

อภิปรายผลการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัยเป็น 2 ส่วน คือ การวิจัยเชิงพรรณนาและการวิจัยเชิงทดลอง ดังนั้นในการอภิปรายผลการวิจัยผู้วิจัยจึงแบ่งการอภิปรายเป็น 2 ส่วนตามรูปแบบการวิจัย ส่วนที่ 1 คือ การอภิปรายผลการวิจัยเชิงพรรณนา ส่วนที่ 2 คือ การอภิปรายผลการวิจัยเชิงทดลอง โดยมีรายละเอียดของการอภิปราย ดังนี้

การวิจัยส่วนที่ 1

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบความผูกพัน และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา

ผลจากการวิจัยพบว่านักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงร้อยละ 77.1 รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ร้อยละ 14.0 รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน ร้อยละ 6.1 รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว ร้อยละ 2.8 (ตารางที่ 5) จะเห็นได้ว่านักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเป็นจำนวนมากที่สุดสอดคล้องกับงานวิจัยของ Brenan, Clark และ Shaver (1998) ที่ทำการศึกษารูปแบบความผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาตรีพบว่ามีความผูกพันแบบมั่นคงสูงที่สุด คือ ร้อยละ 42 และมีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 17 การที่นักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเป็นจำนวนมากที่สุดเนื่องจากในสภาพสังคมทั่วไปจะพบว่าบุคคลส่วนใหญ่จะมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง เนื่องจากรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเป็นรูปแบบความผูกพันที่มีความเหมาะสมที่สุดใน 4 แบบ และในนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผู้วิจัยทำการศึกษาเป็นบุคคลที่อยู่ในสังคมทั่วไป จึงมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจำนวนมากที่สุดในกลุ่มประชากรกลุ่มนี้

นักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีจำนวนน้อยที่สุด เนื่องจากรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวเป็นรูปแบบความผูกพันที่ไม่เหมาะสมที่สุดในรูปแบบความผูกพันทั้ง 4 แบบ โดยแนวคิดของ Shaver (1995) กล่าวว่ากรณีที่บุคคลจะมีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวเกิดจากสาเหตุหลายประการ โดยสาเหตุหนึ่ง คือ การที่บุคคลมีประวัติการถูกทำร้าย หรือถูกลวนลามทางเพศในช่วงวัยเด็ก ทั้งนี้จากผลการวิจัยของ Alexander (1993) พบว่าบุคคลที่มีประวัติการถูกลวนลามทางเพศในวัยเด็กร้อยละ 59 มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว และงานวิจัยของ Shaver, Clark และ Caverley (1994) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรูปแบบความผูกพันแบบ

หวาดกลัวจะมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงในทางบวกกับประวัติการถูกลวนลามทางเพศในช่วงวัยเด็ก การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษารูปแบบความผูกพันของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นบุคคลปกติจึงพบรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวน้อยที่สุด

2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา ที่มีรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกัน

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแตกต่างกัน เมื่อผู้วิจัยทำการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีการของดันเน็ต (Dunnett's T 3) พบว่าไม่มีคู่ใดที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการทราบว่านักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแตกต่างกันหรือไม่ ซึ่งสามารถสรุปได้ว่านักศึกษามีรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดของ Bartholomew (1994) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานความผูกพันแสดงถึงการรับรู้ถึงคุณค่าและความหมายที่ตนเองมีต่างกัน แสดงถึงความเชื่อใจต่อโลกภายนอกที่แตกต่างกัน บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันจะมีความเชื่อใจและมั่นใจในผู้อื่นว่าจะให้ความช่วยเหลือตนได้เมื่อมีปัญหาแตกต่างกัน บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจึงมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือแตกต่างกัน

งานวิจัยนี้ยังพบว่า รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ กล่าวคือ บุคคลที่มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นในทางลบสูงจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพต่ำ ส่วนบุคคลที่มีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นในทางลบต่ำ จะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพสูง (ตารางที่ 32 ภาคผนวก ฅ.) ผลการวิจัยนี้สามารถขยายแนวคิดจากผลการวิจัยของ Lopez และคณะ (1998) ดังนี้ ผู้ที่มีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ มีแนวโน้มที่จะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพในระดับต่ำ

การวิจัยส่วนที่ 2

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อระดับความผูกพันและเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า หลังจากเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษาจะมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับมองตนเองและผู้อื่นด้านลบลดลงกว่าก่อนเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ และมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพสูงขึ้นกว่าก่อนเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ สามารถสรุปได้ว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์แบบเปิดตามแนวSchutzมีผลต่อการลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบ การลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ และเพิ่มเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ (ตารางที่ 18,19 และ20)

