

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (group counseling) เป็นกระบวนการของการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ที่จัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่บุคคล ซึ่งกำลังเผชิญกับปัญหา ความขัดแย้งในใจ วิตกกังวล คับข้องใจ หรือหวาดกลัว และอื่นๆ ซึ่งรวมเรียกว่า "สภาวะจิตใจอันขาดพร้อม" (โสริช โทธิแก้ว, 2529) โดยเน้นที่สัมพันธ์ภาพภายในกลุ่ม ความเห็นอกเห็นใจ การให้กำลังใจ ใส่ใจ และพยายามช่วยเหลือซึ่งกันและกันของสมาชิก มีการแลกเปลี่ยน แบ่งปันประสบการณ์ มีทั้งการให้และรับแก่กัน ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ไว้วางใจ และเต็มไปด้วยการยอมรับ (Rogers, 1961 : 34)

จากบรรยากาศภายในกลุ่ม เมื่อบุคคลได้มีโอกาสพูดถึงปัญหาความอึดอัดคับข้องใจ และได้รับข้อมูลป้อนกลับจากบุคคลอื่นในมุมมองที่แตกต่างไปจากตน ทำให้บุคคลมองเห็นและเข้าใจตนเองได้ชัดเจนขึ้น ยอมรับตนเองได้มากขึ้น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจึงเป็น แนวทางหนึ่งที่มีผลทำให้เกิดการยอมรับตนเองมากขึ้น (นริศ มณีขาว, 2529) สมาชิกสามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยที่เขาสามารถเรียนรู้ถึงปัจจัยที่ทำให้เขาเกิดการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม และสามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง มาสู่ภาวะของการปรับตัวที่เหมาะสมได้ เพื่อที่จะได้เติบโตงอกงามไปตามศักยภาพของเขา ซึ่งเรียกว่าภาวะเช่นนี้ว่าภาวะมีสุขภาพจิตที่ดี (Rogers, 1961 : 90 - 92; 194 - 195) ดังนั้น จุดมุ่งหมายสูงสุดของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจึงเป็นการพัฒนาบุคคล และยกระดับจิตใจของมนุษย์ จาก "สภาวะจิตอันขาดพร้อม" สู่ "ภาวะจิตอันสมบูรณ์" เป็นบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดี (โสริช โทธิแก้ว, 2529)

ในบรรยากาศของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สันี้ ผู้นำกลุ่มจะไม่ชี้แนะหรือสั่งสอนสมาชิกกลุ่ม แต่จะเป็นเพียงผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกเหล่านั้นค่อยๆ มีความกล้าที่จะไว้วางใจตนเองและผู้อื่น ให้เขาได้เป็นอิสระจากการป้องกันตนเอง เพื่อให้เขาเปิดใจกว้างรับประสบการณ์ต่างๆ โดยพิจารณาประสบการณ์เหล่านั้นในหลายแง่มุม อย่างยืดหยุ่นและเป็นอิสระ เขาจะค่อยๆ เปลี่ยนแปลงการรับรู้ตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นจริงตามประสบการณ์มากขึ้น ซึ่งหมายถึง การยอมรับในความเป็นจริงที่สะท้อนให้เห็นถึงตัวตนที่แท้จริงของเขา แม้ว่าประสบการณ์ตามความเป็นจริงนั้นจะเคยขัดแย้งกับ "ตน" ที่เคยรับรู้มาก่อน และจะมีการยอมรับตัวจริงของเขาเองเพิ่มขึ้น (Rogers, 1951 : 518)

เมื่อสภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มพัฒนาไปอย่างเต็มที่ ผลที่จะตามมาก็คือ การที่สมาชิกรู้สึกกระตือรือร้นกับการที่จะเรียนรู้และหยั่งรู้ในเรื่องตนเองและเข้าร่วมอย่างเต็มที่กับกระแสเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขา เขาจะรู้สึกอิสระและกล้าที่จะติดต่อสื่อสารกับทั้งตนเองและผู้อื่นเพิ่มขึ้น เขาจะรู้สึกถึงคุณค่าและเชื่อถือในประสบการณ์ของตน ซึ่งทำให้เขารับรู้และยอมรับตนเองตามประสบการณ์ที่เป็นจริง และการกระทำของเขาก็จะเป็นธรรมชาติมากขึ้นโดยที่เขาจะสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างเบิกบานและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ขณะเดียวกันเขาจะมีความเชื่ออย่างลึกซึ้งต่อศักยภาพที่มีอยู่ในตัวของเขา ที่จะผลักดันให้เขาก้าวไปสู่การเปลี่ยนแปลง และพัฒนาความเติบโตของตนเอง ซึ่งก็จะส่งผลต่อการเติบโตของผู้อื่นด้วย (Bugental, 1963; Rogers, 1961)

การสูญเสียไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียสิ่งใด ย่อมส่งผลต่อสภาพจิตใจที่มีต่อความรู้สึกสูญเสีย นั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสูญเสียการทำหน้าที่ของอวัยวะ จัดเป็นวิกฤติการณ์ที่สำคัญ ซึ่งส่งผลต่อการดำเนินชีวิตที่เหลืออยู่ของบุคคลเป็นอันมาก การสูญเสียแขนขา จัดเป็นความพิการที่เราสามารถพบเห็นได้มากในทุกสังคมในปัจจุบัน อาจเป็นเพราะเป็นลักษณะภายนอกที่ทุกคนเห็นได้ชัด สาเหตุสำคัญที่ทำให้บุคคลต้องสูญเสียแขนขานั้น ส่วนใหญ่เกิดจากอุบัติเหตุ ยิ่งความเจริญทางเทคโนโลยีมีมากขึ้นเท่าใดจำนวนสถิติของผู้สูญเสียแขนขาก็จะยิ่งเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น ดังจะเห็นได้จากจำนวนของผู้พิการจากอุบัติเหตุการจราจรทางบก ผู้พิการจากการทำงาน และผู้พิการจากสงคราม ซึ่งมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นในอนาคต

การสูญเสียแขนหรือขาเป็นภาวะวิกฤตของชีวิตที่สำคัญอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะบุคคลจะอยู่ในสถานภาพใด การรับรู้ตนเองในด้านต่างๆเป็นไปในด้านที่ไม่ดี ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไปนาน จากสภาพร่างกายที่ต้องเผชิญกับการสูญเสียที่เรียกกลับคืนมาไม่ได้ (ฮาไพพรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์ และคณะ, 2530 : 69) สิ่งทีหลงเหลืออยู่คือความพิการ ซึ่งทำให้ปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตใหม่ได้ยาก เพราะอวัยวะเหล่านี้มีความสำคัญต่อการเคลื่อนไหว ต่อความสวยงามของร่างกาย และความสำเร็จในการช่วยเหลือตนเอง (Lambert and Lambert, 1985 : 52 - 53) บุคคลจึงมีความรู้สึกว่าตนเองพิการ มีข้อจำกัดทางร่างกายเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การทำงาน การทำกิจวัตรประจำวัน เกิดความไม่ล่องตัว ไม่สามารถทำกิจกรรมได้อย่างปกติ หรือมีความสามารถลดลง เกิดความเสียเปรียบในการทำงาน รายได้ลดลง (กิตติยา รัตนกร , 2531 : 25) ซึ่งการสูญเสียแขนขาก่อให้เกิดผลกระทบถึงความสามารถของบุคคลในการเคลื่อนไหว การประกอบกิจวัตรประจำวัน การมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลในสังคม และการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะ (Huber et al, 1988 : 326) และเมื่อสภาพลักษณะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างกระทันหันก็จะมีกรตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างทุกขุทรมาน และเป็นเรื่องที่ยากมากในการที่จะยอมรับสภาพลักษณะที่เปลี่ยนแปลงนั้นๆ (Darling - Fisher, 1985 : 82)

การสูญเสียบุคลิกลักษณะ ขาดความสวยงาม ความสมบูรณ์ ความสมประกอบที่ควรจะมี ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกด้อยกว่าคนอื่น ๆ ดังคำกล่าวที่ว่า จิตใจที่สมบูรณ์ย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์ และร่วมกับผลของการขาดความสามารถจากการสูญเสียแขนขา ส่งผลให้เกิดการสูญเสียทางด้านจิตใจ ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึก ท้อแท้ หดหวัง เบื่อหน่าย อับอาย เครียด คิดมาก หวาดระแวง ขาดความเชื่อมั่น มองโลกและผู้อื่นในแง่ร้าย อ่อนแอ เรียบร้อย ปวดร้าว เศร้าใจ วิตกกังวล น้อยเนื้อต่ำใจ ความรู้สึกต่างๆ เหล่านี้ส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรม เช่น การแยกตัว หลีกเลี้ยงหลบหนี เก็บตัว ก้าวร้าว อวดดี ตี้อารมณ์ เชื่องซึม โดดเดี่ยว หมดกำลังใจในการต่อสู้ชีวิต ซึ่งปฏิกริยาทางด้านจิตใจนี้จะส่งผลกลับไปยังร่างกายได้หลายประการ ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนทางด้านร่างกายตามมา เช่น แผลในกระเพาะอาหาร เบื่ออาหาร เป็นต้น (Cook , 1981 อ้างในกิตติยา รัตนกร , 2531 : 37) ส่วนทางด้านสังคม เห็นได้ชัดว่าจากข้อจำกัดของความสามารถทางร่างกายทัศนคติที่คนพิการมีต่อตนเองและทัศนคติของสังคมที่มีต่อคนพิการย่อมมีผลทำให้คนพิการไม่สามารถเข้าร่วมสังคม และมีผลกระทบไปถึงบทบาทของตนเองในครอบครัวด้วย ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเป็นบุคลิกอย่างหนึ่งของบุคคล การตัดสินใจมีคุณค่าในตนเองเป็นผลมาจากการประเมินตนเองในเรื่องความสามารถ และการยอมรับของสังคม (Carpenito, 1983 : 392)

การสูญเสียแขนขานี้อาจส่งผลให้บุคคลที่สูญเสียมีการเปลี่ยนแปลงของ ความคิด อารมณ์ มีการประเมินเหตุการณ์และสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองไม่ตรงกับความเป็นจริง เช่น มองตนเองเป็นผู้ไร้ค่าและไร้ความสามารถโดยสิ้นเชิง หรือการประเมินความสามารถของตนเองต่ำกว่าความเป็นจริง หรือการไม่ยอมรับสภาพความพิการที่เกิดขึ้นกับตนเอง หรือท้อแท้สิ้นหวังกับชีวิตจนเกินไป

ภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่แสดงถึง เจตคติ หรือการรับรู้ของบุคคลที่มีต่อสภาพร่างกายของตน ทั้งทางด้านสภาพร่างกายภายนอกที่ปรากฏ ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย ตลอดจนเป็นการรับรู้ และการแปลความหมายจากปฏิกริยาของบุคคลอื่นในครอบครัว และสังคมที่มีต่อตนเอง (Schonfeld , 1963 cited in Corbeil, 1991 : 156)

การสูญเสียแขนขาเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ของบุคคล เนื่องจากแขนขาเป็นอวัยวะของร่างกายที่สามารถมองเห็นจากภายนอกได้อย่างชัดเจน เมื่อมีการสูญเสียแขนขาก็จะทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านความสวยงาม ความสมบูรณ์ ความสมประกอบ โครงสร้างของร่างกายและเกิดข้อจำกัดของการทำหน้าที่ของร่างกาย นอกจากนี้ยังมีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจอย่างมาก ทำให้ไม่ค่อยคบหาสมาคมกับใคร แยกตัวเอง เพราะคิดว่าคนอื่นไม่ชื่นชอบตนเอง รู้สึกไม่ชื่นชอบตนเอง และคิดว่าตนเองไร้ค่า ถ้าเขาไม่สามารถปรับตัว หรือยอมรับความสูญเสียที่เกิดขึ้นนั้นได้ ก็จะทำให้เกิดปัญหาตามมาหลายประการ

แนวทางในการที่จะทำให้บุคคลที่สูญเสียแขนขาที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองให้ดีขึ้นได้นั้น จะต้องทำให้เขายอมรับในสภาพความเป็นจริงของตัวเอง และสภาพความแตกต่างของร่างกายเขากับคนปกติเสียก่อน

ผู้ที่สามารถยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนไปได้นั้น จะเกิดการรับรู้ และเข้าใจตนเองตามความเป็นจริง ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง รวมทั้งสภาพของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป

สำหรับผู้ที่สูญเสียแขนขาที่มีการยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปต่ำ หรือไม่ยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป เกิดขึ้นเนื่องจาก ภาพลักษณ์ที่เขาต้องการไม่ตรงหรือไม่สอดคล้องกับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป หรือภาพลักษณ์ที่เป็นจริงของเขาในขณะนี้ (incongruence) ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อโครงสร้างของ "ตน" ไม่กว้างพอหรือไม่ยืดหยุ่นพอที่จะรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ก่อให้เกิดความไม่สมดุลแก่บุคคล เกิดความไม่สงบสุข อาจรู้สึกรำคาญ หงุดหงิด โกรธ ผิดหวัง เบื่อหน่าย ถ้าหากมีความไม่กลมกลืนอย่างเรื้อรังต่อเนื่องจะทำให้เกิดความไม่สมดุลจนเป็นลักษณะนิสัยฝังแน่นในบุคลิกภาพ และปรากฏออกมาทางร่างกาย จิตใจ ความคิด และทัศนคติต่าง ๆ เกิดเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพแปรปรวน (Rogers , 1951 : 483 - 523 อ้างในโสริช โปธิแก้ว, 2529 : 5)

จากที่กล่าวมาแล้ว การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สนั้น ผู้ในกลุ่มจะเอื้ออำนวยให้สมาชิกค่อยๆ มีความกล้าที่จะไว้วางใจตนเองและผู้อื่น เปิดใจกว้างรับประสบการณ์ต่างๆ โดยพิจารณาประสบการณ์เหล่านี้ในหลายแง่มุม มีความยืดหยุ่นและเป็นอิสระ เขาจะค่อยๆยอมรับในความเป็นจริงที่สะท้อนให้เห็นถึงตัวตนที่แท้จริงของเขา แม้ว่าประสบการณ์ตามความเป็นจริงนั้นจะเคยขัดแย้งกับ "ตน" ที่เคยรับรู้มาก่อน จะมีการยอมรับตัวตนที่แท้จริงของตนเพิ่มขึ้น (Rogers , 1951 : 517-518)

ผู้วิจัยจึงคิดว่าการใช้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส กับบุคคลที่สูญเสียแขนขาจะมีบทบาทในการช่วยเหลือบุคคลที่สูญเสียแขนขาได้ โดยหวังว่ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์ส จะช่วยให้บุคคลที่สูญเสียแขนขาสามารถยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้เกิดการรับรู้และเข้าใจตนเองตามความเป็นจริง เห็นคุณค่าในตนเอง และมีกำลังใจที่จะดำรงชีวิตอยู่ต่อไปตามศักยภาพของตนเอง

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยครั้งนี้ จากเอกสาร บทความ และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยขอสรุปรวบรวมและนำเสนอตามลำดับดังนี้คือ

1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส
2. แนวคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา
3. แนวคิดเกี่ยวกับบุคคลที่สูญเสียแขนขา

1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นพัฒนาการของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีลักษณะของการไว้ใจ การยอมรับ การเคารพนับถือ มีความอบอุ่นและเข้าใจซึ่งกันและกัน มีการสื่อสารต่อกัน โดยที่ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาลงมาพบกัน เพื่อทำความเข้าใจและค้นหาแนวทางที่จะแก้ปัญหาเหล่านั้น ทั้งยังช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้พัฒนาตนเอง รู้จักปรับปรุงตนเอง สามารถนำแนวทางที่ค้นพบไปปฏิบัติ และ มีความพึงพอใจในวิถีชีวิตของตนเอง (Trotzer , 1977 : 13) ในกระบวนการมีการระบายความในใจ การให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้ความสนใจ เข้าใจ ยอมรับ และการให้ความสนับสนุน ช่วยให้นักคนในกลุ่มได้แสดงออกซึ่งความคิด และพฤติกรรมที่ตนรู้สึก เพื่อทำหน้าที่แก้ปัญหาที่บุคคลหรือกลุ่มกำลังเผชิญอยู่ (Gazda , 1971 : 8)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม คือ การที่บุคคลหนึ่งซึ่งเรียกว่า นักจิตวิทยาการปรึกษา ได้ "ร่วมทำงาน" กับบุคคลอื่นหลายคน เพื่อจะเอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภาวะหนึ่งของจิตใจ ซึ่งเป็นอุปสรรคของการทำงานอย่างเต็มที่ของอินทรีย์ ไปสู่ภาวะใหม่ที่ทำให้อินทรีย์ดำเนินชีวิตได้อย่างเต็มที่ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าว อาจจะเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ทัศนคติ ความรู้สึกนึกคิด หรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (โสริช โปธิแก้ว , 2525 : 1) โดยที่สมาชิกมีความสมัครใจที่จะมาติดต่อสัมพันธ์กัน และมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงแก้ไข ปัญหา ซึ่งอาจจะปัญหาอันเกิดจากพัฒนาการ หรือปัญหาอันเกิดจากความยุ่งยากใจในสถานการณ์หนึ่งๆโดยมีนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้คอยช่วยเหลือ สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสจะแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นของตน กล่าวเผชิญปัญหา ได้ใช้ความคิดความสามารถของตนในการแก้ปัญหา และปรับปรุงตนเอง ทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์แก่กัน และเกิดความภาคภูมิใจที่ตนสามารถให้ข้อคิดเห็นที่เป็น

ประโยชน์ต่อกลุ่มได้ จำนวนสมาชิกที่ก่อให้เกิดผลดีที่สุด คือ 6 คน หรืออาจจะเป็น 4-8 คน (Shertzer and Stone, 1968 : 448-449)

วัตถุประสงค์ของกลุ่มจะถูกสร้างขึ้นในกลุ่ม สมาชิกมีโอกาสที่จะแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นของตน ได้ใช้ความคิดความสามารถในการแก้ปัญหา ได้รับฟังความรู้สึก และความคิดเห็นของผู้อื่น มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน รับรู้ปัญหาร่วมกันด้วยความใส่ใจ เข้าใจ ยอมรับ เห็นอกเห็นใจกัน ให้กำลังใจและพยายามให้ความช่วยเหลือแก่กัน มีการให้ข้อมูลป้อนกลับซึ่งกันและกันด้วยความรักและจริงใจ ภายใต้บรรยากาศดังกล่าว กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจึงเป็นสนามที่ปลอดภัย สำหรับสมาชิกที่จะเรียนรู้ที่จะพูดอย่างเปิดเผยถึงความรู้สึก และปัญหาของเขาอย่างมีอิสระ ได้บรรยายความกังวลใจ ทุกข์ใจ โดยมีผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มเป็นผู้รับฟังด้วยความเข้าใจและยอมรับอย่างที่เขาเป็น ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกลดการใช้กลไกป้องกันตนเอง ได้สำรวจความรู้สึก ทศนคติ ความคาดหวัง และพฤติกรรมของตนอีกครั้งหนึ่ง มีผลให้สมาชิกเข้าใจปัญหาของตนเองได้ชัดเจน และสอดคล้องตามความเป็นจริงมากขึ้น เรียนรู้ที่จะยอมรับตนเอง และเหตุการณ์ที่คุกคามจิตใจตน มีความพร้อมที่จะกล้าเผชิญกับปัญหา ความกังวลใจ และความจริงที่เกิดขึ้น สามารถทดสอบและแสวงหาทางเลือกที่ดีที่สุดในการแก้ปัญหาของตน สามารถพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหา พัฒนาความกล้าและความมั่นใจในตนเองที่จะทำพฤติกรรมใหม่ๆ โดยได้รับการสนับสนุนและกำลังใจจากกลุ่ม ทำให้เขาสามารถแก้ไข และเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทิศทางที่เขาต้องการ

ประสบการณ์ที่สมาชิกได้จากกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเอง พัฒนาดตนเอง รับผิดชอบต่อตนเองและเรียนรู้ที่จะติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น มีทัศนคติที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น มีจิตใจที่เปิดกว้าง รับรู้ประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริง มีชีวิตที่เบิกบาน นำไปสู่ความเป็นบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดี และเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Patterson , 1966 : 405 ; Shertzer and Stone , 1968)

Rogers ได้พิสูจน์ให้เห็นว่าแนวคิดของเขาแตกต่างจากแนวการรักษาแบบเดิมที่นักจิตวิทยาการปรึกษามักจะทำหน้าที่เหมือนกับเป็น "ผู้รู้ดีที่สุด" โดยการใช้ความคิดเห็นส่วนตัวในการแนะนำ หรือการตีความ (Corey , 1986 : 100 ; Rogers , 1942 : 27 ; 1977 : 6) แต่ Rogers กลับพบว่า ประสิทธิภาพของการรักษาที่แท้จริงอยู่ที่ตัวผู้มารับการปรึกษาเอง และสัมพันธภาพที่มีคุณภาพของการรักษาจะช่วยเอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้มารับการปรึกษา (Rogers , 1942 : 30)

ในการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สมาใช้นั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องมีความเข้าใจและตระหนักถึงทักษะและปรัชญาพื้นฐาน นั่นคือ ต้องมีความเข้าใจในธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของ Rogers รวมทั้งลักษณะของบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Fully Functioning Person) ในแนวคิดของ Rogers ซึ่งความเข้าใจเหล่านี้จะทำให้ นักจิตวิทยาการปรึกษามีทัศนคติที่ดี และมีความเข้าใจในตัวผู้รับการปรึกษา สามารถมองเห็นแนวทางในการดำเนินกลุ่ม มีการเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาได้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง และใช้ศักยภาพที่ตนเองมีอยู่เพื่อพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง โดยอาศัยพลังของกลุ่มเป็นปัจจัยส่งเสริม

