน
- ผู้วิจัย : มาพักเครื่อง หกไม่มีความคิดที่จะเลิกยาเลย
- หก : ผมแน่ใจนะพี่ คนที่มารักษาที่นี่ไม่มีซักคนที่จะเลิกได้ ไม่งั้นจะมีคนใช้ยามารักษาถึง 10-20 ครั้ง ใครที่บอกว่าเลิกได้ผมไม่มีวันเชื่อ
- ผู้วิจัย : หกแน่ใจไม่มีใครเลิกได้เลย
- หก : ถึงเลิกได้ก็น้อยมาก ไม่เชื่อว่าไม่มีใครเลิกถึงมัน พุดถึงมันผมยังรู้สึกเกิดอาการเลยเดี๋ยวนี้ ผมไปรักษาหลายแห่ง มีนักจิตวิทยาอย่างพี่นี่แหละมานั่งพูดกับผมอย่างพี่นี่แหละ ก็ไม่เห็นจะได้อะไร ผมกลับไปผมก็ใช้ทุกที ที่จริงผมขี้เกียจนะวันนี้ครั้งแรกก็ว่าจะไม่มาเห็นมีคนไปตามเลยมา บอกจริง ๆ ผมว่าพี่ไปพูดกับคนอื่นเถอะ ไม่ได้ผลสำหรับผมหรอก ผมรู้ใจผมดี
- ผู้วิจัย : หกอ่านใจตัวเองออกนะ
- หก : ผมออกไปก็ใช้แน่ ๆ ผมบอกให้เพื่อนผมเตรียมยาไว้วันมารับผมวันไหนที่ผมโทรไปบอกก็ให้เอายามาเลย ผมจะใช้มันทันทีที่ออกจากโรงพยาบาล
- ผู้วิจัย : หกเตรียมพร้อมอย่างดีเลยนะ
- หก : ผมยังไม่รู้จะทนได้แค่ไหน ถ้าทนไม่ได้ก็เดินออก
- ผู้วิจัย : พี่อยากถามสักนิด หกเคยคิดไหมว่าตัวเองมีเป้าหมายอะไรในชีวิต
- หก : ทำอย่างไรให้มียาใช้ตลอดไม่ขาด
- ผู้วิจัย : นั่นเป็นเป้าหมายของหกสำหรับอนาคตนะ
- หก : ผมไม่คิดถึงอนาคต ผมคิดแค่อุ๊ยไปวัน ๆ
- ผู้วิจัย : มันน่าจะสบายนะไม่ต้องคิดอะไร มียาใช้
- หก : เวลานั้นเสียนยา มันก็ไม่สบาย นอกจากเวลาเมา
- ผู้วิจัย : หกจะปล่อยชีวิตของหกไปอย่างนี้ตลอด

- หก : ผมก็มองนะ แต่มันเล็กยาไม่ได้ก็เลยไม่คิด
- ผู้วิจัย : หกมองอะไรไว้
- หก : มีงานทำ มีเงินใช้
- ผู้วิจัย : เมื่อไรจะถึงจุดนั้น มันมีทางเป็นไปได้บ้างไหม (ชวนให้หกมองอนาคต)
- หก : มันคงยาก
- ผู้วิจัย : หกลองทำหรือยัง
- หก : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : (เงิบ)
- หก : (ยังไม่พูดต่อ)
- ผู้วิจัย : หกคิดอะไรอยู่ตอนนี้
- หก : ผมก็อยากเล็ก แต่ผมยังไม่พร้อม
- ผู้วิจัย : เมื่อไรหกจะพร้อม
- หก : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : อยากฝากให้หกลองใช้เวลาว่างที่อยู่โรงพยาบาล ลองคิดดูนะถ้าเรายังเป็นอย่างนี้ ชีวิตเราจะมีจุดจบอย่างไร พยายามฟังความคิดของหกในคราวหน้า หวังว่าหกคงจะไม่คิดหนีนะ เพราะเครื่องบินต้องพักให้เต็มทีก่อน ไม่งั้นไปใช้เร็วเดี๋ยวก็ต้องกลับมาอีก ไม่สะดวกนะ

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

ผู้วิจัยพยายามให้หกมองเห็นปัญหา และหาทางเลือกด้วยตัวเอง เช่น

- ผู้วิจัย : เป็นไงคะหน้าตาไม่สดชื่นเลย
- หก : เมื่อเช้าผมเกือบเดินตามเพื่อนออกไปแล้ว แต่คิดถึงพี่ที่พูดไว้ครั้งก่อนเลยยังไม่ออก ถ้าตอนเย็นไม่ไหวก็จะไม่อยู่แล้ว
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ
- หก : เหงื่อออกมากใส่เสื้อไม่ได้เลย ขนลุกตลอด เมื่อคืนนอนไม่หลับ
- ผู้วิจัย : หกเคยเตรียมพร้อมให้ตัวเองบ้างไหมที่จะอยู่โรงพยาบาลอย่างสบาย





- หก : ทำไงพี่
- ผู้วิจัย : หกชอบเล่นกีฬาอะ หกไม่ลองเล่นป้องกัน หรือเตะตระกร้อกับเพื่อน ๆ
- หก : ก็อยากแต่มันไม่มีลูก เขาบอกว่าต้องซื้อลูกเอง
- ผู้วิจัย : ที่นี่สนามกว้างไม่ลองวิ่งดูบ้าง (ชักชวนออกกำลังกาย)
- หก : ไม่ชอบ
- ผู้วิจัย : วิตพื้น
- หก : ไม่เอา
- ผู้วิจัย : รู้ไหมการออกกำลังกายมันจะช่วยให้เราหลับสบาย ไม่ปวดเมื่อยตามเนื้อตัว
- หก : ก็ไม่มีใครเล่น (ยังไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง)
- ผู้วิจัย : หกคิดอย่างไรกับการออกกำลังกาย
- หก : ทำมันก็ช่วยได้ แต่ผมไม่พร้อมที่จะทำ (รู้แต่ไม่ทำ)
- ผู้วิจัย : เป็นไงล่ะ
- หก : ไม่มีแรง มันเพลีย อยากนอน
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วไม่ว่าเราจะทำอะไร ทุกอย่างมันอยู่ที่ใจ ถ้าใจไม่พร้อมกายมันก็ไม่พร้อมไปด้วย พี่คงบังคับหกไม่ได้ แต่อยากให้หกได้มองเรื่องเหล่านี้ไว้บ้าง

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

ผู้วิจัยพยายามอยู่กับความรู้สึกของหก เพื่อช่วยให้หกได้มองเห็นประโยชน์ที่ตนเองจะได้รับจากการรักษา เช่น