การที่กระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz สามารถลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบและสามารถลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ และเพิ่มเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ เนื่องจากกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz มีกระบวนการที่เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้รู้จักตนเอง ได้รู้เท่าทันกับความรู้สึกของตนเอง และยังสามารถรู้จักบุคคลอื่น ได้เรียนรู้ที่จะสร้างปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ได้รับรู้ในสิ่งที่บุคคลอื่นบอกเล่า หรือแสดงออก ซึ่งในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่มจะเป็น พื้นฐานที่สำคัญให้บุคคลเรียนรู้จักการมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น เรียนรู้ที่ไว้วางใจ เชื่อมั่นในบุคคลอื่น และในกลุ่มจิตสัมพันธ์บุคคลสามารถจะแสดงความเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่ โดยไม่ถูกประเมินจากสมาชิกในกลุ่ม ในกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz จะมีบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การช่วยเหลือเกื้อกูลระหว่างกัน ก่อให้เกิดความเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น ส่งผลให้สมาชิกสามารถรับรู้ความสามารถและความดีงามของตน ซึ่งส่งผลต่อการลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบและสมาชิกยังสามารถรับรู้ว่าคุณค่า มีความหมาย สามารถให้ความไว้วางใจได้ สามารถให้ความช่วยเหลือเมื่อตนต้องการ ซึ่งส่งผลต่อการลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bowlby (1988) ที่ว่าบุคคลจะสามารถเปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันจากการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองและผู้อื่น โดยผ่านกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีนักจิตวิทยาทำหน้าที่เป็นฐานแห่งความมั่นคง ทำให้บุคคลกล้าที่จะสำรวจถึงงานค้างใจของตน นำมาสู่ความกล้าที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น และผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับ Pistole (1999) ที่ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันของผู้มาปรึกษาว่า การนำทฤษฎีความผูกพันมาอธิบายความสัมพันธ์ของผู้มาปรึกษาและนักจิตวิทยาการปรึกษาจะส่งผลต่อการ

เปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันของผู้มาปรึกษา โดยมีหลักการเบื้องต้น คือ การที่ผู้มาปรึกษาจะสามารถยอมรับความจริงได้ตามจริง

สำหรับการที่กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz ส่งผลต่อการเพิ่มเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจของนักศึกษาจากนักวิชาชีพนั้น ผู้วิจัยเห็นว่าผลสืบเนื่องมาจากปัจจัย 2 ประการ

ประการที่ 1 การส่งผลสืบเนื่องจากการลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบและการลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นผู้อื่นด้านลบ เมื่อบุคคลรับรู้ว่าคุณค่า มีความหมาย เป็นที่รัก และรับรู้ว่าคุณคนอื่นสามารถพึ่งพาได้ สามารถวางใจได้ และสามารถเป็นที่พึ่งได้ในยามที่บุคคลนั้นต้องการ ย่อมเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพนองบุคคล สอดคล้องกับงานวิจัยของ Lopez และคณะ (1998) ที่พบว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง คือ มีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบระดับต่ำและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นผู้อื่นด้านลบระดับต่ำ จะมีเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพนองในระดับสูง

ประการที่ 2 คือ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลมีเจตคติต่อการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ คือ การเข้าใจผิดเกี่ยวกับบทบาทและหน้าที่ของนักจิตวิทยา แต่เมื่อนักศึกษากลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบเปิดตามแนวSchutzแล้ว นักศึกษาจะได้รับบทบาทและการทำงานของนักจิตวิทยาผ่านผู้นำกลุ่ม ย่อมทำให้นักศึกษามีความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทและการทำงานของนักจิตวิทยาอย่างถูกต้องมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Atkinson ที่พบว่านักศึกษาที่เคยปรึกษากับนักจิตวิทยาจะมีเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจจากนักจิตวิทยา โดยในการวิจัยของ Fischer และ Turner (1970) และ Cash (1978) พบว่าบุคคลที่มีเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจคือบุคคลที่รับรู้ว่าคุณจิตวิทยาการปรึกษามีความน่าเชื่อถือ มีความเข้าใจ ร่วมรู้สึก ซึ่งสิ่งต่าง ๆ ที่บุคคลรับรู้เหล่านี้ล้วนแต่เป็นหลักการในเบื้องต้นของกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จะเกิดขึ้น ดังนั้นเมื่อบุคคลเข้าสู่กระบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแล้วบุคคลจะรับรู้ว่าคุณจิตวิทยาการปรึกษามีความน่าเชื่อถือ มีความเข้าใจ ร่วมรู้สึก จึงทำให้นักศึกษาเกิดเจตคติในทางบวกต่อแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจจากนักจิตวิทยาเพิ่มขึ้น

กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz เป็นโอกาสให้บุคคลได้ศึกษาถึงตนเอง และเป็นแนวทางที่บุคคลจะพบและสังเกตความสัมพันธ์ของตนในชีวิตประจำวัน และสมาชิกจะเริ่มกล้าที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างตรงไปตรงมามากขึ้น เพื่อเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ให้บุคคลเกิดความรู้สึกใกล้ชิดกันมากขึ้น กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz จึงเชื่อให้เกิดการพัฒนาความงอกงามทั้งภายในตัวบุคคลและระหว่างบุคคล โดยผ่านกระบวนการที่ส่งผลให้บุคคลมีความ

ละเอียดอ่อนในการรับรู้ตน รับรู้บุคคลอื่นมากขึ้น สามารถสังเกตและรับรู้ทั้งความรู้สึกภายในตนเองและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างตนเองและบุคคลอื่นได้ดียิ่งขึ้น