ในที่นี้ จะขอกล่าวถึงทฤษฎีของ Rogers ตามลำดับดังนี้คือ ทักษะเกี่ยวกับมนุษย์ ทฤษฎีบุคลิกภาพ ลักษณะของบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ และองค์ประกอบในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.1 ทักษะเกี่ยวกับมนุษย์

Rogers มีทักษะและความเชื่อพื้นฐานในการมองมนุษย์ว่า โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นคนดี น่าเชื่อถือ และไว้วางใจ มีแรงขับที่จะพัฒนาตนเองมาแต่กำเนิด มนุษย์มีเหตุผล มีความสามารถในการตัดสินใจต่างๆ กล้าเผชิญความจริง มีศักยภาพที่จะนำ กำหนดและควบคุมวิถีชีวิตของตน นอกจากนี้ Rogers ยังเชื่อว่ามนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ภาวะของการเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Fully Functioning Person)

ดังนั้นการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนว โรเจอร์ส จึงวางรากฐานอยู่บนปรัชญา และความเชื่อถือในธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่ง Rogers ได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ไว้ดังนี้ (Rogers , 1961 : 90 - 92 ; Rogers , 1959 : 221 cited in Patterson , 1966 : 405 ; พงษ์พันธ์ พงษ์ไสภา, 2525: 95)

1. มนุษย์มีความสามารถ มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่า

โดยพื้นฐานแล้ว มนุษย์เป็นผู้มีสติปัญญา มีเหตุผล มีความสามารถในการแก้ปัญหาและมีความสามารถที่จะมองสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง เป็นผู้มีความคิดสร้างสรรค์ มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่า

2. มนุษย์เป็นคนดี น่าเชื่อถือ และไว้วางใจได้

Rogers เชื่อว่าโดยพื้นฐานแล้ว มนุษย์เป็นคนดี พร้อมทั้งจะให้ความร่วมมือในการสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ มีความพยายามที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคม เป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจได้ ถึงแม้ว่าในบางครั้งมนุษย์จะแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม แต่การที่มนุษย์แสดง

พฤติกรรมนั้นออกมา ก็เนื่องจาก มีความไม่สอดคล้องกัน (incongruence) ระหว่างความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองหรืออัตมโนทัศน์ (self-concept) กับประสบการณ์ (experience) ตามความเป็นจริง และความไม่สอดคล้องนี้เองทำให้มนุษย์คิดและแสดงพฤติกรรมป้องกันตนเอง

Rogers เชื่อว่า ถ้านักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาดการใช้กลไกการป้องกันตนเอง จะทำให้เขาเปิดรับประสบการณ์มากขึ้น มีการพิจารณาตนเองใหม่ และจะสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี และน่าเชื่อถือ

3. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ภาวะสัจจการแห่งตน

ภาวะสัจจการแห่งตน (self-actualization) เป็นแรงขับปฐมภูมิของอินทรีย์ เป็นสิ่งที่ติดตัวมนุษย์มาแต่กำเนิดและมนุษย์มีแนวโน้มที่จะเคลื่อนไปสู่ความงาม ความมีสุขภาพดี ความเป็นอิสระ และความเป็นตัวของตัวเอง Rogers เชื่อว่ามนุษย์พยายามที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองเพื่อคงไว้และส่งเสริมการพัฒนาของอินทรีย์ มนุษย์สามารถที่จะตระหนักถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม มีความสามารถและมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงจากภาวะของการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมไปสู่การปรับตัวที่เหมาะสมสอดคล้องตามความเป็นจริง และมีทิศทางเคลื่อนที่ที่ชัดเจน โดยหนีจากการควบคุมของบุคคลอื่นไปสู่ความเป็นอิสระ และการควบคุมของตนเอง

4. มนุษย์มีศักยภาพ

Rogers เชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพในตนเองทำให้เกิดการพัฒนาไปสู่ภาวะสัจจการแห่งตน (self-actualization) มนุษย์แต่ละคนจะมีความแตกต่างกัน การที่มนุษย์แต่ละคนมีความสามารถและศักยภาพแตกต่างกันนั้นไม่ใช่สิ่งสำคัญ แต่สิ่งที่สำคัญคือการเชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จตามความต้องการของตน มนุษย์มีเหตุผล มีความสามารถในการใช้สติปัญญาแก้ปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความรับผิดชอบต่อการกำหนดและควบคุมวิถีชีวิตของตนเอง

5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่ และการยอมรับจากผู้อื่น

ความต้องการนี้เริ่มจากการที่เด็กต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากมารดา หรือผู้เลี้ยงดู จนกระทั่งความรักและการยอมรับจากเพื่อน ครู และผู้คนที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องกับด้วย (Need for Positive Regard)

Rogers ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์โดยสรุปได้ว่า มนุษย์มีความต้องการความรัก และการยอมรับจากผู้อื่น มนุษย์เป็นคนดี มีคุณค่า มีความสามารถ และมีกระแสนของการมุ่งไปข้างหน้าเพื่อเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ ดังนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาตามแนวโรเจอร์ส ควรมีทัศนคติที่ดี เห็นคุณค่าและความสามารถของผู้รับการปรึกษา พร้อมทั้งให้การยอมรับผู้รับการปรึกษาอย่างไม่มีเงื่อนไข ตลอดจนต้องมีความเชื่อถือในศักยภาพของเขา ดังนั้น นักจิตวิทยา

การปรึกษาตามแนว โรเจอร์ส จึงไม่ควรแสดงบทบาทในลักษณะเป็นผู้รู้ดีที่สุด มีความสามารถที่สุด และไม่ควรมองผู้รับการปรึกษาว่าต้องเป็นผู้ที่ต้องเชื่อฟังตน นักจิตวิทยาการปรึกษาจะเปิดโอกาส และให้ความไว้วางใจให้ความรับผิดชอบแก่ผู้รับการปรึกษาที่จะตัดสินใจและค้นหาวิถีทางที่จะแก้ปัญหาและเผชิญกับความจริงด้วยตนเอง โดยที่นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นเพียงผู้เอื้ออำนวยให้เกิดสัมพันธภาพของการช่วยเหลือ ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับและไว้วางใจ ซึ่งจะทำให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกอิสระที่จะสำรวจตนเอง และลดการใช้กลไกป้องกันตนเอง และสามารถพัฒนาไปในทิศทางที่ดีตามศักยภาพแห่งตน และเติบโตไปตามกระแสแห่งธรรมชาติ (Corey , 1986 : 101 - 103)

1.2 ทฤษฎีบุคคลิกภาพ

Rogers(1951 : 483-524) ได้อธิบายถึงพัฒนาการและโครงสร้างของบุคคลิกภาพ ดังนี้

1. มนุษย์ทุกคนมีชีวิตอยู่ในโลกแห่งประสบการณ์ของตนที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยมีตัวเขาเองเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์นั้น

โลกส่วนตัวของมนุษย์อาจเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สนามแห่งปรากฏการณ์ (phenomenal field) หรือสนามแห่งประสบการณ์ (experiential field) ซึ่งหมายถึง ประสบการณ์ทั้งหมดที่อินทรีย์ (organism) รับรู้ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ซึ่งการรับรู้อย่างรู้ตัวในสนามแห่งประสบการณ์ ก็อาจจะมีเพียงส่วนน้อยเท่านั้น แต่ประสบการณ์ส่วนใหญ่ที่เกิดจากการรับรู้อย่างไม่รู้ตัวนั้นก็สามารถนำมาสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า ประสบการณ์ส่วนใหญ่ที่มนุษย์มีการรับรู้อย่างไม่รู้ตัว เป็นองค์ประกอบของ "พื้น" (ground) และประสบการณ์ที่มนุษย์สนใจ และรับรู้อย่างรู้ตัว เป็นองค์ประกอบของ "ภาพ" (figure) ประสบการณ์ที่มนุษย์รับรู้อย่างรู้ตัวว่าเป็นพื้นนั้นสามารถเปลี่ยนเป็นภาพและส่วนที่เป็นภาพก็สามารถเปลี่ยนเป็นพื้นได้ มนุษย์จะรับรู้โลกแห่งประสบการณ์ของตนเองได้อย่างชัดเจนสมบูรณ์ด้วยตนเอง และไม่มีผู้ใดจะรู้จักได้ดีเท่ากับตัวเขาเอง

2. อินทรีย์ (organism) จะตอบสนองต่อประสบการณ์ตามการรับรู้ และประสบการณ์ของตน

มนุษย์ไม่สามารถตอบสนองต่อสิ่งใดได้อย่างสมบูรณ์ที่สุด (absolute reality) แต่จะตอบสนองตามการรับรู้ของตนเอง ซึ่งการรับรู้ที่เขารับรู้ก็เป็นความจริงสำหรับตัวเขาเอง เมื่อการรับรู้เปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อประสบการณ์นั้นก็จะเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

3. การตอบสนองต่อสนามแห่งประสบการณ์ของมนุษย์เป็นการตอบสนองทั้งอินทรีย์

การตอบสนองของอินทรีย์ต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาในสนามแห่งประสบการณ์ จะมีการทำงานที่เป็นระบบเดียวกัน และมีจุดหมายเดียวกัน

4. อินทรีย์ (organism) มีแนวโน้มและแรงผลักดันพื้นฐานไปสู่ภาวะสัจการแห่งตน (self-actualization) เพื่อดำรงรักษาไว้และส่งเสริมประสบการณ์ของอินทรีย์

แนวโน้มในการเคลื่อนที่ของอินทรีย์เป็นการพัฒนาตนเองไปสู่ความเจริญงอกงาม มุ่งไปข้างหน้าสู่ภาวะสัจการแห่งตน ในการเป็นอิสระหรือมีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น เราอาจเห็นการแสดงพฤติกรรมเหล่านี้ได้จาก พฤติกรรมการป้องกันตนเองจากสิ่งคุกคาม หรือพฤติกรรมที่อินทรีย์แสดงออกเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

ถึงแม้ว่าอินทรีย์จะมีแนวโน้มในการเคลื่อนที่ไปสู่ภาวะสัจการแห่งตน แต่ถ้าเมื่อใดก็ตามที่ถูกขัดขวาง อินทรีย์ก็ไม่สามารถที่จะพัฒนา หรือเคลื่อนไปสู่เป้าหมายได้อย่างเต็มที่ เราอาจจะสังเกตเห็นว่าในขณะที่มนุษย์กำลังมีความวิตกกังวล ความกลัว หรือความเจ็บปวด เขาจะไม่สามารถพัฒนาไปสู่ภาวะสัจการแห่งตน แต่ถ้าเมื่อใดมนุษย์รับรู้สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน อินทรีย์ก็จะเคลื่อนไปสู่ภาวะสัจการแห่งตนด้วยการทำงานและการแยกแยะที่ดีเยี่ยมของอินทรีย์ที่ประสานเป็นหนึ่งเดียวกันด้วยตัวของมันเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความสามารถในการกำกับตนเอง และมีความเป็นอิสระ โดยปราศจากการควบคุมจากคนอื่น หรือสิ่งแวดล้อมภายนอก

5. โดยพื้นฐานแล้ว พฤติกรรมของมนุษย์มีจุดมุ่งหมายเพื่อพยายามที่จะตอบสนองต่อความต้องการของอินทรีย์ตามประสบการณ์การรับรู้ของอินทรีย์

การตอบสนองตามการรับรู้ของอินทรีย์ มีแนวโน้มเพื่อดำรงรักษาและส่งเสริมประสบการณ์ของอินทรีย์ ดังนั้นการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์เพื่อให้บรรลุเป้าหมายจึงเป็นไปเพื่อลดความตึงเครียดทางร่างกาย เพื่อคงไว้และส่งเสริมประสบการณ์ของอินทรีย์

การแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ต่อการตอบสนองต่อความต้องการของอินทรีย์นั้น ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะเพื่อตอบสนองต่อความต้องการทางร่างกายเท่านั้น แต่ยังเป็นไปเพื่อความต้องการทางอารมณ์และความสำเร็จตามการรับรู้ของอินทรีย์ด้วย

6. อารมณ์จะเกิดขึ้นควบคู่ไปกับพฤติกรรม โดยทั่วไปแล้วอารมณ์จะเป็นสิ่งที่ผลักดันให้บรรลุจุดหมายในพฤติกรรม อารมณ์ที่เกิดขึ้นแต่ละอย่างนั้นจะมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่แสดงออก และความเข้มของอารมณ์มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่รับรู้ว่ามีสำคัญต่อการดำรงรักษาไว้ และส่งเสริมอินทรีย์

7. การทำความเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ที่ดีที่สุดคือ การเข้าใจในกรอบอ้างอิงภายใน (internal frame of reference) ของบุคคลนั้น

ในโลกแห่งประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ไม่มีบุคคลใดจะรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีเท่ากับตัวเขาเอง ดังนั้นการที่บุคคลจะเข้าใจบุคคลอื่นได้อย่างชัดเจน บุคคลนั้นต้องเข้าไปรับรู้ และเข้าใจโลกส่วนตัวของบุคคลอื่นให้ได้เกือบเท่าหรือใกล้เคียงกับสิ่งที่เขารับรู้มากที่สุด เหมือนกับเป็นโลกส่วนตัวของตนเอง ซึ่งจะทำให้สามารถนำไปสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวของบุคคลนั้น ถ้าประสบการณ์ถูกนำมาสู่การรับรู้อย่างรู้ตัวมากเท่าใด บุคคลนั้นย่อมแสดงสนามปรากฏการณ์ทั้งหมดของตนเองออกมาเท่านั้น กลไกการป้องกันตัวที่ลดลง จะทำให้มีการสื่อสารการรับรู้ที่แท้จริงเพิ่มขึ้นด้วย

8. ในสนามแห่งประสบการณ์ ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ทั้งหมดจะค่อย ๆ แยกออกมาเป็นตน (self)

ส่วนหนึ่งของโลกส่วนตัวจะกลายมาเป็นส่วนของโครงสร้างของตน หรือตน ซึ่งโครงสร้างของตนก็คือ การรับรู้ตนเองในภาวะที่รู้ตัว ซึ่งประกอบด้วย การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเขารวมทั้งค่านิยมที่ผูกพันกับการรับรู้ บุคคลจะรับรู้ว่าเป็นประสบการณ์ส่วนที่อยู่ภายใต้การควบคุมของเขาเป็นส่วนหนึ่งของ "ตน" แต่เมื่อประสบการณ์ส่วนนั้นอยู่นอกเหนือจากการควบคุมของเขา บุคคลก็จะรู้สึกว่าคุณเสียส่วนของ "ตน" ไป

9. โครงสร้างของตน (self-structure) เป็นผลมาจากปฏิสัมพันธ์ของอินทรีย์กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผลจากการประเมินปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น จึงทำให้เกิดโครงสร้างของตนที่เป็นระบบและมีการยืดหยุ่นได้ ประกอบด้วยความนึกคิดซึ่งเกิดจากการรับรู้ลักษณะและสิ่งที่เกี่ยวข้องกับ "ฉัน" จนเป็นระบบ ซึ่งจะรวมเอาคุณค่าที่มากับความนึกคิดเหล่านั้นไว้ด้วย

10. คุณค่า (Value) ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของแต่ละบุคคลและคุณค่าที่เป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างของตนนั้นบางครั้งก็เกิดจากประสบการณ์ตรงที่อินทรีย์ได้รับและบางครั้งก็เกิดจากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้มาจากบุคคลอื่นก่อนอย่างไม่รู้ตัวจนดูเหมือนว่าเป็นประสบการณ์ตรงของตนเอง (introjection)

11. ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของแต่ละบุคคล จะมี 3 ลักษณะ ดังนี้

11.1 ประสบการณ์จะถูกให้สัญลักษณ์ผ่านกระบวนการรับรู้ และจัดรวมเข้ามาสัมพันธ์กับตน เพราะประสบการณ์นั้นตรงกับความต้องการ หรือช่วยเสริมแรงให้กับโครงสร้างของตน

11.2 ประสบการณ์จะถูกละเลยเพราะไม่มีการรับรู้ที่สัมพันธ์กับโครงสร้างของตนและไม่เป็นส่วนที่ช่วยเสริมแรงหรือไม่เป็นส่วนที่ขัดแย้งกับโครงสร้างของตน เป็นส่วนที่บุคคลไม่ให้ความสนใจ

11.3 ประสบการณ์จะถูกปฏิเสธการให้สัญลักษณ์ หรือมีการให้สัญลักษณ์อย่างบิดเบือน เพราะประสบการณ์นั้นไม่ตรงกับความต้องการของตน หรือขัดแย้งกับโครงสร้างของตน

12. พฤติกรรมส่วนใหญ่ที่มีมนุษย์แสดงออกจะสอดคล้องกับอัตมโนทัศน์ (self-concept) ของตนเอง มนุษย์แต่ละคนมีอัตมโนทัศน์ของตนเองและพยายามที่จะแสดงพฤติกรรมตามอัตมโนทัศน์นั้น

13. พฤติกรรมที่มีมนุษย์แสดงออกในบางครั้ง อาจเกิดจากประสบการณ์และความต้องการของอินทรีย์ที่ยังไม่ได้ให้สัญลักษณ์ หรือรับรู้อย่างรู้ตัว พฤติกรรมที่มีมนุษย์แสดงออกอาจจะไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของตน ในกรณีนี้บุคคลอาจจะไม่รับรู้ว่าเป็นพฤติกรรมของตน ซึ่งพฤติกรรมใดก็ตามที่ไม่ได้อยู่ในความควบคุมของบุคคลเขาก็จะไม่คิดว่าเขาเป็นเจ้าของพฤติกรรมนั้น

14. การปรับตัวไม่ได้หรือได้แต่ไม่ดี (psychological maladjustment) เกิดขึ้นเมื่ออินทรีย์ปฏิเสธการรับรู้ในประสบการณ์ที่สำคัญตามความรู้สึกและการรับรู้จากภายใน ซึ่งทำให้ไม่สามารถให้สัญลักษณ์ และจัดรวมประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเข้ามาในโครงสร้างของตนได้ ทำให้เกิดความไม่สอดคล้องกันระหว่างประสบการณ์และโครงสร้างของตนเป็นผลให้เกิดความตึงเครียดทางจิตใจ

15. การปรับตัวได้ดี (psychological adjustment) เกิดขึ้นเมื่อบุคคลยอมรับความรู้สึกและประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเข้ามาในโครงสร้างของตน ทำให้เกิดความสอดคล้องในตนเอง

16. บุคคลอาจจะรับรู้ประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของตนว่าเป็นสิ่งที่คุกคามตนเอง และยิ่งบุคคลรับรู้ว่าคุณค่ามากเท่าไรก็ยิ่งทำให้โครงสร้างของบุคคลนั้นมีการจัดระบบที่เข้มงวดตายตัว (rigidity) มากขึ้นเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อรักษาโครงสร้างของตนไว้

17. ภายใต้อาการที่ปราศจากการควบคุมใดๆ ต่อโครงสร้างของตน บุคคลจะรับรู้และตรวจสอบถึงความไม่สอดคล้องระหว่างประสบการณ์กับโครงสร้างของตน และรับเอาประสบการณ์นั้นเข้ามาตรวจสอบอีกครั้ง เพื่อปรับโครงสร้างของตนให้กลมกลืนเข้ากับประสบการณ์นั้น เมื่อบุคคลยอมรับตนเองอย่างที่เขาเป็น บุคคลก็จะสามารถยอมรับสิ่งใหม่ๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง สามารถรับเอาประสบการณ์ที่ตนเคยปฏิเสธเข้ามาในการให้สัญลักษณ์ในกระบวนการให้คุณค่าเข้ามาในโครงสร้างของตน และเกิดการจัดโครงสร้างของตนขึ้นใหม่

18. เมื่อบุคคลรับรู้และยอมรับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างสอดคล้องกลมกลืนและเป็นระบบหนึ่งเดียวกับโครงสร้างของตน เขาก็จะมีความเข้าใจและยอมรับบุคคลอื่นมากขึ้น และยอมรับในความแตกต่างของแต่ละบุคคลได้ เมื่อบุคคลสามารถพัฒนาความนึกคิดเกี่ยวกับตน ที่มีความสอดคล้องเป็นหนึ่งเดียว ผลที่ตามมาคือเขาจะสามารถพัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลได้ดีขึ้นด้วย

ส่วนที่ 1 เป็นส่วนของสนามแห่งปรากฏการณ์ที่ความนึกคิดเกี่ยวกับตน มีความสอดคล้องกับประสบการณ์ที่บุคคลประสบ

ส่วนที่ 2 เป็นส่วนของสนามแห่งปรากฏการณ์ ซึ่งประสบการณ์ต่าง ๆ ได้รับการให้สัญลักษณ์อย่างบิดเบือน และรับรู้ว่าเป็นส่วนของประสบการณ์ของบุคคล ความคิดรวบยอดและคุณค่าต่าง ๆ ที่รับมาจากบิดามารดา และคนอื่น ๆ ที่แวดล้อม แต่รับรู้ในสนามแห่งปรากฏการณ์เสมือนว่าบุคคลรับรู้และให้คุณค่าด้วยตนเอง เป็นส่วนของโครงสร้างของตนที่มีการรับรู้อย่างบิดเบือน

ส่วนที่ 3 เป็นส่วนของประสบการณ์ที่ถูกปฏิเสธ ไม่มีการรับรู้อย่างรู้ตัว เนื่องจากขัดแย้งกับโครงสร้างของตน