- หก : รู้สึกดีขึ้น อยากกลับบ้าน
- ผู้วิจัย : ไม่อยากอยู่ที่นี้ต่อ
- หก : ใช่ ไม่ใช่ที่นี่ไม่ดี แต่ผมอยู่ไม่ได้อยากกลับไปทำงาน
- ผู้วิจัย : พี่อยากทราบความในใจซักนิดว่า ถึงวันนี้แล้วหกยังคิดจะกลับไปเล่นอีกไหม
- หก : ออกไปแล้วยังคงไม่ต้องการ แต่จะบอกว่าเลิกหรือไม่ยังคงไม่รู้ อาจใช้เวลานาน หรือจะกลับไปเล่น แต่ถ้าบอกว่าเลิกคงกลับไปเล่นแน่ ๆ คิดว่าจะห่างมันให้นานที่สุด

- ผู้วิจัย : หกเคยบอกว่าวันที่กลับนัดเพื่อนให้เอายามาด้วยจะใช้เลย พยายามทราบว่าเวลานี้หกยัง  
อยากใช้หรือไม่
- หก : ไม่นะพี่
- ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไร
- หก : วันที่ผมนัดกะเค้า วันนั้นย้ายตึกวันที่ 2, 3 ผมบอกให้เขาเตรียมมาด้วยเพื่อว่าอาการ  
มันไม่ดีขึ้นเลย วันนั้นกะว่าออกไปต้องใช้น้ำมัน แต่วันนี้อาการดีขึ้นเรื่อย ๆ ตึกว่า  
3 วันแรก ผมบอกพี่ได้เลยวันนี้ถึงเขาเอาของมาผมก็ไม่เล่น ผมจะไปเที่ยวที่ต่าง  
จังหวัด จะไม่เอาของไปด้วย
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วพี่ก็เข้าใจดี คนที่เคยเล่นมาจะให้เลิกมันคงยาก แต่พี่ก็อยากให้หกห่างมัน  
ที่สุดเท่าที่จะห่างได้พี่ก็พอใจแล้ว พยายามรู้ว่า 7 วันที่หกอยู่ที่นี้ได้ขบคิดอะไรบ้าง
- หก : ได้วิธีช่วยตัวเอง อย่างเมื่อคืนมันเกิดอาการไม่ได้นอนทั้งคืน ต้องวิ่งไปวิ่งมาให้เหงื่อมัน  
ออกจนรู้สึกอยากจะร้องไห้ แต่ไม่มีใครร้อง ถ้าร้องคนเดียวก็อายเค้า
- ผู้วิจัย : ที่จริงการร้องไห้ไม่ได้แสดงว่าเราอ่อนแอเลย มันเหมือนเราได้ปลดปล่อยอะไรไปบ้างจน  
ในที่สุดไม่มีน้ำตาแล้ว ตอนนั้นแหละเราจะเริ่มคิดอะไร ๆ ได้ดี ถ้าหกเกิดความรู้สึกนี้  
อีกที่บ้านปล่อยมันให้ถึงที่สุด แล้วจะรู้ว่าน้ำตานั้นก็เป็นประโยชน์กับเราเหมือนกัน  
อย่างน้อยมันก็ช่วยให้เราสบายใจขึ้นบ้าง
- หก : (เงียบ)
- ผู้วิจัย : เป็นไงคะ
- หก : ที่จริงมาอยู่ตึกนี้ก็คิดได้เห็นอะไรหลายอย่าง คนในตึกนี้คนที่กินยานอนหลับเค้าก็หลับ  
คนไม่กินยาาก็จะเดินทั้งคืน
- ผู้วิจัย : เวลาเห็นคนอื่นมีอาการแล้วรู้สึกอย่างไร
- หก : มันโล่งไปได้ มันคงเป็นภาพที่ติดตามผมไปอีกนานเลย
- ผู้วิจัย : มันเป็นภาพที่สอนเรานะ
- หก : ผมคิดว่าผมได้อะไรจากที่นี่มากเลย ผมตั้งใจที่ผมอดทนมาถึงตึกนี้ เสียหายถ้าผมได้อยู่  
ต่อมีพ็อดูด้วยอีกสัก 7 วัน ผมว่ามันคงตึกว่านี่
- ผู้วิจัย : มันคงไม่ได้อยู่ที่พี่หรือระยะเวลาะ มันอยู่ที่ใจของหกเองว่าจะสู้ได้แค่ไหนมากกว่า
- หก : ผมบอกกับพี่ได้อย่างที่ ผมจะให้มันเกิดกับผมซ้ำที่สุด ซึ่งผมไม่เคยมีความคิดเหมือนวัน  
นี้มาก่อน ผมจะพยายาม



## การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

ผู้วิจัยให้หกได้ตัดสินใจที่จะเลือกอนาคตของตัวเอง เพื่อให้หกได้มีการเตรียมตัว เช่น

- หก : ผมคิดเรื่องทีพูดกับพี่ครั้งที่แล้ว
- ผู้วิจัย : เรื่องอะไรคะ
- หก : ที่ผมบอกพี่ว่าผมจะกลับไปใช้มันให้ช้าที่สุด ผมมาคิดดูถ้าผมกลับบ้านผมคงไปใช้มัน  
แน่ ๆ ผมจะไปอยู่บ้านเพื่อนที่เขาจะมารับผมวันกลับ
- ผู้วิจัย : เพื่อนที่ใช่ยาด้วยกัน
- หก : เขาเคยใช้เตี้ยวนี้เขาไม่ได้ใช้
- ผู้วิจัย : อะไรทำให้เขาเลิกมันได้อย่างเด็ดขาด
- หก : เขากลับไปอยู่กับแม่ บ้านเขาเป็นสวน
- ผู้วิจัย : อยู่ที่ไหน
- หก : ศรีราชา
- ผู้วิจัย : หกตั้งใจจะไปอยู่นานแค่ไหน
- หก : ยังไม่แน่ เกิดสบายใจจะอยู่นานสักพักให้เวลานาน ๆ จนแน่ใจ แล้วค่อยกลับมา
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วช่วงนี้เป็นช่วงที่สำคัญที่จะทำให้เราหันกลับไปหามันได้ช้าหรือเร็ว ถ้าใจ  
สบายนะอยู่ไหนก็ได้ ถ้าคิดว่าที่ไหนสบายใจก็ไปเถอะอยากให้ออกแม่สักนิดให้หายห่วง
- หก : ผมอยากไปให้สบายใจสักพัก
- ผู้วิจัย : หลังจากนั้นหกมีเป้าหมายอย่างไร
- หก : ผมจะกลับไปเรียนคอมพิวเตอร์ที่อนุสาวรีย์ เพื่อนที่เค้าเรียนด้วยกันเค้าได้งานบริษัท  
ดี ๆ กันทั้งนั้น เขาก็ห่วงผม
- ผู้วิจัย : ดินะหกยังมีเพื่อนที่รักหกอยู่อีกมากที่หวังดีกับหก
- หก : ผมไม่ดีเอง เพื่อน ๆ ก็เตือน ผมถึงอยากให้ใจสบายจะได้กลับมาเรียนต่อ
- ผู้วิจัย : คงไม่มีใครไม่เดินทางผิดนะ แต่ถ้ารู้ว่ามันผิดทางก็หันหลังกลับมาเริ่มต้นใหม่ก็ได้ ยังไม่  
สายเกินไป
- หก : ผมอยากพบพี่อีก แต่คงไม่มีโอกาสแล้วนะ เพราะผมคิดว่าผมจะไม่กลับมาอีกแน่ ๆ  
ผมมั่นใจตัวเอง