Schutz กล่าวว่าแนวคิดที่บุคคลมีต่อตนเองขึ้นอยู่กับ การรับรู้ตนเองและการรับรู้จากปฏิสัมพันธ์ที่มีกับบุคคลอื่น โดยอยู่บนหลักการพื้นฐาน คือ การมีส่วนร่วม การควบคุม ความผูกพัน แต่ละขั้นสามารถแบ่งได้เป็นขั้นต่ำ – ขั้นสูง Schutz เห็นว่าบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีจะต้องมีขั้นที่อยู่ตรงกลาง ซึ่งการที่บุคคลจะมีขั้นที่อยู่ตรงกลางได้นั้นต้องอาศัยการตระหนักรู้ (awareness) เป็นหลักสำคัญ เช่น พอร์ด เป็นคนที่เรียนเก่ง มีความสามารถสูง ได้รับทุนไปศึกษาต่อถึงระดับปริญญาเอกเพื่อน ๆ ก็เข้าใจว่าพอร์ดน่าจะเป็นคนที่มีความสุข ไม่มีปัญหา พอเพื่อนได้ฟังพอร์ดเล่าเรื่องราวความรู้สึกโดดเดี่ยว ความรู้สึกเหงา ความรู้สึกกลัวว่าจะไม่มีใครเป็นเพื่อน เพื่อน ๆ ก็เกิดความเห็นใจและเข้าใจ ทำให้กลุ่มร่วมกันให้กำลังใจพอร์ด สมาชิกคนหนึ่งบอกกับพอร์ดว่า “ถ้าพอร์ดจะต้องเป็นนกที่ต้องบินไปไกล บินสูง แต่นกตัวนี้ก็จะไม่หนาวเพราะจะเป็นกองไฟอบอุ่นให้นกตลอด” หรือ โน้ต จะไม่ค่อยมาเรียน ไม่ค่อยมาเข้ากลุ่มเพื่อน บางครั้งเวลาเพื่อนในกลุ่มไปไหนโน้ตก็จะไม่ได้ไปด้วย อ้างว่าไม่ว่าง ทำให้เพื่อนในกลุ่มรู้สึกที่โน้ตพยายามแยกตัวออกห่าง แต่เมื่อโน้ตกล้าเล่าถึงความจริงให้เพื่อนรับรู้ว่า ตนเองมีปัญหาที่บ้าน ปัญหาทางการเงิน ทำให้ไม่สามารถไปไหนมาไหนกับเพื่อนได้ทุกครั้งเนื่องจากมีปัญหาทางการเงิน เพื่อน ๆ ก็เข้าใจและพยายามจะช่วยเหลือ และเมื่อโน้ตพูดถึงความรู้สึกโดดเดี่ยวที่ต้องดูแลตนเอง ความเหงามีสมาชิกคนหนึ่งพูดกับโน้ตว่า “เราจะเติมรักของโน้ตให้เต็มเอง”

กระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์

1. ขั้นการมีส่วนร่วม (Inclusion Phase)

จากการวิเคราะห์กลุ่มและการเปลี่ยนแปลงของสมาชิก พบว่ากลุ่มดำเนินไปอย่างสอดคล้องตามกระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz เริ่มจากการเข้ากลุ่มในระยะแรก ๆ สมาชิกกลุ่มยังไม่มี ความคุ้นเคยกับการเข้ากลุ่มจึงทำให้สมาชิกเกิดความสงสัยว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร สมาชิกบางคนแสดงความไม่มั่นใจ พยายามเลี่ยงไปพูดในเรื่องอื่น การพูดคุยสนทนาเป็นไปในลักษณะผิวเผิน มีความรู้สึกลำบากใจที่จะแสดงความเป็นตัวเองออกมา ดังเช่นประโยคคำพูดดังต่อไปนี้

พอร์ด	ตกลงที่มาเนี่ยเราจะมาทำอะไรกันหรือ แบบใจง่ายมากเลยนะไม่รู้ว่ามาทำอะไร
แป้ง	เล่นไฟเิงแก
อู๊ด	ก็มาคุยกันไง
ผู้นำกลุ่ม	สงสัยนะว่ามาทำอะไรกันจะมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง

ผู้นำกลุ่มจึงชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม รวมทั้งบทบาทของผู้ในกลุ่ม และข้อปฏิบัติในการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ เปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทำกิจกรรมการผ่อนคลาย เพื่อให้ร่างกายและจิตใจสงบ เพื่อให้สมาชิกพร้อมรับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ผู้นำกลุ่มให้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกมีการสำรวจตนเอง สำรวจความคิด ความรู้สึกของตน เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้รับรู้เกี่ยวกับการนึกคิด และความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับตนเอง และให้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกได้มีการเปิดเผยตนเอง โดยผ่านแบบฝึกหัด “ฉันและเธอคุณค่าของเรา” เนื่องจากสมาชิกมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและมองผู้อื่นด้านลบต่ำ (ตารางที่ 17 และ ตารางที่ 30) ดังนั้นในเบื้องต้นสมาชิกมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกลุ่ม มีความกระตือรือร้นในการทำแบบฝึกหัด แต่สิ่งที่สมาชิกพูดจะเป็นไปอย่างผิวเผิน สมาชิกยังไม่กล้าจะแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมา ไม่กล้าเปิดเผยตัวเอง เนื่องจากเกรงว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงถึงบทบาทของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับมองผู้อื่นด้านลบที่มีอยู่ในตัวบุคคล ดังเช่นประโยคคำพูดต่อไปนี้