บุคลิกภาพของแผนภาพ ก. แสดงให้เห็นถึงความไม่สอดคล้องกันระหว่างโครงสร้างของตนกับประสบการณ์ ซึ่งเป็นการรับรู้ประสบการณ์อย่างบิดเบือน ไม่ตรงตามความเป็นจริง และปฏิเสธประสบการณ์ส่วนใหญ่ที่เป็นจริง เป็นบุคลิกภาพของผู้ที่อ่อนแอไม่มั่นคง ทำให้เกิดปัญหา ถ้าบุคคลอยู่ในภาวะนี้จะทำให้รู้สึกตึงเครียดและวิตกกังวล การปรึกษาเชิงจิตวิทยามีบทบาทในการช่วยลดความรู้สึกนี้ได้

บุคลิกภาพของแผนภาพ ข. แสดงถึงบุคลิกภาพของบุคคลที่ปรับตัวได้ มีความสมดุลทางอารมณ์ ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงระหว่างโครงสร้างของตนกับประสบการณ์จริง จะเห็นได้ว่าส่วนที่ 1 ขยายออก เนื่องจากประสบการณ์จริงได้รับการยอมรับ และรับรู้ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง ในแผนภูมินี้จึงแสดงถึงบุคลิกภาพที่มีความมั่นคงทางอารมณ์

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง มีพื้นฐานของความเชื่อถือและเห็นคุณค่า เห็นความสามารถของมนุษย์ ผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทในการเอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศที่ปราศจากการคุกคามจิตใจของสมาชิกกลุ่ม หรืออาจมีการคุกคามจิตใจในระดับต่ำ ก่อให้เกิดความรู้สึกอิสระที่จะเป็นตัวของตัวเอง กล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง มีความอบอุ่น ไว้วางใจกัน ทำให้มีการใช้กลไกการป้องกันตนเองลดลง สามารถเผชิญกับความกังวลใจและปัญหาต่างๆ มีการยอมรับตนเองมากขึ้น มีความปรารถนาดีต่อกันที่จะให้และรับข้อมูลป้อนกลับ (feedback) ทั้งทางด้านบวกและทางด้านลบด้วยความจริงใจ ธรรมชาติและบรรยากาศที่เกิดขึ้นในกลุ่มดังกล่าวนี้ จะเป็นปัจจัยให้บุคคลได้สำรวจและพิจารณาดตนเอง กล้าเผชิญปัญหา และยอมรับความจริง เปิดใจกว้างที่จะรับรู้ประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริงอย่างชัดเจนและมั่นคง เพิ่มระดับความสอดคล้องระหว่างโครงสร้างของตนกับประสบการณ์ที่เป็นจริง ทำให้บุคคลกลับสู่ความสมดุลทางจิตใจ ลดความวิตกกังวลในจิตใจ มีการแสดงออกที่เหมาะสม เป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดี และสามารถพัฒนาตนไป

สู่การเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Fully Functioning Person) ได้ในที่สุด (Grummon, 1972 : 119 ; Patterson, 1966 : 395 - 396 ; Rogers, 1965 : 483 - 524)

1.3 ลักษณะของบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Fully functioning person)

บุคคลที่มีการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ คือบุคคลที่มีชีวิตที่ดี การมีชีวิตที่ดีเป็นกระบวนการและทิศทางของการพัฒนา ผู้ที่มีการพัฒนาตนเองเต็มที่นั้นอยู่ในกระบวนการ (process) และทิศทาง (direction) ของการพัฒนาที่มีลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ (Rogers, 1961 : 186-192) ดังนี้

1. เปิดกว้างต่อประสบการณ์เพิ่มขึ้น (An Increasing openness to experience)

การเปิดกว้างต่อประสบการณ์ เป็นความรู้สึกที่อิสระจากความรู้สึกถูกคุกคามหรือทำร้ายจิตใจ มีการเปิดกว้างที่จะรับรู้ประสบการณ์ได้ทั้งหมด โดยปราศจากกลไกการป้องกันตนเองไม่ว่าสิ่งเรานั้นจะมีรูปร่าง สี เสียง ต่างๆ ที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมหรือเป็นสิ่งเร้าจากความทรงจำในอดีต หรือเป็นความรู้สึกภายใน เช่น ความกลัว ความพึงพอใจ หรือความขมขื่น บุคคลจะรับรู้และอยู่กับประสบการณ์นั้น โดยไม่ผ่านกระบวนการทางระบบประสาทที่มีการเลือกที่จะรับรู้หรือรับรู้อย่างบิดเบือน ซึ่งอาจจะไม่ต้องมีการตระหนักรู้อย่างรู้ตัว ในทุกประสบการณ์ที่อินทรีย์นั้นรับรู้เสมอไปแต่การรับรู้ในลักษณะนี้จะเปิดกว้างอยู่เสมอที่จะต้อนรับความรู้สึกต่างๆ ได้โดยตรงตามความเป็นจริง

2. มีชีวิตอยู่อย่างปัจจุบันเพิ่มขึ้น (Increasingly existential living)

บุคคลที่มีชีวิตอยู่กับปัจจุบันทุกขณะอย่างเต็มที่ เป็นบุคคลที่เปิดกว้างที่จะรับรู้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเต็มที่ทุกขณะโดยปราศจากการป้องกันตนเอง สามารถรับรู้สิ่งเร้าภายในและสิ่งเร้าภายนอกได้อย่างเป็นปัจจุบัน ซึ่งการรับรู้ที่เป็นปัจจุบันนี้จะไม่เกิดก่อนที่สิ่งเร้าจะเกิดขึ้น ดังที่ Rogers ได้กล่าวไว้ว่า “ข้าพเจ้าจะเป็นอย่างไรในชั่วขณะต่อไป หรือจะทำอะไรในชั่วขณะต่อไปนั้น จะดำเนินต่อเนื่องจากสิ่งที่ข้าพเจ้าเป็นหรือสิ่งที่ข้าพเจ้าทำในขณะนี้ และไม่สามารถพยากรณ์ล่วงหน้าได้ ไม่ว่าโดยข้าพเจ้าหรือผู้อื่น”

การมีชีวิตอยู่อย่างปัจจุบัน สามารถอธิบายว่า “ตน” (self) และบุคลิกภาพ (personality) เกิดขึ้นจากประสบการณ์มากกว่าจากการที่ประสบการณ์ถูกแปลความ หรือ บิดเบือนให้เข้ากับโครงสร้างของตน (self - structure) ที่ถูกกำหนดไว้แล้ว นั้นหมายถึงว่าบุคคลจึงเป็นทั้งผู้มีส่วนร่วม (participant) ผู้สังเกตการณ์ (observer) ในกระแสประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับอินทรีย์มากกว่าที่จะเป็นผู้ควบคุมประสบการณ์นั้น บุคคลจึงไม่สามารถคาดคะเนหรือพยากรณ์ได้เฉพาะเจาะจงไปถึงสิ่งที่เขากระทำได้ล่วงหน้า การมีชีวิตอยู่ในแต่ละขณะจึงมี

ส่วนร่วมผสมผสานกับประสบการณ์การรับรู้ในแต่ละขณะโดยไม่มีการควบคุมอย่างตายตัว แต่จะมีลักษณะของความยืดหยุ่นและความสามารถในการปรับเปลี่ยนได้อย่างสูงสุด จึงมีการเปลี่ยนแปลงการจัดโครงสร้างของตนและบุคลิกภาพในแต่ละประสบการณ์ที่รับรู้ ซึ่งตรงข้ามกับคนโดยทั่วไปที่ส่วนมากจะพยายามบิดเบือนประสบการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้เข้ากับโครงสร้างของการรับรู้ที่มีอยู่

3. มีความเชื่อในอินทรีย์ของตนเพิ่มขึ้น (An increasing trust in his organism)

เป็นการกระทำในสิ่งที่บุคคล "รู้สึกว่าจะเหมาะสม" และมักพบว่าเป็นแนวทางที่เชื่อถือได้และให้ผลเป็นที่น่าพึงพอใจ การเปิดกว้างต่อประสบการณ์จะทำให้เข้าถึงข้อมูลที่ปรากฏอยู่ในทุกๆ สถานการณ์ อันจะเป็นพื้นฐานของการกระทำของตนเอง ซึ่งเป็นการรับรู้โดยไม่มี การปฏิเสธหรือบิดเบือน ไม่ว่าข้อมูลนั้นจะเป็นความต้องการทางสังคมหรือความต้องการของตนเองที่ค่อนข้างจะซับซ้อนของอินทรีย์โดยรวมทั้งหมด อินทรีย์โดยรวมจะฉลาดมากกว่าจิตสำนึกอย่างเดียว แต่ก็สามารถจะผิดพลาดได้เช่นกันเพราะข้อมูลบางอย่างอาจหายไปหรือมีไม่ครบ แต่พฤติกรรมใดที่ไม่เป็นที่พอใจจะได้รับการแก้ไขโดยเร็ว ในกระแสของการทำให้ถูกต้องเพราะว่าการกระทำทุกอย่างจะได้รับการตรวจสอบอยู่เสมอ

เมื่อบุคคลมีคุณลักษณะ 3 ประการของการเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ บุคคลนั้นจะสามารถต้อนรับความรู้สึกทั้งหมด ความกลัวและ ความรู้สึกต่างๆ จะลดลง เพิ่มการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ที่จะรับรู้ข้อมูลทั้งหมดจากแหล่งต่างๆ รวมทั้งสามารถจัดการกับข้อมูลต่างๆ นั้นได้ด้วยตนเองอันเป็นวิถีของการเป็นตัวของตัวเองที่สมบูรณ์และสามารถดำรงชีวิตอยู่กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีและเป็นจริง

Rogers (1961 : 192-195 ; ภากรณี วนะภูติ, 2534 : 32-34; โสริช โพธิแก้ว, 2536 : 8-10) ได้ อธิบายถึงข้อบ่งชี้ของชีวิตที่ดีไว้ 3 ประการ ดังนี้

1.ทัศนะใหม่ในเรื่องของอิสรภาพและการถูกกำหนด (A New Perspective on Freedom VS Determinism)

บุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ซึ่งรู้สึกถึงความอิสระที่มีอยู่ในตนเองอย่างสมบูรณ์ ในการที่จะกำหนด หรือเลือก ที่จะกระทำสิ่งที่เหมาะสมที่สุดต่อสถานการณ์ต่างๆ และเป็นการกระทำที่ให้ผลเป็นที่พึงพอใจมากที่สุด แต่บุคคลที่ถูกกำหนดด้วยข้อมูลในสถานการณ์นั้นๆ จะเป็นบุคคลที่มีการปกป้องตนเอง ปฏิเสธ หรือบิดเบือนข้อมูลหรือสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นผลของการกระทำดังกล่าว จึงไม่เกิดความพึงพอใจและไม่มีประสิทธิภาพ.

Rogers มีความเชื่อว่าบุคคลยังมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์มากขึ้นเท่าใด เขาจะรู้สึกถึงความมีอิสระในการเลือกและการกระทำต่างๆ มากขึ้นเท่านั้น เขามีความสามารถที่จะเลือกคิดหรือเลือกทำ

ได้อย่างเสรี โดยปราศจากข้อจำกัดหรือข้อห้ามใดๆ มีความเป็นตัวของตัวเอง ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลใดๆ มีความรู้สึกและพอใจกับความรู้สึกว่า ตนมีอำนาจต่อชีวิตของตนเอง และมีความเชื่อว่าอนาคตของตนเองนั้นขึ้นอยู่กับตนเอง ไม่ได้ถูกกำหนดโดยความปรารถนาที่ไม่สมเหตุผล ไม่ได้กำหนดโดยสิ่งแวดล้อมหรือเหตุการณ์ในอดีต

2. ความริเริ่มสร้างสรรค์ที่เป็นองค์ประกอบของการมีชีวิตที่ดี (Creativity as an Element of The Good Life)

จากความสามารถที่จะเปิดรับประสบการณ์ต่างๆ รอบตัวและความเชื่อถือในอินทรีย์ของตนในการสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม จะทำให้บุคคลนั้นมีความริเริ่มสร้างสรรค์ไม่ว่าจะอยู่ในวัฒนธรรมหรือเวลาใด ซึ่งไม่ได้เป็นลักษณะของการปรับตัวเข้าหาวัฒนธรรมนั้นและไม่ใช่ว่าผู้คล้อยตามแต่จะมีชีวิตอย่างสร้างสรรค์และกลมกลืนกับวัฒนธรรมนั้นได้อย่างสมดุลย์กับความต้องการของตนเอง

บุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่จะมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์สูง คุณภาพต่างๆ ที่กล่าวมาแล้วในข้างต้นนั้น เป็นภาวะที่เอื้ออำนวยต่อการมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อย่างดี บุคคลผู้ซึ่งเปิดใจกว้างรับประสบการณ์ต่างๆ มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความยืดหยุ่นในการตัดสินใจและการแสดงออกต่างๆ สามารถแสดงตนเองในรูปของงานประเภทริเริ่มสร้างสรรค์ต่างๆ นอกจากนี้ยังมีอิสระที่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้พัฒนาและองกามขึ้นเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่อยู่รอบตัว

3. ความน่าเชื่อถือพื้นฐานในธรรมชาติของมนุษย์ (Basic Trustworthiness of Human Nature)

โดยธรรมชาติเมื่อมนุษย์ดำรงอยู่ได้ด้วยความรู้สึกอิสระแล้ว เขาก็มีคุณภาพที่จะสร้างสรรค์และน่าเชื่อถือ ทั้งในตัวของเขาเองและต่อสังคม เมื่อบุคคลใดได้รับการเอื้ออำนวยจากการป้องกันตนเอง ทำให้เกิดการเปิดกว้างต่อความต้องการต่างๆ ภายในตัวเขาตลอดจนความต้องการจากสังคมและสิ่งแวดล้อมอย่างไม่จำกัด การกระทำของบุคคลนั้นจะมีลักษณะเป็นเชิงบวก ก้าวไปข้างหน้าและสร้างสรรค์ ซึ่งไม่จำเป็นต้องมีคำถามว่าใครจะเป็นผู้แนะนำในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม เพราะความต้องการอย่างลึกลับประการหนึ่งของมนุษย์ก็คือความปรารถนาในความผูกพันและความต้องการสื่อสัมพันธ์กับผู้อื่น เมื่อเขาสามารถเป็นตัวเขาเองได้อย่างเต็มที่ เขาก็จะสามารถเข้ากับผู้อื่นได้อย่างเป็นจริงมากขึ้น บุคคลอาจแสดงความก้าวร้าวในสถานการณ์ที่ความก้าวร้าวดูจะเหมาะสมและไม่มีความปรารถนาที่จะหลีกเลี่ยงความก้าวร้าวของตนเอง ดังนั้นการกระทำโดยรวมของบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ไม่ว่าในขอบเขตใดก็ตาม เมื่อเขามุ่งไปในทิศทางที่เปิดกว้างต่อประสบการณ์จะ

มีลักษณะของความสมดุลและเป็นจริง ซึ่งจะเป็นการกระทำที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตอยู่และเป็น การส่งเสริมให้เป็นสัตว์สังคมที่ดี

ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีกลไกการป้องกันตนเองก็มีแนวโน้มที่จะปิดกั้นตนเองจากการ ตระหนักในเหตุผลอันเป็นผลให้เกิดความไม่มีเหตุผลและความปรารถนาในเชิงทำลายผู้อื่นและตนเอง มากขึ้น

1.4 องค์ประกอบในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

องค์ประกอบที่จะส่งเสริมให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มประสบความสำเร็จ หรือล้ม เหลว นั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการ ได้แก่ องค์ประกอบของสัมพันธภาพในการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่ม (Relationship) องค์ประกอบเกี่ยวกับกระแสความเคลื่อนไหวของการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่ม (Group process) องค์ประกอบของผู้นำกลุ่ม และสมาชิกกลุ่ม รวมถึงระยะเวลา และความถี่ในการเข้ากลุ่ม ดังจะกล่าวถึงที่ละองค์ประกอบ ดังนี้

1.4.1. สัมพันธภาพในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Relationship or Rapport)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางนั้น ให้ ความสำคัญกับคุณภาพของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด สำคัญมากกว่า เทคนิควิธีการใดๆ (Patterson, 1966 : 185 - 189 ; Shertzer and Stone, 1968 : 35) สัมพันธภาพที่ดีจะเป็นตัวกระตุ้นให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึก ความคิด ทักษะคติ ค่านิยม ตลอดจนพฤติกรรมของตนอันจะนำไปสู่การแก้ปัญหา การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ พัฒนาการของผู้รับบริการ สัมพันธภาพในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นสิ่งที่ต้องมีอยู่ตลอด กระบวนการให้การปรึกษา ซึ่งเต็มไปด้วยความอบอุ่นใจ จริงใจ ไว้วางใจ และการรักษาความ ลับซึ่งกันและกัน (วัชร ทรัพย์มี, 2525 : 268 - 269)

Rogers (1980 : 115) เชื่อว่า บุคคลมีศักยภาพ ที่จะเข้าใจตนเอง (self - understanding) ที่ จะเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ (self - concept) และทัศนพื้นฐาน ตลอดจนจนสามารถควบคุมพฤติกรรม ของตนเองได้ (self - directed behavior) ศักยภาพเหล่านี้จะถูกนำมาใช้เมื่อบุคคลอยู่ในสัมพันธภาพ ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สัมพันธภาพดังกล่าวต้องอาศัยทัศนคติทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวย (Facilitative psychological attitudes) ดังต่อไปนี้

1. ความจริงแท้ (Genuineness or Realness or Congruence)

ความจริงแท้ หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการศึกษามีความตรงไปตรงมา มีความเป็นตัวของตัวเองในความสัมพันธ์กับผู้มารับการปรึกษา ไม่สวมหน้ากากของความเป็นผู้เชี่ยวชาญ มีการตระหนักรู้ในความรู้สึกและความคิดของตน สามารถเปิดเผย แนวคิด ประสบการณ์ ความรู้สึกของตน โดยไม่ปิดบังอำพราง มีการแสดงออกอย่างเป็นธรรมชาติทั้งคำพูดและการกระทำ อันจะส่งผลให้ผู้มารับการปรึกษา มีการเปลี่ยนแปลงและเติบโตขึ้นในลักษณะที่สร้างสรรค์ ดังนั้นความเป็นตัวของตัวของนักจิตวิทยาการปรึกษา ก็คือ การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะเปิดเผยถึงความรู้สึกและทัศนคติที่เกิดขึ้นในช่วงขณะนั้น ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาจะทำให้ตัวของเขาโปร่งใส (Transparent) สำหรับผู้รับการปรึกษา ซึ่งทำให้ผู้มารับการปรึกษารู้สึกว่า นักจิตวิทยาการปรึกษามีสัมพันธ์ภาพกับเขา โดยไม่ปิดบังตัวเอง เขาจะค่อยๆ เรียนรู้จากสภาพความสัมพันธ์ลักษณะนี้ ขณะเดียวกันนักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องมีความสามารถที่จะเข้าใจถึงสิ่งที่กำลังดำเนินอยู่ สามารถเชื่อมโยงตัวเขาเข้ากับความสัมพันธ์ในกลุ่ม และสามารถ สื่อสารกับผู้มารับการปรึกษาได้ในเวลาที่เหมาะสม

2. การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard)

การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีความสนใจ เอาใจใส่ และ เห็นคุณค่าของผู้มารับการปรึกษาหรือสมาชิกกลุ่มในลักษณะโดยรวมของเขา ไม่ใช่ในลักษณะบางอย่างที่สอดคล้องกับทัศนคติของนักจิตวิทยาการปรึกษาเท่านั้น เช่น นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้อนรับผู้มารับการปรึกษาไม่ว่าเขาจะกำลังโกรธ กลัว สับสน เสียใจ หรือกลัวหาญ ทัศนคติของนักจิตวิทยาการปรึกษาเช่นนี้เท่านั้นที่จะแสดงให้เห็นถึงความเชื่อถือนุคนคนในฐานะที่เขาเป็นมนุษย์ เมื่อใดก็ตามที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีทัศนคติที่ยอมรับและมองผู้มารับการปรึกษาในทางที่ดี ในทางที่เห็นคุณค่าของเขาไม่ว่าเขาจะเป็นคนอย่างไรนั้น จะช่วยให้ผู้มารับการปรึกษามีความเปลี่ยนแปลงในตนเองไปสู่การพัฒนาของชีวิตมากยิ่งขึ้น

3. การเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (Empathic understanding)

การเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้มารับการปรึกษา และเข้าใจความหมายของประสบการณ์ที่ผู้มารับการปรึกษาได้เผชิญอย่างถูกต้อง เป็นการเข้าใจภายในกรอบการรับรู้ของผู้มารับการปรึกษา และยังสามารถสื่อสารความเข้าใจนี้กลับไปยังผู้มารับการปรึกษาได้ เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเข้าใจผู้มารับการปรึกษาได้อย่างดีที่สุด ก็เปรียบเสมือนกับการที่เขาสามารถจะเข้าไปอยู่ในโลกส่วนตัวของผู้มารับการปรึกษาได้อย่างเต็มที่ ไม่เพียงแต่เขาจะสามารถเข้าใจความหมายของสิ่งต่างๆ ที่ผู้มารับการปรึกษาตระหนักรู้เท่านั้น แต่ยังสามารถเข้าใจแม้กระทั่งสิ่งที่ผู้

มารับการปรึกษาอย่างไม่ได้ตระหนักรู้อีกด้วย การเข้าใจในลักษณะนี้ต้องอาศัย การฟังอย่างตั้งใจ อย่างละเอียดอ่อน ซึ่งเกิดขึ้นได้ยากมากในชีวิตของบุคคลโดยทั่วไป ส่วนใหญ่เรามักคิดว่า เราได้รับฟังแล้ว แต่เราฟังโดยปราศจากการเข้าใจอย่างแท้จริง เพราะเราไม่ได้เข้าไปในโลกแห่ง การรับรู้ของเขา