## คนที่ 7

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

การพูดคุยในครั้งแรกเป็นเรื่องประวัติ และการใช้ยาเสพติดเท่านั้น เจ็ดพยายามหลีกเลี่ยงที่จะพูดคุยถึงความรู้สึกของตัวเอง การพูดคุยในครั้งแรกนี้เป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับเจ็ดเท่านั้น เช่น

- เจ็ด : กังวลเรื่องรถมอเตอร์ไซด์ที่ขาดส่ง ไม่รู้จะเป็นอย่างไรบ้าง (บิบบี้แน่น, นั่งก้มหน้า)
- ผู้วิจัย : แล้วเจ็ดตั้งใจจะจัดการอย่างไรต่อไป
- เจ็ด : ผมคิดว่าจะขอแบบฟอร์มเพื่อโทรศัพท์ไปบ้านพี่สาว เห็นพยาบาลบอกว่าคนใจที่นี้ไม่มีสิทธิออกจากบริเวณที่เขากำหนด ต้องการโทรศัพท์ หรือโทรเลขต้องเขียนแบบฟอร์มที่เขาแจกให้
- ผู้วิจัย : เจ็ดอยากโทรศัพท์ถึงพี่สาว
- เจ็ด : ก่อนมาเข้าโรงพยาบาลผมไปติดต่อพี่สาว ผมไม่ถูกกับพี่สาว (น้ำตาคลอ) แต่ตั้งใจจะเลิกเลยด้านหน้าไปหาพี่สาวให้ช่วยส่งค่ารถให้ ค้างมา 3 งวดแล้ว ครั้งแรกผมก็คิดจะปล่อยขาดหรือส่งต่อดี แต่ผมก็เสียดายส่งไป 20,000 กว่าแล้ว เลยไปปรึกษาเขาให้ช่วยส่งต่อให้ จนกว่าผมจะออกจากที่นี้ ถ้าพี่เขาไม่ส่งผมก็ปล่อยขาด ผมตั้งใจจะรักษาให้หาย (เสียงเบา)
- ผู้วิจัย : ถ้าพี่ช่วย โทรศัพท์ไปคุยกับพี่สาวให้เอาไหม ?
- เจ็ด : ขอบคุณมากเลยครับ ถ้าพี่กรุณา ผมเป็นห่วงเรื่องนี้มากเลย (น้ำเสียงแสดงความดีใจ เยกหน้าสบตากับผู้วิจัย)

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

เจ็ดเริ่มมีความเป็นกันเองกับผู้วิจัยมากขึ้น เริ่มเล่าเรื่องของตัวเอง รวมทั้งความรู้สึก และความในใจของตัวเองมากขึ้น เริ่มมีความคิดที่จะเลิกยาให้ได้ เริ่มเห็นข้อบกพร่องของตัวเอง และเข้าใจความรู้สึกที่แท้จริงของตัวเองมากขึ้น เช่น



- เจ็ด : ผมกลัวว่าจะมีเรื่องชกต่อยกับเพื่อน เป็นเรื่องที่ผมกลัวที่สุด (สีหน้าวิตกกังวล) ถ้าเขาไม่มายุ่งวุ่นวายอะไรกับเราก็จะไม่ไปยุ่งวุ่นวายอะไรกับเขา ตอนนี้ผมคิดว่าผมไม่ใช่คนคิดยา เป็นคนใจคนหนึ่ง รักษาตัวโดยการเข้ามาพักผ่อน อะไรที่ผมช่วยเหลือพวกเพื่อนได้ผมก็อยากจะช่วย ทุกคนในสายตาเขาอาจจะหมั่นไส้ผม เขาอาจจะมองว่าผมเข้าไปวุ่นวาย ผมมองสภาพคนอื่นเขาดีมานาน ขนาดผมยังมีอาการขนาดนี้ เขาดีมานานก็ต้องมีอาการมากกว่าผม ถ้าเขาไม่มาวุ่นวายก็คงไม่มีอะไรกัน ถ้าบังคับจิตใจกันมากเกินไปถึงเวลาก็อาจเลิกล้มความตั้งใจ
- ผู้วิจัย : เลิกล้มความตั้งใจ
- เจ็ด : คือ ผมคิดว่าจะอยู่ที่นี้ให้ครบ (ตามระยะเวลาที่ ร.พ. กำหนดไว้) มันเป็นจุดเริ่มต้นของผม เป็นสิ่งแรกที่ผมตั้งใจจะทำให้สำเร็จ (สีหน้าภาคภูมิใจ ยึดตัวขึ้น)
- ผู้วิจัย : เจ็ดกังวลว่าถ้าไม่สามารถระงับใจตัวเองได้ จะไม่มีโอกาสอยู่รับการรักษานจนครบกำหนดตามที่ตั้งใจไว้
- เจ็ด : ครับ
- ผู้วิจัย : แล้วเจ็ดจะทำอย่างไรจึงจะประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้
- เจ็ด : (นั่งคิด) ตอนนี้ก็ทำใจไม่เดินไปโน่น ไม่เดินไปนี่ เรารู้จักเขามากถ้าเขาชวนเราไปเราก็น่าจะเปลืองใจ เพื่อนพวกนี้ผมไม่อยากจะคบ ตอนเข้ามามีเพื่อน 5-6 คน ตอนนี้เหลือ 2-3 คน เขาหนีกลับกันหมด ผมไม่ไปกลัวถูกจับชื่อพ่อแม่ผมจะมัวหมองไปด้วย (สีหน้าไม่สบายใจ น้ำเสียงเบา)
- ผู้วิจัย : ไม่เสียแต่เรานะเสียถึงพ่อแม่นี้เรายอมไม่ได้
- เจ็ด : ผมไม่ยอมให้เสียถึงพ่อแม่ผมหรอก เพราะผมเข้ามาในนี้เขาก็มองว่าพวกผมไม่เอาไหนอยู่แล้ว (น้ำเสียงไม่พอใจ) ถ้าเราทำดีเสีย 21 วัน ให้หมอเขาเห็นว่าเรายังมีความตั้งใจ มีความดี และเรายังรักษาหน้าพ่อแม่เราไว้ได้ ตัวผมคิดอย่างนี้ผมเลยไม่อยากไปวุ่นวาย ถ้าผมอยากได้ยาผมก็เดินไปหาเพื่อน ๆ ดูก่อน แต่ผมตั้งใจว่าผมจะไม่ใช้มันแล้ว ผมเลยไม่สนใจ วัน ๆ หนึ่งตื่นขึ้นมาถ้าเขาเรียกรวมกลุ่มสุขศึกษาผมก็ไปร่วม ถ้าไม่มีผมจะพยายามอยู่ที่เตียงนอนของผม ผมพยายามเตือนตัวผมอยู่เรื่อย ๆ (หยุดพูดชั่วคราว) ทั้ง ๆ ที่เพื่อนชวนเดินออก ผมก็บอกให้เขาไปคนเดียวถ้าเพื่อนคิดว่าทนไม่ได้ แต่ให้ระวังอาจถูกตำรวจจับ ถ้าเขาไม่เอาข้อหาครอบครอง เขาก็เอาเสพติดฯ ไปเปรียบเทียบค่าปรับ อาการทรมานของเราอาจมากกว่านี้ก็พยายามแนะนำเขา บางคน