- ฟอร์ด จะดีเหรอพี่ ชีวิตผมแบบไม่มีอะไรหรอก เรียนไปวัน ๆ ไม่ค่อยมีอะไร เรียนบ้าง แหกบ้าง โดดไปโดดมา ยังเจีย
- ไหม โอให้ ชีวิตหนูจะมีไหมเนี่ย ไม่เห็นมีแก่นสารอะไรสักอย่าง
- ตัน ไอ้ชื่อพอนึกออกพี่ แต่คุณค่าความภูมิใจคงไม่มีแน่
- ไนต์ แหม ถ้าพูดอะไรไปพวกแกจะเอาไปเฝ้าที่แน่เลย

และเมื่อพิจารณาในเรื่องเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือ สามารถเห็นได้จากระยะห่างระหว่างที่นั่งภายในกลุ่ม แม้จะมีการนั่งเป็นวงกลมแต่สมาชิกจะเว้นระยะห่างระหว่างสมาชิก และผู้นำกลุ่มกว้างกว่าระยะห่างระหว่างสมาชิกด้วยกัน และมีคำพูดที่แสดงถึงความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการปรึกษาปัญหาแก่นักจิตวิทยา เช่น

- ไหม พี่รู้ไหมเนี่ย ถ้าใครเค้ารู้ว่าหนูมาพัฒนาจิตยังงี้ ต้องว่าหนูบ้าแน่เลย

จากประโยคข้างต้นที่กล่าวมา จะเห็นว่าสมาชิกยังไม่ตระหนักถึงและไม่ใส่ใจถึงคุณค่าที่ตนเองมี และไม่มั่นใจว่าหากตนบอกเล่าเรื่องราวไปแล้วจะปลอดภัยหรือไม่ ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศของความไว้วางใจด้วยการแสดงความจริงใจ ใส่ใจด้วยการตั้งใจฟัง สะท้อนความรู้สึก ยอมรับสิ่งต่าง ๆ ของสมาชิกอย่างไม่มีเงื่อนไข ให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ ผู้นำกลุ่มเข้าใจในตัวสมาชิกด้วยท่าทีที่อบอุ่น แสดงความเป็นมิตร จึงทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความมั่นใจ และกล้าเข้าร่วมกลุ่มมากขึ้น มีการพูดถึงสิ่งที่เป็นความรู้สึกลึก ๆ ในใจ มีการร่วมแบ่งปัน ร่วมรับฟังซึ่งกันและกัน กล้าที่จะเปิดเผยความเป็นตัวเองออกมา สมาชิกได้ตระหนักว่าตนเองมีคุณค่ามีความหมาย เกิดกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในของสมาชิก และยังมีการแสดงถึงการเห็นคุณค่าและตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลที่มีความหมายในชีวิตของตน ดังเช่น ประโยคคำพูดต่อไปนี้

- ใหม่ เราภูมิใจในตัวเรานะ มากด้วย ที่เรารู้หน้าที่ ดูแลตัวเองได้ รู้ว่าตัวเองทำอะไรอยู่ การเรียนก็ไม่ได้เก่งมาก สวยก็แบบไม่ใช่ นะ แต่ก็ดีใจที่เราเป็นอย่างนี้ ฉันเป็นฉันอย่างนี้ก็ดีแล้วละ
- จัน เรื่องที่แบบสุด ๆ นะก็เรื่องที่สอบชิงทุนไปแลกเปลี่ยนที่แคนาดาได้ แบบเหมือนเราเป็นฮีโร่ของโรงเรียนเลย ใครเขาอาจจะไม่คิดด้วยมั้งว่าเราจะทำได้ แต่เราก็ทำได้
- ฟอร์ด เป็นคนที่เรียน ๆ แหก ๆ มาตลอดแต่มันก็ออกมาดี ก็คือ อาจงอาจารย์ เขาก็จะแปลกใจว่าทำไมเกรดออกมาดี ทั้งที่ตอนม.3 เกรดเราไม่ค่อยดี แต่เราก็เรียนไปเรื่อย ๆ จนเราก็มาสนิทกับอาจารย์ชิวะคนนึง เขาก็สอนดี เราก็ชอบ เราก็เลยเหมือนกับว่าเราก็มืดมน เราก็เริ่มมีความหวัง เริ่มมีแบบอย่างว่าเราจะเรียนไปในทางนี้ แล้วก็กลับมาสอนที่โรงเรียน เราก็รักโรงเรียนเรา เราก็มียุติว่าเราต้องเรียนวิทยาศาสตร์
- ผู้นำกลุ่ม ประทับใจในตัวอาจารย์
- ฟอร์ด ใช่ ประทับใจ
- ผู้นำกลุ่ม ฟอร์ดรู้สึกประทับใจในตัวอาจารย์ มันเป็นส่วนสำคัญในการ
- ฟอร์ด เป็นส่วนสำคัญมาก ๆ
- ผู้นำกลุ่ม เป็นส่วนสำคัญมาก จากที่เดิมเราคิดว่าก็ไปวัน ๆ นะ แต่พอมีอาจารย์คนนี้นะทำให้เรารู้สึกว่ามีเป้าหมายขึ้น