สัมพันธภาพที่มีความจริงใจ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขและการเข้าใจอย่างร่วมรู้สึกจะเอื้อให้ผู้มารับการปรึกษามีการเปลี่ยนแปลงอย่างที่เขาอยากจะทำพัฒนา เนื่องจากเมื่อ บุคคลได้รับการยอมรับและการเห็นคุณค่า เขามีแนวโน้มที่จะใส่ใจกับตนเองมากขึ้น และขณะที่ผู้อื่นรับฟังสิ่งที่เขาสื่อสารออกมาอย่างเข้าใจจะส่งผลให้เขาพยายามที่จะเข้าใจในประสบการณ์ ตลอดจนความคิดความรู้สึกที่แท้จริงของเขาเองด้วย นอกจากนี้เมื่อบุคคลเริ่มเข้าใจและเห็นคุณค่าของตนเอง การรับรู้เกี่ยวกับตน (self) ก็จะช่วย ๆ สอดคล้องกับประสบการณ์ (experience) มากขึ้น และเมื่อนั้นบุคคลจะเป็นตัวของเขาเองอย่างแท้จริงยิ่งขึ้น ซึ่งทำให้ บุคคลพบกับอิสรภาพที่ยิ่งใหญ่ ทักษะคิดดังกล่าวของนักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้ มารับการปรึกษาเติบโตขึ้นอย่างมีคุณภาพ ขณะเดียวกันก็เป็นผลให้นักจิตวิทยาการปรึกษา เติบโตได้ด้วย

1.4.2. กระแสของความเคลื่อนไหวของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส (Rogerian group process pattern)

Rogers (1970 : 14 - 71) ได้อธิบายกระแสความเคลื่อนไหวของการปรึกษาเชิงจิต วิทยาแบบกลุ่มไว้ 15 ขั้นตอน แต่ก็มองว่ากระแสของกลุ่มไม่ใช่เรื่องที่ตายตัว และลำดับที่เกิดขึ้น อาจจะไม่เรียงกันแน่นอน ขั้นตอนหนึ่งในกระแสกลุ่มของกลุ่มหนึ่งอาจเกิดขึ้นก่อนใน ขณะที่อีกกลุ่มหนึ่งเกิดขึ้นภายหลัง และในแต่ละขั้นตอนอาจจะเกิดขึ้นคาบเกี่ยวหรือกลมกลืน กันจนไม่สามารถบอกได้ชัดเจนว่าขั้นตอนใดกำลังเริ่มต้นหรือขั้นตอนใดกำลังสิ้นสุดลง บางครั้ง แต่ละขั้นตอนอาจเกิดต่อเนื่องกันไป หรือชะงักอยู่กับที่ก็ได้ ขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้นำกลุ่มและ สมาชิกกลุ่มที่จะเอื้ออำนวยให้กระแสกลุ่มดำเนินไปราบรื่นเพียงใด ขั้นตอนของกระแสกลุ่ม ดัง กล่าวเป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะพื้นฐานความต้องการของมนุษย์ สัมพันธภาพระหว่าง บุคคล ตลอดจนความสำเร็จในการแก้ปัญหา Rogers ได้จัดลำดับขั้นของกระแสกลุ่มไว้ 15 ขั้นตอน ดังนี้

1. ภาวะคลุมเครือสับสน (Milling around) เกิดขึ้นในระยะเริ่มต้นของกลุ่ม หลังจากผู้นำกลุ่มกล่าวชี้แจงว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไม่ได้เป็นการรวมกลุ่มกันธรรมดา สมาชิกทุกคนมีอิสระและมีส่วนร่วมในการร่วมรับผิดชอบและกำหนดทิศทางของกลุ่ม สมาชิกกลุ่มจะรู้สึกอึดอัด กังวลใจ สับสน และสงสัยว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร จึงทำให้บรรยากาศของกลุ่มเงียบเป็นส่วนใหญ่ สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันน้อยมาก และเป็นไปในลักษณะสุภาพผิวเผินอย่างที่เรียกว่า cocktail party talk ซึ่งในภาวะอึดอัดสับสนนี้ อาจมีสมาชิกเสนอแนะวิธีการต่างๆ เพื่อทำลายความเงียบและลดความอึดอัด

2. การต่อต้านการเปิดเผยหรือการสำรวจตนเอง (Resistance to personal expression or exploration) เป็นช่วงที่สมาชิกยังสับสนคลุมเครือ สมาชิกกลุ่มจะเต็มไปด้วยความสับสน ระมัดระวังตัว ไม่มั่นใจ และลังเลใจว่าจะเล่าเรื่องของตนดีหรือไม่เนื่องจากยังไม่ไว้วางใจกลุ่ม กลัวว่าการเปิดเผยตนเองอาจทำให้ผู้อื่นเห็นความไม่สมบูรณ์ของตน การสนทนาจึงเป็นเรื่องนอกกลุ่ม หลีกเลี่ยงการพูดคุยเรื่องตนเอง และไม่ได้ใส่ใจในความรู้สึกของตนในขณะที่เล่า บรรยากาศกลุ่มโดยทั่วไปยังคงเงียบเป็นระยะ อุปสรรคที่ขัดขวางการเปิดเผยตนเองคือความไม่ไว้วางใจกลุ่ม ทำให้ไม่กล้าเปิดเผยตนเองแม้ตนจะมีปัญหาที่ยังไม่กล้าขอความช่วยเหลือจากคนอื่น

3. การพูดถึงความรู้สึกในอดีต (Description of past feeling) แม้ว่าสมาชิกยังไม่เกิดความไว้วางใจในกลุ่ม แต่ก็ยังมีความคิดที่จะเสี่ยงเปิดเผยตนเองในกลุ่ม ทั้งที่ยังไม่แน่ใจ การบอกเล่าจึงเป็นการบรรยายความรู้สึกหรือเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมา ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ถึงแม้ว่าสมาชิกจะเปิดเผยตนเองมากขึ้น แต่ความรู้สึกที่สมาชิกได้เล่าให้เพื่อนสมาชิกฟังก็ยังคงเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้น "ที่นั่น และขณะนั้น" (there and then) อยู่

4. การแสดงความรู้สึกทางลบ (Expression of negative feeling) สมาชิกกลุ่มเริ่มไม่พอใจกับบรรยากาศของกลุ่ม เขาจึงเริ่มเปิดเผยความรู้สึกที่เป็น "ที่นี่และขณะนี้" (here and now) ออกมา ซึ่งเป็นความรู้สึกด้านลบของสมาชิก ต่อสมาชิกอื่นในกลุ่ม หรือผู้นำกลุ่ม การแสดงความรู้สึกด้านลบนี้ เป็นการทดสอบว่า ภายในกลุ่มมีอิสระและน่าไว้วางใจเพียงใด เหตุผลอีกประการหนึ่ง คือ การแสดงความรู้สึกทางลบนั้นแสดงได้ยากและเสี่ยงมากกว่าการแสดงความรู้สึกทางลบ เพราะกลัวการถูกปฏิเสธ ดังนั้นการแสดงความรู้สึกด้านลบจะป้องกันตนเองได้ดีกว่า

ในขั้นนี้ เป็นการเริ่มต้นแสดงความรู้สึกส่วนตัว อันจะนำไปสู่การเปิดเผยตนเองในกลุ่ม สมาชิกมีอิสระและไว้วางใจต่อกันมากขึ้น และรู้สึกว่า กลุ่มเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยที่เขาจะแสดงความรู้สึกทั้งด้านบวก และด้านลบได้อย่างเต็มที่

5. การแสดงออกและการเปิดเผยเรื่องที่มีความหมายของบุคคล (Expression and exploration of personally meaningful material) หลังจากทีสมาชิกได้แสดงความรู้สึกที่แท้จริงต่อกลุ่ม แม้จะเป็นความรู้สึกในทางลบ แต่กลุ่มก็แสดงการยอมรับ รับฟังเขาโดยไม่ประเมินหรือโจมตีเขา แต่กลับให้การยอมรับว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ทำให้เขาเกิดความไว้วางใจในกลุ่มและรู้สึกมีอิสระที่จะแสดงออก กล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกซึ่งของตนที่ไม่เคยเปิดเผยมาก่อน เป็นการเริ่มต้นสำรวจตนเองของสมาชิก การเปิดเผยตนเองของสมาชิกนั้นจะช่วยให้สมาชิกคนอื่นเกิดการเรียนรู้ว่าเมื่อแสดงความรู้สึกออกมา เขาจะได้รับการยอมรับ และกลุ่มเป็นที่ที่เขาจะแสดงออกได้อย่างเสรีและมีอิสระ ภายใต้บรรยากาศแห่งความไว้วางใจ

6. การเปิดเผยความรู้สึกระหว่างบุคคลในขณะนั้นภายในกลุ่ม (The expression of immediate interpersonal feeling in the group) กระแสกลุ่มที่เกิดขึ้นในขั้นนี้เป็นการแสดงความรู้สึกของสมาชิกที่เกิดขึ้นต่อบรรยากาศของกลุ่มหรือต่อสมาชิกกลุ่มในขณะนั้น อาจเป็นความรู้สึกทางบวกหรือลบ ตัวอย่าง เช่น สมาชิกเปิดเผยความรู้สึกของตนต่อเพื่อนสมาชิกอีกคนหนึ่งว่า "ฉันชอบรอยยิ้มของคุณ" หรือ "ฉันไม่ชอบคุณตั้งแต่เห็นหน้าครั้งแรก" การเปิดเผยความรู้สึกที่มีต่อกันนี้ เป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศของความไว้วางใจและจริงใจ

7. การพัฒนาความสามารถในการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม (The development of a healing capacity in the group) ในระยะนี้สมาชิกจะแสดงออกถึงความรู้สึกเอาใจใส่ รับผิดชอบต่อร่วมกัน เข้าใจปัญหาของสมาชิกอื่นอย่างแท้จริง และมีความต้องการที่จะช่วยเหลือแก่เพื่อนสมาชิกที่รู้สึกเจ็บปวด หรือมีความทุกข์ด้วยทักที่ที่เป็นธรรมชาติ และเพื่อนสมาชิกเองก็รับรู้และเข้าใจถึงความรู้สึก และความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือนั้น จึงเป็นการส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพแห่งการช่วยเหลือกันมากขึ้น มีการเสนอแนวทางในการแก้ปัญหาให้แก่เพื่อนสมาชิกตามทัศนะของแต่ละบุคคล

8. การยอมรับตนเองและการเริ่มต้นสู่การเปลี่ยนแปลง (Self - acceptance and the beginning of change) เป็นระยะที่สมาชิกได้เปิดเผยตนเองให้ผู้อื่นรู้ และเป็นโอกาสที่สมาชิกได้สำรวจตนเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน มีการพิจารณาตนเองในแง่มุมต่างๆ ยอมรับและเข้าใจตนเองว่าตนเองคือใคร เป็นอย่างไร เริ่มมองตนเองตามความเป็นจริง ยอมรับส่วนดี และส่วนด้อยของตน ซึ่งเป็นพื้นฐานของการเปลี่ยนแปลงต่อไป

9. การลดกำแพงปกป้องตนเอง (The cracking of facades) กระแสที่เกิดขึ้นมีแนวโน้มเกิดขึ้นอย่างไม่ชัดเจนว่าเกิดขึ้นในช่วงใด อาจเกิดคาบเกี่ยวกันกับช่วงใดช่วงหนึ่งก็ได้ ในขณะที่กลุ่มดำเนินไปอย่างต่อเนื่องสมาชิกรู้สึกว่าการบรรยากาศของกลุ่มเป็นกันเองมากขึ้น มีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเอง และมีความรู้สึกอิสระอย่างเต็มที่ที่จะเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง การเปิดเผยตนเองนี้ทำให้เกิด "ความจริง

ใจ" ที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และเมื่อมีการเปิดเผยของสมาชิกบางคนก็จะส่งผลให้สมาชิกอื่นๆ ลดการใช้กลไกป้องกันตนเองลง และเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

10. การรับข้อมูลป้อนกลับของแต่ละบุคคล (The individual receives feedback) สมาชิกแต่ละคนต้องการทราบว่า ลักษณะของเขาในสายตาของผู้อื่นเป็นอย่างไร ซึ่งในกระแสของกลุ่มสมาชิกสามารถให้ข้อมูลสะท้อนลักษณะของสมาชิกคนอื่นๆ ได้ การสะท้อนลักษณะบุคคลนี้เป็นไปได้ทั้งทางบวกและทางลบ บรรยากาศเช่นนี้เป็นสิ่งที่แสดงถึงความร่วมมือซึ่งกันและกัน และเป็นโอกาสให้สมาชิกได้เผชิญหน้ากับสิ่งที่เกิดขึ้น สมาชิกอาจแสดงออกถึงการยอมรับหรือไม่ยอมรับความรู้สึกต่าง ๆ จากการได้ข้อมูลป้อนกลับของสมาชิกคนอื่น ๆ แต่อย่างไรก็ตาม สมาชิกยังได้มีโอกาสพิจารณาใคร่ครวญอันจะนำไปสู่การเข้าใจตนเองได้มากขึ้น

11. การเผชิญหน้า (Confrontation) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่ต่อเนื่องจากการได้รับข้อมูลป้อนกลับ ซึ่งการเผชิญหน้านี้อาจเป็นทั้งทางบวกหรือทางลบก็ได้ แต่โดยมากแล้วจะเป็นทางลบ สมาชิกอาจจะยอมรับหรือไม่ยอมรับ การเผชิญหน้านี้จะช่วยให้สมาชิกทั้งคู่เข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น เรียนรู้ถึงความห่วงใยต่อกัน สมาชิกต้องการช่วยเหลือกันให้เกิดความกระจ่างชัดในเรื่องต่างๆ ทำให้สมาชิกเกิดการยอมรับและไว้วางใจกันมากขึ้น

12. สัมพันธภาพในการช่วยเหลือกันภายนอกกลุ่ม (The helping relationship outside the group sessions) การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ความเห็นอกเห็นใจ ไม่เพียงแต่จะเกิดขึ้นเฉพาะในกลุ่มเท่านั้น ปัญหาบางอย่างสมาชิกอาจนำมาสนทนานอกกลุ่ม หรือการเข้าไปให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกภายหลังสิ้นสุดกลุ่ม หรือมีการนัดหมายกัน เขียนจดหมายถึงกัน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกได้เข้าใจ มีกำลังใจ และมีความผูกพันจากภายในกลุ่มสู่ภายนอกกลุ่ม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งที่มีค่ามาก

13. จิตสัมพันธ์ขั้นพื้นฐาน (The basic encounter) สมาชิกมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันมากขึ้น มีการติดต่อสัมพันธ์กันมากกว่าการติดต่อสัมพันธ์กันอย่างธรรมดาทั่วไปในชีวิตประจำวัน สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นเป็นสัมพันธภาพที่แสดงออกถึงความจริงใจ ยอมรับและเข้าใจ สมาชิกสามารถที่จะรับรู้ เข้าใจความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก และสามารถสื่อความรู้สึกนั้นออกมาได้ และจากสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นนี้ทำให้เขาสามารถแสดงความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง ทั้งทางด้านบวกและด้านลบ หลังจากที่ได้เปิดเผยตนเองอย่างเต็มที่แล้ว ความรู้สึกทางลบจะถูกแทนที่ด้วยการยอมรับอย่างลึกซึ้ง ภายใต้สัมพันธภาพที่เต็มไปด้วยความรัก และความจริงใจต่อกันอันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงได้

14. การแสดงความรู้สึกทางบวกและความผูกพันใกล้ชิด (The expression of positive feeling and closeness) เมื่อสมาชิกได้แสดงความรู้สึกอย่างแท้จริง และได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิก สมาชิกจะรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จะทำให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนม อบอุ่นใจ ใจกว้างใจซึ่งกันและกัน เกิดความรู้สึกผูกพันซึ่งกันและกันเสมือนเป็นครอบครัวเดียวกัน และจากความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน ทำให้เขาสามารถแสดงความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

การแสดงความรู้สึกทางบวกและความผูกพันใกล้ชิดที่เกิดขึ้นในกลุ่มเป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อนลึกซึ้งซึ่งอาจเห็นได้จากการที่สมาชิกถามถึงกัน เตือนกันด้วยความรู้สึกห่วงใยกัน ถามถึงความก้าวหน้าในการแก้ปัญหา บางครั้งก็อาจเห็นจากการที่สมาชิกไปไหนมาไหนด้วยกัน เป็นต้น

15. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในกลุ่ม (Behavior changes in the group) เมื่อสังเกตการเปลี่ยนแปลงของสมาชิก พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มไม่ว่าจะเป็นลักษณะท่าทาง น่าเสียง ซึ่งจะเป็นอย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้น มีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น มีความต้องการที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น เข้าใจความรู้สึกและจิตใจของผู้อื่น และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง

1.4.3. ผู้นำกลุ่ม (The group leader)

ผู้นำกลุ่ม คือ ผู้ที่เอื้ออำนวยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่ม เพื่อช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาระดับสภาวะจิตที่ขาดพร่องสู่สภาวะจิตอันสมบูรณ์ ผู้นำกลุ่มจึงเป็นผู้ที่มีความสำคัญในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ความสำเร็จหรือความล้มเหลวของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจึงขึ้นอยู่กับผู้นำกลุ่ม อันได้แก่ บุคลิกภาพ ทักษะความชำนาญ คุณภาพในการทำหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม (ชูชัย สมितिไกร, 2527 : 87)

Rogers (อ้างใน Corey, 1988 : 8 - 10) กล่าวว่า บุคลิกภาพ คุณภาพและปรัชญาในการดำรงชีวิตของผู้นำกลุ่ม มีความสำคัญมากกว่าเทคนิคทั้งหมดที่เอื้ออำนวยต่อกระแสนกลุ่มและเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม สำหรับความรู้ทางทฤษฎี เทคนิค วิธีการ และทักษะต่าง ๆ นั้นเป็นปัจจัยรอง ผู้นำกลุ่มต้องมีทั้งสองบทบาท คือ บทบาทในการเป็นสมาชิกกลุ่มที่มีการเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง และบทบาทของการเป็นผู้เอื้ออำนวย (facilitator) ต่อการพัฒนาแก่สมาชิกอื่นๆ ด้วยเหตุนี้ผู้นำกลุ่มจึงต้องพัฒนาตน

เองให้เป็นบุคคลที่มีความพร้อมทั้งความคิดและความรู้สึกประกอบกันไป (Rogers, 1961 cited in Ohlsen, 1988 : 71 - 72)

นอกจากนี้ ผู้นำกลุ่มยังมีบทบาทสำคัญในการรักษาทิศทางของกลุ่มให้บรรลุตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ และเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้มีส่วนร่วมในกลุ่มมากที่สุด Rogers ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้นำกลุ่มในการเอื้ออำนวยกลุ่มไว้ดังนี้ (Rogers, 1970 : 46 - 58)

1. การสร้างบรรยากาศกลุ่ม (Climate - setting function) ผู้นำกลุ่มต้องพยายามสร้างบรรยากาศกลุ่มที่ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่นไว้วางใจ รู้สึกว่ากลุ่มเป็นที่ที่ปลอดภัยสำหรับเขา โดยผู้นำกลุ่มให้อิสระแก่สมาชิกในการบอกเล่าถึงสิ่งที่เขาต้องการให้กลุ่มทราบ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องในระดับผิวเผินหรือลึกซึ้ง ผู้นำกลุ่มจะตั้งใจฟังอย่างใส่ใจ ระมัดระวังที่จะไม่ตีความสิ่งที่สมาชิกพูดตามประสบการณ์ของผู้นำกลุ่ม และชัดเจนต่อความหมายในสิ่งที่เขาพูดมากที่สุด นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มต้องพยายามตอบสนองต่อสิ่งที่เป็นความหมายของประสบการณ์และความรู้สึกของเขา เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่าอย่างน้อยก็มีผู้นำกลุ่มคนหนึ่งเชื่อถือไว้วางใจ และใส่ใจมากที่จะฟังเขาพูด โดยผู้นำกลุ่มสามารถแสดงออกให้สมาชิกได้รับรู้ทั้งทางคำพูด และภาษาท่าทาง ซึ่งผู้นำกลุ่มต้องมีความละเอียดอ่อนที่จะสัมผัสได้ถึงความหวาดกลัวหรือความเจ็บปวดของสมาชิก จึงจะสามารถตอบสนองต่อความหมายและความรู้สึกเหล่านั้นให้เขารับรู้ได้

2. การยอมรับกลุ่ม (Acceptance of the group) ผู้นำกลุ่มต้องมีความอดทนและยอมรับกลุ่มอย่างแท้จริง แม้ว่ากลุ่มยังคงคุยกันในเรื่องผิวเผิน เพราะสมาชิกอาจจะยังไม่พร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง หรือแม้แต่บรรยากาศของกลุ่มที่เยือกกริบ ผู้นำกลุ่มควรให้อิสระในการกำหนดทิศทางของกลุ่ม และปล่อยให้กลุ่มดำเนินไปตามกระแสของกลุ่ม ไม่ควรใช้วิธีผลักดันหรือบังคับให้สมาชิกเปิดเผยตนเองแต่ควรให้เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่บังคับสิ่งที่เกิดขึ้นจากการเลือกของกลุ่ม

3. การยอมรับสมาชิกแต่ละบุคคล (Acceptance of the individual) ผู้นำกลุ่มจะต้องยอมรับสมาชิกแต่ละบุคคลอย่างไม่มีเงื่อนไข ให้ความสนใจและยอมรับสมาชิกทุกคนในกลุ่ม เชื่อในสิ่งที่สมาชิกเปิดเผยออกมา โดยไม่ตั้งข้อระแวงสงสัย หากสิ่งนั้นไม่เป็นจริงก็เปิดโอกาสให้สมาชิกแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้ นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มควรทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าจะต้องรับผิดชอบต่อกันร่วมกัน โดยไม่อยู่ในการควบคุมของผู้นำกลุ่ม และพยายามให้สมาชิกรู้สึกสบายๆ และใช้เวลาให้คุ้มค่าที่สุด

4. ความเข้าใจแบบร่วมรู้สึก (Empathic understanding) ผู้นำกลุ่มต้องพยายามที่จะเข้าใจความหมายที่แท้จริงที่สมาชิกสื่อออกมา พยายามหาความกระจ่างจากสิ่งที่สมาชิกพูด และแสดงออก พร้อมทั้งสะท้อนความเข้าใจนั้นออกมาเพื่อช่วยให้สมาชิกอื่นๆ เกิดความกระจ่างชัดและเกิดความเข้าใจตามที่สมาชิกต้องการสื่อออกมา โดยไม่ต้องเสียเวลาซักถามหรือใส่ใจในรายละเอียดปลีกย่อย และสามารถตอบสนองต่อความต้องการของสมาชิกได้อีกด้วย ผู้นำกลุ่มต้องใช้ทักษะการตีความในระดับลึกให้สมาชิกได้เผชิญกับสิ่งที่เขาพูด หากสมาชิกเกิดความรู้สึกที่แตกต่างกันในเรื่องใดเรื่องหนึ่งผู้นำกลุ่มควรจะเข้าใจความรู้สึกของทั้งสองฝ่าย และควรช่วยให้สมาชิกได้กล่าวในสิ่งที่เขาอยากจะทำกับผู้อื่นด้วยความรู้สึกที่แท้จริง

5. การปฏิบัติจากฐานของความรู้สึก (Operating in terms of feeling) ผู้นำกลุ่มควรใส่ใจกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นในตนเองทุกขณะ และรู้สึกอิสระที่จะแสดงความรู้สึกของตนในแต่ละขณะ ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกที่มีต่อตนเอง สมาชิก หรือต่อกลุ่ม การที่ผู้นำกลุ่มจะแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาได้นั้นเขาจะต้องรับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่างชัดเจนว่ามีความรู้สึกอย่างไร และรับรู้ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นอย่างไร และเมื่อเกิดความชัดเจนในตนเองแล้วก็สามารถที่จะเลือกได้ว่าควรจะแสดงความรู้สึกออกมาหรือยับยั้งพฤติกรรมที่ต้องการแสดงออกไว้ก่อน หากรู้สึกว่าไม่เหมาะสมในขณะนั้น การกระทำดังกล่าว จะส่งผลให้ผู้นำกลุ่มมีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิก ผู้นำกลุ่มควรไวต่อความรู้สึกของสมาชิก และตอบสนองด้วยความเข้าใจ การตอบคำถามในกลุ่มควรตอบด้วยความรู้สึกอิสระ ไม่ใช่ถูกบังคับหรือตอบตามมารยาทสังคม แต่เป็นการตอบเนื่องจากเห็นความหมายหรือสาระบางอย่างในคำถามนั้น

6. การเผชิญหน้าและการให้ข้อมูลป้อนกลับ (Confrontation and feedback) ผู้นำกลุ่มสามารถใช้การเผชิญหน้าเพื่อบอกถึงความรู้สึกของตนต่อสมาชิก เพื่อทำลายกลไกการป้องกันตนเองเพื่อช่วยให้เขาตระหนักถึงสิ่งที่เขาคิดและรู้สึก และเผชิญกับสิ่งที่บุคคลอื่นรับรู้เกี่ยวกับตัวเขาอย่างตรงไปตรงมา ผู้นำกลุ่มอาจนำสิ่งที่สมาชิกเคยพูดถึงเกี่ยวกับตนเองหรือสิ่งที่สมาชิกแสดงออกมาใช้เผชิญหน้ากับสมาชิก ภายหลังจากการเผชิญหน้าสมาชิกอาจเกิดความรู้สึก ขุ่นเคือง โกรธ หรือ เจ็บปวดในการเผชิญความจริง แต่สิ่งนั้นจะช่วยให้สมาชิกเข้าใจตนเองได้อย่างแท้จริงที่สุด และเมื่อสมาชิกเกิดความเจ็บปวด ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยเหลือสมาชิกให้พ้นจากสภาพนั้นได้เมื่อเขาต้องการ

7. การเปิดเผยถึงปัญหาของตนเอง (Expression of own problem) ในบางครั้งผู้นำกลุ่มอาจมีปัญหาหรือความตึงเครียดแต่เกรงว่าจะเป็นการไม่เหมาะสมหากเล่าปัญหาของตนให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ ทำให้ผู้นำกลุ่มไม่กล้าเล่าปัญหาของตนให้กลุ่มรับรู้และเก็บสิ่งนั้นไว้ในใจ

ซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียต่อกลุ่ม คือ ทำให้ผู้นำกลุ่มไม่สามารถตั้งใจรับฟังสมาชิกได้อย่างมีสมาธิ และสมาชิกอาจรับรู้ถึงความไม่สบายใจของผู้นำกลุ่ม และคิดว่าเป็นความผิดของสมาชิกที่ทำให้ผู้นำกลุ่มไม่สบายใจ ซึ่งจะมีผลกระทบต่อการทำงานกลุ่มต่อไป ดังนั้นผู้นำกลุ่มควรมีความพร้อมในการทำกลุ่ม หากเกิดความวิตกกังวล หรือความเครียดในขณะที่ดำเนินกลุ่ม ก็ควรจะบอกเล่าปัญหาของตนเองให้กับสมาชิกกลุ่มได้รับรู้ เพราะการกระทำดังกล่าวของผู้นำกลุ่มจะเป็นการเอื้ออำนวยต่อกระแสกลุ่มได้อย่างดี และยังเป็นการเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเองมากขึ้นด้วย

8. หลีกเลี่ยงการวางแผนและ "แบบฝึกหัด" (Avoidance of planning and "exercise") ผู้นำกลุ่มควรพยายามหลีกเลี่ยงการใช้วิธีการต่างๆ ที่วางแผนเอาไว้ล่วงหน้า แต่ควรปล่อยให้ทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติของกระแสกลุ่ม ควรส่งเสริมให้สมาชิกได้แสดงออกถึงความรู้สึกที่แท้จริงจะได้ผลดีต่อกลุ่มมากกว่า หากมีความจำเป็นต้องวางแผนควรให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการวางแผนนั้นด้วย Rogers เชื่อในความเป็นธรรมชาติ (spontaneity) ว่าเป็นสิ่งที่มีค่าทำให้เกิดความสั่นไหวกลมกลืนกันมากที่สุดและทำให้กลุ่มดำเนินไปด้วยตัวของมันเองอย่างมีประสิทธิภาพ กิจกรรมต่างๆ เช่น การแสดงบทบาทสมมติ การสัมผัสหรือละครทางจิตวิทยา อาจนำมาใช้ได้ เมื่อกิจกรรมเหล่านั้นสามารถเอื้ออำนวยต่อการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของสมาชิกกลุ่มในขณะนั้น

9. หลีกเลี่ยงการวิจารณ์ หรือตีความกระแสกลุ่ม (Avoidance of interpretive or process comments) ผู้นำกลุ่มควรหลีกเลี่ยงการวิจารณ์ หรือการตีความกระแสกลุ่ม สมาชิกกลุ่มและสาเหตุของพฤติกรรมของสมาชิก เนื่องจากการวิจารณ์อาจทำให้สมาชิกรู้สึกว่าเขา กำลังถูกพิจารณา เกิดการระงับตัวมากขึ้น และอาจทำให้กระแสกลุ่มดำเนินช้าลง หากมีการเสนอแนะหรือวิจารณ์ ควรให้สมาชิกในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนวิจารณ์กันเองตามกระแสของกลุ่ม โดยความสนใจของสมาชิกจะเป็นการดีกว่า ส่วนการตีความในทัศนะของ Rogers นั้น เขามองว่าเป็นเพียงการเดาในระดับสูงเท่านั้น และการเดาจะมีน้ำหนักก็ต่อเมื่อผู้ตีความไม่มีอคติหรือไม่เอาตัวเองเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย

10. ศักยภาพในการรักษาทางจิตใจของกลุ่ม (The therapeutic potentiality of the group) ในบางครั้งอาจมีเหตุการณ์ตึงเครียดเกิดขึ้นภายในกลุ่ม เมื่อมีสมาชิกบางคนแสดงพฤติกรรมที่ผิดปกติ หรือแสดงอาการทางจิตขึ้นมา ผู้นำกลุ่มไม่ควรที่จะเข้าไปกำหนดหรือวินิจฉัยอาการของเขา เพราะอาจก่อให้เกิดความห่างเหินระหว่างเขาและเพื่อนสมาชิก และทำให้เพื่อนสมาชิกปฏิบัติกับเขาราวกับว่าเขาเป็นวัตถุมากกว่าที่จะร่วมแก้ปัญหาและยอมรับว่าเขาเป็นบุคคลบุคคลหนึ่ง ดังนั้น ผู้นำกลุ่มควรปล่อยให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันช่วยเหลือ โดยเอื้ออำนวยให้มีการสื่อสารกับบุคคลนั้น จะพบ

ว่ากลุ่มมีศักยภาพในการบำบัดรักษาได้อย่างไม่น่าเชื่อ ถึงแม้ว่าจะไม่ได้รับการฝึกฝนมาก่อน เพียงแต่ผู้นำกลุ่มให้อิสระแก่สมาชิกที่จะใช้ศักยภาพนี้เท่านั้น

11. การเคลื่อนไหวทางร่างกายและการสัมผัส (Physical movement and contact) ผู้นำกลุ่มควรแสดงการเคลื่อนไหวทางร่างกายอย่างเป็นธรรมชาติมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ไม่ว่าในอิริยาบถใดก็ตาม ถ้าผู้นำกลุ่มรู้สึกเมื่อไหร่ก็ตามที่ลุกขึ้นยืนยืดเส้นยืดสายเดินไปมาได้ หรือถ้าต้องการเปลี่ยนที่นั่งกับสมาชิกก็ควรตามความสมัครใจของสมาชิกก่อนว่าเขาเต็มใจจะเปลี่ยนที่หรือไม่ แต่ทั้งนี้ Rogers ไม่สนับสนุนที่จะชักชวนให้สมาชิกทำการเคลื่อนไหวเท่าใดนัก ส่วนการตอบสนอง โดยการสัมผัสนั้น ผู้นำกลุ่มสามารถแสดงออกได้ตามความเหมาะสม ด้วยท่าทีที่จริงจังและเป็นธรรมชาติ และไม่ควรวางแผนไว้ล่วงหน้า ผู้นำกลุ่มสามารถที่จะสัมผัสสมาชิกเพื่อให้กำลังใจกับสมาชิกที่รู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้างได้ แต่ต้องเป็นการกระทำที่มาจากความต้องการที่แท้จริงของตน

แนวทางการทำกลุ่มของ Rogers ดังกล่าวถือว่าผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ผู้นำกลุ่มต้องมีความเชื่อถือและไว้วางใจในสมาชิกกลุ่มทุกคนว่าเขาสามารถพัฒนาตนเองไปสู่บุคลิกภาพที่สมบูรณ์ได้ โดยผู้นำกลุ่มเป็นเพียงผู้เอื้ออำนวยบรรยากาศที่เหมาะสม ซึ่งเริ่มต้นจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้น อันจะส่งผลต่อการที่ปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มมากขึ้นโดยใช้ทักษะง่าย ๆ คือ การทำให้กระจ่าง (clarification) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (reflection of content) การตั้งคำถาม (questioning) ตลอดจนผู้นำกลุ่มต้องพยายามสื่อความร่วมมือรู้สึก (empathy) และความเห็นอกเห็นใจให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ จึงจะสามารถนำกลุ่มไปได้อย่างอ่อนโยนตามหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่ดี

1.4.4. สมาชิกกลุ่ม (The group members)

ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนว Rogers นั้น ไม่มีหลักหรือกฎเกณฑ์ที่ชัดเจนในการคัดเลือกสมาชิกกลุ่ม (Gazda, 1984) Rogers เลือกสมาชิกกลุ่มจากเหตุผลสองอย่างคือ เป็นบุคคลที่จะได้รับประโยชน์จากการเข้ากลุ่ม และกลุ่มจะได้รับประโยชน์จากการเข้ากลุ่มของบุคคลนั้น (Rogers, 1951)

Rogers กล่าวว่าในงานวิจัยควรมีการกำหนดหัวข้อหรือปัญหาให้ชัดเจน การคัดเลือกสมาชิกควรเลือกให้เหมาะสมกับชนิดของปัญหา และควรใช้วิธีการคัดเลือกที่เหมาะสม เพื่อประสิทธิภาพของงานวิจัย (Rogers, 1951) บุคคลที่จะได้รับประโยชน์ในการเข้าร่วมกลุ่มมากที่สุดคือบุคคลที่สามารถบอกถึงความรู้สึกกังวลใจหรือความไม่สบายใจของตนได้ มีความตั้งใจที่จะเข้าร่วม

การปรึกษา ควรเป็นบุคคลที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพราะจะทำให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ถึงความรู้สึกที่แท้จริงของเพื่อนสมาชิกได้ดี และถึงแม้ว่าสมาชิกแต่ละคนจะมีปัญหาอย่างเดียวกันแต่ก็มีความแตกต่างกัน ทำให้สมาชิกสามารถพูดคุยปัญหาของตนเองได้อย่างเปิดเผย ได้แบ่งปันประสบการณ์กัน ทำให้เกิดความเข้าใจกัน และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน (Ohlsen , 1988)

สมาชิกที่มาเข้าร่วมกลุ่มอาจมีอายุ และวุฒิภาวะใกล้เคียงกัน หรืออาจจัดให้มีทั้งสมาชิกที่มีอายุ และวุฒิภาวะแตกต่างกัน เพื่อให้สมาชิกได้รับรู้ถึงบุคคลที่มีวัยหรือวุฒิภาวะแตกต่างไปจากตน ซึ่งอาจแสดงความคิดเห็นในเรื่องเดียวกันด้วยทัศนคติที่แตกต่างกัน ซึ่งจะช่วยให้ยอมรับและเข้าใจบุคคลในวัยอื่นได้ด้วย สำหรับเพศของสมาชิกควรมีทั้งเพศหญิงและเพศชาย เพื่อให้ได้เรียนรู้สภาพความเป็นจริงของสังคม และช่วยให้สมาชิกมีโอกาสพัฒนา ระดับอารมณ์ความรู้สึก ความคิด การแก้ปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากการรับฟังและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่แตกต่างกันออกไป ผู้นำกลุ่มควรพยายามจัดให้ความเท่าเทียมกันทั้งในวัย วุฒิภาวะ เพศ เพื่อป้องกันปัญหาการสื่อสาร และการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในกลุ่ม

1.4.5. ขนาดของกลุ่ม (Group size)

ขนาดของกลุ่มขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ รูปแบบของกลุ่ม ธรรมชาติและวุฒิภาวะของสมาชิก การกำหนดจำนวนสมาชิกในจำนวนที่เหมาะสมจะช่วยให้สมาชิกได้รับประโยชน์จากการมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่มได้อย่างสูงสุด ซึ่งโดยพื้นฐานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนว โรเจอร์ส จะประกอบด้วย ผู้รับการปรึกษาจำนวน 6 คน อย่างไรก็ตาม การกำหนดจำนวนสมาชิกก็สามารถยืดหยุ่นได้ เพื่อให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ประโยชน์สูงสุดกลุ่มควรมีสมาชิกน้อยกว่า 6 คนได้ประมาณ 2 - 3 คน และมากกว่า 6 คน ได้ประมาณ 1 - 2 คน ในกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกมากกว่า 6 คน กระบวนการกลุ่มจะดำเนินไปได้ช้าลง และทำให้มีบุคคลที่ผู้นำกลุ่มไม่ได้เข้าไปสัมผัสใกล้ชิดมากขึ้น (Rogers , 1951 : 293)

1.4.6. ระยะเวลาและความถี่ในการเข้ากลุ่ม (Time and frequency of group work)

ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้งนั้น ควรใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง หรือมากกว่า ในกลุ่มที่สมาชิกเป็นผู้ใหญ่ ระยะเวลาที่ดีที่สุดคือ ประมาณ 1 - 2 ชั่วโมง สำหรับความถี่และจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม อาจจะพบกัน 1 - 2 ครั้งต่อสัปดาห์ หรืออาจใช้เวลาติดต่อกันนานหลาย ๆ วัน แต่อย่างน้อยที่สุดต้องพบกันสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม (Trotzer , 1977 : 186 - 197) ระยะเวลาที่ใช้

ในการเข้าร่วมกลุ่มที่มีประสิทธิภาพจะอยู่ในช่วงเวลาที่ดีต่อกัน 20 - 40 ชั่วโมง โดยจะพบกันในช่วงสุดสัปดาห์หรือรายสัปดาห์ (Rogers , 1970 : 120) จากการวิจัยของ Gibb (cited in Rogers , 1970 : 120) ในการเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ในกลุ่มพบว่า การเข้าร่วมกลุ่มควรมีระยะเวลาที่ต่อเนื่องกันในช่วงสุดสัปดาห์หรือภายในอาทิตย์เดียวกัน จะให้ผลดีกว่าการพบกันอาทิตย์ละครั้ง

1.4.7. การจัดสถานที่ (Group setting)

การจัดสถานที่ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีประสิทธิภาพนั้น ควรมีความเป็นส่วนตัว สมาชิกสามารถเผชิญหน้ากันได้ เป็นสถานที่ที่ปลอดภัยที่สามารถพูดคุยเรื่องต่างๆ ที่เป็นความลับได้ มีพื้นที่เพียงพอสำหรับจัดเก้าอี้เป็นวงกลม ควรจัดเก้าอี้ให้อยู่ในระดับเดียวกันเพราะถ้าเก้าอี้ของนักจิตวิทยาการปรึกษาอยู่ในระดับที่สูงกว่าเก้าอี้ของผู้รับการปรึกษาก็จะทำให้ดูเหมือนเป็นการบังคับบัญชา นอกจากนี้ควรปราศจากสิ่งที่ยั่วยุหรือล่อลวงหรือเหน็ดเหนื่อย ถ้าอยู่ในห้องที่ปูพรม นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเคลื่อนย้ายเก้าอี้ออกไป และนั่งบนพื้นได้ถ้าเห็นว่าเป็นการเหมาะสมกว่า (Corey , 1985 ; Ohlsen , 1988)

2. แนวคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา

2.1. แนวคิดเกี่ยวกับภาพลักษณ์ (Body Image)

บุคคลทุกคนมีภาพลักษณ์เป็นของตนเอง ภาพลักษณ์เป็นสิ่งที่ทุกคนประสบอยู่ตลอดเวลา ทั้งในด้านการกระทำ ความรู้สึก ความนึกคิด หรือการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งภาพลักษณ์ของแต่ละบุคคลนั้นไม่จำเป็นต้องเหมือนกับภาพลักษณ์ของบุคคลอื่น ซึ่งได้มีผู้ให้คำจำกัดความของภาพลักษณ์ไว้หลายความหมาย ดังนี้

Darling - Fisher (1985 ; 73) กล่าวว่า ภาพลักษณ์(Body Image)เป็นภาพวาดเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง ที่สร้างขึ้นจากความนึกคิด ความต้องการของบุคคล หรือเกิดจากการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ภาพลักษณ์จึงอาจไม่เป็นไปตามโครงสร้างหรือรูปร่างที่ปรากฏก็ได้ ซึ่งภาพลักษณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นตลอดช่วงชีวิต และเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับการนับถือตนเองและความปลอดภัยในตนเอง

Stuart and Sundeen (1983 : 245) กล่าวว่า ภาพลักษณ์ (Body Image) เป็นสิ่งรวมของ เจตคติเกี่ยวกับร่างกาย รวมทั้งการรับรู้ในอดีต - ปัจจุบัน เป็นความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับขนาดของร่างกาย การทำหน้าที่ของอวัยวะส่วนต่างๆ ลักษณะรูปร่างของร่างกาย ศักยภาพหรือความสามารถของร่างกาย

Schonfeld (1983 , cited in Corbeil , 1971 : 156) กล่าวว่า ภาพลักษณ์ (Body Image) เป็นสิ่งที่แสดงถึง เจตคติ หรือ การรับรู้ของบุคคลที่มีต่อสภาพร่างกายของตน ทั้งทางด้านสภาพร่างกายภายนอกที่ปรากฏ ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย ตลอดจนจนเป็น การรับรู้ และการแปลความหมายจากปฏิกิริยาของบุคคลอื่นในครอบครัว - สังคมที่มีต่อตนเอง

สรุปได้ว่า ภาพลักษณ์ (Body Image) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด เจตคติและการรับรู้ที่ บุคคลมีต่อร่างกายตนเองในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านลักษณะภายนอกของร่างกายที่ปรากฏ ด้านความสามารถและสมรรถภาพในการทำหน้าที่ของร่างกาย และด้านการรับรู้ร่างกายของตนจากปฏิกิริยา ของบุคคลอื่น

2.1.1 ความสำคัญของภาพลักษณ์

ภาพลักษณ์มีการพัฒนาตลอดระยะเวลาในกระบวนการเจริญเติบโต และพัฒนาการของ ภาพลักษณ์จะเป็นมาตรฐาน หรือค่าโครงที่มีอิทธิพลต่อความสามารถของบุคคลในการปฏิบัติงาน และมีอิทธิพลต่อการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง (Nomis , 1978 : 5) กล่าวได้ว่า ภาพลักษณ์เป็นพื้นฐานของ เอกลักษณ์แห่งตน (Identity) ความรู้สึกภาคภูมิใจและการยอมรับในความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - esteem) และคุณค่าแห่งตน (Self - worth) (Wassner , 1982 : 87) นอกจากนี้ยังเป็นวิถี ทางที่ทำให้บุคคลมองดูตนเอง (Roberts , 1978 : 76) การคุกคามที่เกิดขึ้นกับภาพลักษณ์ อาจมีผล ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ทำงาน และมีผลกระทบต่อสัมพันธภาพของบุคคล (Wassner , 1982 : 87)

ภาพลักษณ์มีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจ และการยอมรับในความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - esteem) นั่นก็คือ บุคคลที่ชอบและพึงพอใจในร่างกายของตน ย่อมมีความภาคภูมิใจและ ยอมรับในคุณค่าของตนในระดับสูง ตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีรูปร่างหรือลักษณะของร่างกายผิดไป จากแนวคิดหรือความต้องการของตน ย่อมมีความภาคภูมิใจ และยอมรับในคุณค่าของตนเองต่ำไป ด้วย (Hamachek , 1978 : 128)

ภาพลักษณ์ของบุคคลยังมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับอัตมโนทัศน์ (Self - concept) ในแต่ละ บุคคล และเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งที่จะกำหนดว่าบุคคลจะมีอัตมโนทัศน์ไปในทิศทางใด (Brundage and Broadwell , 1987 : 410) เนื่องจากภาพลักษณ์เป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์ Driever

(1976 : 174) กล่าวว่า ภาพลักษณ์ก็คือ อัตมโนทัศน์ทางด้านร่างกาย (Physical Self) ซึ่งเป็นความรู้สึกนึกคิดของบุคคลในเรื่องเกี่ยวกับลักษณะท่าทาง ประสิทธิภาพในการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ รวมทั้งสมรรถภาพทางเพศและภาวะด้านสุขภาพ

ภาพพจน์แห่งตน (Self image) ถือเป็นส่วนหนึ่งของภาพลักษณ์ ดังนั้นการมีภาพลักษณ์ในทางลบจะทำให้บุคคลไม่ประสบความสำเร็จในการคงไว้ซึ่งภาพพจน์แห่งตน เนื่องจากภาพพจน์แห่งตนนั้น จะมีความมั่นคงได้เมื่อได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น การมีภาพลักษณ์ในทางลบ เช่น การมีลักษณะรูปร่างที่ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม จะเป็นเหตุให้สังคมมีค่านิยมต่อบุคคลนั้นต่ำไปด้วย นั่นคือ การมีภาพลักษณ์ในทางลบจะก่อให้เกิดภาพพจน์แห่งตนในทางลบด้วย (Price , 1990 : 21 , 57)

2.1.2 การเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์

เนื่องจากภาพลักษณ์สามารถเปลี่ยนแปลงไปตามการรับรู้ การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างหน้าที่และอาจเป็นไปตามความนึกคิดของแต่ละบุคคล ดังนั้นบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์จึงต้องมีการปรับตัวต่อภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนไปนั้น ปัญหาอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์เกิดขึ้นเนื่องจากความล้มเหลวในการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมที่บุคคลอาศัยอยู่ สาเหตุของการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ อาจเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อมภายในหรือภายนอกตัวบุคคล หรือทั้งจากสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกตัวบุคคล (Price , 1990 : 30) สาเหตุของการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์อาจสรุปได้ดังนี้ (Kolb cited in Darling - Fisher , 1985 : 79 - 80 ; Price , 1990 : 41)

1. ความเจ็บป่วยที่เกิดจากความผิดปกติทางระบบประสาทวิทยา (Neurological disorders) และมีผลต่อระบบประสาทรับความรู้สึก และระบบประสาทที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว ไม่ว่าจะเป็นประสาทส่วนกลางหรือส่วนปลาย เช่น โรคพาร์กินสัน (Parkinsonism) โรคกล้ามเนื้อฝ่อ (Atrophy) เส้นเลือดในสมองแตก (Stroke) การได้รับบาดเจ็บของไขสันหลัง (Spinal cord injury) เป็นต้น
2. ความผิดปกติที่เกิดขึ้นพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของร่างกาย (Body structure) ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการแสดงออกของโรคนั่นเอง หรือความผิดปกติของการเผาผลาญในร่างกาย (Metabolism disorders) เช่น โรคคุชชิงซินโดรม (Cushing Syndrome) โรคเบาหวาน (Diabetes Mellitus) และการตั้งครรภ์ เป็นต้น
3. ความผิดปกติของเนื้อเยื่อ ทำให้ร่างกายภายนอกเปลี่ยนแปลง หรือเกิดความพิการ เช่น โรคมะเร็ง โรคข้ออักเสบ เป็นต้น ผู้ป่วยโรคมะเร็งจะมีอาการอ่อนเพลีย ผอม ดูแก่เกินวัย ร่าง

กายภายนอกไม่เป็นที่ต้องตาแก่ผู้พบเห็น ทำให้ผู้ป่วยแยกตนเองออกจากสังคม เนื่องจากการถูกรังเกียจและปฏิกิริยาจากคนอื่นที่มีต่อตนเอง ส่วนผู้ป่วยโรคข้ออักเสบจะเกิดความพิการจากการหดรั้ง (Contracture) ตามข้อต่างๆ

4. การสูญเสียอวัยวะของร่างกายโดยกะทันหัน (Acute development) ซึ่งมีสาเหตุมาจากการได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ ซึ่งแนวโน้มของการได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ นั้นจะมีเพิ่มมากขึ้น

5. ความผิดปกติในการพัฒนาบุคลิกภาพ (Disorders of personality development) ซึ่งได้แก่ โรคประสาท (Psychoneuroses) โรคจิต (Psychoses) หรือการมีสภาพของจิตผิดปกติ (Psychopathic states)

การสูญเสียแขนขาก็นับเป็นการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ที่สำคัญ เนื่องจากทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านความสวยงาม โครงสร้างของร่างกาย และเกิดข้อจำกัดของการทำหน้าที่ของร่างกาย นอกจากนี้ยังมีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจของบุคคลที่สูญเสียแขนขาเหล่านั้นเป็นอย่างมาก ถ้าเขาไม่สามารถปรับตัวได้ หรือไม่สามารถยอมรับกับความสูญเสียที่เกิดขึ้นนั้นได้ ก็จะทำให้เกิดปัญหาตามมาอีกหลายประการ

2.1.3 การยอมรับภาพลักษณ์

โดยทั่วไปนั้น บุคคลรับรู้ว่าตนเองเป็นศูนย์กลางของทุกๆ สิ่ง การรับรู้เกี่ยวกับตนเองในด้านใดก็ตาม จะนำไปสู่การเข้าใจตนเอง และเกิดการยอมรับตนเอง (King, I.M., 1981 : 26) การยอมรับตนเองของแต่ละบุคคลจะมากน้อยเพียงไรนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น สภาพะสุภาพ สภาพเศรษฐกิจ รายได้ สิ่งแวดล้อม เป็นต้น โดยบุคคลจะต้องมีความสามารถในการรับรู้ความจริงของตนเอง มีความเข้าใจในตนเองเป็นอย่างดี และรับรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัวด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น กล่าวคือ ปฏิบัติตอบสนองของบุคคลอื่นในสังคมจะส่งผลให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง มีการรับรู้ และยอมรับตนเองแตกต่างกันไป เกิดพฤติกรรมหรือปฏิกิริยาได้ตอบที่ต่างกัน จึงกล่าวได้ว่า ตัวเราและบุคคลอื่นมีความสัมพันธ์เป็นวงจรต่อเนื่องกัน นั่นคือพฤติกรรมของบุคคลหนึ่งจะกำหนดพฤติกรรมของอีกบุคคลหนึ่ง และเมื่อบุคคลนั้นเกิดการรับรู้ ก็จะทำให้เกิดการมองเห็น และยอมรับตนเองว่าเป็นอย่างไร

Lecky (อ้างใน กรองจิต วาทีสาธกกิจ, 2523 : 4 - 9) กล่าวว่า มนุษย์จะตั้งค่านิยม และประเมินค่าตนเองไว้ เมื่อได้รับประสบการณ์หรือค่านิยมใหม่ เขาจะต่อต้านหรือยอมรับค่านิยมนั้นขึ้นอยู่กับ

กับค่านิยมที่ตั้งไว้ก่อนแล้ว โดยการต่อต้านหรือยอมรับนั้นเกิดขึ้นเพื่อจะรักษาความมีลักษณะเฉพาะตัว และหลีกเลี่ยงการเกิดความขัดแย้งในตัวเอง เช่นเดียวกับการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคล ถือเป็นส่วนหนึ่งของการยอมรับตนเอง โดยภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของบุคคลอันเนื่องมาจากสาเหตุใดก็ตาม ก็เปรียบเสมือนบุคคลนั้นได้รับประสบการณ์หรือสิ่งใหม่ เมื่อเขานำมาเปรียบเทียบกับค่านิยมหรือภาพลักษณ์ของตนเองที่ได้ประเมินไว้ในใจก่อนแล้ว ถ้าแตกต่างกันไปทางลบ ก็จะทำให้บุคคลนั้นเกิดการต่อต้านไม่ยอมรับในภาพลักษณ์ใหม่ของตน แต่ถ้ามีความเหมือนกันหรือแตกต่างกันไปทางบวก ก็จะทำให้บุคคลเกิดการยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นได้ นอกจากนี้ ปฏิกริยาของผู้อื่นในสังคมที่มีต่อภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของบุคคลนั้น จะมีผลให้บุคคลเกิดการต่อต้าน หรือยอมรับภาพลักษณ์ใหม่ด้วย กล่าวคือ ถ้าปฏิกริยาของบุคคลอื่นต่อภาพลักษณ์เป็นไปในทางลบ บุคคลจะเกิดการรับรู้ว่าตนเองไม่เป็นที่ยอมรับ ไม่มีคุณค่า มีความกังวลในการเข้าสังคม เกิดพฤติกรรมการแสดงออกที่ต่อต้านภาพลักษณ์ใหม่ของตน แต่ถ้าปฏิกริยาของบุคคลอื่นต่อภาพลักษณ์นั้นเป็นไปในทางบวก บุคคลจะเกิดการรับรู้ว่าตนเองยังมีคุณค่า มีความพึงพอใจและเกิดการยอมรับภาพลักษณ์ใหม่ของตน ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าภาพลักษณ์มีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจ และการยอมรับในคุณค่าของตน บุคคลที่รู้สึกว่ามีลักษณะรูปร่างตามที่ต้องการ และมีความพึงพอใจต่อรูปร่างของตน จะเกิดความภาคภูมิใจ ยอมรับในคุณค่าตนเอง และนับถือตนเองสูง มีความมั่นใจ และลดความกังวลในการติดต่อกับบุคคลอื่น ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลมีลักษณะรูปร่างผิดไปจากแนวความคิดหรือความต้องการของตนเอง ก็จะไม่เกิดความภาคภูมิใจ และมีการยอมรับในตนเองต่ำไปด้วย (Hamachek, D.E. 1978 : 128)

การยอมรับภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นสิ่งที่สำคัญมากสำหรับการปรับตัวต่อสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไป และต่อความสามารถในการที่จะใช้ชีวิตอยู่ได้อย่างเต็มศักยภาพที่มีอยู่ของเขา (Darling - Fisher, 1985 : 73)

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการยอมรับภาพลักษณ์

บุคคลจะมีการยอมรับภาพลักษณ์ของตนได้มากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่อไปนี้

1. ความสำคัญของอวัยวะที่สูญเสีย เนื่องจากการสูญเสียอวัยวะที่บุคคลให้ความสำคัญมาก จะก่อให้เกิดความรู้สึกสูญเสียได้มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพศชายจะให้ความสำคัญต่ออวัยวะเพศและขาของตน ในขณะที่เพศหญิงจะให้ความสำคัญต่อใบหน้า นิ้วมือ และเต้านมของตน การสูญเสียอวัยวะเหล่านี้ จะส่งผลให้ประสบปัญหาในการเผชิญความเครียดต่อการสูญเสียได้มาก (Rambo, 1984 : 280 - 282) โดยเฉพาะอย่างยิ่งอวัยวะที่มีการมองเห็นได้ชัดเจน เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงจะเกิดความสะเทือน

ใจมากกว่าส่วนที่มองไม่เห็น จากการศึกษาของ Ray (1977 : 373 - 377) ซึ่งทำการศึกษาสภาพจิตใจของผู้ป่วยที่ถูกตัดเต้านมและผู้ป่วยที่ถูกตัดถุงน้ำดี พบว่าผู้ป่วยที่ถูกตัดเต้านมมีความรู้สึกเศร้าโศก วิตกกังวลและมีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวแตกต่างจากผู้ป่วยที่ถูกตัดถุงน้ำดี แสดงให้เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ภายนอกที่ชัดเจน มีผลกระทบต่อสภาพจิตใจของบุคคลมากกว่าการสูญเสียอวัยวะภายใน (กาญจนา แจ่มปฐม, 2532 : 116)

2. การได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นและครอบครัว ถ้าบุคคลได้รับกำลังใจและการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ แม้ว่าภาพลักษณ์จะเปลี่ยนไปจากเดิม บุคคลก็สามารถปรับตัวยอมรับสภาพความเป็นจริงและดำเนินชีวิตต่อไปได้ โดยยอมรับภาพลักษณ์ใหม่ของตน สังคมรอบตัวของบุคคลจึงมีความสำคัญที่จะส่งเสริมให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหา และแก้ไขปัญหาได้ด้วยดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Mc Nett (1987 : 98 - 103) ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม และการถูกคุกคามจากความเจ็บป่วยที่มีผลต่อการปรับตัวในคนพิการ จำนวน 50 ราย ผลการศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมที่ดี ทำให้คนพิการสามารถควบคุมตนเอง และแก้ไขปัญหาได้ตรงจุด แต่ถ้าได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย หรือไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมเลย จะทำให้คนพิการเหล่านี้เกิดความเครียด และมีปัญหาด้านสุขภาพตามมา

3. ทศนคติจากบุคคลอื่น (Darling - Fisher , 1985 : 92 - 93) บุคคลที่ได้รับการดูถูกเหยียดหยาม ปราศจากการเห็นอกเห็นใจ หรือการยอมรับนับถือจากสังคม เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์จะทำให้มีพฤติกรรมการตอบสนองที่รุนแรง จึงอาจกล่าวได้ว่า ทศนคติของบุคคลในสังคมเป็นตัวแปรที่กำหนดภาพลักษณ์ที่สำคัญ เนื่องจากการยอมรับของบุคคลอื่น ย่อมนำไปสู่การยอมรับต่อตนเอง

4. การที่บุคคลให้ความหมายต่อการเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์ที่เกิดขึ้น (Darling - Fisher , 1985 : 92) ซึ่งมีความหมายแตกต่างกันไปตามทัศนคติส่วนตัวของบุคคล รวมทั้งค่านิยมที่สังคมมีต่อการเปลี่ยนแปลงนั้น

5. ความสามารถในการเผชิญปัญหา (Darling - Fisher , 1985 : 93) นับว่ามีความสำคัญที่ทำให้บุคคลทนต่อการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ที่เกิดขึ้นได้มากน้อยเพียงใด (Brundage and Broadwell , 1987: 411) เนื่องจากในช่วงวิกฤติของชีวิตบุคคลจะพยายามใช้กลไกการป้องกันตนเองหรือรูปแบบการเผชิญภาวะเครียด ซึ่งบุคคลนั้นเคยใช้มาในอดีต ในรายที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาหรือการเผชิญภาวะเครียดในอดีตจะช่วยให้บุคคลนั้นมีวิธีการที่จะแก้ปัญหา หรือเผชิญภาวะเครียดที่กำลังที่กำลังประสบอยู่ได้ดี

6. ระยะเวลาที่เป็น (Darling - Fisher , 1985 : 93) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างทันทีทันใดย่อมทำให้บุคคลต้องเผชิญปัญหาที่มีความรุนแรงและแก้ไขได้ยากกว่าผู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไป

7. อายุ (Wood 1979 cited in Lambert and Lambert , 1985 : 57) ภาพลักษณ์ของบุคคลเป็นผลมาจากประสบการณ์ในช่วงต่าง ๆ ของชีวิต บุคคลในวัยรุ่นและวัยหนุ่มสาวจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์มากกว่าในวัยสูงอายุ เนื่องจากในวัยนี้จะให้ความสำคัญต่อสภาพร่างกายที่สมบูรณ์ หรือเป็นปกติเพื่อให้เกิดการยอมรับในสังคม

คนพิการที่สูญเสียแขนขาจะรู้สึกว่าการสูญเสียแขนขาเป็นความหายนะของชีวิต และเมื่อนึกถึงชีวิตต่อไปในอนาคตจะต้องมีความจำกัดในด้านการเคลื่อนไหว เป็นการสูญเสียขอบเขตของร่างกายและมีความจำกัดในหลาย ๆ ด้าน การกระทบกระเทือนความรู้สึกนี้จะเกิดขึ้นมากในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ ถ้าเป็นวัยรุ่นแล้วว่าจะต้องถูกตัดขามักจะมีคำถาม ซึ่งส่วนใหญ่จะพุ่งไปถึงความรู้สึกของผู้อื่น คำถามของวัยรุ่นที่ต้องสูญเสียแขนขาจะมุ่งความสำคัญไป 2 ทาง คือ (1) การให้ความสำคัญกับเพื่อน ทั้งนี้เพราะเพื่อนมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ของวัยรุ่น (เพ็ญศรี โพธิ์อุบล , 2529 : 33) การมองภาพลักษณ์ที่เป็นปกติของวัยรุ่นจะมีเพื่อนเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งในการสร้างเอกลักษณ์ของภาพลักษณ์ของตน (2) วัยรุ่นรับรู้ร่างกายในส่วนที่ปรากฏออกมาภายนอก และรับรู้เกี่ยวกับการใช้ประโยชน์ของร่างกายที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ ถ้าเกิดการรับรู้ร่างกายต้องสูญเสียแขนขาไปจะเกิดความพิการ หรือด้อยสมรรถภาพ เมื่อเปรียบเทียบกับเพื่อน ๆ ดังนั้น เมื่อต้องสูญเสียแขนขาความต้องการและความรู้สึกของวัยรุ่นจะแตกต่างจากความต้องการและความรู้สึกของวัยผู้ใหญ่ เพราะวัยรุ่นจะนึกถึงเพื่อนก่อนสิ่งอื่น ต้องการการยอมรับจากเพื่อน การดูแลตนเองเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่รูปร่างเป็นเรื่องใหญ่ ฉะนั้นวัยรุ่นที่สูญเสียแขนขาจะมีภาวะทางจิตใจมาก

ส่วนวัยผู้ใหญ่ก็มีความกระทบกระเทือนทางจิตใจมากเช่นเดียวกัน แต่ประเด็นของปัญหาจะแตกต่างจากวัยรุ่น ทั้งนี้เพราะภาพลักษณ์ในวัยผู้ใหญ่จะมีความเป็นเอกลักษณ์ที่มั่นคงกว่าวัยก่อน วัยผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีการประกอบอาชีพ มีคู่ครอง การสูญเสียแขนขาจึงมีผลกระทบมาก (กาญจนา แจ่มปฐม , 2532 : 117 - 118)

8. บุคลิกภาพของบุคคล บุคลิกภาพของบุคคลมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ บุคคลที่มีความภาคภูมิใจต่อภาพลักษณ์ของตนเองมาก เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์ ย่อมมีปฏิกิริยาการตอบสนองที่รุนแรงกว่าบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในภาพลักษณ์ของตนเองน้อย

9. เพศ เพศหญิงและเพศชายมีการคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงของภาพลักษณ์ไปในคนละลักษณะอันเนื่องจากความแตกต่างด้านโครงสร้าง การทำหน้าที่ของร่างกายรวมถึงบทบาทในสังคม

ในเพศชายจะให้ความสนใจเพราะแสดงถึงความแข็งแรงและพึ่งพาตนเองได้ ในขณะที่เพศหญิงให้ความสนใจ เพราะเป็นสัญลักษณ์ในการดึงดูดความสนใจทางเพศ ภาพลักษณ์ของผู้หญิงจึงเน้นที่ขอบเขตรูปร่าง การทำงานของร่างกายที่บอกถึงบทบาทหน้าที่ความเป็นหญิง ส่วนผู้ชายจะเน้นถึงความสำเร็จของงานมากกว่าร่างกาย (Compton , 1973 cited in Lambert and Lambert , 1985 : 58 ; Fisher and Claveland 1968 cited in Lambert and Lambert 1985 : 57 ; Murray , 1972 : 67)

3. แนวคิดเกี่ยวกับบุคคลที่สูญเสียแขนขา

การสูญเสียแขนขาจัดเป็นความพิการทางกาย (Physical Disability) อย่างหนึ่งซึ่งอาจเกิดจากการประกอบอาชีพ อุบัติเหตุ การสงคราม เป็นต้น เป็นความพิการที่ทำให้เกิดความสูญเสียความสามารถในการใช้วชิระนั้น ๆ (กิตติยา รัตนกร, 2531: 18)

การสูญเสียแขนหรือขาเป็นภาวะวิกฤติของชีวิตที่สำคัญอย่างหนึ่งไม่ว่าผู้ป่วยจะอยู่ในสถานะภาพใด การรับรู้ตนเองในด้านต่าง ๆ เป็นไปในด้านไม่ดี ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไปนาน จากสภาพร่างกายต้องเผชิญกับการสูญเสียที่เรียกกลับคืนมาไม่ได้ บุคคลเหล่านี้มีแนวโน้มที่จะรับรู้ตนเองหรือมองตนเองไปในทางลบ พร้อมกับประเมินตนเองไม่ตรงกับความเป็นจริง ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรม เพราะพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์เป็นผลมาจากความคิด เมื่อผู้ป่วยพิจารณาว่าตนเองเป็นบุคคลที่แตกต่างจากคนทั่วไป ไม่เป็นที่ยอมรับของคนทั่วไปมีผลทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกต่อผู้อื่นและตนเองไม่เหมาะสม เช่น ก้าวร้าว มองบุคคลทั่วไปในแง่ร้าย แยกตัว ซึมเศร้า ไม่สนใจที่จะช่วยเหลือตนเองต่อไป เมื่อเกิดการสูญเสียอวัยวะของร่างกาย แต่ละคนจะมีแนวทางในการปรับตัวแตกต่างกันออกไป บางคนอาจไม่ยอมรับสภาพของตนเองที่เปลี่ยนไปได้ (อัมไพวรรณ พุ่มศรีสวัสดิ์ และคณะ , 2530 : 69)

เมื่อบุคคลต้องสูญเสียแขนขา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเป็นการสูญเสียโดยเฉียบพลัน ผลของการสูญเสียนี้ ทำให้บุคคลต้องปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตใหม่ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม การสูญเสียทางด้านร่างกายนั้น เนื่องจากแขนขาเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญต่อการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน การที่ต้องสูญเสียอวัยวะที่สำคัญนี้ไปทำให้บุคคลมีข้อจำกัดทางร่างกาย ซึ่งเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การทำงาน การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเกิดความไม่คล่องตัว ไม่สามารถทำกิจกรรมได้อย่างปกติ หรือมีความสามารถลดลง เกิดความเสียเปรียบในการทำงาน รวมทั้งเป็นอุปสรรคในการมีส่วนร่วมในสังคม (กิตติยา รัตนกร , 2531 : 36)

จากการศึกษาของ Goffman (1963 : 50 - 97) ในผู้ป่วยที่ถูกตัดแขนหรือตัดขาพบว่าบุคคลที่ถูกตัดแขนหรือตัดขานี้ จะมีความรู้สึกกว่าตนเองเป็นบุคคลที่ผิดแผกแตกต่างไป

จากบุคคลทั่วไป เนื่องมาจากตนเองมีการสูญเสียอวัยวะที่ไม่สามารถทำให้กลับคืนมาเหมือนเดิมได้ ในขณะที่บุคคลทุกคนต้องการการยอมรับจากสังคมและพยายามปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข แต่เมื่อมาพบกับสภาพความพิการ ซึ่งมีความจำกัดทางด้านสภาพร่างกายในการปรับตัว ทำให้เกิดความรู้สึกล้มเหลว เป็นปมด้อยและเกิดความอึดอัดคับข้องใจขึ้นได้

ไม่ว่าความพิการนั้นจะเป็น พิการแขนขา หรืออวัยวะส่วนอื่น ๆ คนพิการทุกคนก็ยังคงต้องดำรงชีวิตอยู่ในสังคมต่อไป แต่สังคมโดยทั่วไปมักให้การต้อนรับคนพิการน้อยกว่าปกติ หรือบางครั้งอาจได้รับความรังเกียจจากรูปร่างที่พิการ การที่คนทั่วไปมองคนพิการในแง่ไม่สู้ดี เช่นนี้ ก็เพราะเป็นความรู้สึกที่ฝังมานานว่าคนพิการเป็นขอทาน ขาดความสามารถในการปฏิบัติงาน เป็นคนไร้ประโยชน์และไม่มีคุณค่า ค่านิยมต่อคนพิการจึงต่ำ มีผลทำให้คนพิการเกิดความขอกซ้ำ และมีความบิบบคั้นทางจิตใจ ดังนั้นคนพิการส่วนใหญ่จึงยากจน ขาดการฝึกอาชีพ ขาดการสนับสนุนจากทุกฝ่าย ลงท้ายด้วยการเป็นภาระแก่ครอบครัวและสังคม (เอกชัย จุลจาริตต์ , 2531 : 712)

ผลกระทบจากความพิการแขนขา

1. ผลกระทบทางร่างกาย (Somatic impact) หลังจากการถูกตัดอวัยวะแขนขา คนพิการจะมีความรู้สึกเหมือนอวัยวะนั้นยังคงอยู่ (Phantom limb phenomenon) โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากอวัยวะนั้นเป็นอวัยวะส่วนปลาย ได้แก่ นิ้วมือ นิ้วเท้า เนื่องจากอวัยวะส่วนนี้จะมีเส้นประสาทมากกว่าส่วนอื่น ความรู้สึกดังกล่าวจะเกิดขึ้นทันทีภายหลังจากผ่าตัดและคงอยู่ตั้งแต่ 6 เดือนถึง 20 ปี (Frazier and Kobb , 1970 cited in Lambert and Lambert , 1985 : 56) นอกจากนี้พวกเขายังอาจมีความรู้สึกปวดหลอน (Phantom pain) ความรู้สึกนี้อาจมีตั้งแต่รู้สึกเสียวแปลบเพียงเล็กน้อย จนกระทั่งรู้สึกปวดแสบปวดร้อน จากการศึกษาของ Sherman และคณะ (1985 cited in Lamber and Lambert 1985 : 56) พบว่า ประมาณ 80% ของผู้ถูกตัดแขนขาจะมีความรู้สึกปวดหลอนนี้

นอกจากนี้ปัญหาอื่นที่พบได้ คือ มีแผลกดทับบริเวณตอขา ปวดข้อเข่า กล้ามเนื้อลีบ ปวดหลัง ปวดข้อสะโพก ข้อต่อที่ขายึดติด มีผื่นคันบริเวณตอขาที่ใส่ขาเทียม ซึ่งมีผลต่อการฟื้นฟูสมรรถภาพ เพราะอาการแทรกซ้อนเหล่านี้มีผลต่อการเคลื่อนไหวมาก(วิมลรัตน์ ภูวราวุฒิปานิช, 2532 : 69)

ความพิการแขนขาที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่เห็นชัดทำให้เสียบุคลิกลักษณะ ขาดความสวยงาม ความสมบูรณ์ ความสมประกอบของอวัยวะต่าง ๆ ที่ควรจะมี ทำให้มีลักษณะที่ผิดปกติไปจากคนทั่วไป ข้อจำกัดทางร่างกายเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ การเคลื่อนไหว การทำงาน การทำกิจวัตรประจำวันเกิดความไม่คล่องตัว ไม่สามารถทำกิจกรรมได้อย่างปกติ หรือมีความสามารถลดลง เกิดความเสียเปรียบในการทำงาน รวมทั้งเป็นอุปสรรคในการมีส่วนร่วมในสังคม (กิตติยา รัตนกร , 2531 : 39 - 40)

2. ผลกระทบทางด้านจิตใจ (Psychological impact) Lambert และ Lambert (1985 : 41 - 50) กล่าวว่า เนื่องจากแขนขามีความจำเป็นต่อการเคลื่อนไหว ต่อความสามารถในการทำงานและต่อความสวยงาม ดังนั้นการถูกตัดแขนขาจึงมีความหมายมากกว่าอวัยวะส่วนอื่น และจะเกิดลำดับขั้นของปฏิกิริยา หรือความรุนแรงของแต่ละปฏิกิริยาแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย เช่น คุณค่าของสิ่งที่สูญเสีย ความสูญเสียที่เกิดขึ้นนั้นกระทบทันที หรือค่อยเป็นค่อยไป ประสบการณ์เดิมเกี่ยวกับการสูญเสีย ความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคล และระบบสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น

3. ผลกระทบทางเพศ (Sexual impact) ความพิการแขนขาที่ได้รับจะมีอิทธิพลต่อความนึกคิดเรื่องเพศ และพฤติกรรมทางเพศของพวกเขา (Wood . 1979 cited in Lambert and Lambert, 1985 : 58) คนพิการแขนขาที่รู้สึกว่าตนเองไม่สวย หรือน่าเกลียด อาจไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ Park (อ้างใน พรณา หอมสินธุ์, 2536 : 20) กล่าวว่า แขนขาเป็นส่วนประกอบที่สำคัญของเสน่ห์ และภาพลักษณ์ทางเพศ ดังนั้น ผู้หญิงพิการแขนขาจึงมักคิดว่าตนเองไม่น่าสนใจสำหรับผู้ชายอีกต่อไป ส่วนผู้ชายพิการแขนขาจะรู้สึกว่าความเป็นชายของตนถูกคุกคาม พวกเขาจึงมีการแสดงออกทางเพศ เพื่อทดสอบภาพลักษณ์ทางเพศของพวกเขา เช่น ในผู้หญิงจะสวมเสื้อผ้าที่สวยงามเป็นพิเศษ ส่วนผู้ชายอาจแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว

4. ผลกระทบต่ออาชีพ (Occupation impact) ผลกระทบต่ออาชีพจะมีมากน้อยแตกต่างกันในแต่ละบุคคล คนพิการแขนขาบางคนอาจปรับตัวเล็กน้อยในการประกอบอาชีพ เช่น ใช้มือซ้ายทำงานแทนมือขวาที่ถูกตัดขาด แต่บางคนอาจต้องปรับตัวมาก เช่น กรณีต้องเปลี่ยนงานที่ต้องอาศัยการฝึกหัดใหม่ ซึ่งจะก่อให้เกิดความเครียดมาก ขณะที่คนพิการแขนขากำลังปรับตัวต่อการประกอบอาชีพนั้น บทบาทที่ต้องรับผิดชอบต่อครอบครัวจะลดลง สมาชิกในครอบครัวคนอื่นต้องรับผิดชอบแทน รายได้ของครอบครัวลดลง ทำให้คนพิการแขนขารู้สึกสูญเสียบทบาทในครอบครัว และกลัวต่อปัญหาทางเศรษฐกิจที่อาจเกิดขึ้นหากเขาไม่สามารถปรับตัวต่อการทำงานได้ การให้กำลังใจ และการยอมรับว่าคนพิการยังมีความสามารถที่จะทำงานได้ของสมาชิกในครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญ

5. ผลกระทบทางสังคม (Social impact) บุคคลมิได้อยู่คนเดียวแต่แวดล้อมไปด้วยสังคม ซึ่งประกอบด้วย ครอบครัว เพื่อน และคนอื่น ๆ ดังนั้นภายหลังเมื่อบุคคลประสบอันตรายพิการแขนขา พวกเขาต้องพยายามปรับตัวจากสิ่งแวดล้อมที่ปกป้องพวกเขา สูโลภแห่งความเป็นจริงอีกครั้ง

จากสภาพความพิการที่ปรากฏ ย่อมก่อให้เกิดความสนใจใคร่รู้วิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับแขนขาที่ขาด หรือ ถูกถามด้วยคำถามต่างๆ ก่อให้เกิดความวิตกกังวลและมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย ทำให้พวกเขาต้องสร้างสังคมหรือรูปแบบที่เหมาะสมกับสภาพความพิการ เพื่อสามารถปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตประจำวันได้ (Lambert and Lambert , 1985 : 60 - 62)

ค่านิยมในสังคมที่ต้องการบุคคลที่มีร่างกายสมบูรณ์นับว่ามีผลต่อความภาคภูมิใจของบุคคลที่ต้องสูญเสียส่วนต่างๆ ของร่างกายไป (Macgregor , 1960 : 131) เนื่องจากการสูญเสียนี้ทำให้บุคคลกลัวการสูญเสียที่จะเกิดขึ้นต่อไป เช่น กลัวการออกจากงาน กลัวการดำเนินชีวิตในรูปแบบใหม่ (Luckmann and Sorensen , 1974 : 834) ซึ่งแนวความคิดดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Huber และคณะ (1988 : 326) ที่กล่าวว่า การถูกตัดแขนหรือขานั้นก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลในการเคลื่อนไหว การประกอบกิจวัตรประจำวัน และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม

โดยปกติเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกสูญเสียขึ้นไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียสิ่งใด บุคคลจะมีการปรับตัวต่อการสูญเสียตามขั้นตอนดังนี้ (Kubler - Ross cited in Speck , 1978 : 10)

1. การปฏิเสธความจริง (Denial) เพราะไม่สามารถยอมรับได้
2. ความรู้สึกโกรธ (Anger) ต่อสถานการณ์ที่เกิดกับตนเอง
3. การต่อรอง (Bargaining) ต่อสถานการณ์การสูญเสีย
4. ความรู้สึกซึมเศร้า (Depress)
5. การยอมรับต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ตามความเป็นจริง (Acceptance)

อย่างไรก็ตามการปรับตัวต่อการสูญเสียของบุคคลอาจไม่สามารถแบ่งตามขั้นตอนดังกล่าวได้อย่างชัดเจน และไม่จำเป็นจะต้องผ่านทุกขั้นตอนตามลำดับจนถึงขั้นสุดท้าย เพราะบางคนอาจไม่สามารถปรับตัวผ่านขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งอย่างสมบูรณ์ได้ ยังมีความรู้สึกกลับไปกลับมาในบางขั้นตอน จนไม่สามารถมาถึงขั้นของการยอมรับต่อการสูญเสียได้ นอกจากนั้น การใช้ระยะเวลาในการปรับตัวของแต่ละคนก็มากน้อยแตกต่างกันด้วย Bertein (อ้างใน อรพรรณ ไตสิงห์ , 2532 : 71) กล่าวว่า บุคคลบางคนแม้จะใช้เวลาตลอดทั้งชีวิตก็ไม่สามารถบรรลุถึงขั้นตอนของการยอมรับสภาพของตนเองได้เลย

อาจสรุปปฏิกริยาของผู้พิการที่มีความพิการ หรือการสูญเสียอวัยวะตามลำดับขั้นได้ ดังนี้ (กิตติยา รัตนกร , 2531 : 24 - 25)

ขั้นที่ 1 ซ็อค ตกใจ เสียขวัญ ความรู้สึกนี้เป็นความรู้สึกครั้งแรกที่เกิดขึ้นทันทีที่เกิดการสูญเสีย แรกสุดเป็นการช็อคจากความรู้สึกเจ็บปวดทางด้านร่างกายจากการสูญเสียอวัยวะ รู้สึกไม่แน่ใจ ในสภาพการทำงานของร่างกาย ไม่แน่ใจว่าจะสามารถมีชีวิตรอดต่อไปอีกหรือไม่เกิดความรู้สึกปั่นป่วนทางจิตใจ เสียขวัญ เสียกำลังใจ มีการแสดงออกซึ่งความอ่อนแอ ต้องการความช่วยเหลือ ต้องการพึ่งพิงบุคคลอื่น

ขั้นที่ 2 การปฏิเสธ ช่วงนี้จะเกิดขึ้นหลังจากช่วงช็อคผ่านไป ความเจ็บปวดของร่างกายลดลงสภาพร่างกายและอวัยวะที่สูญเสียได้รับการบำบัดรักษา ภายนี้จะเป็นช่วงของการปฏิเสธการสูญเสียทางร่างกาย และไม่ยอมรับอารมณ์ที่เกิดขึ้นเนื่องจากความสูญเสียด้วย เป็นลักษณะของปฏิกริยาป้องกันตนเอง ปฏิเสธที่จะรับรู้ความพิการที่เกิดขึ้น หรือความพิการนั้นทำให้มีขอบเขตของความสามารถลดลง บางคนหวังที่จะให้ตนเองเป็นปกติให้เหมือนเดิมมากที่สุด จึงมักเปลี่ยนสถานที่ในการรักษาหลายแห่ง มีความคิดคัดค้านอย่างรุนแรงในการยอมรับความพิการ เริ่มมีปฏิกริยาถดถอยจากสังคมภายนอก

ขั้นที่ 3 ความสับสน เมื่อไม่อาจปฏิเสธสภาพความเป็นจริงว่าไม่สามารถรักษาสภาพของร่างกายที่สูญเสียให้หายเป็นปกติได้เหมือนเดิม ช่วงนี้คนพิการจะเกิดความสับสน และแสดงปฏิกริยาออกมาอย่างมากมาย เช่น เศร้าสลด ก้าวร้าวทั้งต่อตัวเองและผู้อื่น แสดงการกล่าวโทษต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งที่เป็นสาเหตุให้เกิดการสูญเสีย หรือขณะกำลังรักษาพยาบาล กล่าวหาว่าการรักษาพยาบาลไม่ดีพอ ทำให้เกิดความพิการ แสดงความโกรธอาฆาต ต่ำหนีดตัวเองและผู้อื่น ขาดความอดกลั้น บางครั้งคิดฆ่าตัวตาย เป็นต้น

ระยะของความสับสนและปฏิเสธนี้จะเป็ระยะที่คนพิการจะแสดงปฏิกริยากลับไปกลับมา บ้างสับสนบ้างปฏิเสธไม่ยอมรับสภาพที่เกิดขึ้น

ขั้นที่ 4 ช่วงพยายามแก้ไข ช่วงนี้จะเป็ช่วงที่ดีขึ้นของคนพิการ หลังจากผ่านช่วงที่ 3 และเกิดความรู้สึกว่าการโจมตีผู้อื่นและการปฏิเสธสภาพต่าง ๆ นั้นไม่อาจช่วยให้คนพิการมีสภาพที่ดีขึ้นได้ ช่วงนี้จะเกิดความรู้สึกกับผิดชอบว่าตนเองต้องไม่พยายามพึ่งคนอื่น เป็นช่วงที่เริ่มเกิดความเข้าใจ ยอมรับสภาพการณต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นบ้าง ในระดับหนึ่ง ความรู้สึกที่ตนเองด้อยกว่าคนอื่น ๆ ยังมีอยู่ แต่ในขณะที่เดียวกันจะมีความรู้สึกที่เป็นมิตร เป็นพวกเดียวกัน สนใจที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนพิการที่มีลักษณะเช่นเดียวกับตน

ขั้นที่ 5 การปรับตัว หลังจากผ่านขั้นต่าง ๆ มาระยะหนึ่งแล้ว ในที่สุดคนพิการจะเข้าใจและยอมรับสภาพการณที่เกิดขึ้นได้ จากนั้นจะเริ่มพยายามปรับตัว การพยายามช่วยเหลือตัวเองทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตัวเอง สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น แต่การตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ จะเป็นไปอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตัวเอง การเข้าใจการยอมรับสภาพของคนพิการด้วย ในขั้นสุดท้ายของปฏิกริยานี้คนพิการพยายามที่จะปรับตัว ปรับสภาพอารมณ์ จิตใจ ให้เข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงของตน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน แต่ในระยะเวลานี้อาจต้องอาศัยการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งในด้าน การแพทย์ การศึกษา อาชีพ และสังคม เข้าร่วมด้วย

อย่างไรก็ตาม คนพิการทุกคนอาจจะไม่ผ่านลำดับขั้นของปฏิกริยาที่มีต่อความพิการดังกล่าวข้างต้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆด้วย ขั้นสุดท้ายของปฏิกริยาอาจลงเอยด้วยการฆ่าตัวตายก็เป็นได้ ซึ่งจะเกิดขึ้นในระยะที่เกิดความสับสนและปฏิเสธ

หลักการช่วยเหลือคนพิการ

การให้ความช่วยเหลือบุคคลใดก็ตาม ควรยึดหลักการช่วยเหลือเพื่อให้เขาสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ การช่วยเหลือคนพิการก็เช่นกัน มิได้มุ่งเพื่อจัดหา ทดแทน ส่วนที่บกพร่อง สูญเสียไปหรือมุ่งตอบสนองความต้องการของคนพิการเพียงเท่านั้น ทั้งนี้เพราะเป้าหมายหลักที่สำคัญที่สุดในการช่วยเหลือคนพิการคือ ความพยายามที่จะให้เขาใช้ความสามารถที่มีอยู่ช่วยเหลือตนเองให้ได้ สามารถแก้ไขปัญหาดัง ๆ สามารถตัดสินใจโดยใช้วิจารณญาณของตนได้ ไม่ตกเป็นภาระของสังคม ตลอดจนสามารถบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม และเป็นหลักสำคัญในการพัฒนาประเทศในที่สุด

ในการปฏิบัติงานเพื่อให้ถึงเป้าหมายหลักของการช่วยเหลือคนพิการนั้น ผู้ปฏิบัติงานจำเป็นจะต้องเข้าใจถึงหลักการพื้นฐานสำคัญในการช่วยเหลือดังนี้ คือ (กิตติยา รัตนกร , 2531 : 21)

1. หลักความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individualization) หลักการนี้แสดงให้เห็นถึงความเข้าใจในความแตกต่างของบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความสามารถ อุปนิสัย สติปัญญา สภาพแวดล้อม ฯลฯ อันเนื่องมาจากพันธุกรรม ประสบการณ์ในอดีต สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู เป็นต้น โดยเฉพาะคนพิการซึ่งนอกจากจะมีความแตกต่างทางด้านร่างกายแล้ว ยังมี ความแตกต่างทางด้านอารมณ์ และจิตใจอย่างมากอีกด้วย ผู้ช่วยเหลือจะต้องยอมรับและเข้าใจถึงสภาพความแตกต่างเหล่านี้ เพื่อสามารถพิจารณาเลือกวิธีการให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมสำหรับแต่ละบุคคล

2. หลักการยอมรับ (Acceptance) การยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงตามสภาพที่เป็นอยู่ ยอมรับในพฤติกรรม ยอมรับในความเป็นมนุษย์ ความมีคุณค่า ความมีศักดิ์ศรี ความต้องการ ความสามารถ เช่น การยอมรับสภาพความบกพร่องหรือพิจารณาทำให้เป็นอุปสรรคในการทำงาน การประกอบอาชีพ หรือ การยอมรับคนพิจารณาว่ามีความต้องการเหมือนคนปกติทั่วไป หรือยอมรับในพฤติกรรมของคนพิจารณาที่แสดงออกมา เช่น ก้าวร้าว ดื้อดึง อวดดี เรียกร้องความสนใจ ขุนเขี้ยว เป็นต้น โดยไม่ตัดสินพฤติกรรมนั้น ๆ ว่าถูกหรือผิด

3. หลักการมีส่วนร่วม (Participation) เมื่อยอมรับในความสามารถของคนพิจารณา แล้วจะต้องให้โอกาสเขามีสื่อร่วมในการใช้ความสามารถนั้น ๆ คนพิจารณาหลายประเภทที่มีความพิจารณาเฉพาะร่างกาย แต่เขามีสติปัญญา ความคิดเหมือนคนปกติ หรือความพิจารณาที่เกิดขึ้นทำให้เขาสูญเสียความสามารถเพียงบางส่วน แต่เขามีความสามารถที่จะใช้วิธีช่วยเหลือส่วนอื่น ทดแทนส่วนที่สูญเสียได้ หลักการมีส่วนร่วมจึงเป็นการเปิดโอกาสให้คนพิจารณาได้แสดงออกซึ่งความสามารถในด้านต่าง ๆ เช่น ความคิด ความสามารถในการปฏิบัติงาน โดยให้นำความสามารถต่าง ๆ นั้นมาใช้ในการวางแผนหรือการเปลี่ยนแปลงใด ๆ เพื่อแก้ปัญหาของเขาเอง ย่อมจะทำให้เขาเกิดความรู้สึกว่าตนเอง มีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และเกิดความภาคภูมิใจ

4. หลักการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self - Determination) โดยมีความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนย่อมมีความสามารถในการตัดสินใจ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของตนเอง ซึ่งจะเป็นไปได้มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความสามารถของแต่ละบุคคล ดังนั้นคนพิจารณาทางกายที่มีสติปัญญาปกติ ย่อมสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิตและแก้ไขปัญหาของตนเอง การช่วยเหลือจึงมุ่งเน้นให้เขาได้มีประสบการณ์ในการจัดการกับปัญหาความเดือดร้อนต่าง ๆ ด้วยตัวของเขาเองอันจะเป็นการช่วยพัฒนาความสามารถของบุคคล และช่วยกระตุ้นให้เขารู้จักนำความสามารถที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง

หลักการสำคัญในการช่วยเหลือให้บุคคลสามารถเผชิญต่อการสูญเสียได้อย่างสร้างสรรค์ มีดังนี้ (Speck , 1978 : 147)

1. การให้ข้อมูลตามสภาพความเป็นจริง (Realistic information) ซึ่งในการให้ข้อมูลนั้น จะต้องพิจารณาสภาพของการสูญเสียและสภาพของผู้สูญเสียด้วย

2. การเสริมสร้างความมั่นใจ (Reassurance) ประสบการณ์การสูญเสียมักนำบุคคลเข้าสู่ความรู้สึกช่วยเหลือตนเองไม่ได้ กลัวต่อเหตุการณ์ในอนาคต มองโลกในแง่ร้าย จึงควรเสริมสร้างกำลังใจ ก่อให้เกิดความมั่นใจว่าเขาจะได้รับการช่วยเหลืออย่างไรบ้าง โดยการให้กำลังใจนั้นจะต้องเป็นไปตามสภาพความเป็นจริง

3. การมีส่วนร่วม (Active Participation) บุคคลที่สูญเสียหลาย ๆ ราย อาจใช้วิธีการเผชิญปัญหาโดยการโทษคนอื่น และมักต่อต้านการช่วยเหลือของบุคคลอื่น การแสดงออกให้บุคคลได้รับรู้ว่าผู้ช่วยเหลือพร้อมจะร่วมเดินทางไปกับเขา ในกระบวนการปรับตัวต่อแบบแผนใหม่ของชีวิตด้วยความเข้าใจและยอมรับ พร้อมจะรับฟังด้วยความตั้งใจจะทำให้บุคคลที่สูญเสียความสามารถปรับตัวใหม่เพื่อคืนสู่สภาพเดิมได้มากที่สุด

การสูญเสียแขนขานั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงสภาพลักษณะที่สำคัญที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนทางจิตใจต่อบุคคลที่สูญเสียเป็นอย่างมาก ถ้าบุคคลไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงนี้ได้ จะทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวตามมาอีกนานับประการ การได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มน่าจะช่วยให้บุคคลที่สูญเสียแขนขา ยอมรับภาพลักษณะใหม่ของตนได้ ซึ่งจะส่งผลให้มีการปรับตัวและดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ยังไม่มีผลงานวิจัยเกี่ยวกับการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมาใช้เพื่อเพิ่มการยอมรับภาพลักษณะของบุคคลที่สูญเสียแขนขา แต่ได้มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและอัตมโนทัศน์ของบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณะและอัตมโนทัศน์ การยอมรับภาพลักษณะและพฤติกรรมการดูแลตนเอง ภาพลักษณะและการปรับตัว

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส

นัยนา รัตนมาศทิพย์ (2531) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเพศหญิงในช่วงรับรังสีรักษา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยมะเร็งเพศหญิงที่อยู่ระหว่างได้รับรังสีรักษา ซึ่งพักรักษาตัวอยู่ที่สถานพักฟื้นของผู้ป่วยมะเร็งของสมาคมต่อต้านโรคมะเร็งแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ ซึ่งมีความสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 8 คน โดยเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ต่อเนื่องกันเป็นเวลา 3 วัน รวมเวลาในการเข้ากลุ่มทั้งสิ้น 15 ชั่วโมง 45 นาที โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดความวิตกกังวลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ผลการวิจัย พบว่า ผู้ป่วยมะเร็งเพศหญิงที่อยู่ระหว่างได้รับรังสีรักษา และได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีความวิตกกังวลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

เอมอร รตินธร (2534) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส เพื่อพัฒนาการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ครั้งแรก กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ครั้งแรกที่มาฝากครรภ์กับหน่วยฝากครรภ์ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลศิริราช จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง ติดต่อกัน 8 สัปดาห์ รวมเวลาในการเข้ากลุ่มทั้งสิ้น 16 ชั่วโมง ผลการวิจัย พบว่า หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ครั้งแรก ภายหลังได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส มีคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาพลักษณ์ อัตมโนทัศน์ การยอมรับภาพลักษณ์และการปรับตัว

Pollak (1980) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของภาพลักษณ์และอัตมโนทัศน์ในผู้ป่วยวัยรุ่นชายที่เป็นโรคไตวายเรื้อรัง ในทางการแพทย์การรักษาผู้ป่วยโรคไตอาจมีการเปลี่ยนไต การล้างไต รวมทั้งการใช้ยารักษาเพื่อให้บุคคลที่ได้รับความทุกข์ทรมานจากโรคไตวายเรื้อรังสามารถมีอายุยืนยาวต่อไปได้ อย่างไรก็ตามบุคคลเหล่านี้จะมีปัญหาทางด้านจิตใจมากมายอันเนื่องมาจากความเจ็บป่วยและวิถีการรักษาความเจ็บป่วย งานวิจัยนี้ต้องการจะศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์ และภาพลักษณ์ในผู้ป่วยวัยรุ่นชายที่เป็นโรคไตวายเรื้อรัง จำนวน 20 คน ทศนะพื้นฐานในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือการรักษาโรคไตวาย และตัวของโรคเองเป็นสาเหตุให้เด็กมีภาพลักษณ์ต่อตนเองในทางไม่ดี ซึ่งมีผลกระทบต่ออัตมโนทัศน์ของเด็ก ทศนะนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของข้อมูลทางการแพทย์ที่รวบรวมจากประสบการณ์ส่วนตัวของผู้วิจัยที่มีกับผู้ป่วย และรวบรวมจากผู้ร่วมงานในโรงพยาบาลเด็กในเมืองบอสตัน นอกจากนี้ยังรวบรวมจากทฤษฎีทางจิตวิทยาแบบองค์รวมของ Kurt Goldstein และ Abraham Maslow และ Carl Rogers การศึกษานี้ อัตมโนทัศน์ได้รับการพิจารณาจากดัชนีภาวะความกลมกลืน (Congruency Index) ซึ่งวัดความแตกต่างระหว่างตนตามความเป็นจริงและตนตามความนึกคิด โดยการให้ทำแบบทดสอบ Adjective Check List ซึ่งให้ทำ 2 ครั้งติดต่อกัน ส่วนภาพลักษณ์ (Body Image) พิจารณาจากคะแนนแบบสอบถาม Body cathexis ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ถามว่า "ข้าพเจ้ารู้สึกอย่างไรกับร่างกายของข้าพเจ้า" ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้กำหนดให้มีกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม ๆ ละ 20 คน โดยคัดเลือกมาจากนักกีฬาบาสเกตบอลของโรงเรียนซึ่งมีสุขภาพดีไม่มี ความเจ็บป่วย คะแนนที่ได้จากกลุ่มนี้ถือว่าเป็นคะแนนที่เป็นข้อมูลของคนปกติ หลังจากนั้นมีการเก็บข้อมูลติดตามโดยทำแบบสอบถามสั้น ๆ ในผู้ป่วยที่อยู่ในกลุ่มทดลองพร้อมทั้งนำข้อมูลจากโรงพยาบาลมาพิจารณาด้วย

ผลของการวิจัยพบว่าคะแนนจาก Congruency Index และ Body Cathexis มีความสัมพันธ์กันในผู้ป่วยวัยรุ่นชายที่เป็นไตวายเรื้อรัง ความสัมพันธ์นี้จะไม่พบในกลุ่มควบคุมทั้ง 2 กลุ่ม นอกจากนี้ระยะเวลาในการรักษาที่นานก็เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อความสัมพันธ์ของคะแนน Congruency Index และ Body Cathexis ด้วย และยังพบอีกว่าหลังจากที่ทำการรักษาเป็นเวลา 5 ปีคะแนน Congruency Index และ Body Cathexis ก็เริ่มสูงขึ้น แสดงให้เห็นว่าสภาวะด้านจิตใจที่จะพัฒนาไปสู่การมีความเข้าใจในตนเองได้อย่างแท้จริงนั้นเป็นสิ่งที่สร้างขึ้นมาได้ ซึ่งเรื่องเหล่านี้ อาจจะต้องทำการศึกษาค้นคว้าต่อไปว่าจะทำการรักษานานเท่าใดจึงจะส่งผลถึงการมีภาวะสังจจะการแห่งตน จากการศึกษาที่มีข้อเสนอแนะว่า การจัดโปรแกรมการให้การปรึกษาแก่ผู้ป่วยจะช่วยให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสพัฒนาภาพลักษณ์ และช่วยให้พัฒนาภาวะสังจจะการแห่งตน และทำให้อัตมโนทัศน์ของผู้ป่วย มีความเข้มแข็งขึ้น

คณิงนิจ อนุโรจน์ (2535) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์กับการปรับตัวในผู้ป่วยที่ถูกตัดขา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่ถูกตัดขา ที่มาติดตามการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกทางออริโอบิดิกส์ และหน่วยกายอุปกรณ์เทียมของโรงพยาบาลศิริราช โรงพยาบาลเลิดสิน โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า และโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช โดยไม่จำกัดสาเหตุที่ถูกตัดขา เพศ สถานภาพสมรส ระยะเวลาที่สูญเสียขาจนถึงปัจจุบันและระดับของการถูกตัดขา ที่มีอายุระหว่าง 16 - 65 ปี จำนวน 150 คน โดยให้ตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบสอบถามภาพลักษณ์ และแบบสอบถามการปรับตัว พบว่า ภาพลักษณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .8005$) สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .2686$) ระยะเวลาที่สูญเสียขาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .4184$) อายุ ระดับที่ถูกตัดขา มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) ภาพลักษณ์ ระยะเวลาที่สูญเสียขาเป็นกลุ่มตัวทำนายที่ดีที่สุด สามารถร่วมทำนายการปรับตัวได้ ร้อยละ 66.67 ($p < .001$)

เดือนทิพย์ ศิริวงศวิไลชาติ (2537) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการยอมรับภาพลักษณ์กับพฤติกรรมดูแลตนเองในผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาวที่ได้เคมีบำบัด กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาวที่ได้เคมีบำบัดและมารับการรักษาที่คลินิกโลหิตวิทยา แผนกอายุรกรรมผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลราชวิถี และโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า จำนวน 120 คน โดยให้ตอบแบบสอบถามการยอมรับภาพลักษณ์กับแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมดูแลตนเอง พบว่า การยอมรับภาพลักษณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .2629$) ส่วนอายุ เพศ รายได้ครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน และระยะเวลาในการเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์กับการยอมรับภาพลักษณ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่สูญเสียแขนขา หรือคนพิการ

Omer (1988) ได้ศึกษาถึงการพัฒนาจิตใจโดยผ่านกระบวนการฟื้นฟูสำหรับผู้ที่มีความพิการทางกายเป็นการศึกษาเชิงบรรยายที่กล่าวถึงการจัดโปรแกรมการปรับตัวทางร่างกายสำหรับผู้ที่มีความพิการทางร่างกายว่า ผู้ดัดเนินการจะต้องได้รับการฝึกฝนในด้านจิตวิทยา การศึกษาทางด้านร่างกาย การศึกษาพิเศษ และการศึกษาเพื่อการฟื้นฟู การศึกษาในด้านที่กล่าวมาจะเป็นส่วนสำคัญในการจัดโปรแกรมการฟื้นฟูที่มีประสิทธิภาพ โปรแกรมใหม่สำหรับคนพิการนี้ เน้นความสำคัญของการให้พวกเขาที่มีสุขภาพที่ดี มีสมรรถภาพและการปรับตัวต่อความพิการของตน ปัญหาด้านจิตใจมากมายมีส่วนเกี่ยวข้องกับเงื่อนไขความพิการ และสิ่งเหล่านี้มีผลในการที่บุคคลไม่มีความกระตือรือร้น ไม่สามารถจะกระทำสิ่งใดได้ประสบความสำเร็จในเกณฑ์ปกติของชีวิต การเตรียมความพร้อมให้แก่คนพิการเป็นสิ่งที่กำลังเป็นที่สนใจในปัจจุบัน ซึ่งอาจจะกำหนดเป็นกิจกรรมที่แสดงถึงการมี cardio respiratory fitness ความสมดุลย์ การทำงานร่วมกัน การมีส่วนร่วมในทางสังคม รวมทั้งในด้านอัตมโนทัศน์ของคนพิการ ซึ่งทั้งหมดจะเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมนี้

โปรแกรมการฟื้นฟูที่ประสบความสำเร็จจะต้องเน้นถึงการช่วยเหลือให้บุคคลปรับตัว และจัดการกับความเจ็บปวดทุกข์ทรมานจากความสูญเสียอวัยวะของร่างกาย ความกังวลใจ การไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ตามต้องการ การขาดความเชื่อมั่น การสูญเสียสถานภาพทางสังคม การมีภาพลักษณ์ของตนที่ไม่ดี การสูญเสียความมีคุณค่าในตนเอง และการมีความรู้สึกซึมเศร้า สิ่งเหล่านี้มักจะเกิดขึ้นกับคนพิการ แต่ลักษณะอาการเช่นนี้สามารถทำให้ลดน้อยลงได้โดยผ่านโปรแกรมการฟื้นฟูที่ได้รับการออกแบบไว้อย่างระมัดระวังเพื่อที่จะสามารถพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจของผู้ที่พิการได้ การเปลี่ยนแปลงความคิดรวมทั้งการเปลี่ยนแปลงสภาพของร่างกายจะช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวทางด้านจิตใจ และสามารถพัฒนาวิถีชีวิตประจำวันของเขาได้ การบำบัดรักษาคนพิการ ควรเริ่มให้เร็วที่สุดเท่าที่จะเร็วได้หลังจากได้รับบาดเจ็บ เพื่อคนพิการเหล่านี้จะสามารถปรับตัวได้ดีที่สุดตามสภาพความพิการของตน

รุ่งนภา ผาณิตรัตน์ (2534) ได้ศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบองค์รวมต่ออัตมโนทัศน์ในบุคคลที่สูญเสียการทำหน้าที่ของอวัยวะ กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคคลที่สูญเสียการทำหน้าที่ของอวัยวะที่มารับการรักษาทางกายภาพบำบัด ที่ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์และกายภาพบำบัด คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบองค์รวม เป็นเวลาติดต่อกัน 3 วัน รวมเวลาทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดอัตมโนทัศน์เทนเนสซี ของ วิลเลียม เอช. ฟิทส์ ผลปรากฏว่า บุคคลที่สูญเสียการทำหน้าที่ของอวัยวะในกลุ่มทดลอง ภายหลังเข้าร่วมกลุ่มการ

ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบองค์รวมได้คะแนนจากแบบวัด อัตมโนทัศน์ตนเองที่สูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุมและสูงกว่าคะแนนก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เสาวภา วิชิตวาท (2534) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่สูญเสียแขนขา โดยใช้กรอบทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเรมกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยที่สูญเสียแขนขา ที่มาติดตามการรักษาที่หน่วยกายอุปกรณ์ โรงพยาบาลศิริราช โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า และโรงพยาบาลเลิดสิน จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับความพิการที่ได้รับ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมและแบบสอบถามพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่สูญเสียแขนขา ผลการวิจัยพบว่า (1) ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญ (2) การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญ (3) อายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญ (4) ระยะเวลาที่สูญเสียแขนขามีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญ (5) การสนับสนุนทางสังคมและระยะเวลาที่สูญเสียแขนขาจนถึงปัจจุบัน เป็นตัวทำนายที่ดีที่สุดในการทำนายพฤติกรรมการดูแลตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยสามารถทำนายได้ 47.13%

วันเพ็ญ อัครศิลป์กุล (2539) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนของบุคคลที่สูญเสียแขนขา กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่อยู่ในช่วงได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพและฝึกอาชีพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน จังหวัดปทุมธานี จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวมเวลาทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน (The General Self - efficacy) ซึ่งพัฒนามาจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตนเองของเฮเธอร์และคณะ และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (The Specific Self - efficacy) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลการวิจัยพบว่า บุคคลที่สูญเสียแขนขาในกลุ่มทดลอง ภายหลังจากเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ได้คะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตนสูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุม และสูงกว่าคะแนนก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษารายงานวิจัยต่าง ๆ พบว่า ยังไม่มีการศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา และจากการศึกษาเบื้องต้น พบว่า การที่จะช่วยเหลือบุคคลที่สูญเสียแขนขาให้เขาสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้ตามศักยภาพของเขาได้อย่างเต็มที่ได้นั้น เขาจะต้องมีการยอมรับในตัวของเขาตามความเป็นจริงก่อน และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส น่าจะเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้เพื่อพัฒนาการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขาได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ต่อการยอมรับภาพลักษณ์ของตนเองในบุคคลที่สูญเสียแขนขา

สมมติฐานของการวิจัย

1. หลังการทดลองบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส จะมีคะแนนการยอมรับภาพลักษณ์สูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
2. หลังการทดลองบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส จะมีคะแนนการยอมรับภาพลักษณ์สูงกว่าบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือ บุคคลที่สูญเสียแขนขาที่สามารถพูดและเขียนได้ชัดเจน ไม่มีความพิการทางสมองหรือโรคทางกายอื่น ๆ ที่อยู่ในช่วงฝึกอาชีพศูนย์ฝึกอาชีพคนพิการพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

3. ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ คือ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส

ตัวแปรตาม คือ คะแนนที่ได้จากแบบวัดการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา
ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินกลุ่มเป็นระยะเวลาประมาณ 24 ชั่วโมง โดยมีการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นเวลาติดต่อกัน 3 วัน ๆ ละประมาณ 8 ชั่วโมง

คำจำกัดความในการวิจัย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส หมายถึง กระบวนการของสัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการยอมรับภาพลักษณ์ของสมาชิกในกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มประกอบด้วยบุคคลที่สูญเสียแขนขา โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวของโรเจอร์ส โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้เชื้ออำนวยการให้เกิด บรรยากาศที่อบอุ่น ไร้กังวล ปลอดภัย โดยมีความจริงใจ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข และเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาประกอบด้วย สมาชิกที่สมัครใจ เข้าร่วมกลุ่ม จำนวน 8 คน เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ต่อเนื่องกันเป็นเวลา 3 วัน ๆ ละประมาณ 8 ชั่วโมง รวมเวลาในการเข้ากลุ่มทั้งสิ้นประมาณ 24 ชั่วโมง

ภาพลักษณ์ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ และการรับรู้ที่บุคคลมีต่อร่างกายของตนเองในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านโครงสร้างและลักษณะภายนอกของร่างกายที่ปรากฏ ด้านความสามารถและสมรรถภาพในการทำหน้าที่ของร่างกาย ด้านการรับรู้ร่างกายของตนจากปฏิกิริยาของบุคคลอื่น ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา

บุคคลที่สูญเสียแขนขา หมายถึง บุคคลที่สูญเสียแขนขาโดยอาจมีสาเหตุของการสูญเสียแขนขาเนื่องมาจากอุบัติเหตุจากยานพาหนะ หรือการทำงาน จากอุบัติเหตุไฟไหม้ การได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา หรือจากพยาธิสภาพของโรค รวมทั้งการสูญเสียแขนขาอันเนื่องมาจากสงคราม เป็นต้น ซึ่งจัดเป็นความพิการที่เกิดขึ้นภายหลัง ซึ่งความพิการนี้สร้างความบอบช้ำ หรือการสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะมาสู่บุคคลได้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ที่มีต่อการยอมรับภาพลักษณ์ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา
2. เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้บุคคลที่สูญเสียแขนขาเกิดการรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง มีการยอมรับต่อภาพลักษณ์ของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปนั้น ทำให้เขาสามารถปรับตัวได้ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้โดยใช้หลักของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์ส
3. เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัย และนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ที่มีปัญหาการยอมรับภาพลักษณ์