ก็เชื่อบางคนก็ไม่เชื่อ ถ้าเขาออกไปไม่ถูกจับผมก็ดีใจ อากาการพวกนี้พวกหมอเรียนแค่ ทฤษฎีมากก็คิดว่าอาการแค่นี้ก็ทนกันไม่ได้ แต่เขาไม่เคยรู้ว่าอาการพวกนี้มันปวดเจ็บอย่างไร สำหรับผมคิดว่าแค่นี้ผมทนไม่ได้ ต่อไปผมจะอย่างไร ผมต้องพยายามทน มันให้ได้ ทางบ้านไม่มาเยี่ยมผมก็ไม่เคยโกรธเขา ไม่ตำหนิเขา เพราะเขาไม่เคยมาว่าที่ผมเป็นอย่างนี้ ผมทำตัวของผมเอง ทุกคนเขาห่วงใยมาตลอด ถ้าเขามาเยี่ยมผมก็ดีใจ ถ้าไม่มาเยี่ยมผมก็ไม่โกรธ

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

เจ็ดมีความมั่นใจมากขึ้นว่าตัวเองจะเลิกยาได้ มีหน้าตาสดชื่น มีความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้น เช่น

ผู้วิจัย : เจ็ดมีความมั่นใจมากน่าจะเลิกยาได้

เจ็ด : ใจผมคิดว่าเจ็ดตัวนี้จะตายที่นี้และผมพยายามจะไม่หนีตัวเอง เพราะทุกวันเท่าที่ผ่าน ๆ มาผมหนีตัวของผมเอง พอผมเมาแล้ว ผมไม่ยอมรับรู้ปัญหาอะไรเลย ที่จริงมัน (เฮโรอีน) ไม่ได้ช่วยอะไรเราเลย แค่อชั่วคราวเท่านั้นเอง ตอนไม่เมาแล้วก็เริ่มคิดว่าไม่เห็นมีอะไรดีเลย พอเมาแล้วก็ไม่คิดอะไรทั้งนั้น ผมคิดว่าผมเดินทางผิดมานานแล้ว ลองตั้งตัวใหม่มันคงยังไม่สายเกินไป

ผู้วิจัย : มันเป็นแค่บทเรียนนะ

เจ็ด : ครับ ผมคิดว่าผมจะเป็นเจ็ดคนใหม่ให้ได้ ถ้าผมมีบุญจริง ๆ ก็เป็นบุญของผม แต่ถ้าผมหวนกลับไปใช้ก็ก็เป็นบาปกรรมของผมเอง แต่ถ้าเป็นไปได้ผมอยากให้เจ็ดตัวนี้ตายที่นี้ ออกไปผมก็จะพยายามทำตัวให้เป็นเจ็ดคนใหม่

ผู้วิจัย : เจ็ดต้องการเปลี่ยนแปลงตัวเอง อยากจะเป็นเจ็ดคนใหม่

เจ็ด : ตลอดเวลาที่ผมใช้มันผมไม่เคยคิดเดินไปข้างหน้าเลย มีแต่อยู่กับที่หรือถอยหลังไป ไม่เคยมีความคิดสร้างสรรค์ในตัวเองเลย มีแต่ความมึนเมาอยู่ในสมองทุกวัน คิด ๆ ไปแล้วมันไม่มีอะไรดีขึ้นเลย

ผู้วิจัย : มันเป็นอย่างไรคะที่ว่าอยากมีความคิดสร้างสรรค์

เจ็ด : ผมยังไม่ทราบเหมือนกัน ใจผมอยากให้พ้นสภาพตอนนี้ไปก่อน



ผู้วิจัย : นี่เป็นเป้าหมายที่เจ็ดวางไว้

เจ็ด : ครับ ผมมีความตั้งใจจะเลิกให้ได้ ออกไปนี่ผมจะไม่กลับไปหามันอีกไม่ว่ามันจะมีปัญหาอะไร จะพยายามแะ็งใจให้มากที่สุด ผมจะต้องมีอนาคตใหม่ที่ดีกว่านี้ (แววดาฉายความเด็ดเดี่ยว น้ำเสียงมีความเชื่อมั่นในตัวเองว่าจะต้องทำได้ ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่าเจ็ดมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป เริ่มเข้าใจความจริงมากขึ้น มีความมั่นใจในตัวเอง มีการวางเป้าหมายในอนาคตอันเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของเจ็ด)

ผู้วิจัย : เวลาที่เจ็ดรู้สึกอย่างไร

เจ็ด : สบายใจ คนอื่นอาจจะเห็นว่าร่างกายของผมไม่สมบูรณ์เต็ม 100 % ก็จริงของเขา แต่ผมจะก้าวต่อไปได้สมบูรณ์ 100 เปอร์เซ็นต์เต็ม ผมจะต้องทำให้ถึงมันให้ได้

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

เจ็ดเริ่มวิตกกังวลว่าตัวเองจะเลิกยาไม่ได้ ผู้วิจัยพยายามให้เจ็ดมีกำลังใจที่จะอดทนต่อสู้เพื่อตัวเอง เช่น

ผู้วิจัย : วันนี้รู้สึกเจ็ดไม่สดใสเลย มีอะไรเกิดขึ้นคะ

เจ็ด : ผมเจอเพื่อนรุ่นพี่ เขามาพูดกับผมว่าตอนนี้เขามีอาการเริ่มทนไม่ได้ ผมก็เลยรู้สึกผมทนไม่ได้อย่างเขา เริ่มเกิดอาการเหมือนเขา ผมยังคิดเลย อ้ายบ้านี้ไม่ควรพูดให้เราได้ยินเลย ทำให้ผมเกิดอาการซึ่งผมไม่เคยมีเป็นอาทิตย์มาแล้ว

ผู้วิจัย : เวลาที่เจ็ดเริ่มไม่แน่ใจในตัวเองอีกแล้ว

เจ็ด : ครับ ผมไม่แน่ใจว่าถ้าผมออกไป แล้วไปเจอเพื่อนที่ใช้นั้นผมจะเลิกได้ไหม

ผู้วิจัย : เจ็ดเริ่มกังวลว่าจะเลิกไม่ได้

เจ็ด : ที่จริงมันอยู่ที่ใจผม

ผู้วิจัย : มันอยู่ที่ใจเจ็ด

เจ็ด : ผมต้องเตือนตัวเองให้มาก ถ้าผมทนได้ต่อไปผมคงดีกว่านี้ ถ้าผมทนไม่ได้ต่อไปผมก็ต้องแย่กว่านี้ ผมจะพยายามทำใจของผมให้ได้