- ฟอร์ด ไช้ ก็แบบ ทำให้เหมือนอนาคตเราเป็นรูปเป็นร่างมากขึ้น ทำให้เรามีความพยายามที่จะทำตามความฝัน ก็เลยตัดสินใจเรียนอันนี้
- อู๊ด ตีนะ เราก็มีเรื่องอย่างนี้เหมือนกัน มีต้นแบบเหมือนกัน
- อู๊ด อย่างผมนี่ไม่ได้เข้าโรงเรียนอนุบาลนะ แม่สอน สอนเองที่บ้านเลย แล้วค่อยไปเข้าป.1 ชีวิตผมโตมานี้ผมมีอิสระ ไม่มีใครบังคับเลยนะที่บ้าน เขาแบบจะเหมือนให้เกียรตินะ เพราะที่บ้านไม่มีใครเรียนสูงเลย เขาก็จะไม่มากดดัน ยังไงก็ได้ขอให้ไปเถอะ
- ผู้นำกลุ่ม แม่ได้ดูแลอู๊ดอย่างใกล้ชิดตั้งแต่เด็กนะ ที่บ้านให้อิสระในการที่จะเลือกในการที่จะทำสิ่งต่าง ๆ
- อู๊ด ไช้ แม่ผมสอนเองดูแลเอง แม่ผมเป็นคนชัดเจน เป็นคนหนักแน่น พูดอย่างไรก็อย่างนั้น ทุกอย่างจะสอนผมหมดนะ ทำการบ้านก็จะสอน ยิ่งสังคมนี้แม่ยิ่งอัดเลยเพราะแม่ชอบตามข่าว
- ผู้นำกลุ่ม อู๊ดภูมิใจที่แม่เป็นอย่างนี้นะ
- อู๊ด ครับ ชอบแม่ รักแม่มากเลย ภูมิใจแม่ทำให้ชีวิตผมเป็นอย่างนี้ (ร้องไห้)
- ผู้นำกลุ่ม นึกถึงแล้วมันตื่นตันขึ้นมาเนะ นึกถึงสิ่งต่างๆ ที่แม่ทำให้
- บี ไช้ คนสำคัญในชีวิตเรา
- ผู้นำกลุ่ม คะ คนสำคัญในชีวิตเรานะ ถ้าไม่มีคนๆนี้เรามาถึงทุกวันนี้ไม่ได้นะ
- อู๊ด รักแม่มาก

1. ขั้นการควบคุม (Control Phase)

เมื่อสมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าคุณได้รับการยอมรับ รู้สึกว่าคุณมีคุณค่าและมีความสำคัญจากการได้เข้ากระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz ทำให้เกิดความรู้สึกมั่นใจที่จะแสดงออกถึงความเป็นตนเอง และเข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่มมากขึ้น โดยกระบวนการกลุ่มในขณะนี้ดำเนินเข้าสู่ขั้นการควบคุม หลังจากที่สมาชิกตัดสินใจแล้วว่า จะมีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม สมาชิกเริ่มแสดงความเป็นเจ้าของของกลุ่มด้วยการควบคุม สมาชิกจะแสดงออกว่าคุณสามารถตัดสินใจแทนเพื่อนในกลุ่มได้ พยายามชี้แนะ เสนอแนะ แสดงความคิด ความรู้สึกที่มีต่อเหตุการณ์นั้น ๆ แสดงสิทธิของตนในการเข้ากลุ่ม บางคนก็แสดงออกถึงการยอมรับตามด้วยการรับฟังความคิดเห็นจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ต้องการให้เพื่อนสมาชิกบอกว่าควรทำอะไร และไม่กล้าแสดงสิทธิของตนในการเข้ากลุ่ม เมื่อกลุ่มสมาชิกได้รับความไว้วางใจ ได้รับการยอมรับจากสมาชิกคนอื่น ๆ และยอมรับว่า

สมาชิกคนอื่นมีความจริงใจต่อตน ผู้นำกลุ่มเชื่ออำนาจให้สมาชิกรับรู้ตนและมีโอกาสรับรู้ถึงประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิกผ่านแบบฝึกหัดถนนสายชีวิต ดังเช่นประโยคคำพูดต่อไปนี้

- รุท ตอนนี้ก็ยังคบกันอยู่ไม่ได้เลิกกัน แต่เจอกันไม่ได้ อาจจะเป็นเพราะรักเขามาก แต่จริง ๆ แล้วเขารักเรามากกว่าเยอะ
- ฟอร์ด ติดต่อกันไม่ได้เลยเหวอ
- แป้ง โทรศัพท์คุยกันได้บ้างไหม
- รุท ติดต่อกันไม่ได้เลย
- ผู้นำกลุ่ม มันมีความห่างไกลระหว่างกันนะ จนทำให้เจอกันไม่ได้ ติดต่อกันไม่ได้ เหมือนถูกแยกจากกัน
- รุท ใช่เราถูกแยกจากกัน
- ฟอร์ด แอบติดต่อกันก็ไม่ได้เหวอ
- อู๊ด คิดเหมือนกัน
- แป้ง เล่ามาเถอะนะ จะได้สบายใจ
- รุท เราก็รอนะ รอมานาน จนเหมือนกับเป็นอะไรซักอย่างที่เหมือนกับชินแล้วด้วย
- อู๊ด ค่าโทรศัพท์มันแพงใช่ไหม อยู่ไหนในยุโรปหรือเปล่า
- รุท คงไม่ใช่
- ผู้นำกลุ่ม เหมือนรุทจะมีคำตอบแล้วนะคะว่าจะไม่ได้เจอกันอีกแล้วละ
- รุท แต่เขาก็เป็นตัวจริงเสมอ แต่เราไปหาเขาไม่ได้ ไปไม่ได้
- ผู้นำกลุ่ม เขายังอยู่ยังอยู่ในใจเรานะ แต่เจอกันไม่ได้ ไม่ได้เจอกันแล้วนะ
- รุท รู้สึกเหมือนกันเขาคงกลับมาไม่ได้ง่าย ๆ หรือด ถ้ากลับมาได้เขาคงกลับมาแล้ว
- ฟอร์ด แบบรุทก็แนวเนตินะ แต่ใช้ความแนวเนนี้มันจะส่งผลต่อตัวรุทหรือเปล่าเคยคิดไหม เราคิดนะ
- อู๊ด ใช่ เหมือนกับการเปิดตัวเองไง
- ฟอร์ด ใช่ เหมือนเรื่องของฟอร์ดไง อดีตเราแก้ไขอะไรไม่ได้แล้วแต่อนาคตมันยัง น่าจะมีส่วนที่จะต้องเป็นให้มันดีที่สุด มากกว่าที่จะกลับไปมองย้อนอดีตที่จะกลับไปแก้ไขอะไรไม่ได้
- รุท ก็บางทีเราก็คิดเรื่องเขาจนมีปัญหาเรื่องเรียน อ่านหนังสือสอบบางทีก็ไม่ค่อยได้