ผู้วิจัย : ค่ะ พี่มั่นใจว่าเจ็ดทำได้

เจ็ด : (ยิ้ม) ผมจะพยายามให้มากที่สุด

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

เจ็ดมีสัปดาห์ดีขึ้นกว่าครั้งที่แล้ว เริ่มเข้าใจสภาพความเป็นจริง มีการวางแผนเตรียมพร้อมที่จะไม่กลับไปเสพยาซ้ำ เช่น

เจ็ด : ทุกคนในนี้ผมแน่ใจว่าจะมาชวนเชิญผมไปใช้ยาอีกไม่ได้แล้ว (มีความมั่นใจว่าตัวเองสามารถเลิกยาได้แน่ ๆ)

ผู้วิจัย : เจ็ดมั่นใจว่าเลิกยาได้แน่

เจ็ด : ครับ ทุกวันนี้ผมพยายามช่วยตัวเอง ผมวิ่งตอนเย็นคนเดียวทุกวัน

ผู้วิจัย : วิ่งตอนเย็นคนเดียว

เจ็ด : ผมรู้สึกสบายใจ ผมทำทุกอย่างเพื่อตัวเอง ผมพยายามทำอะไรให้ผมสบายใจที่สุด คนอื่นจะมองผมอย่างไรผมไม่แคร์เพราะอยู่ข้างนอกผมก็วิ่ง คนอื่นก็มองผมเหมือนกัน ทุกวันนี้ผมนอนหลับสบาย คนอื่น ๆ เขานอนไม่ได้ แต่ผมหลับสบาย มีปวดเมื่อยบ้างนิดหน่อยเท่านั้น

ผู้วิจัย : เจ็ดทำเพื่อตัวเองนะ

เจ็ด : คือผมตั้งใจว่ามาอยู่ที่นี่ (เตรียมฟื้นฟู) ผมจะไม่ใช้ยานอนหลับเหมือนคนอื่น ยานอนหลับของผมก็คือการวิ่งออกกำลังกาย

ผู้วิจัย : เจ็ดเริ่มชนะใจตัวเองแล้วนะ

เจ็ด : ครับ 7 วันนี้ผมมีความมั่นใจเต็มที่เลยว่าผมอยู่ได้แน่ ๆ มันเป็นจุดเริ่มต้นชีวิตใหม่ของผมด้วย

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

เจ็ดมีพฤติกรรมเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นอย่างชัดเจน เริ่มมีความหวังใหม่ในชีวิต รู้ว่าชีวิตของตัวเองมีค่า เริ่มรู้จักที่จะวางแผนชีวิตของตัวเอง เช่น

ผู้วิจัย : อยากให้เจ็ดบอกพี่สักนิด ตั้งแต่คุยกันมาเจ็ดได้เปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างไรบ้าง



- เจ็ด : ตัวผมตั้งแต่คุยกับพี่ที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง จากเป็นคนที่เงิบซึมเศร้า ก็เริ่มรู้จัก  
 ทักทายเพื่อน ๆ ที่ใช้ยาเสพติด เริ่มมองตัวเองว่าเราอยู่สภาพเดียวกับเขานะ เดิมผมจะ  
 นั่งคนเดียว จะพูดเฉพาะคนที่เข้ามาวันเดียวกับผม คนอื่นผมไม่สูงสิง ต่อมาผมเริ่มมา  
 สัมผัสพูดคุยกับพี่ ผมรู้สึกว่าคุณเริ่มมีความเปลี่ยนแปลง ตอนนั้นผมกล้าพูดว่าผมไม่ใช่  
 ของแล้ว ผมก็สามารถนอนได้เองโดยไม่ต้องพึ่งหมอนอีก ผมสามารถทานข้าวได้เป็นเวลา  
 ถ่ายเป็นเวลา ความรู้สึกของผม คือ มีความกล้าที่จะไปทักทายเพื่อนฝูง และก็มีควม  
 ว่างแ่งมใสมากขึ้นกว่าเดิม โลกนี้ยังมีความใสภาน่าอยู่
- ผู้วิจัย : มีอย่างอื่นอีกไหม นอกจากความว่างแ่งมใส กล้าทักทายผู้อื่น
- เจ็ด : (นิ่ง) รู้สึกใจเย็นขึ้นหน่อย เมื่อก่อนทะเลาะกับเจ้าหน้าที่ร้านค้า เขาโวยวายมาผมก็  
 ได้ตอบไป ตอนนี้อาจะโวยวายผมก็เฉย ใครจะมองว่าผมเป็นคนบ้า ผมไม่สนใจ
- ผู้วิจัย : เจ็ดเริ่มภูมิใจในตัวเอง
- เจ็ด : ครับ ผมกล้าพูดว่าผมภูมิใจ จุดเริ่มต้นของผมใกล้จะบรรลุแล้ว ช่วงที่อยู่ฝั่งนั้น (ถอน  
 พินยา) ผมไม่ค่อยมั่นใจว่าจะเลิกได้ ผมก็เริ่มคิดว่าทำอะไรผมจึงจะอยู่ฝั่งนี้ได้  
 สมายที่สุด ผมก็เตรียมลดยาเองมาเรื่อย ๆ พอข้ามมาฝั่งนี้ผมก็รู้ว่าผมต้องทำเพื่อตัวผม  
 เองแล้ว .....
- ผู้วิจัย : ตอนนั้นเจ็ดรู้แล้วนะว่าเจ็ดทำเพื่อตัวเอง ไม่ใช่เพื่อคนอื่น
- เจ็ด : ครับ สิ่งที่ผมได้รับนะ คือ ทำให้ครอบครัวสบายใจ แต่จริง ๆ แล้วตัวผมได้รับเต็ม ๆ  
 เลย
- ผู้วิจัย : ตัวเจ็ดได้รับเต็มที่
- เจ็ด : ตอนนั้นผมไม่กังวลเรื่องยาเสพติดเหมือนช่วงแรก พอได้ยินเรื่องพวกนี้บับจะมีอาการทันที  
 ตอนนั้นผมก็มีความต้องการ แต่คอยเตือนตัวเองอยู่เสมอ ๆ ผมอยากจะทำบอบ  
 คุณพี่มาก ๆ ที่ยอมเสียเวลากับผม ผมเริ่มรู้สึกว่าตัวผมเองมีคุณค่า ตอนนั้นผมเริ่มหวง  
 แหนชีวิต จะไม่ยอมตกเป็นทาสมันอีกแล้ว
- ผู้วิจัย : เจ็ดเริ่มเห็นคุณค่าของตัวเอง เริ่มหวงตัวเอง
- เจ็ด : ครับ ผมจะไม่ยอมให้เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นในชีวิตผมอีกแล้ว ผมของคุณพี่มาก ๆ เลยที่  
 ช่วยเหลือผม
- ผู้วิจัย : วันนี้เราคงพบกันเป็นครั้งสุดท้ายแล้ว พี่ก็ขออวยพรให้เจ็ดโชคดีตลอดไป
- เจ็ด : ของคุณพี่มากครับ



### การให้การปรึกษาครั้งที่ 1

แปดชอบนั่งอยู่คนเดียวที่เตียง ไม่ค่อยพูดคุยกับเพื่อน หรือไม่ก็หลับตลอดทั้งวัน ในการพูดคุยกันครั้งแรกจะนั่งก้มหน้า และเงิบเป็นส่วนใหญ่ ยังไม่มีความไว้วางใจในตัวผู้วิจัย เช่น

- ผู้วิจัย : เป็นไงคะ
- แปด : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : เมื่อกี๊พี่แนะนำตัวที่แล้ว พี่ไม่ทราบว่าแปดอยากคุยอะไรกับพี่บ้างไหมวันนี้
- แปด : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : (เงิบ)
- แปด : ไม่มีอะไร
- ผู้วิจัย : ไม่มีอะไร แปดมาอยู่โรงพยาบาลกี่วันแล้วคะ
- แปด : 8 วัน
- ผู้วิจัย : เป็นใจคายังมีอาการไหม นอนหลับสนิทไหมคะ
- แปด : หลับ แต่ต้องชนน้ำ (อาบน้ำ) บ่อย ๆ
- ผู้วิจัย : ยังมีอาการอยู่
- แปด : เหงื่อออกมาก ตอนกลางคืนต้องถอดเสื้อออก เสื้อเปียกทั้งตัว
- ผู้วิจัย : แปดรู้สึกอย่างไรที่อยู่ที่นี่
- แปด : เหงา
- ผู้วิจัย : แปดพูดคุยกับคนอื่นบ้างไหม
- แปด : คุยแต่กับเพื่อน
- ผู้วิจัย : แปดยังไม่พร้อมที่จะพูดคุยกับคนอื่น
- แปด : (เงิบ)



## การให้การปรึกษาครั้งที่ 2

แปดเริ่มไว้วางใจในตัวผู้วิจัย เริ่มพูดถึงความรู้สึกของตัวเอง เช่น

- แปด : ผมกลัวว่าที่บ้านจะไม่ยอมรับผม
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ
- แปด : ออกไปกลัวจะเลิกไม่ได้ กลัวที่บ้านยังระแวงเราอยู่
- ผู้วิจัย : แปดอยากให้ที่บ้านยอมรับแปด
- แปด : ใช่
- ผู้วิจัย : มันเป็นไงคะ
- แปด : ผมพยายามเลิกหลายครั้งแล้ว แต่ไม่มีใครเชื่อผม ผมน้อยใจเลยกลับไปใช้ซ้ำอีก
- ผู้วิจัย : แปดเลยกังวลว่าครั้งนี้จะเหมือนเดิมอีก
- แปด : ครับ (เสียงเบา)
- ผู้วิจัย : มันน่าน้อยใจนะ อดทนแทบตายแล้วยังไม่มีใครเข้าใจอีก
- แปด : ครับ เวลาเกิดอาการผมท้อใจอยากเดินออกทุกครั้ง
- ผู้วิจัย : แต่แปดก็ยังอยู่
- แปด : ผมไม่อยากให้แม่เสียใจ
- ผู้วิจัย : แปดรักแม่มากนะ
- แปด : บางครั้งแม่ก็พูดคุยกับผมดี บางครั้งก็ว่าผมต่อหน้าคนอื่น
- ผู้วิจัย : แปดน้อยใจแม่นะ
- แปด : แม่ไม่เคยเรียกผมว่าลูก ไม่เคยให้เงินผมใช้ อย่างมากก็ 70 บาท 80 บาท แต่น้องขอทำอะไรแม่ก็ให้
- ผู้วิจัย : แปดอยากให้แม่รักแปดเท่านั้น
- แปด : ผมเคยไปอยู่กับเพื่อน และใช้มัน ผมรู้ว่ามันไม่ดี ผมเลิกมันไม่ได้ ผมรักแม่ (ร้องไห้)

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 3

แปดมีความกังวลที่จะต้องย้ายไปอยู่เตรียมพื้นที่ ผู้วิจัยชวนให้แปดมองเห็นประโยชน์ต่าง ๆ ที่จะได้รับจากการอยู่เตรียมพื้นที่ เช่น

- แปด : ผมอยู่ที่นี่ผมก็สบายใจ ไม่อยากย้ายไปที่โน่น
- ผู้วิจัย : นอกจากสบายใจ มีอะไรอีกไหมที่ไม่อยากย้ายไปอยู่เตรียมพื้นที่
- แปด : คือ ผมอยู่ที่นี่สบายใจ มีเพื่อนรู้จักกันหลายคนแล้ว
- ผู้วิจัย : เพื่อนก็จะย้ายไปอยู่ตึกโน้นเหมือนกัน
- แปด : ผมว่าจะขอตึกนี้อยู่ต่ออีก 7 วัน
- ผู้วิจัย : แปดรู้ไหมทำไมต้องย้ายไปอยู่ตึกโน้น
- แปด : เพื่อให้จิตใจเปลี่ยนไป
- ผู้วิจัย : เปลี่ยนอย่างไร
- แปด : มีเพื่อนใหม่ ๆ แล้วมีสิ่งอื่น ๆ ดึงใจให้เราอยู่
- ผู้วิจัย : แปดเคยถามคนที่อยู่ตึกโน้นไหม
- แปด : ไม่เคย
- ผู้วิจัย : แปดรู้ไหมอยู่ตึกโน้นไม่มียาทานนะ
- แปด : ตึกนี้ผมก็ไม่ทานยา
- ผู้วิจัย : แปดแน่ใจนะว่าอยู่ได้โดยไม่ต้องใช้ยา ตึกโน้นไม่มียาทาน เราจะปฏิบัติตัวอย่างไรให้ความรู้สึกเสียนยาหมดไป การอยู่ตึกโน้นเหมือนอยู่ในสังคมภายนอก ถ้าเราชัดเจนกับมันในช่วง 7 วันสุดท้าย วันที่เราเดินออกเราจะรู้ว่าเราจะกลับไปใช้ยาหรือไม่ใช้ ถ้ากลับไปใช้ก็เป็นเพราะอะไรแปดมีความมั่นใจที่จะอยู่แค่นั้น
- แปด : ตอนแรกผมคิดว่า ถ้าคุณแม่มาจะขอคุณแม่กลับ เพราะอยู่มา 2 อาทิตย์แล้วจำเจอี๊ดอึด แต่แม่บอกว่าย้ายให้ทำใจให้ได้ อาจจะมีเพื่อนใหม่ ๆ ผมก็เลยคิดว่าย้ายก็ย้าย
- ผู้วิจัย : แปดจะไม่ลองอย่างที่แม่บอกหรือ
- แปด : (นั่งนาน) จริง ๆ แล้วผมไม่ชอบจำเจ แต่ผมไม่อยากเปลี่ยนที่อยู่ ผมรู้สึกกลัว
- ผู้วิจัย : ถ้ามีคนมาบอกว่าที่โน้นที่นี้ดีแปดจะเชื่อไหม
- แปด : ไม่เชื่อ บางครั้งเพื่อนบอกว่าอย่าย้ายไปเลยที่นี้ดีกว่า