อู๊ด โอัยรุท ตอนนี้เราจอดแล้วที่ประเด็นหัวใจ คือ เราจะพูดว่าการทำอย่างนี้คือการผูกมัดหัวใจไว้กับอดีต ซึ่งเป็นสิ่งที่พูดไม่ถูกนะ ยิ่งโอกาสที่มันจะเจอหรือไม่เจอ โอกาสที่มันจะเจอตอบไม่ได้นี่ ความมั่นใจจะสูงแค่ไหน แล้วโอกาสของตัวเองเรา มั่นใจตัวเองได้มากพอไหม เรามั่นใจเขาได้มากพอไหม แล้วจะปิดโอกาสตัวเองไว้กับตรงนั้นหรือ กับสิ่งที่อนาคตเราเหมือนจะรู้ว่า มันไม่มาแล้ว ทำไมไม่เปิดอะไรออกไป เราเปิดไม่ได้หรือ เหมือนละครไอทีวี ที่หน้าต่าบ้านแรกเราเปิดไปพบอะไรก็ตามเราก็ต้องเปิดบานที่สอง บานที่สามต่อต่อไป เพื่อที่จะรับอะไรเขามาด้วย เราขอโทษที่ถามตรง แกจะตอบยังงี้ก็ได้แต่อยากให้แกเก็บไปคิดดีกว่า อีกรักสิบปีแกจะคิดออกก็ไม่เป็นไร

เมื่อกระบวนการกลุ่มดำเนินมาถึงขั้นนี้แล้วสมาชิกจะเกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองชัดเจนมากขึ้น ซึ่งส่วนหนึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากขั้นการดำเนินกลุ่มในขั้นการมีส่วนร่วม และในขั้นการควบคุมจะมีการเพิ่มความมั่นใจเกี่ยวกับการยอมรับในตนเอง ผ่านกระบวนการสร้างสัมพันธภาพที่สมาชิกในกลุ่มมีการยอมรับซึ่งกันและกัน ให้เกียรติเชื่อมั่นว่าต่างฝ่ายต่างคุณค่า สมาชิกแต่ละฝ่ายก็จะรับรู้ว่าคุณค่ามีความหมาย และเมื่อตนเองได้รับความสนใจ ความเข้าใจ รับรู้ว่าเพื่อนสมาชิกกระตือรือร้นที่จะช่วยแก้ปัญหาของตนเอง ก็จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับผู้อื่น จนทำให้สมาชิกกล้าที่จะแสดงความรู้สึกนึกคิด ใดๆ ในใจที่เป็นงานค้างใจของตนเองออกมา

รุท ตอนแรกเราไม่อยากจะบอกหรือกนะ เล่าไปมันก็ทำอะไรไม่ได้ เจ็บอีก แต่เห็นเพื่อนแล้วแบบ เออ เล่าก็ได้ ยังอยากฟังเราอยู่หรือเปล่า

อู๊ด ถ้าแกอยากเล่าเราก็พร้อมจะฟังเสมอแหละ แต่ถ้าแกยังไม่อยากเล่าก็ไม่เป็นไร ก็แล้วแต่แก

รุท ก็คิดหรือว่าเราจะไม่สู้ เราจะไม่ยอมตามเขากลับมา แต่มันทำไม่ได้ ถ้ามีอะไรทำได้เราก็ทำทุกวิถีทางแล้วละ คิดหรือ ว่าเราจะยอมให้เรากับเขาอยู่ไกลกันขนาดนี้ แต่นี่มันทำไม่ได้ เขาตายแล้ว (ร้องไห้) เราถึงตามเขาไม่ได้ไง คิดหรือว่าเราจะยอม ถ้าเขายังอยู่ต่อให้ยังไงเราก็จะตาม

- ไนต์ บางครั้งก็รู้สึกนะว่าไม่มีใคร ไม่มีใครเลย (ร้องไห้) แต่วันนี้รู้เลยว่าเพื่อนทุกคนช่วยเหลือ มีอะไรก็โทรมาตาม โทรมาหา ถึงบางที่ไม่ได้ไปเรียน ไปแล้วไม่เจอกันก็ฝากจดหมายไว้ให้
- ผู้นำกลุ่ม บางครั้งก็รู้สึกนะว่าไม่มีใคร ไม่มีใครเลย โดดเดี่ยวนะ แต่ว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เพื่อนทำให้มัน
- ไนต์ เป็นกำลังใจ แต่ก่อนเคยคิดนะว่าเราจะเข้ากับคนอื่นได้หรือเปล่า จะอยู่ในสังคมอย่างนี้ได้ไหม แต่ตอนนี้ไม่แล้ว ดีใจที่มีพวกแก

จากคำพูดดังกล่าวจะเห็นได้ว่าสมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น เมื่อสมาชิกสามารถเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในทั้ง 2 ด้านแล้ว กลุ่มจะดำเนินไปสู่ขั้นต่อไป ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการต่อยอดให้สมาชิกเกิดความมั่นใจในคุณค่าและความหมายที่ตนเองมีต่อผู้อื่นว่าตนเองมีคุณค่าเพียงพอที่จะได้รับความรักและความใส่ใจดูแล และผู้อื่นก็สามารถไว้วางใจและพึ่งพาได้เมื่อตนเองต้องการ เพื่อให้รูปแบบการทำงานภายในที่เปลี่ยนแปลงไปมีความมั่นคงยิ่งขึ้น

สำหรับในส่วนของเจตคติที่มีต่อการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแม้จะไม่มีคำพูดใดที่แสดงให้เห็นถึงกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงได้โดยตรง แต่ในชั้นในเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพก็มีการเปลี่ยนแปลงไปโดยมีผลสืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น สามารถเห็นได้จากระยะห่างในการนั่งระหว่างสมาชิกกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงไป ทั้งระยะห่างระหว่างที่นั่งของสมาชิกด้วยกันเองที่ใกล้ชิดมากขึ้น และระยะห่างระหว่างสมาชิกและผู้นำกลุ่มก็เท่ากับระยะห่างระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกซึ่งแตกต่างจากช่วงแรกในการดำเนินกลุ่มอย่างชัดเจน

2. ขั้นการผูกพัน (Affective Phase)

ขั้นความผูกพันจะเกิดขึ้นเมื่อกลุ่มสามารถพัฒนาลักษณะการควบคุมของตนเองได้อย่างเหมาะสมแล้ว สมาชิกกลุ่มจะสามารถกำหนดระยะที่เหมาะสมในการใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม สมาชิกเกิดความใกล้ชิด เป็นมิตรกันอย่างแท้จริง มีการสร้างความผูกพันระหว่างกันและกัน สามารถรับรู้ถึงความรักที่มีต่อตนเองและเพื่อนสมาชิกอย่างชัดเจน สามารถถ่ายทอดความรู้สึกที่เกิดขึ้นออกมาให้เพื่อนสมาชิกรับรู้ ผ่านทั้งทางภาษากายและคำพูด ดังเช่นประโยคคำพูดต่อไปนี้

- อู๊ด อย่างผมนี้ความรักผมยังไม่มีการมีกับผู้หญิงสักคน แต่ว่าผมบอกได้เลยนะว่าความรัก
ที่ผมมีกับเพื่อนนี่เต็มร้อยมาก ผมรักเพื่อนได้เต็มร้อย อย่างเพื่อนนี่เหมือนกับ
ประโยคที่บอกว่า หัวใจจะนำคุณไปสู่บ้าน ธรรมดาที่รู้สึกรักไอ้พวกนี้อยู่แล้ว แต่
ตอนนี้รู้สึกว่ารักมัน รักมันมากขึ้น
- ฟอร์ด ใช่ รู้สึกเข้าใจกันมากขึ้น
- แป้ง ความรู้สึกของแป้งที่เกิดขึ้นนี่มันเหมือนกับว่าเราได้เจออีกสิ่งหนึ่งนะ ที่เราไม่เคยรู้
- ฟอร์ด อย่างรูปที่พวกแกวาดให้เนี่ย คนอื่นมันอาจจะดูว่ามันไม่มีค่า เป็นแค่เศษกระดาษ
แต่สำหรับเรามันมีค่ามาก มีความหมายกับเราหลาย
- ไนต์ ขอบคุณมั่งมากนะ อย่างน้อยเวลาเรามีปัญหาแล้วเราไม่รู้จะปรึกษาใครเราก็รู้ว่า
เราปรึกษามั่งได้
- มั่ง เราชักแกนะไนต์

ในส่วนของภาษากาย เมื่อเวลาที่สมาชิกมีการมอบสัญลักษณ์แทนตัวเพื่อน และมีการ
มอบจดหมายให้กัน โดยบุคคลที่มอบและรับจะนั่งอยู่ตรงหน้ากันนั้น นอกจากจะมีการสื่อสารกัน
ด้วยคำพูดแล้ว ยังมีการจับมือ การกอด การเช็ดน้ำตาให้กัน ซึ่งเป็นการสื่อสารทางอารมณ์และ
ความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อกันและกันยังสามารถมาเติมเต็มการสื่อสารด้วยคำพูด ซึ่งเป็นเครื่อง
หมายที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น เนื่องจาก
สมาชิกมีความยินดีที่จะมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิด กล้าที่จะให้ความสนิทสนมกับผู้อื่น และในส่วน
ของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับตนเองที่เปลี่ยนแปลงสืบเนื่องจาก 2 ขั้นที่กล่าวมาแล้วจะมี
ความชัดเจนมากขึ้นในขั้นนี้เนื่องจากแบบฝึกหัดที่ผู้วิจัยใช้ในการดำเนินการคือ ภาพงามความเป็น
คุณและจดหมายน้อย สิ่งที่สมาชิกบอกเล่าต่อกัน เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้รับฟังได้ตระหนักและรับรู้ใน
คุณค่าของตนเองอย่างชัดเจน ดังประโยคต่อไปนี้

- น้อย สำหรับเราดูเหมือนเป็นกระต่ายน้อย ขนปุยสีขาว เราอยู่ด้วยแล้วเรามีความ
สบายใจ ไม่ว่าเราจะมีปัญหาอะไรพอเราไปพูดคุยกับกระต่ายตัวนี้แล้วเราก็จะ
สบายใจทุกที

ไหม อันนี้ของแก ดัน ถึงใครจะว่าแกจะไม่สวย จะว่าแกจะปากร้าย แต่สำหรับฉันแก เหมือนของมีค่า เหมือนเพชรนะ เพราะแกเข้มแข็ง แกมีคุณค่า มีความหมายใน ตัวแกเองได้เลย โดยไม่ต้องอาศัยสิ่งอื่น ๆ มาประดับ แกเป็นคนที่มีค่าด้วยตัวแก เองเลย

เมื่อกระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz ได้ดำเนินการมาถึงขั้นนี้จะสามารถ เปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเอง ผ่านกระบวนการในการทำให้ บุคคลเกิดการตระหนักรู้ในตน ยอมรับตนตามจริง และเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิด การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเอง โดยมีรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองเห็นด้านลบลดลง เมื่อบุคคลมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นด้าน ลบลดลงแล้วบุคคลจะมีความกล้าที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ขยายไปสู่ความกล้าที่จะเชื่อใจ ให้ความเชื่อมั่นในผู้อื่น เมื่อสมาชิกในกลุ่มจิตสัมพันธ์มีการพัฒนาตนเองมาถึงระดับนี้ต่างฝ่าย ต่างจะรับรู้ว่าคุณอื่นสามารถให้ความช่วยเหลือตนได้เมื่อตนต้องการ ผู้อื่นสามารถไว้วางใจได้ ส่งผล ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นผู้อื่น โดยมีรูปแบบการทำงาน ภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเองด้านลบลดลง เมื่อบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองเห็นตนเองและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับมองเห็นผู้อื่นแล้ว รูปแบบความผูกพัน ของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงไป และเมื่อบุคคลสามารถรับรู้ว่าคุณอื่นมีคุณค่า มีความหมาย เพียง พอที่จะได้รับความรักความใส่ใจจากผู้อื่น และผู้อื่นก็น่าเชื่อถือสามารถให้ความช่วยเหลือเมื่อตน ต้องการได้ ลดอคติที่บุคคลมีต่อผู้อื่น กล้าที่จะแสวงหาความช่วยเหลือเมื่อตนเองต้องการ ทำให้ เจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพเปลี่ยนแปลงไป ดังเช่นประโยคเหล่านี้

ไหม พอถึงตอนนี้หนูเข้าใจแล้วนะพี่ว่าที่คนเขาไปหาหมอ หานักจิตวิทยานี้ เขาไปกัน ทำไม มันดีอย่างนี้เอง

ฟอร์ด ผมเคยสงสัยนะว่าคนที่เขาเรียนจิตวิทยาเขาเรียนทำอะไรกัน ตอนนี้ถึงรู้ว่าที่เขา เรียนมันทำอะไรได้บ้าง สิ่งต่าง ๆ ที่พี่พาพวกผมมาในวันนี้มันมีความหมายกับ ผมมากเลยนะ

สรุปจากกระบวนการกลุ่มที่เกิดขึ้นสามารถสรุปได้ว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของ Schutz มีผลทำให้รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและผู้อื่นด้านลบลดลง เนื่องจากกระบวนการกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้บอกเล่าถึงประสบการณ์ของตนเอง ร่วมรับฟัง รับรู้ ร่วมรู้สึกซึ่งกันและกัน ได้แสดงความรู้สึกที่แท้จริงต่อกันและกัน ภายใต้บรรยากาศอันอบอุ่น เป็นมิตร จริงใจ ไว้วางใจ มีการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกต่อกัน จากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่สมาชิกได้รับ ทำให้สมาชิกในกลุ่มสามารถเรียนรู้ที่จะวางใจในบุคคลอื่น ที่จะให้ความเชื่อถือ ที่จะรับฟัง บุคคลอื่น และสมาชิกในกลุ่มยังได้เรียนรู้ที่จะรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง ยอมรับในตนเอง จนกล้าที่จะแสดงความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ออกมา และมีเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจเพิ่มขึ้นจาก 2 ปัจจัย คือ การลดลงของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับผู้อื่นทางลบ และกระบวนการในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ในการลดความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการปรึกษาปัญหาทางจิตใจ

เมื่อพิจารณาจากการวิจัยในส่วนที่ 1 และการวิจัยส่วนที่ 2 สามารถสรุปได้ว่า นักศึกษามีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจำนวน 276 คน รูปแบบความผูกพันแบบกังวลจำนวน 50 คน รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน 22 คน รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวจำนวน 10 คน โดยนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแตกต่างกัน และเมื่อนักศึกษาได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz แล้วจะมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบลดลง มีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบลดลง และมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพสูงขึ้น