- ผู้วิจัย : เพื่อนทำให้แปดไม่แน่ใจว่าจะย้ายหรือไม่ย้ายดี
- แปด : ผมรู้สึกสบายใจที่จะย้ายไป ผมจะทำตามที่คุณแม่บอก
- ผู้วิจัย : มันจะเป็นการพิสูจน์ตัวเองนะว่าแปดทำได้ แปดจะเกิดความภูมิใจว่าแปดอยู่ได้ แปดจะ  
ได้ความรู้สึกที่แท้จริงของแปด แปดจะได้พิสูจน์ว่ามันเป็นอย่างไร

#### การให้การปรึกษาครั้งที่ 4

แปดมีความวิตกกังวลในการย้ายไปอยู่เตรียมพื้นที่ ผู้วิจัยพยายามชักชวนให้แปดยอมรับ  
ความจริง และพร้อมที่จะย้ายไปอยู่เตรียมพื้นที่ เช่น

- ผู้วิจัย : เป็นใจคะวันนี้มีอะไรหนักใจไหมที่จะย้ายไปอยู่เตรียมพื้นที่
- แปด : ย้ายไปแล้วจะไม่มีใครรู้จักเหมือนตึกนี้ ที่ตึกนี้รู้สึกมีเพื่อนหลายคน สนทนากัน  
ย้ายไปแล้วไม่มีใครรู้จัก
- ผู้วิจัย : แปดกังวลว่าย้ายไปที่นั่นแปดจะเหงา
- แปด : ครับ
- ผู้วิจัย : แปดย้ายไปที่นั่นเราไปคนเดียวหรือเปล่า มีคนอื่นไปอยู่ไหม เราจะเป็นเพื่อนกับเขาได้  
ไหม
- แปด : มันต้องใช้เวลา
- ผู้วิจัย : แต่เขาอาจเป็นเพื่อนที่ดีของเราก็ได้
- แปด : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : แปดกลัวที่จะไม่มีเพื่อน มันทำให้จิตใจเราห่อเหี่ยว และไม่อยากย้ายไป
- แปด : ครับ เราไม่เคยชิน
- ผู้วิจัย : ไม่เคยชินที่จะมีเพื่อนใหม่
- แปด : (เงิบ)
- ผู้วิจัย : ทุกครั้งเวลาแปดทำสิ่งใหม่ ๆ จะเป็นอย่างนี้ทุกครั้งไหม
- แปด : มันก็เหมือนกัน จิตใจมันห่อเหี่ยวทุกครั้ง
- ผู้วิจัย : แปดรู้สึกห่อเหี่ยวทุกครั้ง
- แปด : ไม่ว่าจะย้ายบ้านใหม่ หรือจะทำงานก็ตาม ไม่กล้า ใจมันไม่กล้า

- ผู้วิจัย : แปกกลัวใช้ไหมคะที่ว่าใจมันไม่กล้า แปกไม่กล้ายอมรับความจริง
- แปด : ครับ
- ผู้วิจัย : ถ้าแปดยังหนีความจริง เราจะหนีความจริงอย่างไรไปได้ตลอดชีวิตไหมเราหนีมันพ้นไหม
- แปด : ไม่พ้น
- ผู้วิจัย : ไม่พ้นนะ แล้วเราจะหนีมันทำไม ถ้าเราไม่สู้ชีวิตเราจะแย่ลง ๆ ทุกวัน
- แปด : (ร้องไห้)
- ผู้วิจัย : ถ้าเราหนีมันอยู่เรื่อย ๆ มันจะเป็นอย่างไร
- แปด : ถ้าหนีมันอยู่เรื่อย ๆ มันก็เลวลง
- ผู้วิจัย : ชีวิตแปดจะเป็นอย่างไรถ้ายังหนีความจริงอยู่ แปกจะยอมหนีความจริงอย่างไรไปตลอดชีวิตหรือ
- แปด : ไม่ยอม
- ผู้วิจัย : แปกไม่ยอมนะ ถ้าแปดไม่ยอมแปดจะทำอย่างไร
- แปด : เราต้องทน และกล้าในสิ่งที่เราทำ
- ผู้วิจัย : ตอนนีถ้าเขาบอกให้แปดไปอยู่เตรียมพื้นฟูละ
- แปด : เต็มใจไป
- ผู้วิจัย : แปกแน่ใจนะว่าแปดเต็มใจที่จะไปอยู่เตรียมพื้นฟู
- แปด : ตอนนีผมพร้อมที่จะอยู่
- ผู้วิจัย : แปกอาจจะไม่มีเพื่อนนะ
- แปด : ผมจะทำใจให้ได้
- ผู้วิจัย : พร้อมนะ จะอยู่ตึกไหนก็ได้ทั้งนั้น
- แปด : ผมคิดว่าก็ดีเหมือนกัน ผมไปเข้าที่โน่นก็เหมือนผมมาเข้าที่นี้วันแรก ผมคิดว่าตอนนี้ผมพร้อมที่จะย้าย

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 5

แปดย้ายมาอยู่ตึกเตรียมพื้นฟู และประสบปัญหาการนอนไม่หลับ ผู้วิจัยพยายามชวนให้แปดยอมรับความรู้สึก และยอมรับความจริงที่เกิดขึ้น เช่น



- แปด : ผมมาอยู่ที่นี้ผมก็สบายใจดี
- ผู้วิจัย : แปดหลับไหม
- แปด : ไม่หลับ ทานยาไปมันปวดกระดูกนอนไม่หลับ
- ผู้วิจัย : ยานอนหลับไม่ช่วยแปดเลย
- แปด : ผมเดินไปเดินมา นอนไม่หลับ
- ผู้วิจัย : แล้ววันนี้แปดจะทำอย่างไร
- แปด : ผมคิดว่าจะไม่ทาน จะทำใจของผมเอง
- ผู้วิจัย : ยิ่งเรากล้าปากเท่าไรมันจะเป็นบทเรียนที่ดีกับตัวเรานะ
- แปด : เมื่อเช้าผมถามใคร ๆ ในห้อง ไม่มีใครหลับเลย
- ผู้วิจัย : นี่แหละมันเป็นจุดสำคัญ ความเจ็บปวดทรมานที่มันจะคอยเตือนเราไม่ให้ใช้มันอีก  
ตอนนี้แปดรู้สึกอย่างไร
- แปด : เงินผมหมดแล้ว ผมอยู่ได้เพราะเพื่อน ๆ คนที่นี้เขาอยากกลับกันทุกคน
- ผู้วิจัย : ที่จริงตึกนี้มีอะไรเหมือนกันหลายอย่างนะ เงินหมดเหมือนกัน อยากกลับบ้านเหมือนกัน  
เกิดอาการเหมือนกัน ถ้าแปดค่อย ๆ มองจะเห็นว่ามันสอนอะไรหลายอย่างให้  
แปดนะ มัน .....
- แปด : มันฝึกความอดทน อดกลั้น
- ผู้วิจัย : ที่จริงพี่แปลกใจนะที่ตึกถอนยาแปดหน้าตาหดหู่ไม่สบายใจ แต่อยู่ตึกเตรียมพื้นฟูขนาด  
แปดยังไม่ได้นอนยังหน้าตาสดชื่นขนาดนี้
- แปด : คือว่า แบบมันสบายกว่ากัน ที่ไม่อยากจะย้ายเพราะไม่อยากหอบผ้าหอบผ่อนไปไหน อยู่  
ตึกไหนก็ไม่ได้กินยาเหมือนกัน (แปดไม่ยอมทานยาเมธาโดน)

### การให้การปรึกษาครั้งที่ 6

แปดไม่สบายใจที่จะต้องกลับไปอยู่ที่บ้าน กลัวว่าทุกคนทางบ้านจะไม่ยอมรับ ผู้วิจัยชวน  
ให้แปดได้ยอมรับความจริง และเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เช่น

- แปด : ผมกังวลว่าทางบ้านจะไม่ยอมรับผม
- ผู้วิจัย : มีอะไรที่ทำให้แปดมีความรู้สึกอย่างนั้นคะ

- แปด : คือว่า ผมบอกคุณแม่ว่าไม่ต้องมารับผม แต่คุณแม่บอกว่าจะมาผมคิดว่าคุณแม่ไม่ไว้ใจผม
- ผู้วิจัย : เป็นไงคะที่ว่าไม่ไว้ใจ
- แปด : ผมอยากไปดูโลกแปลก ๆ อยากไปเที่ยว
- ผู้วิจัย : แปดอยากไปดูโลกภายนอก
- แปด : ผมอยากไปเดินศูนย์การค้าหลังออกจากโรงพยาบาล อยู่ในนี้อัดอัด
- ผู้วิจัย : แล้วแปดจะทำอย่างไร
- แปด : ถ้าแม่ให้ห้องไปด้วยแสดงว่าเขาไม่เชื่อใจเรา ระแวงใจเรา
- ผู้วิจัย : แปดอยากให้แม่เชื่อนะว่าแปดไม่ใช่มันแล้ว
- แปด : ถ้าเชื่อใจเราไม่ต้องให้ห้องไป แล้วดูซิว่าเราจะไปใช้มันหรือเปล่า
- ผู้วิจัย : แปดพร้อมที่จะไปเที่ยวคนเดียว
- แปด : ผมคิดว่าผมพร้อมตั้งแต่อยู่มาผมไม่เคยได้เงินก้อนจากคุณแม่ถึง 100 บาทเลย
- ผู้วิจัย : ถ้าแปดขอเงินแม่แล้วแม่ไม่ให้เงินเท่าที่แปดขอ แปดจะทำอย่างไร
- แปด : แม่ น่าจะรู้เพราะผมทนมาตั้ง 21 วัน อย่างน้อยควรให้ผมไปเปิดหูเปิดตาบ้าง ผมตั้งใจว่าออกไปนี่ผมจะไม่เข้ามาอีก ผมตั้งใจจะไม่ใช้มันอีกแล้วตอนนี้ผมคิดว่าผมเริ่มชัดเจน ผมรู้สึกที่นี้ผมสบายใจ ไม่รู้สึกอยากยา
- ผู้วิจัย : แปดรู้สึกที่แปดเริ่มเปลี่ยนแปลงตัวเองนะ
- แปด : คือว่า ต่อไปนี้ผมจะทำอะไร ผมจะต้องคิดก่อน ถ้าทำไปแล้วมันผิดหรือถูกก็จะยอมรับมันเพราะคิดแล้ว
- ผู้วิจัย : ตอนนี้แปดคิดอย่างไรกันแน่
- แปด : เราทำให้คุณแม่ผิดหวังก็สมควรแล้วที่แม่จะไม่ไว้ใจผม จริง ๆ แล้วผมก็เข้าใจ เพราะแม่หวังดีกับผม
- ผู้วิจัย : มันคงต้องใช้เวลาที่จะให้ใคร ๆ ยอมรับเรา
- แปด : ผมคิดว่าทำได้ ถ้าอยู่ด้วยกันสักพักหนึ่งคุณแม่คงไว้ใจผม
- ผู้วิจัย : แปดจะทำอย่างไรคะ
- แปด : ผมก็ตั้งใจว่าจะอยู่บ้านสักพักให้แม่ไว้ใจ ผมจะช่วยส่งไป มีทางไหนที่ผมพอจะทำได้ ผมก็จะช่วย
- ผู้วิจัย : เช่น
- แปด : คือว่า ถ้าผมไปผมก็จะเอารถไปส่งไปแทนน้อง



- ผู้วิจัย : ถ้าแม่ยังไม่ยอมให้แปดไปทำคนเดียว แปดจะทำอย่างไร
- แปด : ให้น้องไปด้วย
- ผู้วิจัย : นะคะ ให้น้องไปด้วย ให้แม่ไว้ใจแปดก่อน ต่อไปแปดถึงค่อยทำคนเดียวไม่ต้องคิดว่าแม่  
ไม่ไว้ใจเราให้คิดว่า .....
- แปด : แม่ห่วงเรา
- ผู้วิจัย : แม่ห่วงแปดนะคะ เป็นใจคะตอนนี้ถ้าแม่ให้แปดอยู่บ้านก่อนยังไม่ให้ไปเที่ยว
- แปด : ครับ ตอนนี้ผมรู้สึกสบายใจขึ้น ผมคิดว่าจะทำให้ทางบ้านไว้ใจผมมากขึ้น
- ผู้วิจัย : จริง ๆ แล้วแปดรู้ไหม ทั้งหมดนี้เราทำเพื่อใคร
- แปด : ตัวผมเอง



ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ประวัติผู้เขียน



นาง ถนิมภรณ์ นิลกาญจน์ เกิดวันที่ 11 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2492 ที่อำเภอเมือง จังหวัด นครสวรรค์ ได้รับปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เมื่อปีการศึกษา 2515 และ เข้ารับราชการตำแหน่งเจ้าหน้าที่วิจัย สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ.2521 (จนถึงปัจจุบัน) และเมื่อปี พ.ศ.2530 ได้ลาศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปัจจุบันดำรง ตำแหน่งเจ้าหน้าที่วิจัยระดับ 5 สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ศูนย์วิทยพัชร์พยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย