

ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

นางสาวณัฐนลิน คำสำเภา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2555

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR) are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

EXPERIENCE OF NOVICE BUDDHIST COUNSELORS

Miss Natnalin Khamsampao

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Counseling Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2012

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีใหม่

โดย

นางสาวณัฐนลิน คำสำเภา

สาขาวิชา

จิตวิทยาการปรึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ สุภาพรพรณ โคตรจรัส)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(อาจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)

ณัฐนลิน คำสำเภา : ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่
(EXPERIENCE OF NOVICE BUDDHIST COUNSELORS) อ.ที่ปรึกษา
วิทยานิพนธ์: อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์, 154 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ โดยมีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 11 ราย (หญิง 8 รายและชาย 3 ราย) เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอกจากสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ นับตั้งแต่จบการศึกษาเป็นระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลด้วยวิธีการคัดเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล เครื่องมือวิจัยได้แก่ แนวทางการสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา ผลการวิจัยพบประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ 3 ประเด็นหลัก คือ ประเด็นแรก ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางแก้ไข ซึ่งเป็นสภาวะความยากลำบาก ปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ได้ประสบในการปฏิบัติงานวิชาชีพ รวมถึงการมีวิธีจัดการแก้ไขต่อปัญหาและความยากลำบากเหล่านั้น ประเด็นที่สอง การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่รู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำงานวิชาชีพ และมองว่าวิชาชีพที่ตนปฏิบัติเป็นวิถีที่สอดคล้องไปกับการงานและการดำรงชีวิต และประเด็นที่สาม การพัฒนาตนผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่เมื่อได้ผ่านประสบการณ์การทำงานรวมถึงประสบการณ์การใช้ชีวิตของตนแล้ว ประสบการณ์ตรงนี้ได้ก่อให้เกิดการพัฒนาตนเองทั้งภายในและภายนอกส่งผลต่อสัมพันธภาพกับบุคคลรอบตัวขึ้น กล่าวโดยสรุป นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ เมื่อได้ผ่านประสบการณ์ในการทำงานและการใช้ชีวิต รวมถึงผ่านอุปสรรคปัญหาต่างๆ จะมีมุมมองต่อตนเองอย่างปิติภูมิใจในการเดินทางบนเส้นทางความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ พร้อมทั้งมีการเติบโตภายใน อันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงตนเองและสัมพันธภาพต่อบุคคลรอบตัว

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา..... ลายมือชื่อนิสิต.....
ปีการศึกษา.....2555..... ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์.....

5278107038: MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEYWORDS: EXPERIENCE/NOVICE/BUDDHIST/COUNSELOR/QUALITATIVE
RESEARCH

NATNALIN KHAMSAMPAO: EXPERIENCE OF NOVICE BUDDHIST
COUNSELORS.

ADVISOR: NATTASUDA TAEPHANT, Ph.D., 154 pp.

This qualitative study aimed to examine the experiences of 11 novice Buddhist counselors who had fewer than 5 years of professional practice after graduating from the postgraduate training in counseling psychology at the Faculty of Psychology, Chulalongkorn University. A phenomenological research methodology was employed. Data were collected via in-depth and semi-structured interviews. Finding revealed 3 major themes as follows: (1) struggles and obstacles as a new practitioner in the profession: the participants experienced and overcame challenging situations in their lives, (2) defining self-concept through professional experience: the participants expressed personal satisfaction obtained through the profession of counseling, (3) personal development through professional experience: the participants expressed faith in their occupation and expressed their honor in being alive through the counseling profession. In summary, the majority of the participants were delighted and satisfied with their experiences as novice Buddhist counselors and obtained personal growths and fulfilling relationships with others.

Field of Study : Counseling Psychology Student's Signature

Academic Year : 2012 Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

การเดินทางบนวิถีสายจิตวิทยาการปรึกษา หากไม่มีความช่วยเหลือ สนับสนุน กำลังใจ หรือความเมตตาปราณีจากผู้มีพระคุณและกัลยาณมิตรทั้งหลาย ข้าพเจ้าก็คงไม่สามารถเดินทางมาจนสุดทางเช่นนี้ ขอบพระคุณ อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต็มพันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่คอยช่วยเหลืออย่างถึงที่สุด ให้คำชี้แนะอย่างเมตตาและอดทนต่อความไม่รู้ของข้าพเจ้าเสมอมา รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีให้ข้าพเจ้ามีแรงใจที่จะทำงานต่อไปทุกครั้งที่ได้เห็นอาจารย์ทุ่มเททำงานหนักเพื่อลูกศิษย์ เมื่อได้พบเจอภาพที่อาจารย์นั่งตรวจงานจนถึงวินาทีสุดท้าย ข้าพเจ้ามักจะได้แรงใจบางอย่างกลับมาและบอกกับตัวเองทุกครั้งว่า เมื่ออาจารย์ทุ่มเทกับเราขนาดนี้ เรายุ่เองก็ควรจะต้องทุ่มเทไปด้วย แรงใจนี้ทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงมาได้

ขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ ที่แม้ข้าพเจ้าจะไม่ได้เป็นนิสิตที่อยู่ในความดูแล แต่อาจารย์ก็เมตตาให้คำชี้แนะในการทำวิทยานิพนธ์ รวมถึงให้กำลังใจข้าพเจ้าทุกครั้งในทุกๆเรื่องเสมอมา

ขอขอบพระคุณ รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส และ ดร.นิรนาท แสนสา ที่ให้ความรู้และคำแนะนำอันมีค่าที่เติมเต็มให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และที่สำคัญที่สุด ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.โสรัช โพธิ์แก้ว อาจารย์ผู้เป็นผู้ให้ชีวิตที่จริงแท้และจิตวิญญาณแห่งการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแก่ข้าพเจ้า

ขอบคุณเพื่อนจิตวิทยาการปรึกษา รุ่นที่ 25 พินมดาศ ชัยชาญทิพยุทธ เตโช ชัยวุฒิ ธีรวัชร แก้วกับทอง ไหมไทย ไชยพันธุ์ ภาณิดา บัวเพชร ฉัตรสุมาลย์ ศรีทองอุ้น พิชญา จันทร์บำรุง ภัฏญานาถ สุวรรณชาติ พิชาญชัญญ์ บุญสิทธิ์ สุสิทธิ์ ปรมาภุติ พิศุทธิภา เมธิกุล ปรีศนีย์ อุ่มเครือ ชลภัทธา พรประสิทธิ์ พุทธิกันต์ คงคา และนางชนก สุขประเสริฐที่คอยดูแลซึ่งกันและกันและกันประคับประคองปลอบประโลม เดินจับมือกันไปจนสุดทางอย่างไม่ยอมปล่อยทิ้งใครคนใดคนหนึ่งเอาไว้ จนทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกถึงความโชคดีอย่างที่สุดที่ได้รู้จักกัลยาณมิตรเหล่านี้ โชคดีจนพำขอบคุณทุกสิ่งอย่างที่ทำให้พวกเขาได้มาพบกันและทำให้ได้ตระหนักชัดว่ากรรมมีกันและกัน มั่นวิเศษเพียงใด

ขอบคุณพี่จรัสเดช เกียรติเดชปัญญาและพี่ปาริชาติ ธงภักดีที่เป็นธุระด้านเอกสารและการติดต่อต่างๆ ให้อย่างอดทน รวมถึงกำลังใจทุกครั้งที่มีมอบให้ ขอขอบคุณพี่สิทธิพร ครามานนท์ ที่ให้แสงสว่างในวันที่มืดมิด ขอขอบคุณพี่ยุวดี เมืองไทยที่ให้กอดอุ่นๆยามที่ท้อแท้ ขอขอบคุณพี่ดลดาว ปุรณานนท์ สำหรับความรักความห่วงใยที่มีให้น้องคนนี้เสมอ และขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่านไม่เพียงแต่พวกท่านเป็นส่วนหนึ่งในความสำเร็จของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ แต่พวกท่านยังช่วยย้ำความมดมั่นมั่นคงและคำตอบในชีวิตต่อการเดินทางบนวิถีนี้ให้กับข้าพเจ้าด้วย

และท้ายที่สุด ขอขอบคุณ ครอบครัวของข้าพเจ้าที่เลี้ยงดูข้าพเจ้ามาเป็นข้าพเจ้าได้ในทุกวันนี้ เป็นข้าพเจ้าที่พบกับความสำเร็จในปัจจุบัน หากลูกจะภูมิใจในตนเองได้เท่าทุกวันนี้ก็เป็นเพียงเพราะพ่อกับแม่เท่านั้น และขอบคุณ ศรัทธา ที่ทำให้ข้าพเจ้ายังคงศรัทธาต่อความรักได้เสมอมา

หากมีคำกล่าวที่มากกว่าคำว่าขอบคุณ ข้าพเจ้า แน่ใจว่าข้าพเจ้าจะเลือกใช้คำนั้นอย่างไม่ลังเล ขอขอบคุณและขอบคุณ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
คำถามหลักในการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
คำจำกัดความในงานวิจัย.....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
วิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา.....	7
จิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย.....	12
การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ.....	16
การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา.....	27
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	29
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	35
การเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	35
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	36

	หน้า
เครื่องมือประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล.....	38
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	38
ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล.....	40
การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมงานวิจัย.....	40
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
การตรวจสอบข้อมูลและความน่าเชื่อถือของงานวิจัย.....	42
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล.....	46
ผลการวิเคราะห์ประเด็นหลัก.....	57
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญและแนวทางแก้ไข.....	59
การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ.....	73
การพัฒนาตนผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ.....	80
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	89
สรุปผลการวิจัย.....	89
อภิปรายผล.....	90
ข้อเสนอแนะ.....	101
รายการอ้างอิง.....	104
ภาคผนวก.....	109
ภาคผนวก ก.....	110
ภาคผนวก ข.....	113
ภาคผนวก ค.....	119
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	144

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	46
2	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1.....	120
3	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2.....	123
4	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3.....	125
5	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4.....	127
6	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5.....	129
7	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6.....	131
8	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7.....	132
9	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8.....	135
10	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9.....	137
11	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10.....	139
12	แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11.....	141

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่.....	58

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปี พ.ศ. 2505 ศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาเริ่มต้นอย่างเป็นทางการเป็นระบบในประเทศไทยจาก หลักสูตรปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งถือเป็นหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษาในระดับปริญญาโทหลักสูตรแรกในประเทศไทย (สุภาพวรรณ โคตรจรัส, 2549) ในขณะเดียวกันวิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตรซึ่งในปัจจุบันคือ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้เปิดสอนหลักสูตรประกาศนียบัตรชั้นสูงสาขาการแนะแนวในปีเดียวกันอีกด้วย (ทิพย์วรรณ กิตติพร, 2536) และจากนั้นเป็นต้นมา จึงมีมหาวิทยาลัยหลายแห่งได้รับหลักสูตรการเรียนการสอนและพัฒนามาเป็นหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษาในปัจจุบัน (สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2545) นับตั้งแต่ปีพ.ศ. 2505 ถือได้ว่าศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาได้กำเนิดขึ้นในประเทศไทยเป็นระยะเวลาเกือบ 50 ปี ในช่วงระยะเวลาดังกล่าวศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาได้แพร่หลายและเป็นที่นิยมมากขึ้นในสังคม โดยมีสถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทยหลายแห่งที่เปิดหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษา เช่น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มหาวิทยาลัยบูรพา มหาวิทยาลัยราชภัฏวราชนครินทร์ เป็นต้น หรือในมหาวิทยาลัยเอกชน เช่น มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เป็นต้น ทั้งในระดับปริญญาโทและในระดับปริญญาเอก (ศิริบุรณ์ สายโกสุม, 2553) ทำให้ศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาเติบโตอย่างมาก และผลิตบัณฑิตสู่สังคมอย่างต่อเนื่อง

ปัจจัยหลักประการหนึ่งที่ศาสตร์ด้านจิตวิทยาการปรึกษาเติบโตมาจากสถานการณ์ประเทศไทยเกิดการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างรวดเร็ว มีการย้ายฐานจากสังคมเกษตรกรรมมาสู่สังคมอุตสาหกรรม ทำให้เกิดการเติบโตทางเศรษฐกิจเป็นอย่างมาก แต่การเติบโตทางเศรษฐกิจของไทยไม่ได้ไปถึงความสุขที่จะเกิดขึ้นตามมา (“มติชน”, 2553) ทำให้คนไทยต้องเผชิญกับปัญหาในทุกด้าน เป็นภาวะความกดดันที่เกิดขึ้น มีอัตราการฆ่าตัวตาย รวมถึงปัญหาทางสุขภาพจิต เช่นความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า พิษสุราเรื้อรัง อาชญากรรม ที่เพิ่มสูงขึ้นในสังคม ด้วยภาวะดังกล่าวศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาจึงเสมือนเป็นเครื่องมือสำคัญที่มี

ประสิทธิภาพยิ่งที่จะช่วยลดปัญหาเหล่านี้ให้แก่ประชาชนและสังคมไทยได้ (ศิริบุรณ์ สายโกสุม, 2553) ดังนั้นแล้วประเทศไทยมีความต้องการนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพจำนวนมากเพื่อมาช่วยแก้ไขปัญหาด้านสังคมอันหลากหลายและซับซ้อน จึงเป็นความท้าทายทางวิชาชีพอีกประการหนึ่งที่จะผลิตบัณฑิตให้เพียงพอต่อความต้องการแก้ไขปัญหาด้านสังคมดังกล่าว

อย่างไรก็ตามศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาในเมืองไทยนั้นยังอยู่ในขั้นเริ่มต้นของการพัฒนาทางวิชาชีพและยังไม่เป็นรูปธรรมมากนักหากเปรียบเทียบกับระบบทางวิชาชีพของประเทศสหรัฐอเมริกา โดยในประเทศสหรัฐอเมริกา มีการจัดตั้งสมาคม The American Counseling Association หรือ ACA ที่มีบทบาทเป็นอย่างมากต่อวงการจิตวิทยาการปรึกษาในการผลักดันให้เกิดความเป็นวิชาชีพที่เด่นชัดและเป็นรูปธรรม โดยพิจารณาถึงบทบาทจรรยาบรรณ การรับรองวิทยฐานะ มาตรฐานทางวิชาชีพ ใบประกอบวิชาชีพ และการประกันคุณภาพ (สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2545) อันต่างกับระบบของประเทศไทย โดยในประเทศไทยแม้จะมีความพยายามในแวดวงของคณาจารย์ผู้สอนจิตวิทยาการปรึกษาที่จะผลักดันให้เกิดระบบวิชาชีพที่เป็นรูปธรรม แต่ก็ยังไม่มีสมาคมหรือหน่วยงานด้านจิตวิทยาการปรึกษาใดที่จัดตั้งขึ้นได้และรับผิดชอบเป็นตัวแทนอย่างเป็นทางการในการดำเนินการเคลื่อนไหวให้ศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทยมีความเป็นวิชาชีพ (professions) เหมือนกับในประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อความเป็นวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษายังไม่ได้รับการรับรอง ทำให้ใบประกอบวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทยเกิดขึ้นไม่ได้ ส่งผลต่อบทบาททางวิชาชีพที่คลุมเครือ และมาตรฐานการทำงานวิชาชีพรวมถึงมาตรฐานทางหลักสูตรการเรียนการสอนได้ขาดการตรวจสอบและการประกันคุณภาพ ส่งผลให้การทำงานของบุคคลในสายนี้เป็นไปด้วยยากลำบากและท้าทาย ทั้งที่ศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษานั้นมีความเป็นวิชาชีพในการให้ความช่วยเหลือซึ่งควรได้รับการตรวจสอบความเป็นวิชาชีพอย่างเป็นทางการ (วัชร ทรัพย์มี, 2546)

แม้ระบบทางวิชาชีพในสังคมไทยยังไม่เกิดขึ้นอย่างเป็นทางการ แต่ตลอดระยะเวลาการเติบโตกว่า 20 ปีของศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาที่มีการเรียนการสอนในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จากหลักสูตรปริญญาโทในคณะครุศาสตร์จนมาเป็นคณะจิตวิทยา ที่มีการเรียนการสอนจิตวิทยาการปรึกษาครอบคลุมทุกระดับปริญญา รวมถึงมีหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษาในระดับปริญญาโทและเอก ตลอดระยะเวลา 20 ปีจึงได้มีการพัฒนาแนวคิดและกระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษาที่มีประสิทธิภาพอันสอดคล้องกับวิถีชีวิตของสังคมไทยอย่างต่อเนื่อง มีการขยายฐานแนวคิดทางจิตวิทยาตะวันตกสู่ฐานแนวคิดจิตวิทยาตะวันออก โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร. โสรัช โพธิแก้ว เป็น

ผู้ริเริ่มการขยายฐานแนวคิดนี้ออกไป ทำให้สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมีความโดดเด่นทางด้านวิชาการจิตวิทยาการปรึกษาตะวันออก โดยได้เปิดสอนวิชาที่เน้นจิตวิทยาการปรึกษาที่ใช้พื้นฐานหลักทางพุทธมากขึ้น ได้แก่ วิชาจิตวิทยาตะวันออกกับความงอกงามของมนุษย์ (Eastern Psychology and Human Growth) และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพุทธศาสตร์ (Counseling within the Context of Buddhist Teachings) รวมถึงในการฝึกปฏิบัติงานทางวิชาชีพที่มุ่งเน้นการฝึกหัดนิสิตโดยใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพอีกด้วย ทำให้ในช่วงสิบปีที่ผ่านมา มีบัณฑิตที่ได้รับการฝึกหัดทางจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเป็นจำนวนมาก

ทั้งนี้ในแง่ของกระบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ โสริช โทธิแก้ว (2553) กล่าวว่า คือการพาคนจากความทุกข์ใจไปสู่ความสงบสุขแห่งใจ โดยอาศัยหลักอริยสัจ 4 เป็นแนวทางเสมือนแผนที่ที่จะนำทางดับทุกข์ให้กับผู้รับบริการ ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธจึงต้องมีความเข้าใจที่ถูกต้องต่อตนเองก่อน รับรู้ได้ถึงความทุกข์ที่เกิดขึ้นของผู้รับบริการ และค้นหารากเหง้าที่แท้จริงของความทุกข์นั้น อันเกิดจากความเข้าใจที่ไม่ตรงกับความจริงของชีวิต จากนั้นนำผู้รับบริการให้เกิดความเข้าใจความจริงด้วยปัญญาของเขาและออกจากทุกข์นั้นด้วยตัวเอง เปรียบเหมือนกระบวนการจัดระเบียบและนำพาบุคคลกลับสู่วิถีธรรมชาติอีกครั้ง กล่าวคือการกลับสู่ความเข้าใจตามจริง จนดำรงตนอยู่อย่างกลมกลืนกับความจริงนั้นได้

จะเห็นได้ว่าจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นต้องใช้ปัญญาส่วนตนให้เกิดขึ้นก่อนแล้วจึงนำปัญญาส่วนตนที่ได้ไปช่วยเหลือหรือเอื้อให้ผู้รับบริการเกิดปัญญาของตนเองขึ้นเพื่อนำพาตนเองออกจากความทุกข์ใจ และกระบวนการทำให้เกิดปัญญานั้นเป็นเรื่องที่รู้ได้เฉพาะตน ทั้งยังเป็นประสบการณ์ที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องรับรู้ด้วยความเป็นชีวิตของตนเองทั้งหมด เป็นการสัมผัสด้วยใจและประสบการณ์ส่วนตน (สุภาพร ประดับสมุทร, 2553) จึงนับว่ากระบวนการในจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีความท้าทายต่อผู้ปฏิบัติเนื่องจากต้องใช้ปัญญาส่วนตนและปัญญาของผู้รับบริการในการร่วมกันแก้ไขปัญหา และปัญญาในทางพุทธศาสนานั้นมีความหมายที่กว้างกว่าความเข้าใจในความรู้ (knowledge) เป็นภาวะใจขั้นสูงที่จะเข้าถึง ประจักษ์แจ้ง เห็นจริงต่อความเป็นจริงของธรรมชาติและชีวิต (โสริช โทธิแก้ว, 2553) นำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าและยกระดับจิตใจรวมทั้งการดับทุกข์ในใจด้วย เป็นการหยั่งรู้ลึกจนแนบสนิทกับความจริงแท้ของธรรมชาติ ไม่ใช่เพียงแต่การเข้าใจในระดับของถ้อยคำเพียงเท่านั้น เป็นความเข้าใจที่ยังลึกลงไปในความจริงที่มากกว่าถ้อยคำอีกชั้นหนึ่งด้วย (เพชรพรณ แดนศิลป์, 2550)

ทั้งหมดในกระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้น ยิ่งทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องเผชิญกับความท้าทายในการสังเคราะห์หรือผสมผสานสิ่งที่ได้เรียนรู้ลงสู่การปฏิบัติงานให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องมีความเจียวคมและรู้แจ้งในปัญญา และต้องอาศัยการฝึกฝนตนเองอยู่เสมอด้วย

ด้วยเหตุปัจจัยไม่ว่าจะเป็นระบบทางวิชาชีพที่เพิ่งเริ่มต้นขึ้นในประเทศไทยที่ส่งผลต่อผู้ปฏิบัติงาน การเป็นมือใหม่ทางวิชาชีพที่ต้องเผชิญกับสภาวะทางด้านจิตใจต่างๆ และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ล้วนแต่เป็นประเด็นที่ท้าทายให้กับผู้ที่จะดำรงชีพเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทยในระยะเริ่มต้นที่จะต้องประสบและฝ่าฟัน ประสบการณ์ของบุคคลกลุ่มนี้จึงน่าจะมีมากขึ้นและมีความน่าสนใจที่จะศึกษา

การพยายามอธิบายถึงประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่นั้น ไม่เพียงแต่จะเป็นการได้เห็นถึงสิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้พบเจอในประสบการณ์นั้นๆ เท่านั้น ไม่ว่างจะเป็นทางด้านอารมณ์ความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรม แต่ยังสามารถเข้าใจถึงประสบการณ์ที่เป็นอุปสรรคและประสบการณ์แห่งความสำเร็จในระหว่างขั้นแห่งการพัฒนาทางวิชาชีพด้วย การได้เข้าใจปรากฏการณ์นี้เป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อวงการศึกษาการปรึกษาในประเทศไทย ในการที่จะนำข้อมูลมาเป็นฐานในการผลักดันระบบวิชาชีพให้เกิดมีขึ้นในประเทศ และเป็นประโยชน์ต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ในการปรับตัวด้านอาชีพในสถานการณ์จริงในชีวิตการทำงาน นอกจากนี้ยังมีประโยชน์กับนิสิตหรือบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาสำหรับการเข้าสู่เส้นทางสายวิชาชีพต่อไป และเป็นประโยชน์ต่อหลักสูตรในการดูแลนิสิตสำหรับวางแผนเพื่อเตรียมความพร้อมนิสิตที่จะต้องเผชิญกับสิ่งใดบ้างเมื่อออกไปสู่โลกแห่งการทำงานจริงโดยเป็นการพิจารณาจากมุมมองของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธโดยตรง รวมทั้งยังเป็นการสำรวจหาข้อความรู้ใหม่จากประสบการณ์ของบุคคลเหล่านี้ ซึ่งจะแสดงให้เห็นถึงสภาวะการณ์ที่หลากหลายที่บุคคลกลุ่มนี้ได้เผชิญ เป็นช่วงเวลาสำคัญช่วงหนึ่งในกระบวนการพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่จะก้าวไปสู่การเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมืออาชีพต่อไป

ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาประสบการณ์ดังกล่าวของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่ประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพในสังคมไทย เนื่องด้วยเห็นว่ามีความยากลำบากและความท้าทายอยู่ควบคู่กันไป โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาทั้งประสบการณ์ส่วนบุคคลและวิชาชีพโดยศึกษาอย่างเป็นระบบตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีความลุ่มลึก

และเข้มข้น ทั้งนี้ผู้วิจัยยังไม่พบการศึกษาในลักษณะนี้ในประเทศไทยมาก่อน ผู้วิจัยจึงดำเนินการศึกษาเพื่อผลการวิจัยที่ได้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้สนใจที่จะนำไปพัฒนาศึกษาหรือทำวิจัยเพื่อสร้างองค์ความรู้ต่างๆ อันก่อให้เกิดประโยชน์ต่อวงการการศึกษา การฝึกงานของนิสิตและต่อวงการวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ทั้งในด้านประสบการณ์การปฏิบัติงานทางวิชาชีพและวิถีการดำเนินชีวิต

คำถามหลักในการวิจัย

ประสบการณ์ในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพและการดำเนินชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่เป็นอย่างไร

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) เพื่อศึกษาประสบการณ์การปฏิบัติงานทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ มีรูปแบบการศึกษาตามหลักแนวคิดเชิงปรากฏการณ์วิทยา (phenomenology) โดยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) มีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล คือ เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่จบการศึกษาจาก สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยออกไปปฏิบัติงานทางวิชาชีพระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี และมีความยินดีที่จะเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และบันทึกไฟล์สนทนาจากเครื่องอัดดิจิทัลรวมถึงการจดบันทึกภาคสนามเป็นหลักในการเก็บข้อมูล

คำจำกัดความในงานวิจัย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist counseling) หมายถึง กระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษาที่นักจิตวิทยาการปรึกษาอาศัยหลักพุทธธรรม อาทิเช่น หลักไตรลักษณ์ อริยสัจ 4 หรือปฏิจสมุปบาท เป็นต้น เป็นแนวทางในการให้บริการจิตวิทยาการปรึกษาแก่ผู้รับบริการ

นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ (Buddhist counselor) หมายถึง นักจิตวิทยาการปรึกษาทั้งเพศหญิงและชายที่มีความเข้าใจในหลักธรรมทางพุทธศาสนาและใช้หลักธรรมนั้นเป็นแนวทางในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่ปฏิบัติงานทางวิชาชีพเป็นระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เกิดความรู้และความเข้าใจในประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติงานและวิถีการดำเนินชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางอารมณ์ความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรม
2. เป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับผู้เกี่ยวข้องที่จะนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการทำงานทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ
3. เป็นข้อมูลเบื้องต้นที่สามารถนำไปใช้ในการเตรียมความพร้อมในการประกอบวิชาชีพแก่นิสิตก่อนสำเร็จการศึกษา

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าและรวบรวมแนวคิดทฤษฎีต่างๆ รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางพื้นฐานในการศึกษาประสบการณ์ในการปฏิบัติงานของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ โดยผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิดและทฤษฎี ดังต่อไปนี้

1. วิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา
2. จิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย
 - 2.1 ประวัติจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย
 - 2.2 การจัดการเรียนการสอนจิตวิทยาการปรึกษา
3. จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ
4. การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา
5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. วิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา

พัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา มีนักวิชาการให้ความหมายของพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา (professional development) ไว้หลากหลาย นักวิชาการบางกลุ่มเน้นที่ความสามารถในการพัฒนาที่เพิ่มขึ้นกับการเกิดพัฒนาการทางวิชาชีพ และมีนักวิชาการหลายท่านเห็นว่าพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาคือส่วนผสมระหว่างความสามารถที่เกิดขึ้นและความมั่นใจส่วนตัว นอกจากนี้ยังมีนักวิชาการบางท่านให้ความหมายพัฒนาการทางวิชาชีพว่าเป็นการบรรจบกันระหว่างวิถีชีวิตส่วนตัวกับวิถีชีวิตด้านวิชาชีพ (Zahm, 2009)

กล่าวโดยสรุปจากการให้ความหมายข้างต้น พัฒนาการทางวิชาชีพจะเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องอันส่งผลต่อความสามารถ ความมั่นใจ และ ความเป็นวิชาชีพ โดยผ่าน

กระบวนการทำให้ความหมายต่อประสบการณ์ทั้งภายในตนและภายนอกตน (Zahm, 2009) พัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการศึกษามีลักษณะเป็นลำดับขั้นของประสบการณ์และพัฒนาขึ้นเป็นรูปแบบ โดยแต่ละรูปแบบจะมีลักษณะร่วมกันคือ เป็นการศึกษาพัฒนาการของนักจิตวิทยาการศึกษาร่วมจากระดับมือใหม่ก่อนประสบการณ์จนถึงระดับผู้เชี่ยวชาญมากประสบการณ์

ดังนั้น การศึกษารูปแบบพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการศึกษาก็ให้เห็นภาพรวมในมุมมองกว้างของชีวิตทางวิชาชีพนักจิตวิทยาการศึกษาก็ได้ง่ายขึ้นและทำให้เกิดความเข้าใจในแต่ละลำดับขั้นของการพัฒนาว่าในแต่ละลำดับขั้นทางวิชาชีพนั้น นักจิตวิทยาการศึกษาก็ต้องเผชิญและประสบกับความกดดันต่างๆอันนำไปสู่ความเติบโตเป็นนักวิชาชีพที่เชี่ยวชาญได้อย่างไร ซึ่งประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการศึกษามือใหม่เป็นขั้นแรกของพัฒนาการในรูปแบบทางวิชาชีพที่ศึกษาเพื่อเป็นแนวทางพื้นฐานในการทำความเข้าใจต่อการให้ความหมายในประสบการณ์

Dreyfus และ Dreyfus (1986) ได้อธิบายถึงพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งระดับพัฒนาการขึ้นอยู่กับระดับของประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน โดยมี 2 มิติ ดังนี้ คือ

- 1) ความเปลี่ยนแปลงในการทำงาน กล่าวคือ อาศัยประสบการณ์ทำงานของตนเองเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานมากกว่าอาศัยหลักการและแนวคิดที่เป็นนามธรรม
- 2) ความเปลี่ยนแปลงในการรับรู้ กล่าวคือ นักจิตวิทยาการปรึกษามีการรับรู้เป็นภาพรวมหรือองค์รวมมากกว่าการรับรู้อย่างแยกส่วน ซึ่งมีเมื่อนำไปสู่ระดับพัฒนาการนักวิชาชีพ 5 ระดับ ดังนี้

1. ผู้เริ่มฝึกหัดมือใหม่ (novice) คือ บุคคลผู้ขาดประสบการณ์ที่จะนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน จึงอาศัยกฎระเบียบแบบแผนในการปฏิบัติโดยขาดการคำนึงถึงบริบทที่เกี่ยวข้องโดยทั่วไป (context-free rules)
2. ผู้เริ่มต้นขั้นก้าวหน้า (advanced beginner) คือ บุคคลผู้เริ่มมีประสบการณ์บางส่วนและสามารถนำประสบการณ์นั้นมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงานได้
3. ผู้มีความสามารถ (competent) คือ บุคคลผู้มีความสามารถในการทำงานมากจนสามารถคาดการณ์เหตุการณ์ต่างๆที่จะเกิดขึ้น และด้วยประสบการณ์ดังกล่าวทำให้ทราบว่าจะใดควรมุ่งเน้นในการปฏิบัติงาน แต่ทั้งนี้ผู้อยู่ในขั้นนี้ก็ยังคงอ้างอิงกฎเกณฑ์ตามตำราเช่นเดียวกับ

บุคคลในสองระดับแรก เพียงแต่จะถือว่าในระดับผู้มีความสามารถเป็นระดับสูงสุดของบุคคลที่ยังอาศัยกฎเกณฑ์ต่างๆในการปฏิบัติงานมากกว่าจะคำนึงถึงบริบทที่เกี่ยวข้อง

4. ผู้เชี่ยวชาญ (proficient) คือ บุคคลผู้สังเกตและรับรู้ว่าตนเองควรจะปฏิบัติงานไปในทิศทางใดจากการใคร่ครวญถึงสิ่งสำคัญอันเป็นสาระความจริงในสถานการณ์นั้น เป็นบุคคลที่ระดับกฎเกณฑ์ต่างๆได้ถูกแทนที่ด้วยประสบการณ์ส่วนตัว

5. ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ (expert) คือ บุคคลผู้กระทำการต่างๆตามการหยั่งรู้ที่สอดคล้องในสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งได้มาจากประสบการณ์ส่วนตัวที่อันยาวนาน

Skovholt และ Ronnestad (1995) ได้ศึกษาเส้นทางพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยสัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษา จำนวน 100 คน ผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นผู้ที่กำลังจะเข้าศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษาชั้นปีที่ 1 จนถึงระดับผู้ปฏิบัติงานอาวุโสที่มีประสบการณ์การทำงานมากกว่า 40 ปี นับตั้งแต่สำเร็จการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาจากมหาวิทยาลัย Minnesota ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นงานวิจัยที่ศึกษารูปแบบพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษา โดยเป็นรูปแบบการศึกษาพัฒนาการที่ศึกษาถึงกระบวนการพัฒนาการทางวิชาชีพ กิจกรรม ความคิด และพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษาตลอดช่วงชีวิตของนักวิชาชีพ (Zahm, 2009) มีรูปแบบทั้งหมด 8 ขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ขั้นตามกฎเกณฑ์ตามตำรา (conventional stage) เป็นระยะของบุคคลที่ยังไม่ได้ฝึกฝนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแต่มีความพยายามให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลรอบข้างตนเอง
2. ขั้นเปลี่ยนผ่าน (transition to professional training stage) เป็นระยะที่บุคคลเริ่มฝึกหัดทางวิชาชีพด้วยการฝึกหัดส่วนบุคคล
3. ขั้นเลียนแบบ (imitation of experts stage) เป็นระยะที่บุคคลอยู่ในช่วงกลางของการเรียนระดับบัณฑิตศึกษา
4. ขั้นพัฒนาตัวตนตามเงื่อนไข (conditional autonomy stage) เป็นระยะที่บุคคลอยู่ในช่วงการฝึกงานหรือเพิ่งสำเร็จการศึกษาและปฏิบัติงานภายใต้การนิเทศ ถือเป็นนักปฏิบัติมือใหม่
5. ขั้นสำรวจตัวตน (exploration stage) เป็นระยะที่บุคคลสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีอิสระและสั่งสมประสบการณ์ส่วนตัวรวมทั้งประสบการณ์เชิงวิชาชีพอย่างหลากหลายและพบกับความท้าทายใหม่ๆ

6. ขั้นบูรณาการ (integration stage) เป็นระยะที่บุคคลผู้สำเร็จการศึกษาได้ปฏิบัติงานมาหลายปีจนมีประสบการณ์การปฏิบัติงานในระดับหนึ่ง

7. ขั้นปัจเจกบุคคล (individual stage) เป็นระยะที่บุคคลมีเส้นทางการพัฒนาเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล อันนำไปสู่ลักษณะพิเศษต่างๆ ที่เพิ่มขึ้นในรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันออกไป

8. ขั้นบูรณาภาพ (integrity stage) เป็นระยะที่บุคคลผ่านการฝึกฝนเป็นเวลายาวนาน (25-35 ปี) และนำประสบการณ์ที่สะสมมาบูรณาการเข้ากับการปฏิบัติงานมากกว่าการฟังฟังทฤษฎีของผู้เชี่ยวชาญอื่นๆ

ต่อมาในปี 2003 Ronnestad และ Skovholt ได้ศึกษาค้นคว้าในเชิงลึกมากขึ้นและนำข้ออภิปราย ข้อเสนอแนะที่นักวิชาการท่านอื่นได้ตั้งประเด็นไว้มาปรับแก้จนได้รูปแบบใหม่ที่นักวิจัยเชื่อว่ามีควมลุ่มลึกของข้อมูลมากกว่าเดิม จึงได้ทำการลดทอนและรวมรูปแบบพัฒนาการนักจิตวิทยาการปรึกษาลงจาก 8 ขั้น (stage) เป็น 6 ระยะ (phase) ดังนี้

1. ระยะของผู้ช่วยเหลือก่อนการฝึกฝนทางวิชาชีพ (the lay helper phase) เป็นระยะก่อนที่บุคคลจะได้รับ การฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพ ซึ่งบุคคลเหล่านี้มีประสบการณ์การให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นก่อนที่จะเข้าสู่การฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพ

2. ระยะเริ่มแรกของการเป็นผู้เรียน (the beginning student phase) เป็นระยะที่บุคคลหาจุดเริ่มต้นของการฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพที่มีความตื่นตัวและทำทนายอย่างเข้มข้น ทุกองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องในการฝึกปฏิบัติทางวิชาชีพ เช่น ทฤษฎีต่างๆ ผู้รับการปรึกษา วิธีชีวิตเพื่อนร่วมงาน อาจารย์ ผู้นิเทศก์งาน สภาพแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม ฯลฯ ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อบุคคลในการเปลี่ยนบทบาทจากระยะแรกมาเป็นระยะที่สอง ซึ่งบุคคลจะสัมผัสถึงการเปลี่ยนแปลงจากปัจจัยที่มีผลกระทบต่อตัวเองต่างๆ เมื่อให้บริการเชิงจิตวิทยาแก่ผู้รับการปรึกษาครั้งแรกในชีวิต

3. ระยะขั้นก้าวหน้าของการเป็นผู้เรียน (the advanced student phase) เป็นระยะที่ผู้เรียนฝึกปฏิบัติงานจริงภายใต้การนิเทศก์อย่างเป็นทางการ เช่น การฝึกการปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิสิต (practicum) และการฝึกการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (internship) ซึ่งเป็นระยะการทำงานในระดับวิชาชีพขั้นพื้นฐาน ทำให้บุคคลในระยะนี้พยายามทำหน้าที่ของตนเอง โดยหลีกเลี่ยงความผิดพลาดให้มากที่สุดและปฏิบัติงานให้ดีเยี่ยม บุคคลรับรู้ว่าคุณมีความกดดัน

เพื่อให้งานสมบูรณแบบทำให้ขาดความผ่อนคลายและเป็นธรรมชาติในการปฏิบัติงาน การนิเทศ จึงมีความสำคัญที่จะช่วยเหลือบุคคลเหล่านี้ได้

4. ระยษะนักวิชาชีพมือใหม่ (the novice professional phase) เป็นระยษะครอบคลุมนใน ช่วงหนึ่งปีแรกหลังสำเร็จการศึกษา เป็นช่วงปีที่นักจิตวิทยาการปรึกษามีประสบการณ์ร่วมอัน เข้มขันในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาและมีรู้สึกท้าทายในความพยายามเป็นผู้เชี่ยวชาญ เป็น ระยษะที่มีความเป็นตัวของตัวเองและรับรู้การมืออยู่ของตนในการปฏิบัติงาน รวมถึงเป็นระยษะในช่วง กระบวนการอันต่อเนื่องในการกำหนดหลักเกณฑ์ใหม่ทางความคิดและพฤติกรรมของตนเองต่อ การปฏิบัติงานวิชาชีพ ซึ่งสามารถแบ่งระยษะการเปลี่ยนแปลงตามลำดับที่เกิดขึ้นในช่วงปีแรกที่ สำเร็จการศึกษา เป็น 3 ระยษะ ดังนี้ 1) ระยษะที่นักจิตวิทยาการปรึกษาค้นหาแนวทางที่ถูกต้องและ แน่นอนในการฝึกปฏิบัติงานตามประสบการณ์ของตน 2) ระยษะที่นักจิตวิทยาการปรึกษาต้อง ประสบกับความผิดหวังในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพของตนเมื่อเผชิญกับการปฏิบัติงานที่ตนเองมี ความเชี่ยวชาญไม่เพียงพอ และ 3) ระยษะที่บุคคลสำรวจความเป็นมืออาชีพและสำรวจตนเองอย่าง เข้มขัน ซึ่งในงานวิจัยนี้กล่าวว่าผู้เชี่ยวชาญมือใหม่เหล่านี้ไม่ได้ถูกสอนให้เตรียมพบกับความรู้สึก ผิดหวังที่อาจเกิดขึ้นในการปฏิบัติงาน ดังนั้นในแต่ละบุคคลจึงคาดไม่ถึงกับสภาพที่เกิดขึ้นใน การปฏิบัติงานจริงว่ามีความเข้มขันและพบปัญหาที่หนักกว่าในการฝึกปฏิบัติงานระหว่าง การศึกษา โดยบุคคลคิดว่าอุปสรรค ความกดดันที่ได้รับในช่วงเวลาฝึกงานดังกล่าวมี ความเพียงพอแล้วต่อการไปปฏิบัติงานทางวิชาชีพจริง

5. ระยษะนักวิชาชีพที่มีประสบการณ์ (the experienced professional phase) เป็นระยษะ ที่บุคคลฝึกฝนการทำงานมาระยษะเวลาหนึ่ง ได้บริการเชิงจิตวิทยาการปรึกษากับผู้รับการปรึกษาที่ หลากหลายและแตกต่าง และพัฒนาการที่สำคัญมากที่สุดในระยษะนี้ คือการสร้างบทบาท การปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่สอดคล้องกับการรับรู้ด้วยตนเอง (self-perceptions) ซึ่งรวมถึงการทำ ความเข้าใจค่านิยม ความสนใจ และทัศนคติของผู้รับการปรึกษาแต่ละคนให้มากที่สุด เป็น ความสามารถทางวิชาชีพที่นำมาประยุกต์ใช้ตามความเป็นจริง

6. ระยษะนักวิชาชีพอาวุโส (The senior professional phase) เป็นระยษะที่บุคคลผ่าน การฝึกฝนและสะสมประสบการณ์ประมาณ 20-25 ปี หรือมากกว่า โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มี ประสบการณ์จะได้รับบทบาทให้เป็นผู้สามารถชี้แนะนักจิตวิทยามือใหม่ในภาคสนามได้

งานวิจัยของ Skovholt และ Ronnestad (1995) เป็นงานวิจัยที่ศึกษาประสบการณ์และ สภาพเงื่อนไขของนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพในประเทศสหรัฐอเมริกา โดย Wilkins (1997) ได้

กล่าวว่า แนวคิดนี้สามารถนำไปใช้กับนักปฏิบัติการศึกษาอื่นได้ เนื่องจากหลักฐานอ้างอิงแสดงให้เห็นถึงสิ่งสำคัญในพัฒนาการทางวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง ซึ่งพัฒนาการนักจิตวิทยาการศึกษาจะครอบคลุมถึงความขัดแย้งต่างๆ และความต้อ่งการที่แตกต่างกันในระดับขั้นพัฒนาการดังกล่าว เช่น ในขั้นต้นความต้องการจะเป็นด้านทักษะและความรู้ ผู้ปฏิบัติงานต้องการมีความสามารถในการปฏิบัติงาน ในขั้นกลางผู้ปฏิบัติงานต้องการพัฒนาประสิทธิภาพส่วนตน และในขั้นสุดท้ายเป็นช่วงเวลาแห่งการบูรณาการอย่างเป็นองค์รวม และอาจรวมถึงการปรับแนวคิดก่อนที่จะถอนตัวออกจากอาชีพ

2. จิตวิทยาการศึกษาในประเทศไทย

2.1 ประวัติจิตวิทยาการศึกษาในประเทศไทย

การวางรากฐานทางด้านจิตวิทยาการศึกษาในประเทศไทยได้เริ่มต้นขึ้นจากการบุกเบิกของศาสตราจารย์ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา ซึ่งท่านได้รับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตด้านจิตวิทยาการศึกษาจากมหาวิทยาลัยมิชิแกน สหรัฐอเมริกา และในปี 2491 ท่านได้กลับมาดำรงตำแหน่งอาจารย์ในแผนกวิชาครุศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยได้เริ่มสอนวิชาจิตวิทยาทางการแนะแนว นับเป็นการสอนวิชาการแนะแนวเป็นครั้งแรกของประเทศไทย (ดวงเดือน พิศาลบุตร, 2549) นอกจากนี้ด้วยวิสัยทัศน์และความมุ่งหมายที่จะพัฒนางานด้านการศึกษาให้เจริญก้าวหน้า ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์พยายามผลักดันแผนกวิชาครุศาสตร์ให้เป็นคณะครุศาสตร์ และประสบความสำเร็จในปี พ.ศ. 2500 แผนกวิชาครุศาสตร์ จึงได้รับการสถาปนาขึ้นเป็นคณะครุศาสตร์ และการเรียนการสอนของสาขาวิชาจิตวิทยาได้อยู่ในความรับผิดชอบของแผนกวิชาวิจัยการศึกษาของคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและต่อมาได้มีการจัดตั้งภาควิชาจิตวิทยา เพื่อรับผิดชอบงานดังกล่าวเป็นต้นมา (สุภาพรณ โคตรจรัส, 2549)

ในช่วงเวลาดังกล่าววิชาการแนะแนวถือเป็นวิชาใหม่ในประเทศไทย แต่ถือเป็นวิชาที่มีความสำคัญและจำเป็น ในปี พ.ศ. 2505 กระทรวงศึกษาธิการได้ให้ความสำคัญในวิชาการแนะแนว (พูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา, 2549) ทำให้ศาสตร์ด้านจิตวิทยาการศึกษาในประเทศไทยสามารถวางรากฐานด้านการศึกษาได้อย่างเป็นระบบ โดยกระทรวงศึกษาธิการได้จัดตั้งคณะกรรมการแนะแนวการศึกษาและอาชีพเพื่อวางนโยบายดำเนินงานและช่วยเหลือการฝึกอบรมบุคลากรทางการแนะแนวโดยเริ่มต้นจากการฝึกอบรมครูในโรงเรียนทั่วประเทศและ

เมื่อเวลาผ่านไปความความต้องการบุคลากรด้านการแนะแนวมีเพิ่มมากขึ้น ทำให้วิทยาลัย
 วิชาการศึกษาประสานมิตร หรือมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในปัจจุบัน ได้เปิดสอนหลักสูตร
 ประกาศนียบัตรชั้นสูงสาขาการแนะแนวขึ้นเป็นที่แรกในประเทศไทย ต่อมาหลักสูตรนี้ได้พัฒนา
 เป็นระดับการศึกษาสำหรับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการแนะแนว

ขณะเดียวกันหลังจากสามารถจัดตั้งคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยได้แล้ว
 ทางคณะได้มุ่งขยายงาน สร้างคุณภาพและปรับปรุงหลักสูตรทุกระดับ จึงมีโครงการจัดทำ
 หลักสูตรจิตวิทยาในฐานะวิชาเอกระดับปริญญาตรี เพื่อเตรียมการเปิดหลักสูตรปริญญาโทใน
 สาขาจิตวิทยาซึ่งในตอนนั้นยังไม่มีหลักสูตรดังกล่าวในประเทศไทย จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2505
 ศาสตราจารย์ ดร.สุรางค์ ไคว์ตระกูล ผู้เป็นศิษย์ของท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ ซึ่งได้รับการสนับสนุนให้
 ศึกษาต่อในสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาระดับปริญญาโทจนถึงปริญญาเอก ถือเป็นคนไทยคน
 แรกที่จบการศึกษาด้านจิตวิทยาการศึกษาระดับปริญญาเอก เมื่อท่านกลับประเทศไทย จึงได้
 ดำเนินการเปิดสอนหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาระดับปริญญาโท โดยนับเป็น
 หลักสูตรแรกในประเทศไทยในระดับปริญญาโท (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2540) นอกจากนี้ในปี
 พ.ศ. 2506 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยได้จัดตั้งแผนกวิชาจิตวิทยาขึ้น โดยมีหน้าที่
 จัดการเรียนการสอนในจิตวิทยาแขนงต่างๆ ทั้งระดับนิสิตปริญญาตรี โท และ เอก (สุภาพรณ
 โคตรจรัส, 2549)

ศาสตราจารย์จิตวิทยาการปรึกษาได้พัฒนาขึ้นอย่างเป็นลำดับ โดยปี พ.ศ. 2515 ทาง
 คณะครุศาสตร์ ได้เปิดหลักสูตรจิตวิทยาการศึกษาระดับปริญญาตรี และเมื่อความนิยมทาง
 ศาสตร์นี้ได้เพิ่มมากขึ้น ประเทศไทยต้องการครูแนะแนวในโรงเรียนเพิ่มขึ้น จึงมีการจัดหลักสูตร
 เป็นหลักสูตรครุศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนวขึ้นและมีการเปิด
 หลักสูตรดุริยางค์บัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา โดยเป็นหลักสูตรปริญญาเอกหลักสูตรแรกของ
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2540) ต่อมาในปี พ.ศ. 2526 ทางคณะครุศาสตร์
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้มีการปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยา
 การศึกษาและการแนะแนว และปรับเปลี่ยนสาขาวิชาด้านการแนะแนวเป็นหลักสูตรสาขาวิชา
 จิตวิทยาการปรึกษา และใช้ชื่อนี้ตลอดมาตั้งแต่ พ.ศ. 2528 จนถึงปัจจุบัน

ในปี พ.ศ. 2539 ทางคณาจารย์และผู้ที่เกี่ยวข้องด้านวิชาชีพจิตวิทยาได้ตระหนักและเห็น
 ความสำคัญต่อวิชาชีพดังกล่าว จึงได้ผลักดันให้จัดตั้งคณะจิตวิทยาขึ้น ซึ่งโครงการจัดตั้งคณะ
 จิตวิทยาได้รับความเห็นชอบจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและสถาปนาเป็นคณะจิตวิทยาเมื่อ

วันที่ 7 กรกฎาคม 2539 นับเป็นการวางรากฐานจิตวิทยาในประเทศไทยให้มั่นคงยิ่งขึ้นไป และ ศาสตร์ด้านจิตวิทยาการปรึกษาเองมีการพัฒนาและเติบโตขึ้นด้วยโดยมีการเรียนการสอน หลักสูตรจิตวิทยาในระดับปริญญาตรีและเปิดสอนหลักสูตรจิตวิทยาในสาขาวิชาต่างๆ รวมทั้งใน สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาทั้งในระดับปริญญาโทจนถึงปริญญาเอก (เอกสารประกอบ การประชุมนิเทศนิสิต ระดับบัณฑิตศึกษา, 2551)

ในปัจจุบันความนิยมทางศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาได้ขยายตัวเพิ่มขึ้นมาก ทำให้มี มหาวิทยาลัยหลายแห่งเปิดสอนหลักสูตรนี้ โดยทั่วไปแบ่งเป็นสองสาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชา จิตวิทยาการแนะแนว และจิตวิทยาการปรึกษา (ทิพย์วรรณ กิตติพร, 2536) นอกจากจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัยแล้ว มีมหาวิทยาลัยของรัฐหลายแห่งที่เปิดหลักสูตรระดับปริญญาโทและเอกใน สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา นับเป็นความก้าวหน้าของวิชาชีพในศาสตร์นี้ในประเทศไทยที่สามารถผลิตนักจิตวิทยาการปรึกษาในวิชาชีพระดับสูงได้

2.2 การเรียนการสอนจิตวิทยาการปรึกษา

ศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาจัดเป็นศาสตร์จิตวิทยาประยุกต์และเป็นวิชาชีพในการให้ความช่วยเหลือที่ได้รับการฝึกอบรมโดยเฉพาะ(วัชร ทรัพย์มี, 2546) โดยให้ความช่วยเหลือในด้าน สุขภาพจิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต จิตวิทยาการปรึกษามีงานที่มุ่งเน้นอยู่ 2 ประการ คือ 1) การส่งเสริมพัฒนาการของบุคคลอย่างเต็มความสามารถจนพัฒนาไปอย่างถึงขีดสุดใน ศักยภาพของชีวิต ทั้งในด้านครอบครัว สังคม การงาน และการศึกษา 2) การป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นของบุคคล โดยป้องกันไม่ให้เกิดโอกาสเกิดความเครียดขั้นรุนแรง เป็นการป้องกัน ปัญหาในระยะแรกเริ่ม ดังนั้นความสามารถในด้านการเยียวยา บำบัด การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งรายกลุ่ม รายเดี่ยว เป็นสิ่งที่ทางสาขาวิชาที่เปิดสอนหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษา ต้องมี รวมถึงทักษะในการให้บริการเชิงจิตวิทยาการปรึกษา การฟื้นฟูบำบัด และการวิจัยด้วย (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2540)

จิตวิทยาการปรึกษาเป็นกระบวนการที่เน้นให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลที่มีพื้นฐานทาง สุขภาพจิตที่ดี แต่ยังมีเผชิญกับปัญหาต่างๆในชีวิตประจำวันและต้องการที่จะแก้ไขปัญหานั้นๆ หรือ มีความต้องการที่พัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ โดยในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นได้มุ่ง ความสำคัญไปที่สัมพันธภาพและปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นตามขั้นตอนและทฤษฎีพื้นฐานที่ใช้ โดยมี จรรยาบรรณทางวิชาชีพกำกับ และมีความเกี่ยวข้องกับการให้การช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหา

หรือเป็นบุคคลที่มีความต้องการที่จะพัฒนาตนไปในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น ด้านการศึกษา ด้านการเข้าสังคม ด้านการประกอบอาชีพ ฯลฯ ศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาจึงล้วนเกี่ยวข้องกับมนุษย์และสังคมในทุกด้าน (วัชรวิ ทรัพย์มี, 2546) ซึ่งในกระบวนการเชิงจิตวิทยานั้นจำเป็นต้องใช้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้านการสมรส การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้านสุขภาพจิต การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้านการอาชีพ เป็นต้น นักจิตวิทยาการปรึกษาในด้านต่างๆ จึงต้องรับการฝึกฝนและเตรียมตัวในสาขาวิชาที่มีความจำเพาะ สาขาจิตวิทยาการปรึกษาในสถาบันจึงผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในการบริการจิตวิทยาการปรึกษา รวมถึงความรู้ที่จะใช้เพื่อพัฒนาวิชาชีพ หลักสูตรในการผลิตบัณฑิต จึงเป็นหลักสูตรในระดับปริญญาโทและปริญญาเอก ทุ่มเวลา เพื่อให้บัณฑิตนักศึกษา เป็นผู้มีความสามารถทั้งด้านการวิจัยและการปฏิบัติงานด้านวิชาชีพ (scientist and practioner) ดังนั้นรายวิชาที่ทางสาขาจิตวิทยาการปรึกษาเปิดสอนจึงเป็นรายวิชาทางจิตวิทยาที่มุ่งเน้นทำความเข้าใจในพฤติกรรม การเติบโตและพัฒนาของมนุษย์ เช่น การวัดและการประเมินผล การทดสอบทางจิตวิทยา ทฤษฎีบุคลิกภาพและจิตบำบัด เป็นต้น ทั้งนี้ในการเรียนการสอนยังเน้นให้ผู้เรียนมีความเข้าใจในตนเอง รู้เท่าทันตนเอง สำรวจตนเอง เพื่อสามารถพัฒนาคุณสมบัติที่จำเป็นของนักจิตวิทยาการปรึกษาได้และนำไปใช้ในการปฏิบัติงานวิชาชีพให้มีประสิทธิภาพ เช่น บุคลิกภาพที่เป็นมิตร ไวต่อความรู้สึกผู้อื่น รับผิดชอบต่อความรู้สึกผู้อื่นได้ เห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เป็นต้น (สุภาพรรณ โคตรจรัส, 2540)

ปัจจุบันจิตวิทยาการปรึกษาเริ่มเข้าไปมีบทบาทในวงการต่างๆ ของสังคมมากยิ่งขึ้น ไม่เพียงแต่เข้าไปเกี่ยวข้องเป็นหน่วยย่อยของสังคมแค่ครอบครัวหรือสถานศึกษา ยังเข้าไปมีบทบาทในวงการธุรกิจ วงการอุตสาหกรรมทั้งภาครัฐและเอกชน โดยหันมาสนใจถึงสุขภาพของพนักงานมากยิ่งขึ้น จึงมีความต้องการนักจิตวิทยาการปรึกษาในองค์กรเพื่อให้ความช่วยเหลือในระยะเริ่มแรก ดังนั้นศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษานั้น จึงเริ่มที่จะได้รับความสนใจจากสังคม

เพื่อการผลิตบัณฑิตที่ตอบสนองต่อความต้องการทางสังคม สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาในสถาบันการศึกษา จึงจัดการเรียนการสอนที่ครอบคลุมความต้องการดังกล่าว ยกตัวอย่างเช่น จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยได้เปิดสอนในรายวิชาที่มีความหลากหลาย เช่น จิตวิทยาอาชีพและแนะแนว จิตวิทยาการปรึกษาและคลินิก โดยมีรายวิชาที่มุ่งเน้นการปฏิบัติเชิงวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษารายเดี่ยว รายกลุ่ม ครอบครัว หรือจิตวิทยาองค์กร (เอกสารประกอบการปฐมนิเทศนิสิต ระดับบัณฑิตศึกษา, 2551) นอกจากนี้สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยยังได้มีการพัฒนาแนวคิดและกระบวนการทางจิตวิทยา

การปรึกษาที่มีประสิทธิภาพอันสอดคล้องกับวิถีชีวิตของสังคมไทยอย่างต่อเนื่อง มีการขยายฐานแนวคิดทางจิตวิทยาตะวันตกสู่ฐานแนวคิดจิตวิทยาตะวันออก โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โพธิ์แก้ว เป็นผู้ริเริ่มการขยายฐานแนวคิดนี้ออกไป ทำให้สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมีความโดดเด่นทางด้านวิชาการจิตวิทยาการปรึกษาตะวันออก โดยได้เปิดสอนวิชาที่เน้นจิตวิทยาการปรึกษาที่ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสตร์เป็นพื้นฐานในการปฏิบัติงานมากขึ้น ได้แก่ วิชาจิตวิทยาตะวันออกกับความงอกงามของมนุษย์ (Eastern Psychology and Human Growth) และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพุทธศาสตร์ (Counseling within the Context of Buddhist Teachings) รวมถึงในการฝึกปฏิบัติงานทางวิชาชีพที่มุ่งเน้นการฝึกหัดนิสิตโดยใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพอีกด้วย ทำให้ในช่วงสิบปีที่ผ่านมา มีบัณฑิตที่ได้รับการฝึกหัดทางจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเป็นจำนวนมาก

จะเห็นได้ว่าหลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษานั้น มีความหลากหลายและเป็นสหวิชาชีพ ที่ในแต่ละสถาบันก็มุ่งเน้นการผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ความสามารถในเชิงวิชาชีพและสามารถตอบสนองต่อความต้องการและบริบทของสังคมไทยได้

3. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist counseling)

3.1 ความเป็นมา

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist counseling) คือ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่นักจิตวิทยาการปรึกษาใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นพื้นฐานในการแก้ไขปัญหาหรือประเด็นความทุกข์ต่างๆที่ค้างคาอยู่ในจิตใจของผู้ให้บริการ ส่งผลให้บุคคลนั้นดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างสอดคล้องกลมกลืนกับสภาวะแห่งความเป็นจริงของโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงไม่แน่นอนได้นอกจากการขจัดปัญหาหรือปมปัญหาในใจแล้ว นักจิตวิทยาการปรึกษายังสามารถช่วยส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกในทางดีงามขึ้นในจิตใจของบุคคลผู้ให้บริการ เป็นการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเองและเป็นความเติบโตและงอกงามภายในจิตใจของผู้บริการ ซึ่งมีรูปแบบในการทำงานได้ทั้งแบบรายบุคคล และแบบรายกลุ่ม

รองศาสตราจารย์.ดร.โสริช โพธิ์แก้ว เป็นผู้วางรากฐานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธให้เกิดขึ้น โดยผสมผสานการสังเคราะห์องค์ความรู้จากทฤษฎีต่างๆของนักจิตวิทยาตะวันตก เข้ากับหลักธรรมทางพุทธศาสนาทางโลกตะวันออกได้อย่างเหมาะสม โดยรองศาสตราจารย์.ดร.โสริช

โพธิแก้ว ให้แนวคิดการใช้หลักธรรมเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานว่าทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถที่จะปฏิบัติงานกับเพื่อนมนุษย์ในทุกมิติได้อย่างกว้างขวาง หลากหลายและครอบคลุมในทุกพื้นที่ของปัญหาและระดับทางด้านจิตใจ ซึ่งไม่จำกัดแต่เพียงผู้ให้บริการเท่านั้น แต่หมายถึงการดำรงอยู่ร่วมกันในสังคมบนฐานความเป็นมนุษย์

3.2 หลักธรรมที่นำมาเป็นรากฐานในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธไม่ว่าจะเป็นรูปแบบรายบุคคล หรือรายกลุ่ม อาศัยหลักธรรมทางพุทธศาสนาเป็นรากฐานในการทำงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หลักธรรมที่นำมาใช้ได้แก่ อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท อิทัปปัจจตา และไตรลักษณ์ ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องมีความเข้าใจหลักธรรมดังกล่าวอย่างแจ่มแจ้ง เด่นชัด ด้วยตนเอง จนสามารถนำความเข้าใจอย่างถ่องแท้ไปใช้เพื่อการแก้ไขปัญหาในใจของผู้ให้บริการ นำพาผู้รับบริการปรึกษาออกจากความมืดมิดแห่งจิตใจไปสู่ความสว่างโล่ง จากที่แคบไปสู่ที่กว้าง จากที่ต่ำไปสู่ที่สูง จากความไม่รู้ของอวิชชาไปสู่ปัญญาแห่งสัมมาทิฐิ โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาได้ช่วยเหลือให้เกิดความสมดุลขึ้นในจิตใจของผู้รับบริการจนสามารถที่จะดำรงอยู่ได้อย่างกลมกลืนสอดคล้องเป็นเนื้อเดียวกันกับความจริงของชีวิต (โสริช โพธิแก้ว, 2553) โดยมีรายละเอียดหลักธรรมที่เป็นพื้นฐานในการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธโดยสังเขป ดังนี้

3.2.1 อริยสัจ 4

อริยสัจ 4 เป็นหลักธรรมในการแสวงหาสัจธรรมของชีวิต เริ่มตั้งแต่การประสบความทุกข์ ค้นหาสาเหตุ พิจารณาแนวทางแก้ไข กำหนดแนวทางปฏิบัติที่ต้องแก้ไข และลงมือปฏิบัติแก้ไขให้พ้นทุกข์ จนบรรลุตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ โดยเป็นหลักธรรมสำหรับมนุษย์ที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องข้องเกี่ยวกับการทำความเข้าใจ การใช้ประโยชน์และนำไปปฏิบัติได้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2555) และโสริช โพธิแก้ว (2553) กล่าวว่า เป็นหลักธรรมสำคัญที่กว้างขวางและครอบคลุมธรรมะทั้งหมด รวมถึงปรากฏการณ์ในจักรวาลและชีวิต เป็นหลักแห่งความเข้าใจขั้นพื้นฐานที่สำคัญในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ละเอียดได้ดังนี้

ก) ทุกข์ หรือ ใจที่กระเพื่อม เป็นสภาพที่บีบคั้นใจ หนได้ยากเป็นรากเหง้าแห่งปัญหาของมนุษย์ทั้งหมด อาการของทุกข์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต, 2555) ได้รวบรวมสรุปไว้จากพระไตรปิฎกและอรรถกถาว่า อาการของทุกข์มีหลายอย่าง เช่น ความเสียใจ

เศร้าใจ ผิดหวัง แค้นใจ อันเกิดจากความไม่เข้าใจในความจริงของโลกที่แปรเปลี่ยนไปเสมอตามปัจจัยที่เนื่องกันมา บุคคลที่มีทุกข์จะยึดถือสิ่งต่างๆ ให้คงที่ไม่เปลี่ยนแปลง แต่ความจริงของโลกย่อมแปรผันและเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้เกิดความทุกข์เมื่อเจอกับความเสื่อม ความไม่เที่ยงของสิ่งที่ตนยึดไว้ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต, 2555) ได้แนะนำหน้าที่ที่จะปฏิบัติต่อทุกข์ไว้ว่า เพียงแค่รับรู้สภาวะทุกข์ รู้ตามสภาพที่แท้จริง ยอมรับในสิ่งนั้น ก็หมดความทุกข์ ด้วยหน้าที่ที่จะชี้ให้ผู้รับบริการเข้าใจทุกข์ ทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเพียงเอื้อให้ผู้รับบริการเห็นทุกข์ของเขาอย่างชัดเจน การหาเหตุแห่งทุกข์เพื่อดับทุกข์ก็ง่ายขึ้น

ข) สมุทัย หมายถึง เหตุแห่งทุกข์ โดยต้นเหตุที่แท้จริงนั้นมาจากปัจจัยภายในมากกว่าปัจจัยภายนอก คือตัวเราเอง ที่ไม่รู้ไม่เข้าใจ (อวิชชา) กล่าวคือ ไม่รู้ในกฎธรรมชาติที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ (ไตรลักษณ์) ไม่รู้กฎของความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกับทุกสิ่งบนโลก (อิทัปปจยตา) ความไม่รู้ส่งผลต่อความไม่เข้าใจโลกและชีวิตจากต้นเหตุ จนอยากมี ไม่อยากเป็น ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น และนำไปสู่อุปาทานยึดติดว่าสิ่งนี้ดีสิ่งนี้ไม่ดี เมื่อไม่เป็นไปตามที่ใจคิดก็เกิดภาวะทุกข์ขึ้น สมุทัยเปรียบเสมือนแผนที่ขยายความเข้าใจและนำพาผู้คนให้ออกจากความยึดมั่นถือมั่น อันกดดันและบีบคั้นจิตใจ จนเกิดความเข้าใจในความถูกต้องแท้จริงของธรรมชาติ ซึ่งความเข้าใจดังกล่าวจะเป็นพื้นฐานในการชำระจิตใจให้ใสสะอาด และนำพาชีวิตตนให้ดำเนินไปอย่างดีงาม ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม โดยเป็นธรรมอันเป็นกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ โดยหน้าที่ของมนุษย์คือรู้สาเหตุแห่งทุกข์นั้น แล้วกำจัดออกไป (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2555) ดังนั้นการทำงานจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธจึงต้องเริ่มจากการหาสาเหตุแห่งทุกข์ในใจของผู้รับบริการ โดยค้นหารากเหง้าต้นตอแห่งทุกข์ที่แท้จริงของผู้รับบริการ จากนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องหาทางหรือชี้ให้ผู้รับบริการเห็นรากเหง้าแห่งทุกข์ของตนเองให้ชัดเจนขึ้นอีกครั้งหนึ่งเพื่อเตรียมพร้อมที่จะกำจัดขุดถอนรากเหง้าแห่งทุกข์นั้นออกไป

ค) นิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ เป็นภาวะที่ใจไม่กระเพื่อม เมื่อสาเหตุของทุกข์ถูกกำจัดออกไป ความไม่ทุกข์จึงเกิดขึ้น ปัญหาในใจจึงหมดไป ไร้ทุกข์ ใจที่ถูกบีบคั้น ที่ถูกกดดันจะโล่ง เบา และเป็นอิสระ ผ่องใส เมื่อภายในของตนเองสงบ สดชื่นก็ส่งผลต่อการใช้ชีวิตที่ทำให้เกิดความดีงามทั้งภายในตนและภายนอกตน ในส่วนของบทบาทหน้าที่นักจิตวิทยาการปรึกษา ทำได้ในระดับของปุถุชนในทางโลกเท่านั้น โดยบุคคลทั่วไปสามารถเข้าถึงภาวะนิโรธได้ในระดับโลกียะ แบ่งเป็น 2 ระดับ ดังนี้ 1) วิกขัมภานินิโรธ คือ การดับทุกข์ด้วยการขมใจไว้ ทำจิตให้สงบ 2) ตพังคนินิโรธ คือ การดับทุกข์ด้วยการรู้จักคิดพิจารณาด้วยปัญญาที่เท่าทัน เห็นจริงตาม

ธรรมชาติ (ภาวะนิโรธในระดับโลกุตระ มี 3 ระดับ ได้แก่ 1) สมุจเฉทนิโรธ คือ การดับทุกข์อย่าง เสร็จสิ้นเด็ดขาด 2) ปฏิปัสสัทธินิโรธ คือ การดับทุกข์ด้วยการสงบระงับ 3) นิสสรณนิโรธ คือการดับทุกข์ด้วยการสลัดออกไปได้) ดังนั้นหน้าที่ของผู้ที่จะดับทุกข์ได้จึงต้องมองภาวะทุกข์ให้แจ่มแจ้ง แล้วคิดว่าเป็นสิ่งเป็นไปได้จะแก้ไข รวมทั้งรู้ว่า จะแก้ทุกข์ให้สำเร็จได้อย่างไร ซึ่งนักจิตวิทยา การปรึกษาจะต้องเข้าใจถึงภาวะทุกข์ได้อย่างชัดเจนและมีปัญญาที่จะหาหนทางแห่งการดับทุกข์ ในใจให้ได้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2555)

ง) มรรค หมายถึง ทางดับทุกข์ เมื่อมีความเข้าใจในภาวะทุกข์ รู้ปัญหาที่เป็นรากเหง้า รู้ทางแก้ไขครบถ้วนแล้ว ในขั้นนี้จะเป็นการปฏิบัติที่จะทำให้ทุกข์นั้นหายไป เป็นขั้นตอนแห่งการปฏิบัติ เรียกว่ามรรคมืองค์ 8 ดังนี้

(1) สัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบ เป็นความเห็น ความเข้าใจ ในทางที่ดั่งามถูกต้องในการดำเนินชีวิต หากเห็นผิด จะเรียกว่า มิจฉาทิฐิ ซึ่งสัมมาทิฐิแบ่งเป็น 2 ระดับคือ 1) สัมมาทิฐิในโลกียะ และ 2) สัมมาทิฐิในโลกุตระ ซึ่งในระดับปุถุชนนั้นการมี สัมมาทิฐิในโลกียะคือ ความเห็นชอบในระดับโลกีย์ ที่ยังเป็นไปตามโลก ได้แก่ความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจต่อโลกและชีวิตตามหลักทำนองคลองธรรม โดยความเข้าใจโลกและชีวิต ตามความเป็นจริงของสัมมาทิฐินี้ครอบคลุมถึงความเข้าใจในเรื่องความรู้ในอริยสัจ 4 และ ไตรลักษณ์ โดย ความรู้ในอริยสัจนั้นเป็นความเข้าใจทุกข์ สาเหตุของภาวะที่ใจระเพื่อม การดับ ความทุกข์และทางปฏิบัติที่เกิดการดับทุกข์ โดยความเข้าใจนี้ส่งผลต่อการใช้ชีวิตทำให้จิตใจไม่ กระทบเพื่อมไปตามเหตุปัจจัยอื่นๆ และการรู้ในไตรลักษณ์คือการเห็น การเข้าใจในลักษณะที่ทุกสิ่ง อย่างมีความเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะช่วยให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างสอดคล้องกับความจริงที่ เปลี่ยนแปลง ไม่ยึดติด ไม่เกิดติดขัด ไม่ปรารถนาตามใจที่อยาก เกิดความคงที่ คงทน ภาวะใจที่ กลมกลืนไปกับความจริงของไตรลักษณ์นี้ก็จะ เป็นอิสระและมีเนื้อที่ที่จะต้อนรับสิ่งใหม่ๆ ได้อย่าง เบิกบานแจ่มใส และสามารถจัดการตนเองให้อยู่กับสิ่งใหม่ๆ เหล่านั้นได้อย่างสอดคล้องเหมาะสม ในทำที่สุดนั้นความเข้าใจในไตรลักษณ์จะช่วยให้สามารถอยู่กับปัจจุบันขณะได้อย่างไม่ยึดติด และใช้ชีวิตในแต่ละช่วงวินาทีได้อย่างเต็มที่มีสมบุรณ์ รวมถึงรู้ในปัจจุสมุปบาท คือ ความเข้าใจใน ทุกข์และต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง (โสริช โทธิแก้ว, 2553)

ความรู้ความเข้าใจในธรรมทั้งหลายนี้เป็นรากฐานในการทำงาน จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาจะขจัดวงจรแห่งทุกข์คือปัจจุสมุปบาท ออกจากใจของผู้รับบริการ และนำพาผู้รับบริการให้เข้าถึงความจริงตามธรรมว่าทุกสิ่งมี

การเปลี่ยนแปลง (ไตรลักษณ์) และทุกสิ่งมีความเกี่ยวพันกัน (อิทัปปัจจตา) โดยมีหลักอริยสัจ 4 เป็นหัวใจในการทำงาน

(2) สัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ เป็นความนึกคิดที่ถูกต้องที่เหมาะสม โดยใช้โยสินโสมนสิการคือการเห็นสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้องตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น โดยในขณะที่นึกคิด ใจจะต้องเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ไม่ยึดติดกับสิ่งใด หรือมีใจที่เที่ยงตรงตามจริงไม่มีอคติ ภาวะตรงกันข้ามกับสัมมาสังกัปปะคือ มิจฉาสังกัปปะ

(3) สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ ได้แก่การไม่พูดปด พูดแต่คำจริง พูดจาอ่อนหวาน ไม่พูดคำส่อเสียด หยาบคาย พูดจาไม่มีประโยชน์ พูดเพื่อประโยชน์สามัคคีมากกว่า พูดเพื่อการแตกแยก

(4) สัมมากัมมันตะ คือ การกระทำชอบ ได้แก่การกระทำที่แบ่งปัน เกื้อกูล ช่วยเหลือ ไม่ทำลายชีวิต ไม่ลักขโมย ไม่ประพฤตินิन्दในกาม

(5) สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีพชอบ ได้แก่ การเลี้ยงชีพด้วยอาชีพที่สุจริต ไม่ประกอบอาชีพที่เป็นมิจฉา การเลี้ยงชีพชอบหมายรวมถึงความขยันหมั่นเพียรในการทำงานอย่างเต็มที่ และการใช้ชีวิตอย่างสมบุญอีกด้วย

(6) สัมมาวายามะ คือ ความเพียรชอบ มี 4 ประการ ดังนี้ 1) สังวรปธาน คือ เพียรป้องกัน ระวังอกุศลไม่ให้เกิด 2) ปหานปธาน คือ เพียรละ กำจัดอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว 3) ภาวนาปธาน คือ เพียรเจริญ หมั่นสร้างกุศลที่ยังไม่เกิด และ 4) อนรักขนาปธาน คือ เพียรอนุรักษ หมั่นรักษาและส่งเสริมกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

(7) สัมมาสติ คือ ความระลึกได้ เป็นความไม่พลั้งเผลอ ไม่เลือนลอย มีความระมัดระวัง และตื่นตัวต่อหน้าที่แห่งตน มีใจที่พร้อมอยู่เสมอในการรับรู้ต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้อง พร้อมทั้งมีความตระหนักว่าควรปฏิบัติต่อสิ่งนั้นๆอย่างไร ดังนั้นสติจึงเข้ามากำกับในการกระทำทุกขั้นตอน

(8) สัมมาสมาธิ คือ ความตั้งมั่นของจิต มีจิตใจที่แน่วแน่จดจ่อกับสิ่งที่กำหนดไว้ เป็นภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ไม่กระสับกระส่าย ฟุ้งซ่าน เพื่อการบรรลุธรรม ซึ่งนักจิตวิทยาการศึกษสามารถนำหลักนี้มาประยุกต์ใช้ได้ในงานจิตวิทยาการศึกษาคือการฝึก

ตนให้มีใจที่แน่วแน่ สงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ในขณะที่ให้การบริการเชิงจิตวิทยาจึงมีใจที่รับฟังผู้รับบริการอย่างเปิดกว้าง

อริยสัจ 4 จึงถือว่าเป็นหลักแห่งความเข้าใจที่สำคัญในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แนวพุทธ ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งเปรียบเสมือนแผนที่ที่ขยายความเข้าใจและ นำพาผู้รับบริการให้ออกจากความยึดมั่นถือมั่น อันกดดันและบีบคั้นจิตใจจนเป็นความทุกข์ที่มีผล ต่อการดำรงชีวิต จนเกิดความเข้าใจในความถูกต้องแท้จริงของธรรมชาติที่ทุกสิ่งยอมเปลี่ยนแปลง ไม่คงที่คงทน ซึ่งความเข้าใจดังกล่าวจะเป็นพื้นฐานในการชำระจิตใจให้พ้นไปจากความทุกข์ได้ โดยผู้รับบริการจะมีใจที่ใสสะอาด และนำพาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างดีงาม ถูกต้องตามทำนอง คลของธรรมอันเป็นกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

3.2.2 ปฏิจจสมุปบาท

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต, 2555) ได้อธิบายหลักปฏิจจสมุปบาทว่าเป็น วงจรแห่งการเกิดทุกข์ ประกอบไปด้วย อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ และชรามรณะ มีรายละเอียดดังนี้

อวิชชา คือ ความไม่รู้ ความไม่เห็นตามจริงที่เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ ที่มีการ เปลี่ยนแปลง ไม่คงที่ หรือหลงยึดติดกับการมีเกิดขึ้นของตนเอง ซึ่งเป็นความเชื่อที่ไม่เข้าใจเหตุ และผลของสิ่งต่างๆที่เกี่ยวข้องเกี่ยวพันกันอยู่ ว่าการเกิดขึ้นของสิ่งใดนั้นเป็นเพราะเหตุปัจจัยจาก สิ่งอื่น ความไม่รู้ของอวิชชา นำพาให้เกิด โลก โภภะ หลง ตามมา

สังขาร คือ ความคิดปรุงแต่งเกินกว่าความเป็นจริงที่เป็นอยู่ อาจเพราะความไม่รู้ ตามอวิชชา หรือตามปัญญาของตัวเอง ณ ขณะนั้น

วิญญาณ คือ ความรู้ต่ออารมณ์ต่างๆ เป็นความรู้ตัวตามประสาทสัมผัส เช่น เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้รส รู้สัมผัส รู้อารมณ์ ที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้นๆ กล่าวคือ วิญญาณคือตัวรับผลของ ความคิดจากสังขารที่เกิดขึ้นในจิตใจคน

นามรูป คือ รูปธรรมและนามธรรมที่มีอยู่ในการรับรู้ของบุคคล เป็นภาวะที่ ร่างกายและจิตใจทำหน้าที่สอดคล้องและตอบสนองตามการรับรู้ของวิญญาณ

สภาพตนะ คือ ภาวะที่อายตนะที่เกี่ยวข้องทำหน้าที่สอดคล้องกับสภาพการณ์นั้นๆ อายตนะจะถูกเร้าได้ทุกทางตั้งแต่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ผัสสะ คือ การรับรู้อารมณ์ เกิดขึ้นได้เมื่อมีองค์ประกอบครบ 3 ประการที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็เกิดเป็นกระบวนการต่อเนื่องกันไป ได้แก่ อายตนะภายใน อายตนะภายนอก และ วิญญาณ โดยกระบวนการเกิดขึ้นจากอายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) ไปรับรู้อายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์) โดยมีวิญญาณ (ทางจักขุ ไสตะ ฆานะ ชิวหา กาย มโน) เป็นตัวเชื่อมโยง ตัวรู้ ในขณะที่ภาวะนั้น จึงเรียกว่าเกิดผัสสะ เช่น การเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้ทางจิตใจ

เวทนา คือ ความรู้สึกอันเกิดขึ้นบนภาวะใดภาวะหนึ่ง อาทิ เจ็บปวด หรือเฉยๆ ทุกข์ใจ หรือ สุข สบายใจ โดยจากวิญญาณถึงเวทนานี้ จะเป็นช่วงผลมาจากสังขารที่สามารถสร้างเหตุต่อไปได้อีก

ตัณหา คือ ความอยากที่เกิดขึ้นหลังจากเวทนาหรือการรับรู้ความรู้สึก มี 3 อากาโร ดังนี้ 1) กามตัณหา เป็นความอยากในการตอบสนองความต้องการของประสาททั้ง 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส 2) ภวตัณหา เป็นความอยากได้สิ่งต่างๆเกี่ยวกับชีวิต หรือการสนองสิ่งที่ชีวิตต้องการ เช่น อยากเรียนจบ อยากรวย อยากสวยอย่างดารา เป็นต้น และ 3) วิภวตัณหา เป็นความอยากที่จะพ้นไปจากสิ่งที่ไม่ต้องการ เช่น ไม่อยากอ้วน ไม่อยากเรียน ไม่อยากป่วยไข้ เเซ็ง หรือเบื่อ

อุปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่นในเวทนาที่ชอบหรือไม่ชอบ ส่งผลต่อทำที่หรือการให้คุณค่าต่อสิ่งต่างๆให้เป็นไปในทางสนองตัณหาส่วนตน เช่น เมื่ออยากได้สิ่งใดก็พยายามเสาะแสวงหาให้ได้มา ยึดมั่นในความอยากตรงนั้นเพื่อสนองความต้องการตนให้ได้ และในทางกลับกัน เมื่อไม่อยากได้สิ่งใด ก็อยากหลีกเลี่ยงไป ไม่พอใจ ไม่ต้องการ ในสิ่งใดก็พยายามหนีไปหาสิ่งที่ตนพอใจ ดังนั้น หากพิจารณาให้ลึกซึ้งพบว่า ในความอยากก็มีความไม่อยากอยู่ด้วยเช่นกัน หรือ ในความไม่อยากก็มีความอยากอยู่ด้วยเช่นกัน อยากได้สิ่งนั้นเท่ากับไม่อยากให้ตนเองไม่อยากได้สิ่งนั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ ไม่ว่าจะอยากหรือไม่อยาก จะชอบหรือไม่ชอบ จะจริงหรือไม่จริง ก็จะได้ถึงความยึดมั่นในจิตใจ และจะมุ่งแสวงหาแต่สิ่งที่ตนพึงใจและต้องการ แล้วหลีกเลี่ยง ถอยห่างจากสิ่งที่ตนไม่ชอบ ไม่ต้องการ นำไปสู่ภาวะไม่อยู่กับความจริงของชีวิต อุปาทานจึงเป็นจุดเริ่มของการสร้างนิสัยและการสร้างบุคลิกภาพของบุคคล

ภาพ คือ ขั้นตอนกระบวนการของพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อตอบสนองต่อต้นเหตุ อุपाทานต่างๆ เริ่มต้นตั้งแต่การคิดปรุงแต่ง หาริธี ดำเนินการเพื่อจุดหมายตามทิศทางที่อุपाทาน ได้สร้างขึ้น

ชาติ คือ ความรู้ตัวถึงการมีตัวตน ความรู้สึกเป็นเจ้าของ ครอบครองภาวะต่างๆ เป็นทั้งผู้กระทำและผู้รับผล

ชรามรณะ คือ ความรู้สึกถึงความพลาจากภาวะของชีวิตนั้นๆ เป็นความรู้สึกถึง ผลกระทบจากความเสื่อมต่างๆ เช่น เสื่อมลาภ เสื่อมยศ เจ็บ แก่ ตาย จนเกิดความรู้สึกคับข้องใจ ต่างๆนาๆ เป็นโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปาयाส เป็นทุกขเวทนาตามมา

กล่าวโดยสรุป หลักปฏิจจสมุปาบาท เป็นการเกิดขึ้นของชีวิตที่มีความทุกข์ นักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธต้องเข้าใจถึงวงจรปฏิจจสมุปาบาท เพราะหลักปฏิจจสมุปาบาทเป็น หลักที่แสดงถึงการเกิดขึ้นของชีวิตที่เป็นทุกข์ ซึ่งหากนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธสามารถขจัด วงจรนี้ได้ ทุกข์อันเป็นผลที่เกิดขึ้นก็จะดับสูญไป ซึ่งนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธจะช่วยให้เรื่อง วงจรปฏิจจสมุปาบาทนี้ให้ผู้รับบริการเห็นชัดเจนและทำลายวงจรนี้ออกจากใจของผู้รับบริการ ให้ กลับมาใช้ชีวิตได้ด้วยปัญญาและความกลมกลืน

3.2.3 อิทปปัจจยตา

อิทปปัจจยตา คือความเป็นเนื้อเดียวกันด้วยความเข้าใจถึงการอิงอาศัยกันและ กันของสรรพสิ่งในโลก ว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี, เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น, เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ จึงไม่มี, เมื่อสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับไป” (กรมการศาสนา, 2525) โดยทุกสิ่งล้วนมาจากธาตุ 4 อันได้แก่ ดิน น้ำ ลม และไฟ เมื่อมีการรวมกันจึงมีการเกิดขึ้น และเมื่อแตกดับก็ย่อมสลายไปตามธาตุนี้ และทั้งหมดเป็นปัจจัยต่อการเกิดและดับต่อกันและกัน หากบุคคลมีความเข้าใจในหลักการนี้ จะ สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับทุกสิ่งอย่างได้อย่างสอดคล้องและเป็นเนื้อเดียวกันจนไม่มีความ แดกแยก ด้วยหลักอิทปปัจจยตา นักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธจะนำพาผู้รับบริการให้เข้าใจ กระบวนการแห่งสัมพันธภาพที่ปรากฏทับซ้อนอยู่ในทุกเหตุการณ์ และนำไปสู่ปัญญาในท้ายที่สุด

3.2.4 ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ คือ ความเปลี่ยนแปลงของสรรพสิ่ง เป็นความไม่มั่นคง ไม่คงที่ของ สรรพสิ่ง ซึ่งสรรพสิ่งมีสภาวะอยู่ 3 ประการ ดังนี้ 1) อนิจจตา คือ ความไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไป

2) ทุกขตา คือ ความเป็นทุกข์ เป็นภาวะที่ถูกบีบ ถูกกดตันด้วยสภาวะของอนิจจา สภาวะของความเปลี่ยนแปลง ไม่เพียง เกิดแล้วสูญสลายไป 3) อนัตตา คือ ความไร้ตัวตนที่แท้จริง ซึ่งความเข้าใจหลักไตรลักษณ์ นำไปสู่ความเข้าใจว่าชีวิตทุกชีวิตมี เกิด แก่ เจ็บ และตาย เป็นธรรมดา อันแสดงถึงภาวะความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ซึ่งบุคคลมักไม่เข้าใจหรือเห็นสภาวะนี้จึงทำให้เกิดทุกข์ นักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมีบทบาทที่จะชี้ให้ผู้รับบริการได้เห็นถึงสภาวะธรรมแห่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวและชี้แจงเพื่อให้เกิดความเข้าใจในธรรมชาตินั้น

3.3 กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ

กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ มีโครงสร้างพื้นฐานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธที่ใช้หลักอริยสัจ 4 เป็นแผนที่ในการเรียนรู้และปฏิบัติ โสริช โปธิแก้ว (2553) กล่าวว่า การอาศัยหลักอริยสัจ 4 เป็นรากฐานในการพัฒนานักจิตวิทยาการปรึกษานั้น ไม่เพียงแต่จะทำให้เกิดประโยชน์แก่ผู้รับบริการเท่านั้น แต่เป็นประโยชน์ต่อนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธด้วย โดยช่วยยกระดับจิตใจนักจิตวิทยาการศึกษาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ โดยรายละเอียดดังนี้

3.3.1 บทบาทของนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธ

บทบาทของนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธ มีกระบวนการที่ใช้ในการปฏิบัติงานเชิงจิตวิทยาการศึกษา 3 หลักการ ได้แก่ 1) การเชื่อมสมาน (tuning in) 2) การพิจารณารอยแยก (identify split) 3) การประจักษ์แจ้ง (realization) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การเชื่อมสมาน (tuning in) คือ การที่นักจิตวิทยาการศึกษาละทิ้งตนเองได้อย่างแท้จริง และนำตัวเองเข้าเชื่อมกับผู้รับการศึกษา เป็นการเชื่อมที่สงบและแนบสนิททางจิตใจ ทำให้นักจิตวิทยาการศึกษาสามารถที่จะรับรู้กระแสความรู้สึกทั้งทุกข์หรือสุข ที่ซ่อนอยู่ในเรื่องราวของผู้รับบริการได้ เป็นเสมือนการปรับคลื่นจิตใจของนักจิตวิทยาการศึกษาให้ตรงกับคลื่นจิตใจของผู้รับบริการ การเชื่อมสมานเช่นนี้ต้องอาศัยใจที่เปิดกว้าง โล่ง ว่าง เจียบ นิ่ง หรือไร้ตัวตน การเชื่อมจึงจะเป็นการเชื่อมที่สนิทแนบแน่นในระดับเดียวกัน สิ่งที่แสดงถึงการเชื่อมสมานจะแสดงออกผ่านทางสีหน้า ท่าทาง น้ำเสียงของนักจิตวิทยาการศึกษา ซึ่งฐานของการเชื่อมได้อย่างสนิทใจนี้อาศัยการฝึกใจของผู้ปฏิบัติงานจนอยู่ในภาวะของไตรสิกขาอย่างสมบูรณ์ และเกิดภาวะมรรคมืดองค์ 8 จนถึงพร้อม เมื่อเชื่อมสมานได้แล้ว สัมพันธภาพที่ดีย่อมเกิดขึ้น ผู้รับบริการเต็มไปด้วยความไว้วางใจจนสามารถบรรยายความรู้สึกนึกคิดอันเป็นส่วนลึกที่สุดของผู้รับบริการ

และนักจิตวิทยาการปรึกษาจะชัดเจนขึ้นในการมองเห็นต้นเหตุแห่งความทุกข์หรือสุขของผู้รับบริการ โดยหากเป็นทุกข์ก็ร่วมกันแก้ไขหรือสุขก็ร่วมกันเอื้อให้เกิดความเจริญงอกงามในจิตใจ

2. การพินิจรอยแยก (identify split) คือ การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาค้นพบร่องรอย ความแตกแยก ความไม่ลงรอยของความจริง กับความคาดหวังในจิตใจของผู้รับบริการ หรือการหารากเหง้าแห่งความทุกข์ คือภาวะใจที่กระเพื่อม เกิดความรู้สึกกัดดันไม่ว่าจะเป็นรูปแบบใดก็ตาม เช่น เสียใจ กังวล เศร้า กลัว โกรธ ไม่พอใจ ฯลฯ โดยล้วนมีทุกข์อันมาจากความคาดหวังในจิตใจเป็นรากเหง้าทั้งสิ้น โดยความคาดหวังในจิตใจ คือปรากฏการณ์แห่งวงจรปฏิจลสมุปบาท หากนักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถค้นพบร่องรอยแห่งความแตกแยกนั้นได้ จะสามารถแสดงชี้ให้ผู้รับบริการเห็นถึงรอยแยกแห่งความคาดหวังนี้ได้ เพื่อให้ผู้รับบริการพิจารณาตามนำไปสู่ขั้นตอนต่อไปของกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ

3. การประจักษ์แจ้ง (realization) คือ ภาวะที่นักจิตวิทยาการปรึกษาได้เอื้อให้ผู้รับบริการเห็นเหตุแห่งทุกข์นั้น แล้วอาศัยความเข้าใจโลกและชีวิตอย่างลึกซึ้งส่วนตนนำพาผู้รับบริการให้ออกจากความไม่รู้ (อวิชชา) โดยเอื้อให้ผู้รับบริการพบกับความจริงแท้ในชีวิต ซึ่งขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการแห่งปัญญาของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอย่างแท้จริงในการช่วยเหลือผู้รับบริการ เพื่อให้ผู้รับบริการมีสติ สมานะ และปัญญานำพาตนเองไปสู่ทางสว่าง ไปอยู่กับความจริงที่แท้อย่างสอดคล้องกันได้ กระบวนการแห่งปัญญาของนักจิตวิทยาการปรึกษานั้น จำเป็นต้องอาศัยหลักธรรมต่างๆ เพื่อนำพาผู้รับบริการให้ก้าวข้ามออกจากความทุกข์ใจได้ อย่างไรก็ตาม ภาวะดังกล่าวไม่เพียงแต่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งนำพาให้เกิดขึ้นเท่านั้น แต่หมายถึงทั้งสองฝ่ายค่อยๆ ต่อเติมความเข้าใจในชีวิตให้มาบรรจบกันได้ ดังนั้นการตัดสินใจอย่างไรวินั้นจะต้องขึ้นอยู่กับผู้รับบริการด้วย

3.3.2 กระแสการเปลี่ยนแปลงของผู้รับบริการ

ในกระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่เกิดขึ้นกับผู้รับบริการนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธจะต้องเอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวของผู้รับบริการขึ้น โดยมีกระแสการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้รับบริการดังนี้

1. การสังเกต (Awareness) คือ การที่ผู้รับบริการสามารถกลับมาอยู่กับตนเองจนตระหนักรู้ว่าตนกำลังประสบกับสภาวะใดของจิตใจ

2. การสำรวจ (Exploration) คือ การที่ผู้รับบริการได้มีโอกาสที่จะสำรวจตนเองเพื่อทำความเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้ง โดยเป็นผลที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเอื้อให้ผู้รับบริการให้มีการเปิดเผยตนเองและได้ตระหนักถึงอารมณ์และความรู้สึกต่างๆในตนเอง

3. การตรวจพิจารณา (Examination) คือ การที่ผู้รับบริการได้ทบทวน ได้ตรวจสอบพิจารณาว่าสิ่งที่ตนเองเผชิญอยู่นั้น ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงของชีวิตอย่างไร นักจิตวิทยาการปรึกษาจะเอื้อให้ผู้รับบริการขยายมุมมองให้กว้างยิ่งขึ้น ไม่ได้รับรู้เพียงด้านเดียว หรือยึดมั่นกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนมองเห็นอีกแง่มุมหนึ่งของชีวิต

4. การเกิดความงอกงาม (Growth) คือการที่ผู้รับบริการมีหัวใจที่ฟู ยกกระดับจิตใจของตนเองขึ้นจากการที่ผู้รับบริการได้เข้าใจโลกและชีวิตอย่างลึกซึ้ง โดยที่นักจิตวิทยาการปรึกษาที่ประเด็นในชีวิตของผู้รับบริการในด้านที่งดงามให้ผู้รับบริการได้ตระหนัก ซึ่งเป็นด้านที่น่าชื่นชมและมีคุณค่า อันจะช่วยเปิดมุมมองแก่ชีวิตของผู้รับบริการไม่ให้ยึดมั่นกับส่วนที่ทำให้ชีวิตของตนเองด้อยค่าลง

5. การแก้ปัญหา (Problem solving) คือการที่ผู้รับบริการเห็นทางออกของปัญหาส่วนตนโดยได้จากความเข้าใจในปัญหาของตนอย่างแท้จริง

6. การเข้าใจเห็นจริง (Realization) คือการที่ผู้รับบริการตระหนักชัดถึงความจริงอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ เข้าใจอย่างถ่องแท้ในความทุกข์ที่ตนเองเผชิญอยู่ ทำให้ผู้รับบริการผ่อนคลายความคาดหวังลง จนสามารถปรับใจตนเองให้สงบขึ้น นิ่งขึ้นได้ และสามารถแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเองในท้ายที่สุด

ด้วยกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธดังกล่าวจึงเป็นรากฐานที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธใช้เป็นเครื่องมือในการทำความเข้าใจต่อตนเองและความเข้าใจต่อโลกและชีวิตของบุคคล และนำไปสู่การร่วมกันเดินทางแก้ทุกข์ภายในใจร่วมกันกับผู้รับบริการอย่างมีประสิทธิภาพ

4. การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา

4.1 ลักษณะสำคัญ

Holloway (1997) กล่าวว่า การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยานั้น เป็นรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพที่มีแนวคิดและโลกทัศน์จากพื้นฐานปรัชญาปรากฏการณ์วิทยา โดยนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการศึกษาปรากฏการณ์และประสบการณ์ของมนุษย์ กล่าวในอีกทางหนึ่ง การวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพที่มีพื้นฐานมาจากปรัชญาปรากฏการณ์นิยม โดยเป็นการศึกษาปรากฏการณ์ในชีวิตจริงที่บุคคลนั้นๆ ได้ประสบมา (live experience) มุ่งเน้นที่การทำความเข้าใจโลกทัศน์ ความหมาย ประสบการณ์ในชีวิตในแง่มุมต่างๆ ของบุคคลนั้นๆ ที่ประสบกับเหตุการณ์ที่จะทำการศึกษาในระดับที่ลึกซึ้ง

ในการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยานั้น จะให้ความสนใจในความหมายต่อเหตุการณ์ที่บุคคลนั้นๆ ประสบ เป็นการมุ่งหาคำตอบในลักษณะที่ว่า การได้ประสบเหตุการณ์ดังกล่าวมีความหมายอย่างไรบ้างต่อตัวผู้ที่ได้ประสบเหตุการณ์นั้นๆ หรือได้ให้ความหมายอย่างไรต่อตัวผู้ที่ได้ประสบเหตุการณ์นั้นๆ ทั้งที่ผ่านมาแล้วหรือในขณะที่กำลังประสบอยู่ (Cohen, Kahn & Steeves, 2000) โดยปรากฏการณ์หรือเหตุการณ์ที่ผู้วิจัยจะนำมาศึกษานั้นจะเป็นปรากฏการณ์หรือเหตุการณ์ใดๆ ในชีวิตประจำวัน หรือในสังคมก็ได้ที่นักวิจัยพบว่ามีที่น่าสนใจและมีประโยชน์ในเชิงปฏิบัติการต่าง ทั้งนี้การศึกษาในเชิงนี้จะต้องได้ความหมายร่วมที่ตรงกัน เป็นความเข้าใจร่วมที่ได้มาจากการวิเคราะห์เปรียบเทียบประสบการณ์ของบุคคลหลายๆบุคคลเพื่อหาลักษณะร่วมกันของประสบการณ์เดียวกันจากแต่ละบุคคล (ชาย โพธิ์สิตา, 2550)

กล่าวโดยสรุปการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์นิยมนั้น เป็นรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพรูปแบบหนึ่งที่มุ่งเน้นการทำความเข้าใจและค้นหาความหมายต่อปรากฏการณ์หรือเหตุการณ์ที่บุคคลนั้นๆ ได้ประสบมาแล้วหรือกำลังประสบอยู่เพื่อค้นหาความหมายร่วมกันของประสบการณ์ในกลุ่มบุคคลนั้นๆ

4.2 แนวคิดปรากฏการณ์วิทยาที่สำคัญ

แนวคิดปรากฏการณ์วิทยาที่สำคัญและมีความโดดเด่น ได้แก่ แนวคิดของ Edmund Husserl (1859 – 1938) คือปรากฏการณ์วิทยาเชิงอภิวินิจฉัย (transcendental phenomenology) ที่เน้นในการทำความเข้าใจบุคคลว่าได้ตีความปรากฏการณ์ที่ได้ประสบและนำมาสร้าง

ความหมายต่อตนเองได้อย่างไรซึ่งเป็นโครงสร้างการรับรู้และประสบการณ์ของบุคคล อีกหนึ่งแนวคิดที่สำคัญคือ แนวคิดปรากฏการณ์วิทยาแนวอภิปรัชญา (Hermeneutic phenomenology) ของ Heidegger (1889-1976) ซึ่งเป็นลูกศิษย์ของ Husserl โดย Heidegger มุ่งเน้นการเข้าถึงความหมายของประสบการณ์ที่บุคคลผู้นั้นได้ประสบ ซึ่ง ชาย โพรธิตา(2550) ได้อธิบายไว้ว่า “เป็นการเน้นหาความหมายโดยการ ‘มองผ่าน’ จากสิ่งที่ปรากฏ (appearance) ไปยังความหมายที่อยู่เบื้องหลังของสิ่งนั้น”

นอกจากนี้ยังมีแนวคิดปรากฏการณ์วิทยาแนวอัตถิภาวะ (existential phenomenology) ของ Jean Paul Sartre (1905 – 1980) ที่มุ่งเน้นการวิเคราะห์การมีอยู่ การดำรงอยู่ ที่มีที่เป็น (being) ของมนุษย์และสิ่งต่างๆ

อย่างไรก็ตามแม้ปรากฏการณ์วิทยาจะมีความแตกต่างในแนวคิด แต่มีข้อสรุปร่วมกันคือ ประสบการณ์ชนิดเดียวกันย่อมมีแก่นแท้ (essence) อย่างเดียวกัน กล่าวคือ บุคคลมีการวิเคราะห์เปรียบเทียบประสบการณ์ส่วนตนและให้ความหมายที่บุคคลนั้นเข้าใจร่วมกันตรงกัน

4.3 วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา

Moustakas (1994) ได้กล่าวถึงวิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาไว้ 7 ขั้น ดังนี้

1. กำหนดหัวข้อและคำถามในการวิจัยที่เหมาะสมกับวิธีการศึกษาแนวปรากฏการณ์วิทยา โดยมุ่งเน้นในแนวทางค้นหาความหมาย ความเข้าใจ การให้คุณค่าต่อประสบการณ์ที่บุคคลนั้นๆ ประสบ
2. ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม องค์ความรู้ต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องที่จะศึกษา
3. กำหนดเกณฑ์สำหรับเลือกปรากฏการณ์และบุคคลที่ประสบเพื่อการศึกษา
4. ชี้แจงข้อมูลที่จำเป็นในการศึกษาแก่ผู้ที่เลือกมาศึกษา รวมถึงการชี้แจงถึงการจัดการในประเด็นจริยธรรมในการวิจัย
5. กำหนดประเด็นข้อคำถามหรือแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก
6. ลงเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์และจัดบันทึกการสัมภาษณ์อย่างละเอียด หากข้อมูลที่ได้ยังไม่ “อิ่มตัว” พอ จำเป็นจะต้องมีการสัมภาษณ์เพิ่มเติม

7. ทำการจัดระบบของข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์หาความหมายร่วมของแก่นนั้นๆ

4.4 วิธีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา

ในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา นักวิจัยส่วนใหญ่ใช้การสัมภาษณ์ เป็นเครื่องมือสำคัญในการเก็บข้อมูล โดยนิยมการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ หรือแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured interview) ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมการวิจัยพูดคุยอย่างลื่นไหลไปตามธรรมชาติ มีความยืดหยุ่นในรูปแบบของการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมการวิจัยมีส่วนร่วมในการสัมภาษณ์ทั้งสองฝ่าย อย่างไรก็ตามแม้ว่าการสัมภาษณ์จะปล่อยให้ลื่นไหลไปตามธรรมชาติ ไม่มีพิธีรีตอง แต่นักวิจัยต้องตระหนักในตนเองที่จะเข้าถึงความหมายของประสบการณ์ที่จะศึกษาอย่างลึกซึ้ง นอกจากการสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือที่สำคัญในการเก็บข้อมูลแล้ว ยังมีวิธีการอื่นที่ใช้กันแพร่หลาย เช่น การสังเกตและการบันทึกภาคสนามหรือการสนทนากลุ่ม ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้การสัมภาษณ์ โดยมุ่งเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกนั้น ผู้วิจัยมีแนวคิดบางประการเป็นพื้นฐานเพื่อการสร้างแนวคำถามในการสัมภาษณ์ ดังนั้นจึงเป็นการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (semi-structured) ซึ่งการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างนั้นจะทำให้ความสนใจของผู้ถูกสัมภาษณ์มุ่งสู่ประเด็นได้รวดเร็วและเข้มข้นเพื่อผู้วิจัยสามารถเข้าใจประสบการณ์ของบุคคลนั้นได้อย่างกว้างขวางและลึกซึ้ง ซึ่งการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ 45 นาทีถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง ทั้งนี้ในการสัมภาษณ์จะมีการสังเกตร่วมด้วย

5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรม มีเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของ นักจิตวิทยาการศึกษามือใหม่สำเร็จการศึกษาและออกมาปฏิบัติงานแล้วจำนวนไม่มากนัก โดยส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือนักบำบัดมือใหม่โดยเน้น การวิจัยในการฝึกหัดระหว่างการศึกษา โดยมีรายละเอียดดังนี้

Skovholt และ Ronnestad (2003) ได้กล่าวถึงประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษา และนักบำบัดในด้านอุปสรรคที่จะต้องเผชิญเมื่ออยู่ภายใต้ความคาดหวังในการฝึกหัดงานเริ่มต้น ซึ่งเป็นภาวะเครียด 7 ประการที่นักฝึกหัดมือใหม่จะต้องเผชิญ ซึ่งภาวะความเครียดเกิดจากความ กังวามไม่ชัดเจนในการทำงานวิชาชีพ ถือเป็นตัวเร่งปฏิกิริยาให้เกิดความเครียดยิ่งขึ้น โดย ความเครียดทั้ง 7 ประการ มีรายละเอียดดังนี้ 1) ความวิตกกังวลฉับพลันของนักจิตวิทยา

การปรึกษามือใหม่ (acute performance anxiety) เป็นความวิตกกังวลต่อสภาพปัญหาและความกดดันที่ต้องเผชิญในการปฏิบัติงาน 2) ความวิตกกังวลต่อการประเมินของผู้นิเทศก์ (the illuminated scrutiny of professional gatekeepers) โดยเป็นความเครียดจากนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ที่มีความพยายามที่จะทำงานให้อยู่ในมาตรฐานแต่ลักษณะงานมีความไม่ชัดเจนไม่ว่าจะเป็นในด้านกฤษฎีการบำบัด การระบุสภาพปัญหา หรือการทำนายผลการบำบัดให้แม่นยำ ทำให้ผู้ฝึกหัดต้องอยู่ในสภาวะการประเมินจากผู้นิเทศก์ตลอดเวลา 3) การหาขอบเขตทางอารมณ์ที่เหมาะสมระหว่างการยืดหยุ่นและแข็งกร้าว (porous or rigid emotional boundaries) เป็นความเครียดที่เกิดจากนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ต้องเผชิญกับภาวะทางอารมณ์หรือความคิดในการปฏิบัติงานวิชาชีพที่ไม่สามารถหาระดับของอารมณ์ที่เหมาะสมต่อสถานการณ์ต่างๆในการปฏิบัติงานได้อย่างชัดเจน 4) ความเปราะบางและความไม่สมบูรณ์ในตัวตนของผู้ปฏิบัติงาน (the fragile and incomplete practitioner self) โดยเป็นความเครียดจากการพยายามปรับตัวของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ เป็นความเปราะบางทางอารมณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ที่พยายามทำงานตามบทบาทความเป็นวิชาชีพให้กับตัวเอง 5) แผนที่ทางมโนทัศน์ไม่เพียงพอ (inadequate conceptual maps) ทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เกิดความไม่แน่ใจในการปฏิบัติงาน 6) ความคาดหวังที่ต้องการ (glamorized expectations) เป็นความเครียดของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ที่คาดหวัง โดยนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่มีความคาดหวังว่าการทำงานของตนจะทำให้ชีวิตของผู้รับบริการพัฒนาขึ้น ดีขึ้น ดังนั้นคุณค่าต่อตนเองในทางวิชาชีพจึงขึ้นอยู่กับการพัฒนาของผู้รับบริการ เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่พยายามปฏิบัติงานให้เกิดผลในทุกครั้งของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ความกดดันและความเครียดจึงเกิดขึ้น และ 7) ความต้องการจับพลันในผู้นิเทศก์งานที่ดี (the acute need for positive mentors) โดยเป็นความเครียดจากความคาดหวังความต้องการผู้นิเทศก์งาน (mentors) ที่มีความเข้าใจ อ่อนน้อม และสนับสนุน ของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่

Mcalister (2006) ศึกษาอิทธิพลต่อความสำเร็จของนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ที่ทำให้การปรึกษาในโรงเรียนระดับมัธยมต้นในช่วงการทำงานปีแรก กลุ่มตัวอย่างคือนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 50 คน ช่วงปีระหว่างการทำงานคือปี ค.ศ. 2004-2005 หรือ ปี ค.ศ. 2005-2006 โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงในการเก็บข้อมูลแบบการสนทนากลุ่ม (focus group) ผลการศึกษาพบว่า นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เหล่านี้ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในบทบาทใหม่ รวมถึงความท้าทายและความยากลำบากที่ต้องเผชิญ เช่น ปัญหาด้านการเดินทาง ปัญหาด้านเทคโนโลยี การอบรมด้าน

คอมพิวเตอร์ หรือปัญหากับผู้ร่วมงาน และปัจจัยที่ทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เหล่านี้ ประคับประคองตนเองให้ผ่านพ้นช่วงเวลาแห่งความยากลำบากไปได้คือการดูแลจากผู้นิเทศก์งาน (mentor) และประสิทธิภาพในการทำงานเป็นกลุ่ม รวมถึงความใส่ใจต่อภาระหน้าที่ นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เหล่านี้ให้ความสำคัญต่อการทำงานและความต้องการของนักเรียนเป็นอันดับหนึ่ง โดยเห็นว่าตนเองนั้นมีความสำคัญต่อวิถีชีวิตของนักเรียน ในช่วงปีแรกของการทำงาน นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เหล่านี้สามารถฟันฝ่าความยากลำบากมาได้ เนื่องจากไม่มีภาระด้านครอบครัวทำให้ทุ่มเทงานได้อย่างเต็มที่ เป็นความสามารถในการปรับตัวโดยสร้างเครือข่ายการสนับสนุนของตนเองเป็นที่มั่น และการพัฒนาผ่านการสนับสนุนของการทำงานแบบครอบครัวในที่ทำงานช่วยลดอุปสรรคต่างๆ ในช่วงปีแรกของการทำงานลง ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เหล่านี้ได้ประยุกต์ทฤษฎีในการปรับตัวเชิงครอบครัวนี้เป็น ระบบความเชื่อเชิงครอบครัว รูปแบบของการจัดการ และการสื่อสารหรือการแก้ไขปัญหา

Hill, Sullivan, Knox และ Schlosser (2007) ได้ศึกษาประสบการณ์ภายในของนักจิตบำบัดในด้านความรู้สึกและข้อกังวลในการเป็นนักจิตบำบัด โดยผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นนักปฏิบัติฝึกหัดมือใหม่ที่เพิ่งเริ่มศึกษาระดับดุษฎีบัณฑิตจำนวน 5 ท่าน ซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยอยู่ในระหว่างการฝึกหัด การวิจัยเชิงคุณภาพนี้ใช้การวิเคราะห์บันทึกประจำวันของผู้เข้าร่วมโดยบันทึกในประเด็นด้านความท้าทายต่างๆ ที่สัมพันธ์กับการนักจิตบำบัดเริ่มต้น เช่น การเรียนรู้การใช้ทักษะช่วยเหลือ การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้รับบริการ รวมถึงประสบการณ์ในการนิเทศ และกิจกรรมที่ช่วยจัดการความวิตกกังวลต่างๆ ผลการศึกษาแบ่งเป็นประเด็นได้ 5 ประเด็นดังนี้ 1) ความรู้สึกต่อตนเองในบทบาทของนักบำบัด 2) ความตระหนักรู้ในปฏิสัมพันธ์กับผู้รับบริการ 3) การเรียนรู้และการใช้ทักษะช่วยเหลือ 4) ปฏิสัมพันธ์การนิเทศ และ 5) ประสบการณ์ที่หล่อเลี้ยงความมั่งคั่ง

Williams, Judge, Hill, และ Hoffman (1997) ได้ศึกษาประสบการณ์ของนักจิตบำบัดมือใหม่ในช่วงการก่อนฝึกงาน (prepracticum) ในด้านปฏิกิริยาส่วนตัว (personal reactions) และกลวิธีการจัดการปฏิกิริยาส่วนตัวในขณะที่ทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยเป็นการศึกษาทั้งระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพและปริมาณ เน้นศึกษาความเปลี่ยนแปลงความวิตกกังวลของนักจิตบำบัดมือใหม่ การรับรู้ความสามารถต่อตนเองของนักจิตบำบัดมือใหม่ การจัดการต่อความรู้สึกตนเองต่อผู้รับบริการและทักษะจิตบำบัด โดยพิจารณาจากการรับรู้ของนักจิตบำบัดมือใหม่ ผู้รับบริการและผู้นิเทศก์ต่อปฏิกิริยาส่วนตัวของนักจิตบำบัดมือใหม่ในช่วงการปรึกษาเชิงจิตวิทยา รวมถึงพิจารณาถึงกลวิธีที่นักจิตบำบัดมือใหม่ใช้ในการจัดการต่อปฏิกิริยาของตนเองด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูลด้านการวิจัยเชิงปริมาณชี้ว่านักบำบัดมือใหม่เหล่านี้มีความวิตกกังวลน้อยกว่าที่คาดไว้และมีพัฒนาการทางทักษะที่เพิ่มขึ้นตลอดช่วงภาคการศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพ ค้นพบว่านักจิตบำบัดฝึกหัดมีการรับรู้ต่อตนเองตลอดคาบการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (session) และนักจิตบำบัดมือใหม่เหล่านี้ส่วนใหญ่สามารถจัดการกับปฏิกิริยาต่อตนเองโดยพยายามมุ่งความสนใจไปที่ผู้รับบริการ หรือใช้การตระหนักรู้ และการควบคุมความรู้สึกของตน

Zahm (2009) ได้ศึกษาพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรม (genetic counselor) โดยมีผู้เข้าร่วมวิจัยคือ นักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรมที่สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยแห่งชาติในประเทศสหรัฐอเมริกาและประเทศแคนาดา ศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้การสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์แบบกึ่งโครงสร้าง โดยเน้นประสบการณ์ด้านพัฒนาการทางวิชาชีพ ได้ผลการวิจัยแบ่งเป็น 3 ประเด็นหลัก ดังนี้ 1) การเป็นนักคลินิก: การรับรู้พัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรมและความสัมพันธ์ในการทำงานคลินิก 2) งานด้านการปฏิบัติ: การรับรู้การพัฒนาของนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรมและความสัมพันธ์ในการปฏิบัติงานด้านขอบเขตของงานจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรม และ 3) การ “เป็น” (being) นักคลินิกในการปฏิบัติงาน: การรับรู้พัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรมและความสัมพันธ์ต่อบทบาทในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรม ทั้งนี้รูปแบบ (model) พัฒนาการทางวิชาชีพเบื้องต้นได้ระบุถึงกระบวนการพัฒนาการที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุในการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งแต่ละองค์ประกอบในพัฒนาการทางวิชาชีพสิ่งอิทธิพลซึ่งกันและกัน เช่น ชีวิตส่วนตัวและชีวิตด้านวิชาชีพมีอิทธิพลต่อกันอย่างสำคัญ ซึ่งผลการวิจัยที่ได้จากงานวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Skovholt และ Ronnestad ด้วย

Kozlowski (2010) ได้ศึกษาถึงประเด็นด้านพัฒนาการนักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียนมัธยม โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อค้นหาพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียนมัธยมช่วงระหว่างการศึกษาฝึกหัดงานจนถึงเกษียณอายุ โดยใช้วิจัยคุณภาพแบบทฤษฎีพื้นฐาน (grounded theory) และใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง คำถามในงานวิจัยนี้นักวิจัยได้ใช้ข้อความคำถามจากงานวิจัยของ Skovholt และ Ronnestad ผู้เข้าร่วมงานวิจัยคือนักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียนมัธยมจำนวน 21 คน ผลการวิจัยพบประเด็นที่น่าสนใจ 5 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ทักษะและปฏิกิริยาทางอารมณ์ 2) การนิยามและการรับรู้ในบทบาทหน้าที่ 3) อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและผู้คนรอบข้าง 4) พัฒนาการทางหน้าที่ทั้งหมด และ 5) ความพึงพอใจและ

ประสบการณ์ของความสำเร็จ ผลการวิจัยนี้แม้มีบางส่วนที่คล้ายคลึงกับพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในชุมชน แต่พบความพิเศษบนเส้นทางพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียนเช่นกัน โดยความแตกต่างเหล่านี้มีผลต่อวิธีการศึกษาความต้องการและการพัฒนาที่เฉพาะเจาะจงของนักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียน

Falkner (2006) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจด้านการเงิน (financial satisfaction) ความเครียดทางการเงิน (financial stress) ความพึงพอใจในการเห็นอกเห็นใจจากการช่วยเหลือ (compassion satisfaction) ภาวะความเหนื่อยหน่ายจากการทำงาน (burnout) และการปฏิบัติการทางการเงิน (money practices) ของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ประกอบวิชาชีพอิสระด้านจิตวิทยาการปรึกษา (private practice) ผู้เข้าร่วมงานวิจัยในการวิจัยครั้งนี้คือนักปฏิบัติฝึกหัดทางวิชาชีพด้านสุขภาพจิตที่ทำงานอิสระด้านจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งผู้เข้าร่วมงานวิจัยตอบแบบสอบถาม 4 ชุด ดังนี้ แบบสอบถามด้านสุขภาวะการเงิน (the Financial Wellness Survey) แบบสอบถาม ProQOL แบบสอบถามปฏิบัติการทางการเงิน (the Money Practices Survey) และ แบบสอบถามด้านประชากรทั่วไป ใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบ (factor analysis) และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) เพื่อวัดความเที่ยง ผลการวิเคราะห์พบว่า ปัจจัยในแบบสอบถามปฏิบัติการทางการเงิน (the Money Practices Survey) เป็นตัวชี้วัดที่เชื่อถือได้ของการปฏิบัติการทางการเงิน (money practices) ต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีอาชีพอิสระด้านจิตวิทยาการปรึกษา (private practice) นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังระบุว่าความพึงพอใจทางการเงิน (money satisfaction) มีความสัมพันธ์ในทางผกผันกับความเครียดทางการเงิน (financial stress) ภาวะความเหนื่อยหน่ายจากการทำงาน (burnout) และการปฏิบัติการทางการเงิน (money practices) และความเครียดทางการเงิน (financial stress) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะความเหนื่อยหน่ายจากการทำงาน (burnout) และการปฏิบัติการทางการเงิน (money practices) หรือการจัดการค่าธรรมเนียม (fee management)

งานวิจัยในประเทศไทย

เนื่องจากการศึกษาด้านนักจิตวิทยาการปรึกษามีใหม่เป็นงานวิจัยที่ใหม่ ทำให้ไม่มีงานวิจัยที่ศึกษาถึงนักจิตวิทยาการปรึกษามีใหม่โดยตรงไม่ว่าจะเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพหรือปริมาณ อย่างไรก็ตามยังมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกันกับนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือเป็นวิชาชีพที่ใกล้เคียงกันและสามารถนำมาศึกษาได้ ดังนี้

กชวร จ๋ยมณี (2548) โดยได้ศึกษาประสบการณ์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิวัตของนิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่เรียนวิชาการศึกษาเชิงจิตวิทยาวิวัต จำนวน 15 คน โดยใช้การเก็บข้อมูลจากการสนทนากลุ่มร่วมกับบันทึกของนิสิต ผลการวิจัยพบว่า ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิวัต แบ่งได้ 6 ประเด็น โดย 1-2 ประเด็นแรกเป็นประสบการณ์ก่อนการฝึกปฏิบัติงาน ประเด็น 3-6 เป็นประสบการณ์ที่ได้ระหว่างและหลังการฝึกปฏิบัติ ดังนี้ 1) ความคาดหวังถึงสิ่งที่จะได้รับจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิวัต 2) การเตรียมตัวก่อนการปฏิบัติงาน 3) ความยากลำบากและอุปสรรคในการฝึกปฏิบัติ 4) การเพิ่มประสิทธิภาพในวิชาชีพจากกำลังใจและความช่วยเหลืออื่นๆ 5) การเรียนรู้วิชาชีพ และ 6) คุณค่าเพิ่มจากการฝึกปฏิบัติ

ธีรภัทร แสนบุตตา (2546) ได้ศึกษาประสบการณ์การปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพจบใหม่ในโรงพยาบาลทั่วไป นักวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพตามแนวคิดปรากฏการณ์วิทยาของ Husserl ผู้เข้าร่วมการวิจัยคือพยาบาลวิชาชีพจบใหม่ที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจำนวน 12 คน นักวิจัยเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการศึกษพบว่าพยาบาลวิชาชีพจบใหม่ได้ให้ความหมายในการทำงานไว้ 4 ประเด็นหลัก ดังนี้ 1) การดูแลผู้ป่วยใน 4 มิติ: ส่งเสริม, ป้องกัน, ดูแล และ ฟื้นฟู 2) การดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวม 3) การพิทักษ์สิทธิผู้ป่วย 4) การประสานงานทางด้านประสบการณ์การปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพจบใหม่ มี 3 ประเด็นย่อยดังนี้ 1) การเรียนรู้จากการปฏิบัติงาน 2) ความรู้สึกเครียด 3) ความภูมิใจในการดูแลผู้ป่วย

จากการศึกษาค้นคว้า เอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่นั้น ผู้วิจัยพบว่าประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่นำหลักธรรมทางพุทธศาสนามาเป็นพื้นฐานในการทำงานนั้นมีความน่าสนใจและมีความแตกต่างจากนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ใช้ทฤษฎีอื่นๆเป็นแนวทางในการทำงาน นอกจากนี้ในประเทศไทยยังไม่ม้งานวิจัยที่ศึกษาถึงประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่โดยตรง จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ดังกล่าว

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ซึ่งการวิจัยนี้ให้ความสำคัญกับประสบการณ์ ความหมาย ความรู้สึก ความคิดและเจตคติที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีต่อประสบการณ์ในการประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพ โดยเลือกใช้วิธีการเก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ มีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

1. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษาครั้งนี้ คือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่มีประสบการณ์ในการทำงานจิตวิทยาการปรึกษา เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบรายบุคคล หรือ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบกลุ่ม เป็นระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี จำนวน 11 คน โดยผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง (purposive sampling) เพื่อข้อมูลที่มีความคล่องตัวและตรงประเด็นในสิ่งที่ผู้วิจัยศึกษา โดยผู้วิจัยมีเกณฑ์ในการเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือก

1. ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยพิจารณาจากเป็นผู้ที่สำเร็จการศึกษาในระดับมหาบัณฑิตหรือดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่อาศัยหลักธรรมในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มีระยะเวลาในการทำงานไม่เกิน 5 ปี
3. ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจเข้าร่วมการวิจัย โดยมีความพร้อมที่จะบอกเล่าถึงประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองอย่างไม่ปิดบัง สามารถให้ข้อมูลอย่างละเอียด ชัดเจน อย่างเพียงพอต่อการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างลุ่มลึก

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาประสบการณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้เครื่องมือในการวิจัยดังนี้

2.1 ผู้วิจัย

ในการวิจัยเชิงคุณภาพที่ถือว่าตัวผู้วิจัยเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการเก็บข้อมูล เนื่องจากผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์ สังเกตและจัดบันทึกข้อมูลตามการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆก่อนลงมือเก็บข้อมูลจริง ซึ่งผู้วิจัยมีการเตรียมความพร้อมดังต่อไปนี้

ก. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมในด้านความรู้ ความเข้าใจที่เกี่ยวกับนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่และการปฏิบัติงานจิตวิทยาการปรึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาหนังสือ เอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ เพื่อสร้างความเข้าใจในบริบทพื้นฐานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ อันนำไปสู่แนวทางในการสร้างแนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกได้

ข. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมในด้านระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพโดยผู้วิจัยได้ลงทะเบียนเรียนวิชาการวิจัยเชิงคุณภาพสำหรับการพยาบาล (3600626 Qualitative Research in Nursing) ในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2552 ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาทั้งด้านปรัชญาพื้นฐาน และลักษณะของการวิจัยเชิงคุณภาพ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล การเขียนรายงาน และจรรยาบรรณในการทำวิจัย ผู้วิจัยยังได้ฝึกทดลองการทำวิจัยเชิงคุณภาพโดยทำวิจัยโครงการนำร่องร่วมกับเพื่อนสมาชิก 2 คน ซึ่งทำให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้งานจากการฝึกปฏิบัติจริง

2.2 แนวทางในการสัมภาษณ์ (interview guideline)

การสัมภาษณ์ คำถามมีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิดที่เอื้อให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าเรื่อง อธิบาย หรือแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่ มีอิสระในการตอบคำถาม โดยคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์มีความยืดหยุ่นในจำนวนข้อ การลำดับคำถาม และการใช้ภาษา ซึ่งครอบคลุมประเด็นด้านประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ไม่ว่าจะเป็นในด้านของอารมณ์ความรู้สึก และความคิดที่เกิดขึ้นในการทำงานจิตวิทยาการปรึกษา โดยคำถามหลักนั้นได้ผ่านการตรวจสอบในเบื้องต้นจากผู้ทรงคุณวุฒิ คือ รองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โพธิแก้ว และ อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์ แล้ว มีคำถามหลักที่ใช้ในการสัมภาษณ์จริง ดังนี้

คำถามหลักในการสัมภาษณ์

1. การทำงานทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธทำอะไรบ้าง กรุณาเล่าให้ฟังถึงการทำงานโดยทั่วไปของคุณ
2. ในฐานะที่คุณทำงานในบทบาทนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ กรุณาเล่าถึงความคิด/ความรู้สึกที่มีต่องานที่ทำอยู่
3. ในการทำงานของคุณ คุณประสบปัญหาอุปสรรคบ้างหรือไม่ หากมีกรุณาเล่าถึงประสบการณ์ของคุณที่เจออุปสรรคว่าเป็นอย่างไรและคุณผ่าน/จัดการ เหตุการณ์ตรงนั้นมาได้อย่างไร
4. ประสบการณ์จากการทำงานวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่คุณกล่าวถึง มีผลต่อวิถีชีวิต การใช้ชีวิตในปัจจุบันของคุณหรือไม่อย่างไร
5. ในประเทศไทยที่ระบบทางวิชาชีพยังไม่พร้อมเพียงพอที่จะสนับสนุนการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษา ในฐานะที่คุณเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นคุณมีความคิด/ความรู้สึกอย่างไร

ทั้งนี้ในขณะที่ทำการสัมภาษณ์ผู้วิจัยมีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (non-participation observation) ตามหลักของการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นการสังเกตโดยตรงต่อสิ่งที่ได้เห็นและได้ยินตามความเป็นจริง เป็นการเฝ้าดูและบันทึกเหตุการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมวัตถุในสถานที่ (setting) ของผู้ให้สัมภาษณ์ (อารีย์วรรณ อ่วมตานี, 2549) โดยผู้วิจัยมีการสังเกตลักษณะทางกายภาพของผู้ให้ข้อมูล เช่น ท่าทางการนั่ง สีหน้า จังหวะการพูด หรือน้ำเสียง เป็นต้น เพื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลที่ได้ในการสัมภาษณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวมากที่สุด

นอกจากนี้ในเบื้องต้นนั้นผู้วิจัยได้นำแนวคำถามจากงานวิจัยที่ผ่านกระบวนการทางจริยธรรมเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองสัมภาษณ์ผู้ที่มีคุณสมบัติคล้ายกลุ่มผู้เข้าร่วมการวิจัย 2 รายในเบื้องต้นและนำผลที่ได้มาพัฒนาปรับปรุงแนวคำถามให้มีความเหมาะสม ครอบคลุมประเด็นที่จะศึกษาให้มากยิ่งขึ้นก่อนการเก็บข้อมูลจริง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ผู้วิจัยได้ถอดไฟล์เสียงคำต่อคำ (verbatim) ให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความเหมาะสมก่อนการสัมภาษณ์ในครั้งต่อไป และในระหว่างการสัมภาษณ์ทุกครั้ง ผู้วิจัยตระหนักถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัยตลอดเวลาเพื่อรักษาประเด็นและได้ข้อมูลของงานวิจัยที่ตอบคำถามในสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาอย่างแท้จริง

3. เครื่องมือประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) การสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อให้เห็นถึงประสบการณ์ในเชิงลึกของผู้ให้ข้อมูลคือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

3.2 การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม โดยการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมนั้นเป็นการสังเกตจากตัวผู้วิจัยขณะที่ทำการสัมภาษณ์ เช่น ปฏิกริยา น้ำเสียง ท่าทางของผู้ให้ข้อมูลที่เกิดขึ้นในขณะสัมภาษณ์

3.3 เครื่องบันทึกเสียงดิจิทัล

3.4 สมุดบันทึกภาคสนามและข้อมูลส่วนตัวของผู้วิจัย เพื่อจดบันทึกประเด็นที่น่าสนใจรวมทั้งปฏิกริยาของผู้ให้สัมภาษณ์ที่เกิดขึ้นทันทีหลังเสร็จการสัมภาษณ์ โดยเป็นสิ่งช่วยจดจำเรื่องสำคัญที่สามารถนำมาอ้างอิงในการตีความหมายของข้อมูล หรือการอ้างอิงคำพูดจากการสัมภาษณ์ ซึ่งการจดบันทึกสิ่งต่างๆเหล่านี้ทำให้ข้อมูลมีชีวิตชีวามากขึ้น (นิศา ชูโต, 2548)

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ผู้วิจัยเริ่มเก็บข้อมูลหลังจากได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งอนุญาตให้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ ณ วันที่ 2 สิงหาคม 2554 เมื่อได้รับการรับรองแล้ว ผู้วิจัยจึงนัดผู้ให้ข้อมูลที่มีคุณสมบัติตามขอบเขตการวิจัยและทำการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยเป็นการสนทนาแบบกึ่งโครงสร้าง (semi structured interview) ซึ่งผู้วิจัยได้เตรียมคำถามที่ผ่านการปรับปรุงจากการทดลองสัมภาษณ์ผู้ที่มีคุณสมบัติล้ายกับผู้เข้าร่วมวิจัย ทั้งนี้แนวคำถามนั้นยังคงความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยนในด้านภาษา การใช้ถ้อยคำ หรือการลำดับคำถามก่อนหลัง เพื่อให้การสัมภาษณ์เป็นไปได้อย่างลื่นไหลตามสถานการณ์จริง เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าเรื่องประสบการณ์ส่วนตนได้อย่างอิสระตามแนวคิดพื้นฐานในการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยข้อมูลนั้นได้มาจากสิ่งใดก็ตามที่ผู้วิจัยเห็นหรือได้ยิน หรือสิ่งที่สื่อสารออกมาให้ผู้วิจัยได้รับรู้ขณะที่ศึกษาปรากฏการณ์เหล่านั้นอยู่ (Maxwell, 2005) ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 แบบคือ 1) การสัมภาษณ์เชิงลึก 2) การสังเกต 3) บันทึกส่วนตัวของผู้วิจัยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมทุกประเด็นที่ต้องการศึกษา และมีขั้นตอนในการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลคือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่มีประสบการณ์ในการประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพตามเกณฑ์ที่ระบุไว้ โดยเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling)

4.2 ผู้วิจัยประสานเพื่อชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยของผู้วิจัยในเบื้องต้น และขอความสมัครใจจากนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่เข้าร่วมวิจัย

4.3 เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธแสดงความสมัครใจเข้าร่วมงานวิจัยในฐานะผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยขอนัดพบในวัน เวลา และสถานที่ตามสะดวกของผู้เข้าร่วมในการวิจัย เพื่ออธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย พร้อมทั้งตอบคำถามต่างๆที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยอาจสงสัยให้เข้าใจ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้อ่านเอกสารในการวิจัยและเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย เมื่อผู้เข้าร่วมการวิจัยมีความยินดีที่เข้าร่วม ผู้วิจัยได้ขอให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยลงนามในใบยินยอมนั้น

4.4 ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้เวลา 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาทีโดยได้ชี้แจงรายละเอียดของการวิจัยต่างๆอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นจึงขออนุญาตบันทึกการสัมภาษณ์กับผู้เข้าร่วมการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการชี้แจงว่าจะไม่มีการระบุชื่อของผู้เข้าร่วม และผู้วิจัยจะเก็บไฟล์บันทึกเสียงไว้เป็นอย่างดีเพื่อไม่ให้ผู้อื่นเข้าถึงได้ เมื่อเสร็จสิ้นการทำวิจัย ผู้วิจัยจะทำลายไฟล์เสียงนั้น ทั้งนี้ผู้วิจัยอาจจะขอสัมภาษณ์เพิ่มเติมหากข้อมูลที่ได้ยังไม่เพียงพอ

4.5 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดความแบบคำต่อคำ (verbatim) ออกมาเป็นบทสนทนาที่เป็นตัวอักษร และมีการตรวจสอบความถูกต้องด้วยการฟังไฟล์บันทึกการสัมภาษณ์เชิงลึกซ้ำเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องที่สุด

4.6 ผู้วิจัยนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์เนื้อหาและบริบท (content and context analysis) ตามแนวทางการวิจัยเชิงคุณภาพและเขียนรายงานโดยใช้นามแฝงและปกปิดข้อมูลต่างๆที่ไม่สามารถระบุตัวตนของผู้เข้าร่วมในการวิจัยได้ จากนั้นนำกลับไปให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งหนึ่ง

4.7 ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลจนมีความมั่นใจว่าได้ข้อมูลที่อิมตัวเพียงพอ กล่าวคือ มีความซ้ำของข้อมูลเกิดขึ้น ไม่มีประเด็นที่เป็นแก่นแท้หรือองค์ประกอบสำคัญด้านใหม่เกิดขึ้น

5. ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยได้ใช้เวลาในการเก็บข้อมูล 4 เดือนคือระหว่างเดือนสิงหาคม ถึงเดือนธันวาคม 2554 จนข้อมูลอิ่มตัว

เวลาในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลในแต่ละครั้งใช้เวลาเฉลี่ย 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที และมีจำนวนผู้ให้ข้อมูล 8 คนที่ได้รับการสัมภาษณ์ 1 ครั้ง และผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 คนที่ได้รับการสัมภาษณ์ 2 ครั้ง

6. การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงการพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจึงป้องกันผลกระทบที่อาจจะส่งผลกระทบต่อสิทธิแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยมีกระบวนการดำเนินการวิจัยด้วยการดำเนินการพิทักษ์สิทธิตามลำดับขั้น ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ให้อิสระโดยการสมัครใจอย่างเต็มที่ต่อการตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยเพื่อขอความร่วมมือจากผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยแจ้งรายละเอียดต่างๆ อันเกี่ยวข้องกับการวิจัยด้วยวาจา และเอกสารการแสดงความยินยอมแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย มีรายละเอียดที่กล่าวถึงชื่อการวิจัย วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การรักษาความลับ และการนำเสนอข้อมูลในลักษณะที่เป็นภาพรวม รวมทั้งเผยแพร่ข้อมูลในเชิงวิชาการเท่านั้น ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิในการไม่ตอบคำถาม หากผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่สะดวกใจที่เข้าร่วมงานวิจัยต่อไป ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะยุติการให้ความร่วมมือได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ในขั้นตอนใดของงานวิจัย พร้อมทั้งสามารถขอข้อมูลคืนได้โดยไม่ต้องแจ้งสาเหตุ หลังจากผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ซักถามข้อสงสัยต่างๆ และให้โอกาสผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ทบทวนรายละเอียดทั้งหมดก่อนตัดสินใจอีกครั้ง หากผู้เข้าร่วมการวิจัยสมัครใจที่จะเข้าร่วม ผู้วิจัยขอให้ผู้เข้าร่วมลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัยอย่างเป็นทางการ

2. การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแจ้งรายละเอียดการวิจัยต่างๆ ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ทราบอีกครั้งหนึ่งก่อนการเริ่มรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก หากผู้เข้าร่วมการวิจัยมีที่ท่ากังวลใจในการตอบคำถามหรือในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ในระหว่างการสัมภาษณ์เชิงลึก

ผู้วิจัยจะแจ้งให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับทราบสิทธิการยุติการเข้าร่วมการวิจัยอีกครั้งเพื่อเป็นการย้ำเตือนว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามหรือยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา

3. การนำเสนอข้อมูลที่ปรากฏในงานวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัย ผู้วิจัยได้จัดวิธีการนำเสนอข้อมูลที่เหมาะสมที่สุดในทุกชั้นทุกตอนของการนำเสนอ เพื่อการรักษาสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย รวมถึงสถาบันหรือองค์กรอื่นๆซึ่งอาจจะได้รับผลกระทบจากการนำเสนอข้อมูลของผู้วิจัย อาทิเช่น ชื่อจริงของผู้เข้าร่วมวิจัยทุกคนจะไม่ปรากฏอยู่ในการนำเสนอ ผู้วิจัยได้ใช้การลงรหัสในการนำเสนอข้อมูลในวิทยานิพนธ์ เป็นต้น

4. ผู้วิจัยดำเนินการลบไฟล์บันทึกเสียงในการสัมภาษณ์และทำลายบันทึกต่างๆของผู้เข้าร่วมการวิจัยทั้งหมดเพื่อรักษาสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยเมื่อกระบวนการวิจัยเสร็จสิ้นลง

7. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนของระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ (อารีย์วรรณ อ่วมตานี, 2549)

1. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดความแบบคำต่อคำ (verbatim) เป็นบทสนทนาที่เป็นตัวอักษร และมีการตรวจสอบความถูกต้องด้วยการฟังไฟล์เสียงบันทึกการสัมภาษณ์เชิงลึกซ้ำเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องที่สุด

2. ผู้วิจัยทำการสำรวจตนเองว่ามีอคติใดๆหรือมีข้อสรุปส่วนตนที่คิดไว้ล่วงหน้าเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่จะศึกษาหรือไม่ในทุกครั้งที่ทำการสัมภาษณ์และเมื่อเกิดอคติขึ้นหรือเกิดความไม่แน่ใจในสิ่งที่ผู้วิจัยคิดในขณะที่ได้ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะทำการจดบันทึกอคตินั้นไว้และนำมาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาในทุกครั้ง

3. ผู้วิจัยทำการอ่านบทสัมภาษณ์ที่เป็นตัวอักษรซ้ำๆกันหลายครั้ง รวมถึงการจดบันทึกการสังเกตในระหว่างการสัมภาษณ์ของผู้วิจัย เพื่อทำความเข้าใจกับข้อมูลทั้งหมดในภาพรวม จากนั้นจึงอ่านบทสัมภาษณ์อีกครั้งเพื่อดึงข้อความหรือประโยคที่สำคัญในประเด็นที่มีความเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกต่างๆ มาลงรหัส (open coding) จากนั้นจึงนำข้อความที่ผ่านการลงรหัสที่ได้มาหาองค์ประกอบหลักที่มีความสัมพันธ์ร่วมกัน (category) เพื่อรวบรวมเชื่อมโยงสร้างเป็นประเด็นหลักต่อไป (theme)

4. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาจัดเป็นประเด็นหลักเรียบร้อยแล้ว จึงหาความสัมพันธ์เชื่อมโยงของประเด็นต่างๆอย่างเป็นระบบ แล้วสร้างข้อสรุปจากประเด็นหลักทั้งหมด เพื่อให้เห็นภาพรวมของประสบการณ์ของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เกิดขึ้นจากปรากฏการณ์นั้นๆ

5. ผู้วิจัยตรวจสอบข้อมูลและผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยนำผลการวิเคราะห์ไปให้เพื่อนนักวิจัยผู้มีประสบการณ์และความรู้ในด้านจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธและการวิจัยคุณภาพ (peer debriefing) จำนวน 3 คน และได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาช่วยตรวจสอบและให้ความเห็นว่าคุณสมบัติที่ได้มานั้นมีความเหมาะสม ครบคลุมและเพียงพอแล้วหรือไม่ ด้วยระเบียบวิธีวิจัยดังกล่าว ช่วยลดอคติในตัวผู้วิจัยและลดความผิดพลาดหรือการบิดเบือนข้อมูลที่ได้มาให้น้อยที่สุด

6. ผู้วิจัยนำบทวิเคราะห์ที่เรียบเรียงแล้วกลับไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบความถูกต้องและสอดคล้องของข้อมูลอีกครั้งหนึ่ง (member checks) โดยผู้วิจัยทำการนัดหมายผู้ให้ข้อมูลในการยืนยันความถูกต้องและสอดคล้องของข้อมูล ซึ่งมีผู้ให้ข้อมูลตอบรับจำนวน 2 คน และผู้ให้ข้อมูลได้ยืนยันความถูกต้องและสอดคล้องของข้อมูลดังกล่าวว่ามีความครบคลุมในทุกประเด็นคำถามในงานวิจัย มีข้อสรุปและตีความอย่างถูกต้อง ผู้วิจัยจึงยุติการเก็บข้อมูลเพิ่มเติม

7. ผู้วิจัยสรุปข้อค้นพบที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและสอดคล้องจากผู้ให้ข้อมูลนำเสนอในรูปแบบของการเขียนเชิงพรรณนา

8. การตรวจสอบข้อมูลและความน่าเชื่อถือของงานวิจัย

ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับความน่าเชื่อถือของการวิจัย (trustworthiness) ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่งในงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการวิจัยโดยยึดหลักเกณฑ์การสร้างความน่าเชื่อถือในงานวิจัยของ Lincoln และ Guba (1985 อ้างถึงในอารีย์วรรณ อ่วมธานี, 2545) ดังนี้

1. ความเชื่อถือได้ (credibility)

ในการวิจัยเชิงคุณภาพใช้คำว่าความเชื่อถือได้ แต่หากเทียบกับงานวิจัยเชิงปริมาณเปรียบได้กับความตรง (validity) ดังนั้นความเชื่อถือได้ในเชิงคุณภาพคือ การที่ข้อมูลที่ได้มาจากการรวบรวมของผู้วิจัยรวมถึงข้อสรุปที่ได้จากการวิเคราะห์มีความถูกต้อง ซึ่งสามารถตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ดังนี้

1.1 ระยะเวลาที่อยู่ในสนามนานพอ (prolonged involvement) คือ ผู้วิจัยได้ใช้เวลาในสนามที่ศึกษามากพอในการที่จะได้ข้อมูลมาบนพื้นฐานของการสร้างความไว้วางใจจนผู้ให้ข้อมูลแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตจริงแก่ผู้วิจัย โดยในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เวลาในการเก็บข้อมูลเป็นเวลา 4 เดือน และทั้งนี้ ผู้วิจัยได้รู้จักผู้ให้ข้อมูลทุกคนโดยส่วนตัวในเบื้องต้นก่อนแล้ว จึงมีสัมพันธภาพต่อกันในระดับหนึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความไว้วางใจในตัวผู้วิจัยและพร้อมที่แบ่งปันประสบการณ์ของตนเองอย่างเปิดเผย

1.2 การสังเกตติดต่อกัน (persistent observation) คือ ผู้วิจัยได้ใช้เวลานานพอที่จะสังเกตสิ่งที่จะศึกษา เพื่อให้ได้ข้อค้นพบที่จะเป็นตัวแทนของประเด็นที่ศึกษา หรือค้นพบสิ่งที่สำคัญที่สุดของการศึกษานั้นๆ โดยในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เวลาในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละครั้งในทุกคน เป็นเวลา 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที

1.3 การตรวจสอบสามเส้า (triangulation) คือ ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บข้อมูลที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการสัมภาษณ์ การสังเกต และการจดบันทึกภาคสนาม แล้วนำข้อมูลนั้นมาตรวจสอบว่ามีความตรงกันหรือไม่ โดยในการวิจัยครั้งนี้ นอกจากการสัมภาษณ์เชิงลึกแล้ว ผู้วิจัยมีการจดบันทึกภาคสนามที่รวมถึงการบันทึกการสังเกตและข้อคิดในแต่ละครั้งไว้ด้วย

1.4 การตรวจสอบโดยผู้ให้ข้อมูล (member checks) คือ ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์ให้ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นเจ้าของข้อมูลนั้น ได้ตรวจสอบหรือแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อสรุปที่ได้มา เพื่อให้แน่ใจว่าตรงกันกับสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลได้ให้มาแท้จริง โดยในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำผลการวิเคราะห์ข้อมูลไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบแล้วจำนวน 2 คน

1.5 การตรวจสอบโดยเพื่อนนักวิจัย (peer debriefing) คือ ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์ไปให้เพื่อนนักวิจัยผู้มีประสบการณ์และความรู้ในงานวิจัยเชิงคุณภาพและในด้านจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลอีกครั้ง ในงานวิจัยนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้นำผลการศึกษาไปให้ผู้ที่มีประสบการณ์และความรู้ด้านการทำงานวิจัยเชิงคุณภาพและการปฏิบัติงานวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ จำนวน 3 คน ตรวจสอบ ได้แก่ นายสิทธิพร ครามานนท์ นางสาวนภชนก สุขประเสริฐ และนางสาวพิณมาศ ชัยชาญทิพยุทธ ทั้งนี้ ยังมีอาจารย์ที่ปรึกษาคอยตรวจสอบงานวิจัยในทุกขั้นตอนอีกด้วย

2. ความสามารถในการถ่ายโอน (transferability)

ความสามารถในการถ่ายโอน หมายถึงการที่ผู้อ่านได้อ่านผลวิจัยของผู้วิจัยและสามารถที่จะเชื่อมโยงประสบการณ์ส่วนตัวเข้ากับแก่นสำคัญของงานวิจัยอย่างเข้าใจ เข้าถึงความหมาย เป็นความสามารถของนักวิจัยที่จะถ่ายโอนความหมายของประสบการณ์ในงานวิจัยให้ผู้อ่านเข้าใจได้ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน เสมือนตนเองได้เข้าไปหรือมองเห็นภาพดังอยู่ในเหตุการณ์นั้นจริง

3. ความสามารถในการพึ่งพา (dependability)

ความสามารถในการพึ่งพาในทางเชิงคุณภาพหมายถึงการที่ผู้อ่านสามารถติดตามเรื่องราวได้อย่างเข้าใจในกระบวนการวิจัย เพื่อให้เข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ความน่าเชื่อถือของผู้วิจัยที่ต้องทำงานร่วมกับผู้อื่นเพราะการทำงานคนเดียววันนี้อาจจะนำอคติส่วนตัวเข้าไปปะปนในข้อสรุปในงานวิจัยได้ โดยในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการบันทึกข้อมูลภาคสนามที่ได้เขียนบันทึกถึงความคิดและความรู้สึก ตลอดจนอคติต่างๆของผู้วิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้นำสิ่งที่ตนเองบันทึกไว้มาปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญทุกครั้งที่เกิดคำถามและความรู้สึกติดขัดเสมอ เพื่อลดทอนอคติส่วนตัว รวมถึงปัญหาต่างๆในกระบวนการวิจัยที่เกิดขึ้นให้น้อยลงนำไปสู่การเข้าใจและพรรณาส่งที่ปรากฏขึ้นตามความเป็นจริงและตรงกับประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลให้ได้มากที่สุด

4. ความสามารถในการยืนยัน (conformability)

ความสามารถในการยืนยันคือการยืนยันว่าผลการศึกษาและข้อสรุปที่ผู้วิจัยได้มาเป็นสิ่งที่ผ่านการตรวจสอบและตรวจทานในทุกขั้นตอนในการทำวิจัยแล้วทำให้ปราศจากอคติของผู้วิจัยในงานวิจัย โดยสามารถตรวจสอบความสามารถในการยืนยัน ได้จาก การตรวจสอบจากข้อมูลดิบ การวิเคราะห์ข้อมูล การพัฒนาข้อสรุป กระบวนการวิจัย วัตถุประสงค์การวิจัยในระยะเริ่มต้นและการพัฒนาเครื่องมือช่วยในการวิจัย โดยงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำตามระบบระเบียบวิจัยคุณภาพเชิงปรากฏการณ์นิยมในทุกขั้นตอนและผ่านการตรวจสอบตรวจทาน ไม่ว่าจะเป็นการตรวจสอบจากผู้ให้ข้อมูลเอง หรือผู้เชี่ยวชาญ

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยคุณภาพ (qualitative research) เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธรู้ใหม่ มีรูปแบบการศึกษาตามหลักแนวคิดเชิงปรากฏการณ์วิทยา (phenomenology) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธรู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมีระยะเวลาในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพไม่เกิน 5 ปี จำนวน 11 คน ซึ่งได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ซึ่งผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (in-depth interview) และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏนิยม โดยมีการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ผลการวิเคราะห์

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธรู้ใหม่ แบ่งการนำเสนอเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบไปด้วยรายละเอียดเบื้องต้นเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูลโดยระบุข้อมูลพอเป็นสังเขปเพื่อป้องกันการระบุถึงตัวผู้ให้ข้อมูล จำนวน 11 คน

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธรู้ใหม่ประกอบไปด้วยประเด็นหลัก 3 ข้อ ดังนี้

ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากและแนวทางการแก้ไข

ประเด็นที่ 2 การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

ประเด็นที่ 3 มุมมองชีวิตสู่การพัฒนาตนเอง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมการวิจัยจำนวน 11 คน ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าถึงเรื่องราวส่วนตนที่เป็นข้อมูลส่วนบุคคลและผู้วิจัยได้สังเกตอย่างมีส่วนร่วมในระหว่างการสัมภาษณ์และจดบันทึกไว้ สามารถเขียนเป็นเรื่องราวและสรุปเป็นตาราง ได้รายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1

ผู้ให้ข้อมูลจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการทำงานและระยะเวลาสัมภาษณ์

ผู้ให้ข้อมูล	เพศ	อายุ	ระดับการศึกษา	ระยะเวลาในการทำงาน(ปี)	ระยะเวลาสัมภาษณ์ครั้งที่ 1	ระยะเวลาสัมภาษณ์ครั้งที่ 2
1	หญิง	29	ปริญญาโท	3	1 ชม.10 นาที	-
2	หญิง	28	ปริญญาโท	2	40 นาที	-
3	ชาย	29	ปริญญาโท	3	1 ชม. 20 นาที	-
4	ชาย	30	ปริญญาโท	4	1 ชม. 30 นาที	-
5	ชาย	29	ปริญญาโท	3	1 ชม. 10 นาที	-
6	หญิง	27	ปริญญาโท	1	2 ชม. 10 นาที	1 ชม.
7	หญิง	30	ปริญญาโท	4	1 ชม.	-
8	หญิง	40	ปริญญาโท	5	1 ชม. 50 นาที	20 นาที
9	หญิง	30	ปริญญาโท	4	1 ชม.	-
10	หญิง	29	ปริญญาโท	4	1 ชม.	-
11	หญิง	45	ปริญญาเอก	2	1 ชม. 40 นาที	-

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 เพศหญิง อายุ 29 ปี ผิวดำ รูปร่างเล็ก ผู้ให้ข้อมูลมีบุคลิกภาพดี ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาจะฉาน ให้สัมภาษณ์ด้วยเสียงดังกังวาน ชัดถ้อยชัดคำ มีความมั่นใจในตัวเอง มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารเรื่องราวต่างๆได้ดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 18 ตุลาคม 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ 1 ชั่วโมง 10 นาที ในระหว่างการให้สัมภาษณ์ เมื่อผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าถึงประสบการณ์ส่วนตัวในฐานะการเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ผู้ให้ข้อมูลเล่าประสบการณ์การทำงานด้วยความเต็มใจ ปิติ อิ่มเอมใจจากการได้ทำงานที่มีลักษณะได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า เส้นทางความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษานั้นเป็นเส้นทางที่ทำให้ตนเองรู้สึกเป็นเจ้าของชีวิตอย่างแท้จริง มาดมั่น ฮึกเหิมทุกครั้งที่ได้ปฏิบัติงานด้านจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ

ในบางครั้งผู้ให้ข้อมูลต้องประสบกับภาวะความอึดอัด ท้อใจจนทำให้วิตกกังวล มีจิตใจที่ไม่นิ่งและไม่อยู่กับปัจจุบันในทุกๆครั้งที่ผู้ให้ข้อมูลนึกถึงอนาคตข้างหน้าอันไม่แน่นอน เนื่องจากตนเองไม่ได้มีงานประจำทำอย่างมั่นคงเหมือนผู้อื่น แต่ทุกครั้งที่เกิดความรู้สึกทางลบกับตัวเองผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะก้าวข้ามความคาดหวังในใจของตนด้วยการหันกลับมาพิจารณาความรู้สึกตนเองอย่างแท้จริง และเลือกที่จะอยู่กับความเป็นจริงมากกว่าที่จะหลีกเลี่ยงหรือแก้ไขจากปัจจัยภายนอก และแม้ว่าจะเกิดความกลัวในใจผู้ให้ข้อมูลเพียงใด ผู้ให้ข้อมูลไม่เคยที่จะหยุดทำงานจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งเป็นงานที่ตนเองมีความอิ่มเอมใจและมีความศรัทธาเลย

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 ได้ข้อคิดที่มีคุณค่าจากงานที่ตนเองปฏิบัติเสมอ โดยถือว่าการทำงานตรงนั้นนอกจากได้เป็นเจ้าของชีวิตตนเองแล้ว ยังเป็นกำไรให้แก่ชีวิตอีกด้วย โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าไม่มีงานใดในโลกที่ทำให้ได้พบปะผู้คนมากมาย และเป็นการพบปะที่ลึกซึ้งเพราะได้มีโอกาสฟังเรื่องราวที่เป็นประสบการณ์ในชีวิตส่วนลึกของผู้คน ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าถ้าไม่ได้ทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้ข้อมูลก็นึกไม่ได้เลยว่าจะมีงานใดที่สามารถรับรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งของผู้คนได้เท่างานนี้ มีแต่งงานด้านนี้เท่านั้นที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้รับเกียรติที่จะรับฟังเรื่องราวอันลึกซึ้งจากผู้รับบริการ ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า การได้รับฟังเรื่องราวต่างๆจากผู้รับบริการก็เหมือนกับ การได้อ่านหนังสือที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิต ได้รับข้อคิดในดำรงชีพและเกิดกำลังใจต่อไป ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีทัศนคติต่อชีวิตและโลกที่ไม่เหมือนเมื่อก่อน เป็นโลกทัศน์ที่เปิดกว้างและยอมรับต่อสิ่งต่างๆรอบตัวอย่างไม่มีเงื่อนไข ส่งผลให้สิ่งใดที่เกิดในชีวิตของตนเองก็ดูเป็นปัญหาเบาบางลง

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 เพศหญิง อายุ 28 ปี ผิวขาว รูปร่างเล็ก มีบุคลิกภาพอ่อนโยน ท่าทีเป็นมิตร พูดจาไพเราะอ่อนหวาน เป็นกันเอง ผู้ให้ข้อมูลทำงานเป็นนักจิตวิทยาในองค์กรแห่งหนึ่ง มีระยะเวลาในการทำงานประมาณ 2 ปี มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆ ของตนเองได้เป็นอย่างดี ตอบคำถามได้ตรงประเด็น ชัดเจน

สัมภาษณ์เมื่อ 19 ตุลาคม 2554 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 40 นาที ผู้ข้อมูลกล่าวถึงความรู้สึกดีและภาคภูมิใจในการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา เห็นคุณค่าในตัวเองเพิ่มขึ้นเสมอที่ได้ทำงานที่มีส่วนช่วยเหลือผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ในการทำงานบางครั้งผู้ให้ข้อมูลต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่คนในองค์กรในสายอาชีพอื่นมีความไม่เข้าใจงานด้านจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้ข้อมูลจะพยายามอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจลักษณะของงานและแสดงความคิดเห็นของตนก่อนเป็นอันดับแรก แต่ถ้าหากไม่สามารถทำให้เข้าใจได้ ไม่ว่าจะด้วยการอธิบายอย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลจะเลือกกลับมาจัดการใจตัวเองเป็นสำคัญ เพื่อลดทอนความวุ่น ความวุ่นวายในใจของตนเองลง รวมถึงนึกถึงสิ่งที่ตนเองได้ร่ำเรียนมาหรือสิ่งที่อาจารย์ของตนได้พร่ำสอนไว้เพื่อมาปรับใช้กับตนเอง

โดยที่ผู้ให้ข้อมูลมีการนำหลักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธรวมถึงหลักธรรมต่างๆ มาใช้กับตนเองเสมอทำให้ความวุ่นใจ มีความรุ่มร้อนใจ ความทุกข์ของตนเมื่อเจอเหตุการณ์ที่ไม่เป็นไปตามใจนึกได้ผ่อนคลายลงได้ ผู้ให้ข้อมูลให้ทัศนะว่าสิ่งที่ได้จากการเรียนและการทำงานวิชาชีพในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธได้สร้างความเปลี่ยนแปลงภายในตนเองทำให้ความสัมพันธ์ภายนอกกับผู้คนเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 เพศชาย อายุประมาณ 29 ปี สถานะภาพโสด ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างใหญ่ มีบุคลิกภาพดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ท่าทีเป็นมิตรอย่างมาก พูดจาห้าว ให้สัมภาษณ์ด้วยเสียงดัง กังวาน ชัดถ้อยชัดคำ ผู้ให้ข้อมูลพูดคุยกับผู้วิจัยอย่างเป็นกันเอง ยินดีและเต็มใจให้ที่จะให้ข้อมูลกับผู้วิจัยเป็นอย่างมาก มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารประสบการณ์ของตนเองต่างๆ ได้ดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 26 ตุลาคม 2554 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง 20 นาที จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายนี้ ได้แสดงให้เห็นถึงความมั่นคงมาดมั่นในการเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษาอย่างชัดเจน โดยไม่ว่าจะทำงานอะไรทำอาชีพไหนในใจของตนเองก็จะเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษา จะมีการบอกกับตนเองเสมอว่าตนจะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา และเมื่อ ได้ทำงานใดที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการปรึกษาผู้ให้ข้อมูลจะรู้สึกว่าเป็นที่ทางอันคุ้นเคยของ ตนเอง เป็นบ้านของตนเสมอๆ และผู้ให้ข้อมูลยังกล่าวย้ำตลอดเวลาอีกว่า การเป็นนักจิตวิทยาการ ปรึกษานั้นไม่ใช่เป็นเพียงแค่อาชีพแต่เป็นวิถีแห่งชีวิตที่ต้องฝึกไปถึงตัวตนของตนด้วย และจะต้อง เป็นสิ่งนี้ด้วยเลือดด้วยเนื้อของตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 มีมุมมองและวิถีคิดในการจัดการปัญหาอย่างไม่ใช่ปัญหา โดยมองว่า อุปสรรคต่างๆไม่ใช่เรื่องใหญ่ เป็นสิ่งที่ต้องพบเจออยู่เป็นธรรมดาในการทำงาน เมื่อเจอแล้วก็ต้อง จัดการและลุยกับปัญหาอย่างไม่หลีกเลี่ยง และทุกวันนี้ความยากลำบากที่ผู้ให้ข้อมูลประสบ ผู้ให้ ข้อมูลเองไม่เคยเรียกว่าเป็นปัญหาแต่ถือเป็นสิ่งที่จะทำให้เราเติบโตได้ จะมาก็มา หากมาแล้วก็เป็น หน้าที่ที่จะต้องแก้ไข มุมมองการมองปัญหาเช่นนี้ ผู้ให้ข้อมูลยอมรับว่ามีส่วนหนึ่งที่ได้แง่คิดมาจากการ เรียนจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธในรั้วมหาวิทยาลัย รวมถึงการใช้ชีวิตที่ได้สร้างการเปลี่ยนแปลง ให้เกิดขึ้นกับตนเอง ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่า ปัจจุบันนี้นั้นตนเองเหมือนเป็นคนละคนกับสมัยก่อน จากที่ เป็นบุคคลแข็งกระด้าง ก็ละเอียดอ่อนขึ้น จากที่ใจร้อนก็นิ่งขึ้น นอกจากนี้การเคยใช้ชีวิตในเพศ บรรพชิต ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความเข้าใจหลักธรรมได้อย่างลึกซึ้งจนนำมาปรับใช้ในการงานและ ชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 เพศชาย อายุ 30 ปี ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างผอม สูงโปร่ง มีบุคลิกภาพดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ทำที่อ่อนโยนเป็นมิตร มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารความรู้สึกของ ตนเองผ่านประสบการณ์แห่งตนได้ดีซึ่ง เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีนิสัยช่างจดจำเรื่องราวและครุ่นคิด ถึงอารมณ์และความรู้สึกของตนเองเสมอ

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 3 ตุลาคม 2554 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 นับถือศาสนาพุทธ ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าถึงความรู้สึกดีใจที่ได้มีโอกาส ทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมาจนถึงทุกวันนี้ ผู้ให้ข้อมูลรายดังกล่าว ยังเปรียบงาน

จิตวิทยาการปรึกษาว่าเหมือนการกวาดลานวัด ที่อย่างไรไปไม่ก็ย่อมร่วงอยู่ทุกวันและผู้ที่ดำรงตนในเส้นทางแห่งการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนี้ก็ต้องการกวาดไปทุกวัน หยุดกวาดไม่ได้ ซึ่งไปไม่นั้นเปรียบเสมือนความทุกข์ของผู้คนที่อยู่ในห้วงแห่งความมืดมนของชีวิต งานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเป็นงานที่จะต้องนำความสว่างมาให้กับพวกเขาเหล่านั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องกวาดสิ่งทับถมในใจของผู้คนออกไปให้สะอาดโล่ง แม้กวาดได้ไม่หมด ผู้ให้ข้อมูลก็ยิ่งรู้สึกดี และปรารถนาที่จะกวาดไปเรื่อยๆ ผู้ให้ข้อมูลยังมีทัศนคติว่างานจิตวิทยาการปรึกษานั้นอยู่ในเนื้อชีวิตของผู้ให้ข้อมูลและผู้ให้ข้อมูลก็มีความศรัทธาที่มั่นคงในวิชาชีพ ซึ่งไม่ว่าตนจะไปทำอะไร ห่วงใจของผู้ให้ข้อมูลก็ไม่เคยเปลี่ยนแปลง ผู้ให้ข้อมูลจะดำรงตนและมั่นคงในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนี้ตลอดไป ผู้ให้ข้อมูลแสดงทัศนคติว่าเส้นทางของการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธไม่สามารถแยกออกจากการใช้ชีวิตของผู้ให้ข้อมูลได้เลย

โดยผู้ให้ข้อมูลเชื่อว่ากระบวนการจิตวิทยาการปรึกษานั้น ไม่เพียงแค่นำไปใช้กับผู้ใช้บริการเท่านั้น แต่สามารถนำมาใช้กับใจของตนเองได้ด้วย ดังนั้นทุกครั้งที่เผชิญปัญหาผู้ให้ข้อมูลจึงกลับมาเริ่มต้นสำรวจจิตใจของตนเองก่อนเสมอ ด้วยสิ่งเหล่านี้ ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 จึงเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัวของผู้ให้ข้อมูลเป็นอย่างมาก โดยผู้ให้ข้อมูลสามารถรับรู้และเข้าใจความเปลี่ยนแปลงไปของทุกสรรพสิ่งได้อย่างชัดเจนขึ้น ไม่เป็นผู้ที่เบื่อเฉย เฉยชาแต่สามารถรับรู้ความรู้สึกได้ไวขึ้น สัมผัสกับสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนขึ้น ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมจึงเปลี่ยนแปลงไป นอกจากนี้การได้สัมผัส ได้ไต่ต่อความรู้สึก ทำให้สามารถรู้ซึ่งถึงการมีชีวิตเป็นของตนเองอย่างแจ่มแจ้ง เป็นความอึดเต็มในการใช้ชีวิตที่เนิบช้า ในขณะที่ใจก็สัมผัสกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้อย่างเต็มอึดมากขึ้น จนทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกคุ้มค่าที่ได้เกิดมาบนโลกใบนี้

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 เพศชาย อายุประมาณ 29 ปี ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างผอมสูง มีบุคลิกภาพนิ่งขรึม แต่ก็มีท่าทีที่เป็นมิตร ผู้ให้ข้อมูลเต็มใจที่จะให้ข้อมูล มีความกระตือรือร้นที่จะตอบคำถามอยู่ตลอดเวลา ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 มีความสามารถในการถ่ายทอดในมุมมองของการแสดงความคิดเห็นส่วนตัวได้ดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 พฤศจิกายน 2554 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง 10 นาที ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 มีความสนใจด้านชีวิต การให้คุณค่าและความหมาย สนใจปรัชญา และชอบตั้งคำถามกับสิ่งต่างๆรอบตัว ผู้ให้ข้อมูลจึงกล่าวว่า ด้วยเป็นคนที่มีครุ่นคิด ตั้งคำถาม ภายในอยู่คนเดียวจึงไม่ชอบปฏิสัมพันธ์กับผู้คนมากนัก และเป็นคนที่ไม่ชอบอยู่ในกรอบของสังคม ชอบมีชีวิตที่อิสระ ดังนั้นเมื่อจบการศึกษาระดับปริญญาโทจึงได้ตั้งกลุ่มร่วมกับเพื่อนรุ่นเดียวกัน ทำงานที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการปรึกษาอย่างอิสระ อย่างไรก็ตามผู้ให้ข้อมูลก็ยังตั้งคำถามถึงความอยู่รอดของตนเองในด้านการทำงานอิสระนี้อยู่ตลอดเวลา แต่ในขณะที่เดียวกันนั้น แม้จะมีความสงสัยต่ออนาคตข้างหน้าของตนเอง แต่ผู้ให้ข้อมูลรายนี้กลับมีความเชื่อมั่นในตนเองที่จะดำรงตนเป็นนักจิตวิทยา มีการรับรู้ว่าตนเองนั้นได้เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาอยู่เต็มตัวแม้ว่าจะไม่ได้ปฏิบัติงานก็ตาม โดยผู้ให้ข้อมูลรายนี้มีความเชื่อมั่นอย่างเต็มเปี่ยมว่าการทำงานกับการใช้ชีวิตไม่สามารถแยกออกจากกันได้และตนเองก็จะต้องเป็นในสิ่งที่ตนเชื่อมั่นและเป็นอยู่ได้จริงๆ ในทุกบริบทของชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 มีมุมมองต่อสภาพปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นอย่างไม่เป็นปัญหาที่จะทำให้เกิดความหนักใจจนสร้างความท้อถอยหรือสร้างความกลัวให้เกิดขึ้นในการทำงานหรือการดำรงชีวิต โดยเลือกที่จะเข้าใจสภาพปัญหาต่างๆว่าเป็นสิ่งที่จะต้องเกิดขึ้นเป็นธรรมดา เป็นเพียงปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการทำงานแต่ไม่ได้ส่งผลต่อใจของนักจิตวิทยาการปรึกษา แม้งานจะหนักแต่ใจไม่ได้หนักไปด้วย ซึ่งในการทำงานแต่ละครั้ง ผู้ให้ข้อมูลมีมุมมองว่านักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องแน่ชัดในตนเองและต้องพัฒนาตัวเองเสมอๆ ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลก็จะต้องหาให้ได้ว่าสิ่งใดคือสิ่งที่ตนเองเป็นและสิ่งที่เป็นก็จะต้องเป็นสิ่งที่ตนเองเชื่อถือ เมื่อหาเจอแล้วก็จะเป็นในสิ่งนั้นอย่างสุดจิตสุดใจ ผู้ให้ข้อมูลจึงกล่าวว่าจะต้องเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาให้ได้ด้วยเลือดเนื้อและชีวิต และจะต้องสร้างตัวเองให้มีความรู้ในสายวิชาชีพอย่างเข้มแข็งมั่นคง

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 เพศหญิง อายุประมาณ 27 ปี ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างสมส่วน มีบุคลิกภาพดี ทำที่เป็นมิตร พูดจาตรงไปตรงมาอย่างเป็นกันเอง มีความยินดีและเต็มใจเป็นอย่างมากในการให้ข้อมูล มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆของตนเองได้เป็นอย่างดี

สัมภาษณ์ครั้งที่ 1 เมื่อวันที่ 19 กันยายน 2554 ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ครั้งแรก ประมาณ 1 ชั่วโมง 10 นาที ในระหว่างนั้นผู้ให้ข้อมูลยังไม่ได้เข้าทำงานในตำแหน่งนักจิตวิทยาเมื่อผู้ให้ข้อมูลเข้าทำงานเป็นนักจิตวิทยาในองค์กรเอกชนแล้วผู้วิจัยจึงนัดสัมภาษณ์อีกครั้ง เมื่อวันที่ 8 ธันวาคม 2554 ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 มีความรู้สึกที่ดีที่ได้ทำงานจิตวิทยาการปรึกษา อย่างไรก็ตามหลังจากที่ได้ทำงานเป็นนักจิตวิทยาในองค์กรเอกชนแห่งหนึ่งผู้ให้ข้อมูลรู้สึกไม่พึงพอใจในการทำงานมากนัก โดยการทำงานไม่ได้เป็นดังที่ตนเองคาดหวังจึงทำให้รู้สึกแยกกับตนเองตลอดเวลา เนื่องจากองค์กรที่ตนทำอยู่ไม่ได้ให้ความสำคัญกับตำแหน่งนักจิตวิทยามากนัก และมีระดับชั้นโครงสร้างองค์กรที่ต้องอยู่ภายใต้หัวหน้างานคนละสายอาชีพอีกต่อหนึ่งซึ่งผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าแม้จะมีความคิดสร้างสรรค์ทำโครงการอะไรไป ก็มักได้รับการปฏิเสธหรือไม่อนุมัติอยู่เสมอๆ โดยผู้ให้ข้อมูลเปรียบเทียบตนเองไว้ว่าเหมือนเป็นโพลิโอ แขนขาลีบเพราะไม่ได้ทำอะไรอย่างที่ท่านอยากจะทำ เร็วแรงที่มีก็ลดลงเรื่อยๆ ไฟฝันที่จะทำงานก็ริบหรี่มอดลงจนไร้เรี่ยวแรง กลายเป็นคนเฉยชา ไม่อยากจะทำอะไร ทั้งๆที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีสิ่งที่ดีที่ตนเองได้ทำเรียนมา มีคุณค่าและมีประสิทธิภาพอย่างมาก ในการทำงานนั้นผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 จึงต้องเผชิญกับปัญหาจากภายนอกในที่ทำงานที่ส่งผลต่อสภาวะของจิตใจของตนเองตลอดเวลา แต่ผู้ให้ข้อมูลสามารถอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ปรับตัวปรับใจของตนเองให้อยู่กับสภาวะปัญหาได้ โดยใช้กระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ได้จำเรียนมาใช้กับตนด้วย โดยกล่าวว่าการเรียนจิตวิทยาการปรึกษาคือการได้ฝึกฝนตนเองตลอดเวลาและการใช้หลักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธในชีวิตจริงกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่ได้ใช้มากที่สุด

อย่างไรก็ตามผู้ให้ข้อมูลรายนี้ กล่าวว่าแม้การทำงานที่ตัวเองทำอยู่จะไม่เอื้อให้ได้ทำงานด้านจิตวิทยาการปรึกษาอย่างที่ตั้งใจมากนัก แต่ผู้ให้ข้อมูลยังคงรู้สึกถึงจิตวิญญาณในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาอยู่ในตนเองอยู่ตลอด

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7 เพศหญิง อายุประมาณ 30 ปี ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างสมส่วน มีบุคลิกภาพดี ท่าที่เป็นมิตร พูดจาอ่อนโยนไพเราะ เป็นกันเอง มีความยินดีและเต็มใจในการให้ข้อมูล มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆของตนเองได้เป็นอย่างดี เป็นอย่างดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม 2554 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าถึงความรู้สึกในการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอย่างภูมิใจ มีความรู้สึกดีและเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตัวเองทำเสมอมา ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกประทับใจและเห็นคุณค่าในวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา จนทำให้เกิดความศรัทธาในสายวิชาชีพและมั่นคงที่จะดำรงตนในวิถีแห่งจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต่อไป โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าการได้อยู่บนแนวทางแห่งนี้วิถีแห่งนี้ ทำให้ได้คำตอบในชีวิตในหลายๆเรื่อง และทำให้ได้ค้นพบว่าตนเองได้เดินมาถูกทางแล้ว สิ่งนี้คือสิ่งที่ตรงกันและได้ตอบคำถามในชีวิตของตัวเอง ผู้ให้ข้อมูลถือว่าเป็นความโชคดีในชีวิตที่ได้พบเจอเส้นทางสายนี้

อย่างไรก็ตามในการทำงานผู้ให้ข้อมูลเองก็ต้องพบเจอกับความยากลำบากและอุปสรรคที่สำคัญ แต่ส่วนที่เป็นอุปสรรคสำคัญที่สุดของผู้ให้ข้อมูลรายนี้คือใจของตัวเองที่คาดหวังและไม่นิ่งพอในการให้บริการจิตวิทยาการปรึกษา ดังนั้นหลักในการแก้ไขจึงเริ่มต้นจากใจของผู้ให้ข้อมูลก่อนเป็นอันดับแรก โดยการปรับใจตัวเองให้นิ่ง ไม่หวั่นไหว หันกลับมาดูใจตนเอง ทบทวนตนเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับใจของตนบ้าง แล้วตนจะจัดการจิตใจอย่างไร ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าจะต้องเตรียมใจให้พร้อม ไม่คาดหวัง หากทำได้ทุกอย่างก็จะราบรื่นและไม่กลายเป็นปัญหา

สิ่งต่างๆที่ผู้ให้ข้อมูลได้ประสบพบเจอมานั้นได้สั่งสมเป็นประสบการณ์ในชีวิตที่แปลกใหม่ ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าได้เปิดโลกของตนเองที่ไม่เคยได้รู้จักหรือเข้าใจ ก็ได้พบได้เห็น ทั้งที่เป็นโลกของตัวเองเพิ่งมารู้จักมาเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง ลึกซึ้ง การเรียนในระดับปริญญาโทนั้นทำให้ได้รู้จักตนเองมากขึ้นและทำให้เข้าใจชีวิตและโลก รวมถึงผู้อื่นได้มากขึ้น ผู้ให้ข้อมูลรายนี้จึงมีชีวิตที่ได้เติบโตขึ้นจากการเดินบนเส้นทางสายจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอยู่ตลอดเวลา บนการทำงานสายวิชาชีพนี้ทำให้ตนเองได้ฝึกฝนที่จะจัดการกับภาวะต่างๆภายในใจของตนเองไม่ให้เกิดอุปสรรคไปตามกระแสสายธารของความทุกข์ สิ่งที่เกิดขึ้นตามมาในตัวของผู้ให้ข้อมูลรายนี้คือการได้เติบโตขึ้นในฐานะของความเป็นมนุษย์ เปรียบได้เป็นเส้นกราฟของชีวิตที่วิ่งขึ้น พัฒนาขึ้นจากการได้เรียนรู้ชีวิต จนทำให้กลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8 เพศหญิง อายุ 40 ปี ผิวขาว รูปร่างเล็ก ท้วม ไร้ผมสั้น มีบุคลิกภาพที่เป็นมิตรอย่างมาก ยิ้มแย้มอ่อนหวาน พูดจาอ่อนโยนไพเราะ เป็นกันเอง และให้ความรู้สึกอบอุ่น

เมื่ออยู่ใกล้ ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจในการให้ข้อมูลอย่างมาก มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆของตนเองได้เป็นอย่างดีเยี่ยม

สัมภาษณ์ครั้งแรกเมื่อวันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2555 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง 50 นาที และสัมภาษณ์เพิ่มเติมครั้งที่ 2 เมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2555 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 20 นาที จากการสัมภาษณ์ในฐานะการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8 มีความรู้สึกปกติ อิ่มเอมใจทุกครั้งที่ได้ทำงาน เป็นความรู้สึกอิ่มเต็มในการให้ความช่วยเหลือผู้คนที่สร้างคามภูมิใจและเห็นคุณค่าต่องานและตนเองมากขึ้นในทุกๆครั้งที่ได้ทำงานนี้ ผู้ให้ข้อมูลถือว่าการเข้ามาเรียนจิตวิทยาการปรึกษาเป็นจุดเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญในชีวิต ทั้งทางด้านการใช้ชีวิตเองและการเข้าใจโลกและตัวตนของตนเองมากขึ้น ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าเส้นทางสายจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นเป็นเส้นทางที่มีคุณค่า และคุ้มค่าที่จะเดินต่อไป โดยมีความเชื่อมั่นในแนวทางแห่งจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอย่างมั่นคง

ในด้านการงานที่จะต้องพบเจอกับอุปสรรคหรือความยากลำบากทั้งหมด ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8 กล่าวว่า อุปสรรคที่แท้จริงแล้วคือใจของตัวเองที่จะส่งผลต่อการทำงานของตน การมีใจที่แบ่งแยก แบ่งเขาแบ่งเรา ทำให้ทำงานหรืออยู่กับสิ่งตรงหน้าได้อย่างไม่เต็มที่และไม่มีประสิทธิภาพ แม้ว่าในทางปฏิบัติจะสามารถทำงานได้ต่อไปแต่ข้างในใจลึกๆแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังคงสัมผัสได้ถึง ความไม่เต็มที่ในการทำงานอยู่นั่นเอง ซึ่งถือเป็นความยากลำบากที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าจะก้าวข้ามผ่านมาได้ก็ใช้เวลาอยู่สักพักหนึ่งเช่นกัน โดยการจัดการต่อภาวะนั้นผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าได้ใช้กระบวนการทางจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ได้ร่ำเรียนมานั่นเอง ใช้การฝึกฝนที่ผ่านมามีจิตใจ ร่องรอยของความทุกข์ในใจ เมื่อมีเรื่องขุ่นใจ ก็สามารถที่จะกลับมาอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นในอารมณ์ได้ พินิจรอยแยกของความจริงและความคาดหวังในใจได้จนทำให้คลายความขุ่นข้องใจได้อย่างรวดเร็ว

และในทุกขณะที่ผู้ให้ข้อมูลได้ให้บริการจิตวิทยาการปรึกษากับผู้อื่น ผู้ให้ข้อมูลก็ได้เรียนรู้ และตระหนักรู้ไปพร้อมๆกับผู้รับบริการนั้น ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าการทำงานแต่ละครั้ง ระเบิดจิตใจของตนเองถูกยกขึ้นมาเสมอๆ ในขณะที่ให้ผู้รับบริการได้สำรวจลงไปในจิตใจหรือความจริงบางประการ ตัวผู้ให้ข้อมูลก็ได้ร่วมเดินทางเข้าไปสำรวจสิ่งนั้นด้วย กลายเป็นความมุงอกงามที่เกิดขึ้นในใจของผู้รับบริการ และตัวเราเอง และในบางครั้งบางครา บางมุมของชีวิตของผู้รับบริการก็ละม้ายคล้ายคลึงกับชีวิตตัวเอง มีแง่มุมที่ติดขัดเหมือนตัวผู้ให้ข้อมูล การได้ทำจิตวิทยาการปรึกษาให้

ผู้รับบริการนั้นก็ทำให้ได้เข้าใจชีวิตของผู้ให้ข้อมูลได้ดีขึ้นเช่นกัน บางทีก็เข้าใจไปพร้อมกับผู้รับบริการ กลายเป็นได้เติบโต งามงาม และเห็นคุณค่า ความหมายของชีวิตตนเองและสิ่งที่ตนได้กระทำ ได้เห็นใจที่เป็นสุข ได้ตระหนักชัดถึงการกระทำที่มีคุณค่าและประโยชน์กับคนอื่น

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9 เพศหญิง อายุประมาณ 30 ปี ผิวขาว รูปร่างสูงใหญ่ ไขมันสันประมาณบ่า มีบุคลิกภาพดี เป็นมิตร ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความมั่นใจในตนเอง พูดจาตรงไปตรงมา ชัดถ้อยชัดคำ มีความเป็นกันเอง ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจในการให้ข้อมูล มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆของตนเองได้ดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2554 ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9 กล่าวว่าจิตวิทยาการศึกษานั้นเป็นคำตอบที่ใช่ที่ตนเองกำลังตามหาอยู่ หลังจากเรียนจบปริญญาโท ผู้ให้ข้อมูลมีธุรกิจทางครอบครัวที่ต้องรับช่วงกิจการต่อ อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลยังตั้งกลุ่มอิสระกับเพื่อนๆในการให้บริการทางจิตวิทยาการปรึกษาและทำงานในสายงานนี้อย่างต่อเนื่อง โดยตั้งเป้าหมายว่าแม้งานบริการทางด้านจิตวิทยาการศึกษานั้นจะไม่ใช่งานหลักที่ใช้เลี้ยงชีพ แต่ก็ถือเป็นงานเสริมที่สำคัญอันเป็นพันธกิจในการช่วยดำรงวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาที่มีคุณค่าในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ได้ตามปณิธานของอาจารย์ผู้สอน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลพยายามอย่างยิ่งที่จะทำงานบริการด้านจิตวิทยาการศึกษานี้ควบคู่ไปกับงานหลักตลอดมา สิ่งหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะทำงานด้านนี้ต่อไปเป็นเพราะได้ตระหนักเห็นคุณค่าในวิชาชีพที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและตนเอง

ในด้านความยากลำบากนั้น ปัญหาที่ผู้ให้ข้อมูลรายนี้กล่าวถึงนั้นส่วนใหญ่เป็นปัญหาในด้านการตลาดหรือการทำจิตวิทยาการปรึกษาให้เป็นอาชีพที่เลี้ยงตัวเองได้ ผู้ให้ข้อมูลให้ความเห็นว่าเราไม่มีความรู้ในด้านการประชาสัมพันธ์หรือการโฆษณาตัวเอง ทำให้อัตราการจ้างงานที่เข้ามาหาเรานั้นมีน้อยลง ประกอบกับสังคมที่ไม่รู้จักจิตวิทยาการปรึกษาทำให้การหางานของนักจิตวิทยาการปรึกษาลำบากมากขึ้น นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9 ยังได้เล่าถึงประสบการณ์ในการให้บริการทางจิตวิทยาการปรึกษาแบบรายกลุ่มและพบว่าตนเองได้เรียนรู้อะไรมากมายจากสมาชิกในกลุ่ม แม้ว่าตัวเองจะเป็นผู้เอื้อให้เกิดการตระหนักชัดในความรู้สึกแก่สมาชิกในกลุ่ม เป็นผู้เอื้อให้เกิดความงามงามขึ้น แต่ในขณะที่เดียวกันตนเองก็ได้เรียนรู้เรื่องราวต่างๆไปกับสมาชิกใน

กลุ่มด้วย ได้รู้สึกและสัมผัส กลายเป็นสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่ม ไม่ใช่เป็นแค่ นักจิตวิทยาการปรึกษา ที่ต้องดำเนินกลุ่มเพียงบทบาทเดียวเท่านั้น

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10 เพศหญิง อายุ 29 ปี สถานะภาพโสด ผิวไม่ขาวมาก รูปร่างสูง มีบุคลิกภาพดี เป็นกันเอง มีความมั่นใจในตนเอง ตอบคำถามอย่างชัดถ้อยชัดคำ ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจในการให้ข้อมูล มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆ ของตนเองได้ดี

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2554 ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10 รู้สึกภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนเองเป็นและสิ่งที่ตนเองทำในฐานะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาเนื่องจากได้ทำงานที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น และสิ่งเหล่านี้ก็ย้อนกลับมาสร้างคุณค่าให้เกิดขึ้นในใจกับผู้ให้ข้อมูลอีกต่อหนึ่งด้วย

เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาที่มาจากการทำงาน ผู้ให้ข้อมูลค้นพบว่า เป็นความไม่แน่นอนที่เกิดขึ้น หรือเป็นความไม่รู้ข้างหน้าที่สร้างอุปสรรคให้การทำงานเกิดความยากลำบาก ซึ่งผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าจำเป็นที่จะต้องฝึกใจให้ยอมรับกับสิ่งต่างๆที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มีใจที่พร้อมเสมอในการเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงหรือความไม่รู้ข้างหน้า เป็นการแก้ไขที่จิตใจตนเอง โดยการเตรียมใจให้พร้อมรับกับสิ่งต่างๆ ฝึกใจให้เข้มแข็งที่จะเจอปัญหา มีสติที่จะรับมือกับสิ่งที่จะเปลี่ยนแปลง พร้อมกันนั้นก็ต้องรับผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงนั้น ให้ได้ด้วย และการที่ได้เข้ามาศึกษาเล่าเรียนด้านจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ถือเป็นจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงท่าทีภายในของตนเอง ตลอดระยะเวลาที่เริ่มเข้าเรียน ผ่านการเรียนการสอน ผ่านการฝึกงาน ผ่านการทำกลุ่ม ล้วนแล้วแต่เป็นวิถีแห่งการฝึกฝนจิตใจของตนเองทั้งสิ้น ทำให้ตนเองจากเดิมที่เป็นคนเอาแต่ใจและมุ่งเน้นแต่ตัวตนของตนเอง ก็กลับทำให้ได้มองเห็นผู้อื่นรอบข้างมากขึ้น เอาใจใส่ผู้คนรอบข้างมากขึ้น เป็นท่าทีภายในที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพภายนอกที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11 เพศหญิง อายุประมาณ 45 ปี ผิวขาว รูปร่างสูงโปร่ง พุดจาเนิบช้านิมมณฑล ยิ้มแย้มและเป็นกันเอง ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจในการให้ข้อมูลเป็นอย่างมาก

กระตือรือร้นในการตอบคำถาม มีความสามารถในการถ่ายทอดหรือสื่อสารถึงประสบการณ์ต่างๆ ของตนเองได้ดี

สัมภาษณ์ครั้งแรกเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2555 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 30 นาที และสัมภาษณ์เพิ่มเติมในครั้งที่ 2 เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2555 ใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ ประมาณ 1 ชั่วโมง 10 นาที ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11 มีความรู้สึกปิติยินดีที่ได้เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธโดยเห็นว่าเป็นงานที่มีคุณค่าต่อผู้อื่น ซึ่งสิ่งนี้เป็นส่วนสำคัญที่ช่วยหล่อเลี้ยงจิตใจ ของตัวเองให้เข้มแข็งต่อไปได้ ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลเผชิญกับปัญหาต่างๆ โดยเฉพาะปัญหาในด้านการใช้ชีวิตกับผู้คนรอบข้างในที่ทำงาน ผู้ให้ข้อมูลจะนำหลักธรรมต่างๆ เข้ามาช่วยให้ใจที่ขุ่นมัวของตัวเอง คลายลงอยู่บ่อยครั้ง การได้เข้าใจในหลักธรรมและนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันหรือการทำงานทำให้สามารถที่จะอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างสบายใจมากขึ้น และไม่เป็นปัญหา

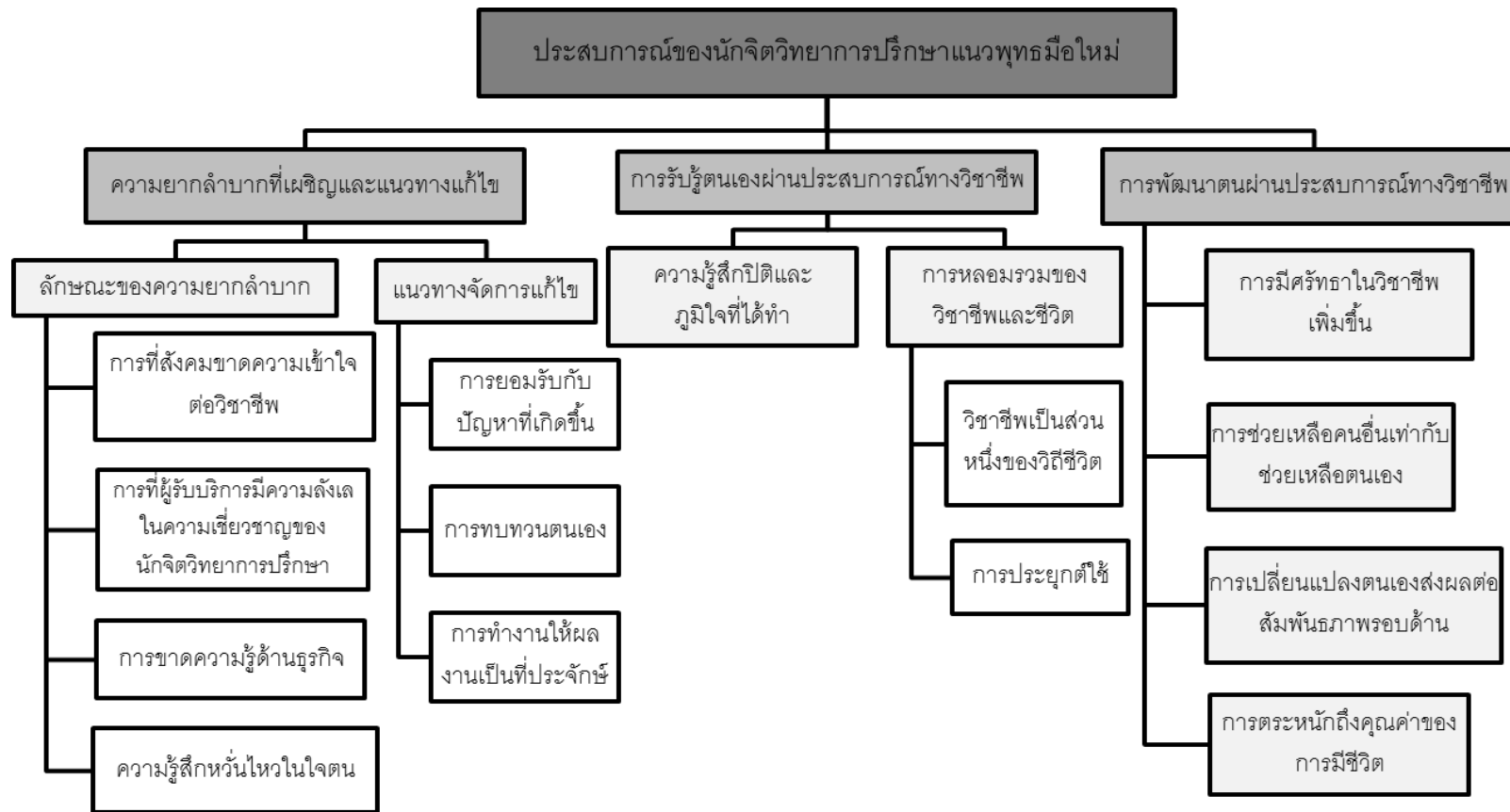
ผู้ให้ข้อมูลถือว่าการได้เผชิญกับความยากลำบากหรืออุปสรรคต่างๆ ที่เข้ามา นั้น เป็นการฝึกฝนจิตใจ ดังนั้นจึงมีเรื่องให้ฝึกฝนจิตใจอยู่ตลอดเวลาในทุกวันและถือเป็นเรื่องสำคัญที่ถ้า ต้องการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่แหลมคม มีประสิทธิภาพ ควรต้องฝึกฝนตนเองให้มีความจับใจในการรับรู้ความรู้สึกด้านลบของตนเองอยู่เสมอ ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าเมื่อตนเองสามารถจัดการกับอารมณ์ด้านลบของตนเองได้แล้วก็จะสามารถทำงานกับผู้รับบริการตรงหน้าได้ดีขึ้น รวมถึงในด้านการใช้ชีวิตต่างๆ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเองเติบโตขึ้นจากสิ่งที่ผ่านเข้ามากระทบใจ ทำให้ตนเองมีศรัทธาที่เพิ่มมากขึ้นในวิชาชีพ ผู้ให้ข้อมูลยังคงสานต่อวิชาชีพนี้ต่อไปให้ผู้อื่นรู้จักมากขึ้นอีกด้วย

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

จากการศึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ได้เล่าถึงความรู้สึกนึกคิดและเรื่องราวผ่านประสบการณ์ต่างๆ ของตนเอง โดยสามารถแบ่งข้อค้นพบได้ 3 ประเด็นหลัก มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

- ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางแก้ไข
- ประเด็นที่ 2 การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ
- ประเด็นที่ 3 การพัฒนาตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

โดยประเด็นทั้ง 3 สามารถสรุปเป็นแผนภาพเพื่อให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางแก้ไข

ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางแก้ไข หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้มีประสบการณ์ในการทำงานที่ต้องเผชิญกับความขัดข้อง ความติดขัด จนกลายเป็นปัญหาและอุปสรรคขัดขวางการทำงานทางวิชาชีพของตนเอง และนักจิตวิทยาการปรึกษามีแนวทางการแก้ไขฟันฝ่าอุปสรรคและปัญหาจนผ่านพ้นมาได้ ซึ่งในการทำงานวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษานั้นผู้ให้ข้อมูลได้ถ่ายทอดประสบการณ์ที่เป็นสภาวะความยากลำบากอันเป็นปัญหาและอุปสรรคที่ต้องเผชิญตลอดการทำงาน รวมถึงแนวทางในการจัดการปัญหา แบ่งเป็นประเด็นที่น่าสนใจ ได้ดังนี้ 1.1 ลักษณะของความยากลำบาก 1.2 แนวทางจัดการแก้ไข ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ลักษณะของความยากลำบาก

ลักษณะของความยากลำบาก หมายถึง ลักษณะของสภาพอุปสรรค ความติดขัด และปัญหาต่างๆที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้เผชิญในการทำงานวิชาชีพในสังคมไทย จากประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลสามารถแบ่งเป็นประเด็นย่อย ได้ดังนี้ 1.1.1 การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ 1.1.2 การที่ผู้รับบริการมีความลังเลใจในความเชี่ยวชาญของนักจิตวิทยาการปรึกษา 1.1.3 การขาดความรู้ด้านธุรกิจ 1.1.4 ความรู้สึกหวั่นไหวในใจตน โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.1.1 การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ คือ การที่บุคคลในสังคมไม่มีความรู้หรือความเข้าใจในวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษามากนัก บ้างอาจกล่าวได้ว่าไม่รู้จักวิชาชีพนี้ไม่ทราบว่ามีอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาคือใครและมีบทบาทใด ทำให้เกิดความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนส่งผลต่อความราบรื่นในการทำงานกลายเป็นอุปสรรคในการปฏิบัติงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

การที่วิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษายังไม่เป็นที่รู้จักในวงกว้างนั้น ได้สร้างอุปสรรคในการทำงานให้กับนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่เป็นอย่างมาก โดยส่วนใหญ่แล้วภาพของบุคคลในสังคมที่มีต่อนักจิตวิทยามีความคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริงไปอย่างมาก โดยมองการทำงานของผู้ให้ข้อมูลว่าเป็นผู้มีความสามารถพิเศษ อ่านใจบุคคลได้ และยังเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธด้วยแล้ว การรับรู้และเข้าใจของสังคมยังมีความคลาดเคลื่อนมากขึ้นไปอีก โดย

บุคคลมักเข้าใจว่าเป็นการการนั่งสมาธิหรือสวดมนต์ ด้วยความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนเช่นนี้จึงได้กลายเป็นภาวะที่เพิ่มมากขึ้นของผู้ให้ข้อมูลที่ต้องอธิบายให้ผู้อื่นหรือผู้รับบริการเข้าใจในดวงงานจิตวิทยาการปรึกษาอย่างถูกต้อง ชัดเจนในทุกครั้งของการปฏิบัติงาน ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ถ้าถามเจาะไปเฉพาะ *counseling* แนวพุทธ ก็อาจจะมีอุปสรรคอีกนั่นแหละ เพราะว่า *counseling* คนก็รับรู้้อยู่แล้วนะ แล้วคำว่าแนวพุทธเท่าที่ไปพบเจอมาเนี่ย มันกลายเป็นภาวะที่เราต้องอธิบายเพิ่มว่าพุทธตรงนี้ไม่ใช่จับไปนั่งสมาธิในวัดและสวดมนต์เท่านั้น พอเขาได้ยินว่าจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเขาก็จะคิดว่า เขาพูดเลยนะ ที่บริษัทหรือที่โรงเรียนก็มีการไปนั่งสมาธิ ไปสวดมนต์อยู่ปีละครั้งอยู่แล้ว แล้วก็ โอ๊ยกฎปวดหัว ต้องอธิบายว่าอ้อมมันไม่ใช่อย่างไร ซึ่งถ้าการไม่ใช่อย่างไรเนี่ยยังต้องฝึกกันอยู่เลย ทุกวันนี้ที่จะอธิบายให้เขาเข้าใจได้ชัดเจน” (ID4, L: 502-510)

“ด้วยความที่วิชาชีพนี้นั้นมันก็ยังไม่เป็นที่รู้จักแพร่หลายอะไรอย่างนี้ มันก็เลยซ้ำซ้อนกัน ในด้านการทำให้คนเข้าใจงานของเราคืออะไร งานของเราทำอะไรให้ได้ งานของเรามีความน่าเชื่อถือในระดับไหน”(ID1, L: 271-280)

“ปัญหาและอุปสรรคคือการสร้างความเข้าใจให้กับผู้คนรอบข้าง คือบางคนเขาไม่เข้าใจสิ่งที่เราสื่อ คือเหมือนช่องทางในการรับสื่อของเขามีช่องทางเดียว เออ มันจะรับเฉพาะอันนี้ เราสื่ออะไรเข้าไปเขาก็ไม่เข้าใจอะ มันยากเหมือนกันนะที่อธิบาย ที่จะทำให้คนอยู่ตรงหน้าเราในสิ่งที่เราจะสื่อไป คือบางทีเวลาเราอยู่กับพวกพ้องเราพูดอย่างนี้จะ *get* (เข้าใจ) พอมาอยู่ในสังคมบริบทอื่นๆเขาไม่ *get* อะคะ ซึ่งอุปสรรคนี้อันใหญ่จะเกิดขึ้นกับการที่เราไปพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ในองค์กรมากกว่า กับคนตรงหน้า(ผู้รับบริการ) คือ เรายังพากันเดินไปได้ แต่ว่าคนที่อยู่ในองค์กรเขาก็ไม่รู้ว่านี่คืออะไร ยังไง เขามองไม่เห็น สิ่งที่เราทำคืออะไร” (ID2, L: 142-151)

“เรานักจิตวิทยาการปรึกษาคนก็จะยังงงว่ายังไง คนไม่ได้รู้ในวงกว้างแบบจิตแพทย์ เหมือนหมอ เหมือนคนบอกว่าเป็นนักกีตะ สมมติบอกว่าเป็นนักกีตะวิทยาอย่างเนี่ย ก็พอจะรู้ว่าทำงานเกี่ยวกับแมลง แต่จริงๆสักๆทำอะไรรู้ใหม่ ก็ไม่รู้ เหมือนเป็นนักจิตวิทยาก็รู้ว่าประมาณมาคุย เหมือนมาคุยปฏิบัติกริยาของคนทั่วไปก็จะเป็นนักจิตวิทยาหรือ อ่านใจให้หน่อยเราคิดว่าอะไร คำก็จะมีปฏิบัติกริยาอย่างนั้นหรือรู้สึกว่ามันก็ยังมีคนเข้าใจเยอะขึ้น ให้ความสำคัญกับจิตใจมากขึ้น รู้เรื่องนี้เยอะขึ้นจากแต่ก่อน แต่ก็ยังไม่รู้ 100 เปอร์เซ็นต์” (ID7, L: 394-400)

“คนมันไม่รู้จักรัก ตอนนี่มันเป็นเพื่อนของเพื่อน บอกต่อๆกัน ปากต่อปาก คือมันยังไม่เป็นวิชาชีพ คือเราไม่มีใบประกอบโรคศิลป์ สอบอะไรที่มันจะได้ ก. ได้ ว. อะไรมาเหมือนนักกายภาพ หมอ อะไรอย่างนี้ คือไม่มีวิชาชีพ *counseling* นะ...ในเชิงของคนที่ยังไม่รู้จักรักนะ เขาเข้าใจคำว่านักจิตวิทยาการปรึกษาแค่นั้น นั่นแหละที่เป็นปัญหา สิ่งที่เป็นปัญหาคือคนไม่เข้าใจ อย่างหมอนะ หมอรักษาคนไข้ หมอผ่าตัดก็ผ่าตัด นักกายภาพก็รักษา แต่ก็ก้ำกึ่งระหว่างหมอนวด แต่ที่ว่านี่ คนก็รู้จักรักมากกว่าเรา(นักจิตวิทยาการปรึกษา)นะ...เขายังไม่รู้จักรักด้วยซ้ำไปว่ามีกลุ่มที่ทำงานแบบนี้อยู่นะ อย่างถ้าทำ *training* นะ เรานะไม่ติดใจในกลุ่มบริษัทที่เขาจะเลือกเราไปทำเลยนะ อย่างนี้ปัญหาเลยละ มันเข้าไม่ถึงกลุ่มเป้าหมายเพราะเขาไม่รู้จักรักเราว่าเราทำอะไรได้บ้าง” (ID9, L: 115-127, L: 143-146)

นอกจากนี้ ในความไม่เข้าใจหรือความไม่รู้จักรักวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา ยังส่งผลให้ผู้รับบริการเห็นความสำคัญของงานจิตวิทยาการปรึกษาน้อยลงไปด้วย ทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอานิสงค์ต้องปรับเปลี่ยนงานของตนเองให้เป็นที่พึงพอใจของหน่วยงานจนในบางครั้งก็ปรับเปลี่ยนไปจนไม่เหลือรูปแบบเดิม ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ถ้ามองในแง่การทำงาน พี่รู้สึกว่าเขาไม่รู้จักรักอาชีพนี้ แล้วเขาก็ไม่เข้าใจว่างานตรงนี้เป็นอะไร เพราะงานนี้เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษามันก็ต้องค่อนข้างปรับให้เข้ากับงาน หรืออาจเรียกว่าเปลี่ยนจนแทบไม่เหลือ” (ID6, L: 225-226)

“ยกตัวอย่างหนึ่ง คือความเข้าใจ การเห็นความสำคัญของสิ่งที่เราทำ คือด้วยอาจจะ ด้วยว่า เขา(ผู้รับบริการ)อาจจะผ่านประสบการณ์การฝึกอบรมแบบนี้มา แล้วมันก็ไม่ได้เกิดอะไรขึ้นมาก เพราะก็เหมือนแค่ทำตาม *requirement* ของวัตถุประสงค์ของสำนักงานอะไรอย่างนี้ ขณะที่งานของเรามันต้องการเวลา มันต้องการการจัดสถานที่แบบนี้ อย่างนี้ๆ ก็จะพบอุปสรรคอย่างนี้อยู่เนืองๆ” (ID8, L: 492-496)

เมื่อบุคคลในสังคมมีความเข้าใจคลาดเคลื่อนหรือไม่รู้จักรักวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษามากนักทำให้การให้บริการของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอยู่ในวงจำกัด และมองการมีอยู่ของนักจิตวิทยาการปรึกษาว่าไม่มีความสำคัญ เมื่อตนเองประสบกับปัญหาจึงไม่ทราบว่ามีวิชาชีพเหล่านี้ให้บริการ กลายเป็นปัญหาที่นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องพบเจอ ดังรายละเอียดของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ทุกวันนี้คือเราไม่มีสถานะอะไรทางสังคมถ้ามองในแง่ นั้นนะ คือคนไม่รู้จักรอกว่านักจิตวิทยาคืออะไร ถึงคนที่รู้จักก็ไม่ได้มองว่าเราเป็นคนน่าเข้าหาหรือ แบบว่าพวกฉันจะต้องไปหา คือมันเหมือนกับการมีอยู่ของนักจิตวิทยาเนี่ย มันไม่ใช่เรื่องสลักสำคัญอะไรมากกับสังคมนี้...ถามว่าเป็นอุปสรรคไหม มันก็เป็นสิ่งที่คนไม่เข้าใจ เหมือนกับว่า อย่างพี่ไปทำงานที่คลีนิกของเพื่อนที่เป็นหมอที่รู้จัก ถ้าพี่หมอไม่ส่งมาคนก็ไม่รู้หรือว่ามันมีช่องทางนี้อยู่” (ID5, L: 180-204)

ไม่เพียงแต่การมีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนเท่านั้นที่สร้างปัญหา การมีความเข้าใจในระดับผิวเผิน ไม่ถ่องแท้ในการปฏิบัติงานวิชาชีพในตัวบุคคลากรก็ได้สร้างอุปสรรคสำคัญเป็นความยากลำบากมากขึ้นไปอีกสำหรับการทำงานวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาเมื่อใหม่ โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความกลัวที่ผู้อื่นจะนำวิชาชีพที่ตนเองรำเรียนมาไปใช้อย่างผิดๆ โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า มีผู้คนจำนวนหนึ่งที่รู้และเข้าใจกระบวนการด้านจิตวิทยาการปรึกษาอย่างผิวเผิน ผ่านการฝึกอบรมในศาสตร์นี้ไม่กี่วัน แต่เชื่อมั่นว่าตนได้เรียนรู้และเข้าใจกระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาดีแล้วส่งผลกระทบต่อการทำงานไปใช้อย่างไม่ถูกต้อง ผู้คนเหล่านี้มักนำหลักการที่ตนเองได้เรียนมาอย่างผิวเผินซึ่งเป็นหลักสูตรเร่งรัดไปใช้ในการทำงานจริงจึงได้สร้างความยากลำบากให้เกิดขึ้นกับนักจิตวิทยาการปรึกษาเพราะขาดความเข้าใจในตัวงาน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“พี่ไม่กลัวอย่างอื่นนะ ที่กลัวคือเอางานของเราไปใช้อย่างผิดๆ จริงๆเขาก็อาจจะได้รำเรียนมาก็ได้ แต่มันไม่ได้ลึกซึ้ง หรือฝึกฝนเคียวกรำมาอย่างเรา แต่เขาเชื่อของเขาว่าทำได้แล้วไปทำ อาจารย์เอง ก็พูดไว้เฉพาะว่าระวังนะไว้ย เขาเอาคำเราไปใช้แล้วใช้อย่างผิดๆ ตรงนี้พี่กลัว แล้วงานของเราก็จะยากขึ้น เพราะต้องคอยแก้ พี่ทำงานเองก็ยาก เพราะเรามาหลังเขา เราไปเรียนต่อกลับมา เขาก็จับงานตรงนี้(ด้านจิตวิทยาการปรึกษา) ไปแล้ว เราก็ยากที่จะได้ทำงานแล้วก็ยากที่จะทำงานกับเขา” (ID11, L: 96- 104)

ทั้งนี้ เมื่อเกิดความไม่เข้าใจหรือการไม่รู้จักรอกวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาอย่างถ่องแท้ของผู้คนในสังคม จนกลายเป็นสิ่งที่ขัดการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่จะต้องอธิบายลักษณะงานและบทบาทของตนเองอยู่ตลอดเวลา ซึ่งในบางครั้งผู้ให้ข้อมูลก็ต้องอธิบายบทบาทของตนเองซ้ำไปซ้ำมา แต่ผลที่ได้คือความไม่เข้าใจอยู่เช่นเดิม ดังนั้นเมื่อเกิดเหตุการณ์ขึ้น ผู้ให้ข้อมูลจะเกิดภาวะอารมณ์ทางลบกับตัวเอง ไม่ว่าจะเป็น โหม โหงุดหงิด ตีบตัน จนเบื่อหน่ายไม่อยากจะปฏิบัติงานต่อ ดังผู้ให้ข้อมูลดังต่อไปนี้

“บางทีมันก็ตีบตันมาก ด้วยความไม่เข้าใจ แล้วมันก็มา block อะไรหลายๆอย่างของเราเนอะ แล้วสื่อไปก็ไม่เข้าใจ ให้ใครไปก็ไม่เข้าใจ พูดไม่รู้ก็รอบก็ไม่เข้าใจ จนเรา มาหงุดหงิดมาไววายวาย คือว่า พี่นะ จะต้องจัดอบรมให้ครู แล้วครูเขาก็จะมีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมของเด็กซึ่งมาจากสายตาที่เรามองไปว่าเด็กก้าวร้าว เด็กอย่างนู้นอย่างนี้ เด็กมีพฤติกรรมอย่างนี้ แล้วพี่พยายามที่จะสื่อให้ครูเข้าใจว่าตอนนี้ เราจะพยายามทำให้ครูอยู่กับเด็กเหล่านี้ยังไง อยู่กับเด็กเหล่านี้ได้อย่างกลมกลืน ได้อย่างปกติสุขที่สุด แต่ครูก็จะไม่เข้าใจ ครูก็จะแบบ ไม่ คุณต้องหาวิธีการแก้พฤติกรรมก้าวร้าว เด็กติดเกมส์ เด็กใช้เงิน เหล่านี้เป็นข้อมูลที่เราไปสอบถามครูว่าครูอยากได้อะไร พี่ก็จะบอกว่าทุกปัญหานี้คะ มันมีรากเดียว มันไม่ได้เยอะ ถ้าเราแก้ตรง point ใหญ่ เราเข้าไปดูสาเหตุของปัญหา คือรากเดียวของพี่คือ ทุกปัญหาเนี่ยมันคือการที่ครูอยู่กับเด็กเหล่านี้ยังไง เขาไม่เข้าใจเลย เขาก็เนี่ยปัญหาเขามาแล้ว คือโมโหนะ จนเราแบบ เจอคนแบบนี้เราก็ขาดแรงจูงใจที่จะพูดคุยต่อคะ มันแบบพอละ มัน repeat หลายรอบมากเลยเรื่องนี้ เออ เหมือนพี่ต้องพูดประโยคเดิม ความหมายเดิม แต่อาจจะเปลี่ยนคำ แต่มันก็ไม่ได้เกิดความเข้าใจอะไรเลย ก็เลย พอละ พอละ ฎไม่อธิบายละ ฎพอแล้ว” (ID2, L: 115-136)

“เราไม่สามารถอธิบายให้เขา get (เข้าใจ) ได้จนเราต้องเก็บมารำคาญโมโหทำไมพูดคุยไม่รู้เรื่อง พี่ว่าสิ่งที่พี่รุ่ง (นามสมมติ) พูดใช้คำง่าย ๆ ง่ายที่จะเข้าใจแล้ว ก็ไม่รู้ว่าเราเป็นพวกเดียวกันเลยเข้าใจกันง่ายหรือเปล่า ทำไมคนอื่นไม่เข้าใจเราวะ มันก็เป็นคำง่ายไม่ใช่คำของอาจารย์ในคณะเราพวกองกงามสวยอะไรที่มันจะยากต่อการเข้าใจขนาดนั้น แต่เขาก็ยังไม่ get (ไม่เข้าใจ) แล้วพี่ บางครั้งก็คุยกับพี่รุ่งว่าเราสามารถ tuning in คนที่อยู่ตรงหน้าแล้วเราก็พูดคำอะไรออกกลับไปให้เขาเห็นว่าสามารถเข้าใจเขาได้ แต่ว่าไม่ทีนี่เรามีปัญหาการสื่อสารที่จะไม่ให้คนที่เราคุยงานด้วยรู้เรื่อง ทั้งๆที่มันน่าจะง่ายก็เรายังเข้าใจความรู้สึกกับคนตรงหน้า(ผู้รับบริการเมื่อให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ) แล้วเราก็บอกจนเขามั่นใจเลยว่าเรารับรู้โลกของเขาจริงๆ แต่กับการสื่อสาร ซึ่งการที่เรา tuning in ไปแล้วประสิทธิภาพการสื่อสารของเราก็ต้องโคตรสุดยอดใช้ใหม่ถึงกับซึ่งใจเขาได้ เข้าไปนั่งอยู่ในใจเขาได้อย่างนี้ แต่ว่าแค่การที่เราจะบอกว่าเราอยากทำงานอะไรของเรา(กับผู้ว่าจ้างซึ่งเป็นคนในองค์กร) ทำไมมันมีปัญหาจัง” (ID6, L: 400-412)

1.1.2 การที่ผู้รับบริการมีความลังเลในความเชี่ยวชาญของนักจิตวิทยาการปรึกษา หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้รับรู้ถึงความสงสัย ลังเลใจที่จะเลือกใช้บริการจากผู้รับบริการ เนื่องจากผู้รับบริการเห็นว่าผู้ให้ข้อมูลยังมีอายุไม่มากนัก ขาดความอาวุโส ที่จะแสดงให้เห็นถึงความเชี่ยวชาญที่มากขึ้น ดังนั้นจึงเกิดความไม่มั่นใจหรือลังเลใจสงสัยในศักยภาพของผู้ให้ข้อมูลด้วยเกรงว่าผู้ให้ข้อมูลอาจจะยังเชี่ยวชาญไม่มากพอ ทั้งนี้ด้วยปัจจัยที่

สร้างความล้มเหลวต่อนักจิตวิทยาการศึกษาดังกล่าว ได้กลายเป็นอุปสรรคสำคัญที่ทำให้การทำงานทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการศึกษานวพุทธมีแนวโน้มเป็นไปอย่างยากลำบากมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ความไม่มั่นใจของผู้รับบริการที่เกิดขึ้นแล้ว ในบางครั้งก็ส่งผลต่อการเปิดใจรับฟังความคิดเห็นจากนักจิตวิทยาการศึกษานวพุทธด้วย ตามรายละเอียดดังต่อไปนี้

“หนึ่งด้วยวัย เคยไป present ที่หนึ่งเขาบอกดีหมด อย่างเดียวคือ เราเด็กไป เราแบบอันนั้นหนู(ตัวผู้ให้ข้อมูล)ทำอะไรไม่ได้นะคะ อะไรอย่างนี้ คือมันก็มีผลเช่นเราไปpresent กับหมอ แล้วหมอก็มี ego มีความเก่งความอะไรของเขาและเขาก็เป็นหมอผู้ที่มีประสบการณ์มีความรู้ พอเราเข้าไปเนี่ย เขาก็รู้ว่าเรา เขาก็มั่นใจในกระบวนการของเรา แต่การที่จะสร้างความเชื่อมั่นให้กับคนที่เขาจะต้องมาฟังเด็กอย่างเราพูดเนี่ย เขาทางทีมที่เขาจะตัดสินใจให้เราทำงาน เขาก็รู้สึกไม่มั่นใจในตรงนี้ ซึ่งเราก็ทำอะไรไม่ได้ เราก็ได้แต่โชว์แต่โปรแกรม โชว์แต่วิธีการที่เราจะทำ ซึ่งอาจารย์ก็เคยบอกว่า บอกกลุ่มที่เหมือนกันว่า ไม่เป็นไรพวกเราก็ไปจัดกลุ่มกับนิสิตนักศึกษา บางทีผู้ใหญ่ไปเนี่ยบางเรื่องมันต้องอาศัยเวลาสั่งสมประสบการณ์ เรื่องคุณวุฒิ วัยวุฒิ” (ID7, L: 46-55)

“ความดูมีความอาวุโสอันนี้ก็มีผลมาก คืออย่างเคยไปที่หนึ่งเป็นโรงพยาบาลเขาบอกเขาโอเคกับกระบวนการของเราหลายแต่บุคลากรของเราดูเด็ก อาจจะดูไม่อาวุโสพอสำหรับหมอหรือหัวหน้าพยาบาล เขาก็เลยต้องรอให้แก่อีกหน่อย” (ID4, L: 551-555)

“ก็เป็นไปไม่ได้นะ ที่จะ tune (เข้าใจ เข้าถึงกัน) กันไม่ได้นะ แต่ที่รู้สึกว่าการเปิดใจมันน้อยด้วยละ คุณเปิดใจรับฟังในสิ่งที่ฉันพูดไปหรือยัง แล้วการทำงานในองค์กรนะ วุฒิภาวะ อายุ อะไรแบบนี้มันก็มีผล แล้วเราก็ตัวกระเป๋ายกอย่างนี้เนี่ย แล้วความเชื่อถือนั่นก็ไม่มีนะ มันไม่เหมือนแบบที่เราถามคำถามอะไรที่ เหมือนอาจารย์จะถามอะไรมาแล้วเราตอบ พอเราถามคำถามอะไรไปเขาก็จะไม่ตอบด้วยความคิดไตร่ตรองอะไรเลย พี่ถามว่า คุณครูคะ ครูอบรมครูนี้คะ ครูจะให้หนู focus ที่ครู หรือ focus ที่เด็ก ครูเขายังตอบว่า focus ที่เด็ก แต่ว่าอบรม ‘ครู’ นะ คือเขาไม่ใคร่ครวญอะไรเลย เราอาวุโสไม่พออะคะ มันทำให้ความใคร่ครวญและการรับฟังแคบลงด้วย” (ID2, L: 141-151)

“คำว่ามือใหม่ในที่นี้ เขาจะไม่ดูว่าเรามีมือใหม่ที่เราตั้ง(ทำงาน)มาแค่สองปีอย่างนี้หรอก เพราะสุดท้ายเขาจะมาดูที่จำนวนชั่วโมงอยู่แล้วแต่เขาจะมองด้วยหน้าตาเขาจะไม่ดูว่าเราทำงานอะไรมาหรือเราผ่านมาก็ชั่วโมงแล้วเขาก็ดูบ้างเขาถึงได้ติดต่อเรามา แต่พอเขาได้มาเห็นตัว

เราเป็นๆของเรา เขาก็จะมีความสงสัยอยู่บ้างว่า เออ ทีมที่จะให้ช่วยจัดเนี่ยเป็นระดับผู้จัดการหมดเลยนะคะ อะไรแบบนี้ หรือทีมที่จะให้ช่วยจัดเนี่ยเป็นพนักงานที่ทำงานมาสามสิบกว่าปีทั้งนั้นเลย เป็นคุณป้าคุณยาย คุณลุงทั้งนั้นเลย ไหวไหมคะ เห็นวิทยากรดูเด็กมากเลย” (ID1, L: 334-343)

1.1.3 การขาดความรู้ด้านธุรกิจ หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ไม่มีประสบการณ์หรือขาดทักษะในการจัดการระบบงานภายในกลุ่มของตน โดยเฉพาะทางด้านธุรกิจการเงิน จึงทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคต่างๆในการปฏิบัติงาน ซึ่งในหลายๆครั้งก็ส่งผลไปถึงจิตใจของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธในการปฏิบัติงานแต่ละครั้งด้วย

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า การขาดทักษะหรือประสบการณ์ดังกล่าวทำให้ทำงานทางวิชาชีพได้อย่างยากลำบากมากยิ่งขึ้น ในประเทศไทยนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ส่วนใหญ่ปฏิบัติงานทางวิชาชีพอย่างอิสระ (private practice) มีการรวมกลุ่มในระหว่างเพื่อนสนิทจัดตั้งการให้บริการทางจิตวิทยาการปรึกษาอย่างอิสระ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลต้องจัดการระบบงานภายในของตนเอง จำเป็นต้องสร้างระบบงานต่างๆให้เป็นระบบ เป็นมืออาชีพที่สามารถเลี้ยงตนเองได้ จึงต้องทำงานทุกอย่างด้วยตนเอง ทำให้บทบาทในการทำงานวิชาชีพไม่ชัดเจนและทับซ้อนกัน เช่น เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ให้บริการการปรึกษา ในขณะที่เดียวกันก็จำเป็นต้องดูแลเรื่องการเก็บค่าบริการ หรือการประชาสัมพันธ์งานของตนเองอีกด้วย นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่จึงต้องดำเนินการในด้านธุรกิจด้วยตัวเองในขณะที่ต้องให้บริการจิตวิทยาการปรึกษาแก่ผู้รับบริการด้วย ดังนั้นจึงเกิดเป็นความรู้สึกลำบากใจ ติดขัดในบทบาทที่ทับซ้อนกันนี้ นอกจากนี้ทักษะและความรู้ของนักจิตวิทยาการปรึกษาในด้านการสร้างงานที่มีอยู่ให้เป็นอาชีพที่เลี้ยงตนเองได้และมีความมั่นคงก็ยังมีไม่มากพอ ซึ่งทำให้การดำรงความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธอย่างสามารถที่จะเลี้ยงตนเองได้นั้นยิ่งลำบากมากขึ้น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“คราวนี้ก็คือว่าอุปสรรคสำคัญ พอมันจับวิชาชีพด้านนี้ ก็คือความสามารถในการทำให้มันเป็นอาชีพ หรือพูดง่าย ๆ ก็คือเราขายไม่เป็น มันไม่มีตลาด อย่างถ้าเรานึกถึงต่างประเทศ เรื่องพวกนี้มันเป็นเรื่องเหมือนร้านกล้วยแขกนะ คือทุกคนรู้ว่ามันกินได้ เดินเข้าไปซื้อกิน แต่อันนี้เราเป็นของที่คนไม่รู้ว่ามันมี หรือรู้ว่ามันมีแต่ไม่รู้ว่าจะไปหากินที่ไหน แล้วเราก็ไม่รู้ว่าเราจะเอาของของเราไปไว้ที่ไหน จะนำเสนอเขาอย่างไร คือความรู้ทางด้านธุรกิจหรือการที่เราเอาสิ่งที่เรามีเนี่ยไปทำเป็นอาชีพจริงๆ มันไม่มี” (ID4, L: 480-481)

“ปัญหาที่การโปรโมทนี้แหละ การตลาด ถ้าจะทำให้มันเป็นอาชีพนะ มันยากเลยละ คนไม่รู้จักระยะ ยิ่งเราเป็นพวกซื้อขาย เนียมไม่ค่อยพูด มันไม่ใช่สไตล์เราเลย เราต้องหาบริษัท การตลาดเลยละอย่างนั้น ปัญหาคือ เราขายของของเราไม่เป็นนี่แหละ แล้วคนก็ไม่รู้จัก” (ID9, L: 152-156)

“เราเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาเราก็ไม่รู้ว่าการทำธุรกิจคืออะไร ไม่เคยรู้ว่าต้องอะไรยังไง มีอยู่งานหนึ่ง พอมีเรื่องเงินขึ้นมาจะเพิ่มจะหนุนจะนี่ ก็จะให้พี่พงษ์(นามสมมติซึ่งเป็นรุ่นพี่คนหนึ่งของผู้ให้ข้อมูล) ไปคุย ด้วยมาดธุรกิจ เรามานั่งคิด เราพบว่าเราเคยรู้ใหม่ว่าค่าตัวจริงๆ ของเราเท่าไร ค่าการตลาดของเรา ค่าแรงของเราที่ควรได้ เราไม่เคยรู้เลย ถ้าเป็นงาน counseling พี่บอกตรงๆเลยนะว่ายังคิดไม่ออกว่าจะต้องได้เท่าไร มันเคยมี พี่เคยปรึกษา อาจารย์ ดูจากต่างประเทศจะมาเป็นเงินไทยก็ไม่ถูก ได้เท่าไร ชั่วโมงเท่าไร ก็ไม่รู้อีก มันจะเป็นแบบ ถ้าคนรวยก็จะเก็บเงินอีกอย่าง คนจนก็จะเก็บอีกอย่าง ฟรีก็ได้ เคยคุยกับอาจารย์ก็มาคุยว่าเป็นใครอะไรยังไง ใครทำอีกนะ” (ID3, L: 512-528)

“แต่คำว่าอุปสรรคที่ไม่อยากเจอเลย คือเวลาที่เรายังไม่มี setting ที่แน่นอนแบบมีวิชาชีพ เราไม่มีอัตราค่าบริการที่ชัดเจน แล้วเวลาที่คนมา deal แล้วต่อรองราคาแล้วมันรู้สึกลำบากใจ ลำบากใจ บางครั้งถึงขั้นหงุดหงิดใจเลยด้วย เออ ไม่อยาก ไม่อยากจะพูดเรื่องราคาว่าง่ายง่ายนะ ซึ่งมันก็เป็นแบบ มันก็ย้อนกลับมาที่ระบบกลุ่มของเราเองด้วยแหละ คือเราก็แบบเป็นกลุ่มเล็กๆ ยังไม่ได้จดทะเบียนเป็นห้างหุ้นส่วนจำกัด เป็นนิติบุคคล เป็นบริษัท เรายังไม่มีคนที่ทำหน้าที่เหล่านี้ชัดเจนนะ แบบบทบาทมันเลยทับซ้อนกันอยู่ เวลาเรา deal เราก็ deal กันเอง เวลาเขาต่อรองราคาเขาก็ต่อกับเรา แล้วเดี๋ยวอีกวันเขาจ้างเราปุ๊บ เราไปเป็นวิทยากรแล้ว เอ้ย เขาจะรู้สึกยังไงกับเราวะ เราารู้สึกว่าแบบหงุดหงิดใจว่า ไฉนมันต่อรองราคาแบบหน้าเลือดมาก แล้วอีกวันก็ต้องไปเข้าใจมัน กูจะมี bias กับมันหรือเปล่า” (ID1, L: 442-449)

ประเด็นในเรื่องของการเก็บค่าบริการได้กลายเป็นอุปสรรคสำคัญที่ส่งผลต่อจิตใจของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ด้วยระบบวิชาชีพที่ยังไม่มีในประเทศไทย การกำหนดค่าบริการจึงเป็นปัญหาใหญ่เพราะไม่มีระบบมาตรฐานใดๆในการอ้างอิง และการทำงานที่มีบทบาททับซ้อนกัน ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลจำเป็นต้องเข้ามาปฏิบัติงานทางด้านการเงินด้วยตนเอง ซึ่งได้สร้างความลำบากใจ อึดอัดให้เกิดขึ้นเป็นอย่างมากตามข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลดังที่ได้กล่าวไปข้างต้น นอกจากการถูกต่อรองราคาค่าจ้างงานที่ได้สร้างความอึดอัดใจแก่ผู้ให้ข้อมูลแล้ว ความขัดแย้งกันเองในใจระหว่างความรู้สึกที่ต้องทำงานเลี้ยงชีพบนพื้นฐานของการทำงานที่

ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่ทุกข์ยากของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ได้สร้างความติดขัดไม่กล้า ลำบากใจเป็นอย่างมาก โดยผู้ให้ข้อมูลจะต้องเก็บค่าบริการจากผู้รับบริการที่มีความทุกข์ใจ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกขัดแย้งและทำใจที่จะปฏิบัติงานในส่วนการเงินหรือธุรกิจได้อย่างยากลำบาก

“ส่วนที่เป็นทางด้านธุรกิจ คือเราทำไม่ได้เลย และทำใจให้ทำเนี่ยไม่ได้เลย ต้องยอมรับเลยว่าตัวเองนะทำไม่ได้ ให้ทำกลุ่มนะ ทำเถอะ แต่ให้จัดการด้านธุรกิจเนี่ยไม่ได้จริงๆ เช่นการจัดการเรื่องเงินทองไม่ได้อย่างแรง ถ้าเป็นการออกความคิดเห็นว่าจะเก็บเท่าไรเนี่ยพอได้ แต่ให้ไปตามทวงเงินเนี่ยไม่ได้เลย deal เรื่องค่าใช้จ่าย จัดสรรเงินทอง เรียกค่าตัว รับเงิน ไม่ถนัดเลย เงินอายุมากที่จะต้องทำ รู้สึกไม่สบายใจเลย ก็เป็นทั้งนิสัยส่วนตัวด้วย ที่บ้านก็ทำเรื่องนี้ให้ตลอด และก็เพราะวิชาชีพด้วย พี่ก็ยังติดอยู่ว่า counselor เป็นวิชาชีพที่ช่วยเหลือคนอื่น เฮ้ย แต่ให้กูไปเอาเงินเขาอะ มันแอบคิด บางทีก็คิดแบบ เฮ้ย เราไปเอาเงินเขาในขณะที่เขาทุกข์อยู่นะ ถ้าเป็นงาน training เนี่ยไม่ทำไร แต่ถ้าเป็นงานกลุ่มเนี่ย มัน อืม...จะไปเอาเงินเขาเหอ มันก็เลยรู้สึกว่า บางทีมันไม่สบายใจนะ รู้ว่าเขาได้ประโยชน์ ตอนแรกก็ปรับใจตัวเองอยู่นานเหมือนกันว่า เฮ้ย เราต้องไปเอาเงินจากส่วนนี้เหอ มันก็เลยแบบ ไม่สบายใจ ทั้งๆที่อีกส่วนเราก็ตอบได้ว่ามันเป็นงานเป็นอาชีพนะ แต่ถ้าเลือกได้ ถ้าเลือกได้นะ ขอคนอื่นทำแทนเหอะ” (ID10, L: 174-192)

“เฮ้ย เราไปช่วยเขาแล้วเราจะไปเอาตังค์เขาเหอวะ ฉันไม่กล้าที่จะเอ่ยเอื้อย ราคาออกไปแต่แบบ มันเหมือนเป็นไฟลนนะ ว่าถ้าไม่พูดออกไปก็ไม่มีกิน โดยทั่วไปพื้นของพวกเราทุกคนว่า แหม ช่วยคนอื่น เขาทุกข์ใจ แล้วเราจะไปเก็บตังค์จากเขา มันไม่ดีเลยวะ เรานะไม่กล้าที่จะเรียกไม่สบายใจ ตัว counselor จะให้ไปเปลี่ยนเป็นพนักงานบัญชีมันไม่ได้” (ID9, L: 209-213)

“แล้วตอนนั้นพี่ได้งานส่วนใหญ่ก็มาจากอาจารย์ไง เขาบอกเธอรับเคสใหม่ ก็เคยไปทำที่สถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง เขารู้จักอาจารย์ อาจารย์ก็บอกแถมมากุกับน้องเขาหน่อย ก็นัดที่สถานปฏิบัติธรรมอะไรอย่างนี้ เก็บค่าบริการบ้างไม่เก็บบ้าง แต่พอมาเป็น setting แบบนี้เนี่ยมันลำบากใจ คือเหมือนเราคุ้ยปั๊บเนี่ยเรารับเงิน มันเป็นเรื่องที่ลำบาก” (ID7, L: 30-33)

1.1.4 ความรู้สึกหวั่นไหวในใจตน หมายถึง สภาพจิตใจของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่คิดในทางลบกับตนเอง ไม่ว่าจะต้นเหตุจากความคิดนั้นจะมาจากปัจจัยภายนอกหรือภายในของตน ส่งผลให้ใจของผู้ปฏิบัติงานไม่นิ่ง ไม่ปลอดภัย โปร่ง ว้าวุ่น จนคิดฟุ้งซ่าน

คิดล่วงหน้าไปในอนาคตที่ไม่มีความแน่นอน กลัวหรือกังวลไปล่วงหน้า เมื่อภายในใจของตนเองไม่เสถียรแล้ว ก็ทำให้การทำงานไม่มีประสิทธิภาพเพราะไม่กล้าลงมือทำงาน ไม่มีมั่นใจ หมดแรงจนไม่รู้จะทำอย่างไร หรือ นิ่งเฉยต่อทุกอย่าง

การที่ผู้ให้ข้อมูลมีจิตใจที่ไม่ปลอดโปร่ง หัวนั้ไหว กลัวและกังวลเช่นนี้ จึงได้สร้างอุปสรรคสำคัญที่ทำให้การทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่เป็นไปด้วยความยากลำบากและไม่มีประสิทธิภาพ ดังผู้ให้ข้อมูลดังต่อไปนี้

“ตรงเรื่องอุปสรรคในเรื่องที่เราไม่แน่ใจพอ ไม่สงบพอ ไม่มีสมาธิพอ ตรงนี้พอใจไม่ใสๆเนี่ย แค่คุยกับcase แค่คิดว่าจะคุยอะไรต่อเนี่ยก็หลุดแล้วใช้ใหม่ มันต้องอยู่แบบแนบสนิทจริงๆแล้วพ็ก็สังเกตว่าถ้าช่วงหลังๆช่วงไหนไม่ได้มีเวลาทบทวนตัวเอง วุ่นวาย คุณดารา นั้กร้องละครมากอย่างนี้ เราไม่มีเวลาทบทวนความรู้สึก จิตใจตัวเอง การอยู่กับผู้คนเนี่ย การทำงานก็จะแป้กๆ (ไม่ดีเท่าที่ควร) มีปัญหา” (ID7, L: 263-276)

“เรารู้สึกว่าเรากังวลว่าจะทำอะไร session ต่อไป แรกๆกังวลมาก เตรียมหุ่นนี้จนรู้สึกจะทำไม่มันส์สนวุ่นวายอย่างนี้ พอดิๆดูแล้ว มันเยอะวะ คือเรานะ เยอะ เตรียมชะเยอะพอเราเตรียมเยอะเราไปอยู่กับความเยอะที่เราเตรียมไว้จนเราไม่รู้ว่าจะเอาอะไรออกมา เราม่่วแต่จัดการกับตรงนั้นจนลืมเรื่องราวในกลุ่ม กังวล ระวัง มันก็ทำให้ใจเราไม่นิ่ง ในการที่จะไปอยู่กับกลุ่ม ก็ยากที่จะทำกลุ่มต่อให้มันดี” (ID10, L: 132-138)

“การที่เราจะ treat เขา(ผู้รับบริการ) เป็นบุคคลหนึ่ง หรือเป็นมนุษย์คนหนึ่ง เหมือนกันกับสิ่งที่เขาเล่านะ ว่าเขาไปทำอะไรมา background เขาเป็นยังไงมา เขาเป็นผู้กระทำผิดกฎหมายอะไรแบบนี้ บางทีมันก็ต้องทันตัวเองที่จะวางสิ่งเหล่านี้ลง แล้วคุยกับเขาในฐานะมนุษย์คนหนึ่งที่มีหัวใจหัวใจอย่างนี้ อันนี้ยากสำหรับพ็พักหนึ่งเลยละ...แม้พ็ที่จะอยู่กับเขาได้ แม้เราจะบอกตัวเองว่าเราจะทำงานกับเขา(ผู้รับบริการ) แต่มันเหมือนต้องสูดหายใจในแรงๆ เออๆ เตี้ยๆ จะพาเขามาเข้าใจได้ยังไง จะพาเขา คือฉันไม่อยากจะพาเขาเป็นอย่างนี้ ทำยังไงถึงจะทำให้เขาารู้ว่าสิ่งที่เขาทำอยู่มันบาปมันผิด มันเลวร้ายมากอะไรอย่างนี้ คือใจของพ็ที่เป็นใจ ฉัน judge เธอแล้ว เพราะฉะนั้น ฉันอยากจะทำงานกับเธอใหม่ ไม่อยากเนาะ” (ID8, L: 327-330, L: 299-304)

นอกจากนี้ปัจจัยภายนอกที่สร้างปัญหาอยู่แล้ว ผู้ให้ข้อมูลเองยังรับปัจจัยภายนอกมาทับถมเป็นปัญหาภายในของตนเองที่ส่งผลให้ใจหัวนั้ไหวมากยิ่งขึ้นในอีกต่อหนึ่ง กลายเป็นการสร้างควมยากลำบากในการดำรงวิชาชีพ ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า เมื่อมีการตั้งคำถาม

หรือคิดถึงความมั่นคงในอนาคตจิตใจของผู้ให้ข้อมูลเต็มไปด้วยอารมณ์ในทางลบ หวาดหวั่น ไม่แน่ใจ หรือคิดในทางลบกับตนเอง ส่งผลให้ใจของผู้ปฏิบัติงานไม่นิ่ง ไม่ปลอดภัย โปร่ง ว้าวุ่น คิดล่วงหน้าไปในอนาคตที่ไม่มีคามแน่นอน เกิดความกลัวหรือกังวลไปในอนาคตข้างหน้าที่ไม่สามารถคาดเดาได้ ไม่ได้อยู่ในปัจจุบัน เมื่อภายในใจของตนเองไม่เสถียรแล้ว ประสิทธิภาพในการทำงานก็อ่อนด้อยลงเนื่องจาก เกิดความกลัวจนไม่กล้าที่จะลงมือทำงาน เกิดความไม่มั่นใจ หหมดแรงจนไม่รู้จะทำอย่างไร หรือ นิ่งเฉยต่อทุกอย่าง ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“พอมาอยู่แบบนี้แน่นอนว่ามันมีความไม่มั่นคง ในแบบการเลี้ยงชีพชอบนะถ้าเราไม่มีความเข้าใจอย่างที่อาจารย์บอกเอาไว้ว่าทำเพื่อทำ แล้วแบบ เราเป็นเจ้าของวันนี้เท่านั้น ถ้าเกิดว่าเราไม่เข้มแข็งพอ แล้วเราเอาตัวนี้มาเป็นแผนที่ในใจไม่ได้ หรือเราเข้าใจมันแค่ใน wording แล้วเอาเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตไม่ได้นะ มันจะแกว่งทันที พี่ก็เคยแกว่ง เวลามันมี(การคิด ฟุ้งซ่านไปถึงอนาคตที่ไม่แน่นอน) ตัวเองก็แกว่งเอง ตัวเองมองนั้นก็คิดฟุ้งเอง หรือว่าสิ่งแวดล้อมรอบข้างแบบ มาทำให้เราแกว่ง มาเติมเราแล้วทำให้เราแกว่ง มันก็จะมีความรู้สึกไม่มั่นคงในรายได้ มันก็จะพาลให้คิดว่าจะทำอะไร มันจะไม่ปลอดภัย มันจะไม่กล้าลุย มันจะไม่กล้ามุ่งทำไป หรือว่าเรานั่งจินตนาการว่า เฮ้ย วันข้างหน้าจะมือนาคดยังไงมันก็จะหมดแรงถ้าเราไม่ได้อยู่กับปัจจุบันว่าวันนี้เราทำอะไรอยู่ แล้วเราทำอะไรได้ มีกำลังแค่ไหนตามกำลังของเรานะ ถ้าเรามานั่งคิดว่า ข้างหน้าๆ นะ วันนั้นนะ มันจะโคตรเหนื่อย โคตรท้อ โคตรว้าวุ่นในใจ พอมันเกิดประมาทนี้ นะ ก็หมดแรง ไม่รู้จะทำยังไงต่ออย่างนี้เลยละ” (ID1, L: 233-239)

“แต่พอตั้งคำถามว่าจะอยู่รอดไหมวะ เดือนหนึ่งจะมีงานสักกี่งาน แล้วจะมีใครจ้างกู แล้วถ้าเกิดว่า เพิ่งจบใหม่ๆ พี่ๆ(รุ่นพี่)เขารู้ว่าเพิ่งจบใหม่ๆใช้ใหม่ มีงานสักเดือนเดือนละสามสี่งานแล้วถ้าเกิดว่าต่อไปละ(ที่รุ่นพี่ไม่ได้ช่วยเหลือแล้ว) คราวนี้ละ(ความคิด)มาเป็นลูกใช้เลย มันก็อาจจะเป็นความหวั่นไหวเดียวกันว่าเราจะไปได้ไหม เราจะทำยังไง แล้วเวลาเราไม่มีงานเราจะอยู่ยังไง” (ID8, L: 550-554)

“(เขาไม่ฟังเรา ไม่พยายามจะเข้าใจในตัวงาน) ตัวเล็กอย่างเรามันทำอะไรไม่ได้ พอเรารับรู้ เรามีความคิดแบบนี้ว่า เราตัวเล็กนะ เราก็ไม่มีแรงจะทำอะไร เพราะฉะนั้นเราก็ไม่มีความพยายามจะทำอะไร แล้วเรารู้สึกว่าไม่รู้จะทำอะไร” (ID6, L: 82-85)

อย่างไรก็ตามมีผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งที่กล่าวว่า แม้การคิดถึงอนาคตที่ไม่แน่นอนในการทำงานจะสร้างปัญหาแก่ตนเองในการดำรงตนบนเส้นทางจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธ ผู้ให้

ข้อมูลแม้รู้สึกเหนื่อยล้า แต่ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะเดินหน้าต่อไป เลือกที่จะทำงานให้ดียิ่งขึ้น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“(เมื่อมาคิดถึงอนาคตที่ไม่แน่นอน) มันไม่ได้เรียกว่าหนักใจนะมันเรียกว่าเป็นการผ่อนคลายตัวเองมากกว่า มันทำให้เหนื่อย มันบีบคั้นตัวเองเหมือนกันที่จะต้องเดินต่อไป ที่จะต้องสร้าง ที่จะต้องพัฒนางาน” (ID5, L: 243-245)

1.2 แนวทางจัดการแก้ไข

แนวทางจัดการแก้ไข หมายถึง วิธีการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ใช้ในการจัดการแก้ไขเพื่อก้าวข้ามกับสิ่งที่เป็นปัญหา เป็นอุปสรรคหรือความยากลำบากของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ โดยที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีวิธีการจัดการแก้ไขปัญหา แยกเป็นประเด็นย่อยที่น่าสนใจได้ดังนี้ 1.2.1 การยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้น 1.2.2 การทบทวนตนเอง และ 1.2.3 การทำงานให้ผลงานประจักษ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.2.1 การยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้น คือ การที่ผู้ให้ข้อมูลมีความเข้าใจต่อสภาพปัญหาและอุปสรรคต่างๆ จนทำให้เกิดการยอมรับกับสภาพความยากลำบากเหล่านั้นได้ พร้อมทั้งเลือกที่จะไม่หลีกเลี่ยงปัญหา เผชิญหน้าเพื่อแก้ไขกับสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่างๆ

จากเรื่องราวที่ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึง ผู้ให้ข้อมูลมีทัศนคติต่อสภาพของปัญหาอย่างไม่ใช่ปัญหา ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะมองปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการทำงานว่าเป็นสิ่งที่ต้องเผชิญ และเป็นธรรมดาที่ย่อมเกิดขึ้น ถือเป็นความท้าทายต่อตนเองที่ต้องก้าวข้ามความยากลำบากเหล่านี้ไปให้ได้ หรือเลือกที่จะมองหาความสร้างสรรค์ในความจำกัดของสถานการณ์มากกว่าจะโทษระบบหรือปัจจัยข้างนอก โดยผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวตรงกันถึงสภาพปัญหาที่มาจาก การขาดระบบวิชาชีพในประเทศไทยว่า เป็นช่วงแรกเท่านั้นที่ตนเองรู้สึกเหนื่อยหรือหงุดหงิดใจกับการไม่มีระบบวิชาชีพที่มั่นคงรองรับ แต่เมื่อเวลาผ่านไป ผู้ให้ข้อมูลกลับมีความเข้าใจที่มากขึ้น ไม่ได้คิดที่จะโทษผู้อื่นเพียงอย่างเดียว แต่เลือกที่จะทำงานวิชาชีพอย่างต่อเนื่องและยืนหยัดต่อสู้กับความยากลำบากต่อไป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“วันนี้ผ่านมาเกินสามสิบปี มันยังไม่มีวิชาชีพอะ อะไรแบบนี้คะ เออ ก็หงุดหงิดใจนะ ทำไม่มันซ้ำจ้ง พวกกูต้องมาสร้างเองหมดเลยหรอ อะไรอย่างนี้ แต่วันนี้หายนะ ไม่รู้สึก

อย่างนั้นแล้ว พี่รู้สึกว่าคุณรุ่นก่อนๆ ก็ได้ทำมาเต็มกำลังเท่าที่เขาจะทำได้ แบบว่าถ้าวันนี้เราจะต้องทำก็ต้องทำ” (ID1, L: 558-461)

“พี่ไม่ได้มองว่ามันเป็นอุปสรรคนะ มันเป็นทางที่ต้องเดินนะ มันเป็นทางที่จะต้องเจอนะ เหมือนกับตอนเราตั้งกลุ่มใหม่ๆ เรื่องเงิน เรื่องการแบ่งรายได้ เรื่องการจัดการบริหารภายในองค์กรของเรา เรารู้แล้วเราต้องเจอ เราก็ต้องเตรียมตัวที่จะต้องเจอกับมัน เมื่อเจอแล้วก็จัดการ แล้วก็ไป ฉะนั้นตรงนี้ก็เป็นอย่างอื่นที่ต้องเจอ แล้วก็...ก็ต้องมันลุยกับมัน” (ID3, L: 445-446)

“สมัยใหม่ๆก็รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ แต่พอได้ทำแล้วเราได้ใช้ความสร้างสรรค์เพราะความจำกัดเนี่ยแหละ สร้างสรรค์เราทำอะไรได้ มันก็เลยช่างหัวมันละ คือจะมีก็ไม่มีก็ไม่มี แต่เราใส่มัน(จิตวิทยาการปรึกษา)ในทุกอย่างที่เราทำ” (ID4, L: 795-799)

“ทั้งในเรื่องของวิชาชีพและเรื่องของความไม่เข้าใจของคน ทั้งในเรื่องของระบบมันเป็นปัจจัยภายนอกที่ส่งผล แต่ภายในใจไม่ได้รู้สึกหนัก หรือเป็นปัญหาอะไร ถ้าจะมองก็เออมันส่งผลต่อวิชาชีพเรานะ แต่กับตัวพี่ พี่ไม่ได้คิดว่ามันเป็นปัญหา” (ID5, L: 501-504)

“พี่ไม่สนใจว่าเราจะมีใบหรือไม่มีใบอะไร คือมีก็ดี แต่ตอนนี้ไม่มี พี่ว่ามันไม่เป็นปัญหาอยู่นะ พี่ยังไม่เห็นปัญหาว่าจริงๆมันอยู่ที่ตรงไหนนะกับตัวพี่ มันก็อาจจะมีปัญหาก็ได้นะ แต่การทำงานที่ผ่านมาพี่ก็ไม่ได้มองว่ามีปัญหานะ จะมีไม่มีเราก็ทำงานของเราไป” (ID9, L: 138-142)

1.2.2 การทบทวนตนเอง หมายถึง เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่ มีจิตใจที่ไม่นิ่ง ไม่แจ่มใส อันส่งผลเป็นปัญหาต่อการทำงานจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้ข้อมูลจะมีแนวทางในการจัดการโดยมุ่งเน้นการแก้ไขภายในใจของตนเองก่อน ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวว่า ตนเองเลือกที่จะกลับมาทบทวน พิจารณาใจและจัดการกับจิตใจของตนเองก่อนเมื่อเผชิญกับปัญหา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“ใช้การทบทวน กลับมาย้อนทบทวนตัวเอง กลับมาย้อนทบทวนตัวเองแล้วก็เออว่ามันเกิดอะไรขึ้นกับใจเราบ้าง กังวล คาดหวังหรืออะไรมัยอย่างนี้นะ” (ID7, L: 287-288)

“คือตัวพี่ มันว่าวุ่นใจ มันร้อน มันก็วุ่นวาย ฉะนั้นเราต้องหยุด เราก็อยู่กับตัวเองก่อน ก็จัดการกับตัวเองก่อนให้ความว่าวุ่นนั้นหมดไป” (ID2, L: 245-247)

“พอเรารู้ตัวก็แก้ที่ใจตัวเองนี่แหละ กังวล วุ่นวาย จะเจอน้องยังไง มาจากใจเรานะ เตรียม(แบบฝึกหัดในกลุ่ม)เยอะใจวุ่นเพราะอยู่กับความเยอะของเรา มัวแต่ไปจัดการตรงนั้น แต่ลืมกลุ่ม ลืมเรื่องราวในกลุ่ม เราก็อ๊ะ แบบฝึกหัดมันก็มีได้เท่าเดิมที่เตรียมไว้ แต่ไม่เอาใจไปอยู่กับมัน ไปอยู่กับกลุ่มแทน น้องจะเป็นไง สถานการณ์ในกลุ่มยังไง แก้ใจก่อน” (ID10, L: 138-144)

“เวลาเกิดปัญหา ไม่ว่าจะปัญหาจากไหนยังไง ก็ปรับที่ใจเราก่อน ก็ดูว่าความขุ่นมันมาจากไหน ความหงุดหงิดมันมาจากไหน เราก็อเห็นตัวนั้นว่ามันทำงานอยู่ อาจจะจัดการไม่ได้ทันทีแต่เราก็อวขึ้น” (ID11, L: 73-75)

เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้เลือกใช้แนวทางในการจัดการปัญหาภายในใจของตนเองผ่านการสำรวจและทบทวนเรื่องราวต่างๆที่ได้เผชิญ เมื่อได้ทบทวนแล้ว นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่จะกลับมาพัฒนาต่อยอดองค์ความรู้ต่างๆของตัวเองให้ดียิ่งขึ้นไป ไม่หยุดอยู่กับที่ ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวว่าต้องกลับมาพัฒนาตัวเอง ต้องฝึกฝนตนเองให้มีประสิทธิภาพให้ดียิ่งขึ้น ดังนี้

“(ก็กลับมาที่) การทำงานของเราหรือแม้กระทั่งตัวเราว่าเราจะลับให้มันคมขึ้นทุกวันเพื่อที่จะทำงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นๆ” (ID8, L: 641-642)

“มันมีแค่ว่าตอนนี้เราสร้างตัวเองให้เข้มแข็งดีกว่า คือ สำหรับตัวพี่เองนะ พี่ไม่ได้ไฟท์(ต่อสู้) ไม่ได้สนใจในเรื่องการสร้างวิชาชีพเลย พี่มองว่าก่อนหน้านี้เราจะไปคิดถึงวิชาชีพเนี่ย เรามาสร้างตัวเองให้เข้มแข็งเหอะ เรามาสร้างความรู้ให้ตัวเองให้มากๆเหอะ” (ID5, L: 458-459)

1.2.3 การทำงานให้ผลงานเป็นที่ประจักษ์ คือ ผู้ให้ข้อมูลเลือกใช้ผลจากการทำงานจิตวิทยาการปรึกษาของตนเองในการทำให้ผู้คนในสังคมรู้จักวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา มากยิ่งขึ้น เนื่องจากการไม่มีระบบวิชาชีพที่มาสนับสนุนการทำงานให้กับนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้คนในสังคมจึงรู้จักวิชาชีพนี้ในวงแคบเท่านั้น กลายเป็นปัญหาที่ได้สร้างความยากลำบากให้กับผู้ปฏิบัติงาน แต่ผู้ให้ข้อมูลที่เผชิญกับความยากลำบากนี้กลับเลือกที่พัฒนาตนเองในการทำงานให้มีคุณภาพ ใช้การทำงานของตัวเองที่มีประสิทธิภาพ รวมถึงการดำเนินชีวิตประจำวันให้ดีงามแทน เพื่อเป็นสื่อในการความเข้าใจต่อวิชาชีพให้กับผู้คนในสังคมมากยิ่งขึ้น ถือเป็นการใช้การทำงานประกาศตนเองให้ออกสู่สังคมวงกว้าง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“การอยู่ของเราเนี่ยนะ การอยู่ของเรากับการทำงานกับผู้คน กับ case กับกลุ่ม กับงานอบรม อันนี้มันจะเป็น indicator ต้องเป็นอย่างนั้นให้ได้ ถ้าพูดในแง่วิชาชีพก็คือ คุณ ฝึกฝนตนเองอย่างเดียว แล้วให้งานมันประกาศตัวเอง” (ID8, L: 656-659)

“พี่มองว่าไม่ต้องทำอะไรทำตัวเองให้ดีที่สุด อยู่ตรงไหนก็ทำตรงนั้น เราไม่ได้ โฆษณาว่าจิตวิทยาดีอย่างนั้นอย่างนั้นนะ แต่ให้ผลที่ออกมามันเป็นตัวพาไป ที่นี้ คนที่อยู่ใกล้ตัว เราเขาเห็น แล้วเขาก็จะแพร่ขยาย(งานจิตวิทยาการปรึกษา)ออกไป”(ID3, L: 484-489)

“แล้วคนอื่นจะรู้จักจิตวิทยาการปรึกษาเอง ถ้าเขา(ผู้รับบริการ)ทำแล้วเขารู้สึก มันมีประสิทธิภาพ กระบวนการนี้(กระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)มันมีประสิทธิภาพ แล้วกระบวนการนี้เขาก็จะรับรู้เองว่า อันนี้คือจิตวิทยาการปรึกษา เพราะว่าผลจากการทำแล้ว มันดี มันก็ต้องมีการมาเสาะหาข้อมูลว่ากระบวนการนี้มันคืออะไร” (ID2, L: 311-315)

“พี่ไม่ซีเรียสเรื่องไม่มีระบบสักเท่าไร ไม่ต้องไปใส่ใจกับใบพวกนี้ วิชาชีพมัน อาจจะไม่สำคัญเท่าผลที่มันออกไป พี่นึกถึงคำพูดอาจารย์ว่าเราจะทำยังไงให้งานมัน effective มันสำคัญที่ตรงนี้มากกว่า ถ้าเราเรียนเยอะ ชัดเกล้าตัวเองเยอะ ผลมันก็เกิดขึ้นเยอะ ทำงานให้ มันดี มีประสิทธิภาพ มันก็เผยแพร่ออกไป จากคนที่ไม่รู้ก็ รู้จักมากขึ้นจากตรงนี้แหละ ทำตัวให้ เป็นแบบอย่างให้เป็นมาตรฐาน มันก็ช่วยงานเราทางโดยตรง” (ID11, L: 85-91)

ประเด็นที่ 2 การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ หมายถึง การรับรู้ตนเองของผู้ให้ข้อมูลใน ฐานะที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยได้กล่าวถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อได้ปฏิบัติงาน วิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา รวมถึงการได้ตระหนักถึงบทบาทการดำเนินชีวิตของตนใน ชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงถึงบทบาทในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธของตน โดยมีประเด็นย่อย 2 ประเด็น คือ 2.1 ความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ และ 2.2 การหลอมรวมของ วิชาชีพและชีวิต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ

ความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ หมายถึง การที่ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกด้านบวกต่อตนเองใน การทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกที่ดี มีความสุข เนื่องจาก ผู้ให้ข้อมูลเห็นว่างานของตนนั้นเป็นงานที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวว่า ตนเองรู้สึกดีใจ

พอใจ มีความสุข พอใจให้ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกอึดอ้อม ตื่นเต้นใจทุกครั้งเมื่อได้ทำงานในฐานะ นักจิตวิทยาการปรึกษา นำไปสู่ความภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนเองได้กระทำ ได้เห็นคุณค่าในตนเอง ผ่านการทำงาน จนทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีแรงกายแรงใจ มีความฮึกเหิมหรือกระตือรือร้นอย่างมาก ที่จะทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต่อไป

“ถ้า ณ ขณะ การทำ individual หรือการทำกลุ่ม training จริงๆ training ก็คือเราเอากลุ่มใส่เข้าไปให้ขยายออกนั่นแหละ มันเป็นความสุขใจอึดอ้อมใจ ใจมันฟูอะไรแบบนี้ละ ภูมิใจ มันก็จะคละกันไปตามนี้ คำที่ใหญ่ที่สุดของพี่ก็คือคำว่าอึดอ้อมใจ” (ID8, L: 354-357)

“พอมาเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษามันก็รู้สึก ดี นะ รู้สึกภูมิใจที่เราได้ใช้วิชาชีพที่เราได้เรียนมาตอนป.โทนะ มาทำ แล้วก็มันยังงั้นละ เวลาเราพูดคุย(เชิงจิตวิทยาการปรึกษา)กับเด็กกับผู้ปกครองอย่างนี้มันก็รู้สึกอึดอ้อมใจนะ แต่ว่าตอนพูดคุยนะ บางทีมันก็.. อธิบายยาก แต่พอทำเสร็จแล้ว มันก็รู้สึกอึดอ้อมใจ แต่เราไม่รู้หรือว่าผลจากการปรึกษาที่เขาได้รับ เป็นยังไง แต่ตัวพี่ รู้สึกอึดอ้อมใจที่เราได้ทำจิตวิทยาการปรึกษา ได้ทำ counseling แต่รู้สึกว่าทำเต็มที่ ได้อยู่กับผู้ปกครองหรือเด็กอย่างเต็มที่ ได้ให้การปรึกษาอย่างเต็มที่ พอเต็มที่แล้วรู้สึกพอใจ อาจจะใช้คำว่าพอใจมากกว่า ภูมิใจ รู้สึก อึด เต็ม เต็มที่นะ เหมือนได้ทำอะไรแล้วได้เต็มที่กับมัน...ก็พอใจกับชีวิตนะ ภูมิใจในสิ่งที่ตัวเองเป็นนะ ทั้งพอใจ ภูมิใจ แล้วก็เห็นคุณค่าในสิ่งที่ตัวเองเป็น(นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)” (ID2, L: 33-45, 180-181)

“พี่รู้สึกมีความสุขกับมันมากเลยนะ พี่ก็รู้สึกฮึกเหิม อะ หนึ่งคือฮึกเหิม ไม่รู้สึกฮึกเหิมอะไรนะ แต่มีแรงจะทำ แล้วก็รู้สึกดีใจที่ได้ทำแล้วก็มีความสุขเมื่อได้ทำ แล้วก็อยากทำเมื่อมันยังไม่ได้มีโอกาสทำ” (ID1, L:188-189)

“พี่รู้สึกว่า มันเป็นงานที่แบบทำแล้วภาคภูมิใจนะ คือหนึ่งเป็นงานที่เราได้ทำอะไรดีๆไป ด้วยในตัวคือเราไม่ต้องเป็น เขาเรียกว่าอะไร ชายของ แล้วเราอยากจะทำอะไรเพื่อคนอื่น เราอาจจะขายของเราขายสินค้าอะไรนะเนาะ แล้วบางทีเราอยากจะทำอะไรเพื่อคนอื่นเราไปเป็นอาสาสมัครหรือเราจะไปทำอะไร แต่ว่างานที่เราทำโดยตรง มันเป็นงานที่ช่วยคนอื่นในตัว และก็ เป็นงานที่เลี้ยงชีพด้วย แล้วมันก็ช่วยหมายถึงว่า มันเป็นอะไรที่ สำหรับพี่มันเป็นวิชาชีพที่แบบทำแล้วก็มีมีความสุขที่ได้ช่วยคน” (ID7, L: 161-167)

“ภูมิใจในสิ่งที่ตัวเองเป็น ในงานที่ตัวเองทำ มันต้องเล่ายาวมาตั้งแต่การมาเรียนเลยนะ ได้เจออาจารย์ รุ่นพี่รุ่นน้อง ได้รับการสอนมาแบบนี้ มันภูมิใจ คนที่ให้แง่คิด ให้มุมมองในชีวิตให้มา

เป็นแบบนี้ แล้วงานที่เรามันมีคุณค่ากับคนอื่นมันก็เลย ทั้งภูมิใจ ทั้งเห็นค่าในงานที่เราทำ แล้วไอ้งานที่เราภูมิใจ เห็นค่านี้ มันก็กลับมาที่ตัวเราเต็มๆว่าเราก็เห็นค่าในตัวเราเองที่ได้เดินบนวิถีทางนี้ด้วย” (ID10, L: 217-223)

“เป็นงานที่มีคุณค่านะ มันแปลความได้ก็คงเป็นคำนี้เลยนะ ถ้ารู้สึกว่ามันไม่มีคุณค่าทั้งกับคนอื่นและตัวเองนะก็คงเลิกเรียนตั้งแต่ปีหนึ่งแล้ว แต่พอยิ่งเรียนแล้วก็ยิ่งชัดเจน จุดสำคัญที่สุดคือตอนเริ่มทำกลุ่ม มันเห็นน้องๆเริ่มเข้ากลุ่มเป็นยังไงจบกลุ่มแล้วเป็นยังไง มันยิ่งทำให้รู้สึกว่ามันภูมิใจและเป็นทั้งงานที่มีคุณค่าต่อสังคม ต่อตัวเอง ก็เราก็มองภูมิใจ มีคุณค่า” (ID9, L: 202-208)

นอกจากนี้คุณค่าจากการทำงานด้านจิตวิทยาการปรึกษาได้สร้างความภาคภูมิใจให้กับตัวเองแล้ว ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งยังกล่าวอีกว่างานด้านจิตวิทยาการปรึกษาเป็นงานที่มีคุณค่าทั้งต่อตนเองและตัวผู้รับบริการ เป็นงานที่มอบโอกาสพิเศษให้ได้เห็นรอยยิ้มและน้ำตาแห่งความสุขที่เกิดขึ้นในใจของผู้คนที่มีความทุกข์โดยผู้ให้ข้อมูลเปรียบการให้บริการเชิงจิตวิทยาแก่ผู้รับบริการจนผู้รับบริการมีการเปลี่ยนแปลง แก้ไขปัญหาชอบตนเองว่าเหมือนดอกไม้อันเหี่ยวเฉาแล้วได้เบิกบานขึ้นจากสิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาได้เอื้อให้ได้เติบโตหลุดพ้นจากพันธนาการบางอย่างที่กักขังจิตใจของผู้รับบริการ

“(งานจิตวิทยาการปรึกษา) มันมีคุณค่านะมันเหมือนกับ คนอื่นไม่มีโอกาสได้เห็นนะ ทุกครั้งที่พี่ทำกลุ่มหรือเคส สิ่งที่เป็นโอกาสพิเศษที่สุดที่เราจะได้เห็นคือความสุข รอยยิ้มบนใบหน้า น้ำตาแห่งความปลื้มปิติอะไรบางอย่างนะ ซึ่งมันก็ไม่ได้แปลว่าทุกเคสนะที่เราจะได้เห็นอย่างนี้เนาะ ได้เห็นเขาหลุดออกจากพันธนาการ เปลี่ยนไปเป็นคนละคน บางคนก็เห็นชัดเลยนะจากดอกไม้เหี่ยวเฉา พอเขาหลุดบับเขากลายเป็นดอกไม้บาน เสียงแหบเป็นเสียงใส คือชัดมาก จนไม่มีใครเลยที่จะมีโอกาสเห็นสิ่งนี้ความงามที่สุดในคนๆหนึ่งในขณะที่เขาอยู่ต่อหน้าเรา ในขณะที่เขามีความหลุด ฝนคลายตรงนั้น เราก็ตีใจที่เขาผ่านมาได้ ดีใจที่ทำให้เขาได้ เป็นคุณค่าในงานที่เราทำได้ด้วยและตัวเขาก็ได้ด้วย” (ID11, L: 40-47)

อย่างไรก็ตาม มีผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งกล่าวว่า แม้การทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาจะมีความรู้สึกตื่นเต้นอยู่บ้าง แต่ก็มีความตื่นเต้นที่ไม่มีความกลัว กลับรู้สึกถึงความท้าทายในงานอีกheim กระตือรือรือ อยากที่ทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ดังนี้

“มันรู้สึกดี ดีใจ ยึดเหนี่ยว อยากทำงานนี้...รู้สึกกระตือรือร้นที่จะไปทำ ไม่เคยกลัวนะ แค่รู้สึกจะไปทำก็ตื่นเต้น จะไปทำก็ทำทายนะ จะไปทำก็ เอ๊ย สั่นเหมือนกันนะ แต่ไม่กลัว”(ID5, L: 352-354)

2.2 การหลอมรวมของวิชาชีพและชีวิต

การหลอมรวมของวิชาชีพและชีวิต หมายถึง การที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้บทบาทตนเองว่าการดำรงชีวิตของตนและการเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานั้นเป็นเส้นทางหรือวิถีทางที่ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ ชีวิตของตนเองจึงหลอมรวมเข้ากับวิถีแห่งการทำงาน จนเกิดความรู้สึกถึงการแยกออกจากกันไม่ได้ เป็นความรู้สึกถึงการรวมกัน การเป็นหนึ่งเดียว จนเป็นเนื้อชีวิต เป็นวิถีทางที่ผสมผสาน และต้องฝึกฝนจนเข้าใจเนื้อชีวิตในวิถีจิตวิทยาการศึกษานี้ จนสามารถนำความเป็นหนึ่งเดียวนี้ไปใช้ได้ในทุกอาชีพ การงาน หรือบริบทในชีวิต ไม่จำกัดเพียงแค่การเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานั้น โดยแบ่งเป็นประเด็นย่อยได้ดังนี้ 2.2.1 วิชาชีพเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต และ 2.2.2 การประยุกต์ใช้

2.2.1 วิชาชีพเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต คือ ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ตนเองในบทบาทการเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควรอยู่ตลอดเวลา โดยไม่ได้รับรู้เพียงแค่ว่าเป็นอาชีพที่ทำเพื่อดำรงชีวิตเท่านั้น แต่เป็นการผสมผสานระหว่างการทำงานและการดำรงชีพจนเป็นเนื้อชีวิตที่หลอมรวมออกมาเป็นตัวตน ณ ปัจจุบัน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควรอยู่ทุกลมหายใจหรืออย่างน้อยผู้ให้ข้อมูลก็พยายามที่จะเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควรให้ได้ในทุกวัน และมีความเชื่อที่ต้องเป็นนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควรทั้งชีวิตด้วยเลือดด้วยเนื้อของตนดังรายละเอียดต่อไปนี้

“มัน(นักจิตวิทยาการศึกษานานพอควร)คือชีวิตเรา คือมันไม่ได้ที่มันเป็นมันทุกทั้งชีวิตนะ(ในขณะนี้) แต่ว่าพี่มองว่ามันแหละ เส้นทางที่เราจะต้องไปให้ได้ มันคือเราทั้งชีวิต คือวิถีชีวิต...เราไม่รู้ว่าของ school อื่นเขาฝึกกันแค่ไหน ที่เรารู้ของเราคือมัน(จิตวิทยาการศึกษานานพอควร) ฝึกไปถึงตัวตนของเราด้วยที่จะต้องใช้ชีวิตในวิถีแบบนี้ ต้องเข้าใจชีวิตแบบนี้(ชีวิตบนวิถีของนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควร)...เป็นวิถีชีวิต มันก็จะเป็นอะไรที่เกี่ยวข้องกัน แต่ตอนที่เราไปคุยกับคนอื่น พอเราไปพูดแบบนี้มันเหมือนกับว่าเราไม่ ไครซี่ไม่เลยอะ แต่คือเราบอกว่าเรากำลังเรากำลังจะทำให้ได้ไม่ได้บอกว่าเราเป็นแล้ว แต่เราก็จะอธิบายว่า พี่เชื่อว่าพรอียดก็เป็นจิตวิเคราะห์ด้วยตัวด้วยเลือดเนื้อของเขา แล้วเราก็เป็นนักจิตวิทยาการศึกษานานพอควรด้วยเลือดด้วย

เนื้อของเรา เป็นแบบนี้...เป็นวิถีชีวิตไง มันไม่ใช่สิ่งที่จะให้มันมาเลี้ยงชีวิตเรา เราหาเงินด้วยทางอื่นได้เยอะแยะ แต่ทางนี้ไม่จำเป็น” (ID3, L:146-236, L: 265-270, L:492-495)

“เรารู้สึกว่าเราได้เรียนรู้ตลอดเวลาเพราะทุกที่เป็นห้องเรียนของเราในการทำ counseling ได้หมด ซึ่งเราไม่ได้คิดแล้วละ ว่ามันเป็นการ counseling แต่มันเป็นห้องเรียนที่เราอยู่กับผู้คน แล้วเราพูดคุยกับเขาแล้วเรามีความสุขขึ้น เราเลยเห็นว่าพอเขามีความสุข ทุกอย่างมันเชื่อมโยงกันทุกคนมันส่งผลต่อกันต่อชีวิตเราหมด เพราะฉะนั้นจริงๆแล้วมันเป็นภาพรวมในชีวิต แต่ตรง counseling ที่มันเป็นวิชาชีพ ก็โอเคก็มันเป็นวิชาชีพ แต่ทุกวันมันก็เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเราอยู่แล้วในแนวคิดนี้ แนวคิดในการเรียน counseling แนวคิดที่อาจารย์ให้แนวคิดที่เราได้อ่านจากท่านดิช นัท ฮันท์ จากอะไร มันเป็นส่วนหนึ่งแบบมันไม่ได้แยกส่วนถ้าแยกส่วนคือแค่เราอาจจะอยู่หน้างานเท่านั้น” (ID7, L: 190-198)

การหลอมรวมกันระหว่างการทำงานและการดำรงชีวิต กลายเป็นวิถีทางเส้นหนึ่งที่ทำให้ข้อมูลกล่าวอ้างว่าไม่สามารถแยกออกจากกันได้ การงานและการดำเนินชีวิตเป็นสิ่งเดียวกันที่แยกจากกันไม่ขาด ผู้ให้ข้อมูลมีปณิธานที่จะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ดำเนินไปบนวิถีแห่งการหลอมรวมกันทั้งการงานและชีวิตให้ได้ ไม่ใช่เป็นเพียงแค่การสวมบทบาททางการทำงานเท่านั้น ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“อาชีพกับวิถีของพี่เป็นอันเดียวกัน แยกกันไม่ได้ สมมุติวันหนึ่งพี่ไปเป็นอาจารย์พี่ก็ไม่ได้มองว่าเป็นอาจารย์ พี่ก็มองว่าตัวพี่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ อันนั้นเป็นแค่ จะเรียกว่าอะไร เป็นแค่วิธีการแล้วกัน เป็นเครื่องมือของเราก็ได้ที่เราจะเลี้ยงตัวเอง แต่ในความเป็นทั้งหมดเนี่ย ก็เป็นแบบนี้ เป็นวิถีนี้ เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาทั้งชีวิต...บนเส้นทาง counseling คือสำหรับพี่ตอนนี้ พี่ไม่สามารถแยกออกจากกันได้แล้วนะ ใจคำว่าบนเส้นทาง counseling กับคำว่าชีวิตของพี่นะ มันเหมือนกับว่าพี่แค่รู้สึกว่าจะอย่างเวลาปกติ ถ้าพี่ไม่ได้ทำอะไรพี่ก็นั่งคิดถึงมัน (จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ) พี่ทำราวกับว่ามัน(จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)ไม่ใช่งานที่จะต้องทำ ทุกวันพี่ก็นั่งอ่านหนังสือพี่ก็นั่งคิดว่าจะทำอะไรดี ครุ่นคิดเกี่ยวกับทฤษฎีนั้น ครุ่นคิดเกี่ยวกับคนๆนี้ อย่างง่ายๆในสมองพี่ตอนนี้ ทุกวันนี้มันไม่มีเรื่องอื่น มีแต่เรื่องนี้ อะไรอย่างนี้พี่รู้สึกว่าจะไรก็ตามแต่ที่ออกจากปากนักจิตวิทยา ที่มันเป็นการปฏิบัติของเรามันแยกไม่ออกเลย มันจึงไม่ใช่ที่เราไปสวมบทบาท มัน(นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)จึงไม่มีหน้าที่ที่เราจะต้องไปสวมบทบาท มัน(นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ) คือเราจะต้องเป็นให้ได้อย่างนั้นจริงๆ เป็นในสิ่งที่เราไปคุยกับเขา เป็นในสิ่งที่เราพูด เป็นในสิ่งที่เราบอก” (ID5, L: 398-402, L: 75-101)

วิถีทางของการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ เป็นเส้นทางแห่งการหลอมรวมกันระหว่างการทำงานและชีวิตนี้ ได้กลายเป็นชีวิตหนึ่งของผู้ให้ข้อมูล และนำชีวิตที่ได้หลอมรวมกันใหม่นี้ไปใช้เพื่อการอยู่ร่วมกันระหว่างผู้คนรอบข้าง ดังนั้นการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธบนวิถีแห่งชีวิตไม่ได้คับแคบแค่การเป็นอาชีพที่ให้ค่าตอบแทน แต่กลายเป็นวิถีแห่งการฝึกฝนและเรียนรู้ตัวตนของตนเอง ดังนี้

“มันเป็นทั้งชีวิตที่เราจะเอาไปใช้ได้เลย ที่พี่จะอยู่กับน้อง กับคนอื่น กับตัวพี่เอง อย่างนี้ละ มันก็เลยไม่แคบแค่ว่าอาชีพ อะไรอย่างนี้ สิ่งที่เราจะ...ถ้าพี่จะ definition อาชีพคืองานที่พี่ทำเพื่อได้สตางค์ เพื่อเลี้ยงชีพนะ แต่มันคือวิถีของการฝึกฝน” (ID8, L: 128-131)

“พี่รู้สึกว่าการเป็น counselor มันแยกไม่ออกกับชีวิตจริงคือมันจะต้องรวมกับชีวิตจริง สำหรับพี่ที่ว่ามันรวมกันอยู่แล้ว มันเหมือนวิชาชีพหนึ่งที่มีความพิเศษเฉพาะตัวว่ามันก็ฝึกเราทั้งในแง่ของวิชาชีพ ความถนัดในการทำกลุ่ม ความถนัดในการอยู่กับคนอื่น แล้วก็ฝึกเราทั้งในแง่ของการใช้ชีวิต...counseling มันอยู่ในทุกส่วนของการเติบโตของชีวิต ของการดำเนินไปของชีวิต เป็นเนื้อเดียวกันนะ counseling นะ มันแยกกันไม่ออก วิถีของการทำงานกับวิถีของการใช้ชีวิต พี่รู้สึกว่สิ่งที่เราได้เรียนรู้จาก counseling อย่างนี้มันอยู่ในตัวเรา ไม่ใช่ที่เราออกจากห้อง counseling จบการทำกลุ่มแล้วเราก็อวามันไว้ แล้วใช้ชีวิตอีกแบบที่สุดโต่งที่ไม่เกี่ยวกับอันนี้เลย แต่เป็นชีวิตจริงที่พี่อยู่กับพ่อแม่พี่น้องยังไง ก็ไปอยู่ในกลุ่มอย่างนั้น แล้วออกจากกลุ่มพี่ก็อยู่แบบนี้ อีก เพราะฉะนั้นมันก็เลยไม่ต่างกันที่จะพูดว่า counseling มันอยู่ในชีวิตอย่างสม่ำเสมอ มันอยู่ในชีวิตตลอดเวลา” (ID10, L: 57-67)

“การเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาของพี่ มันซึมอยู่ในการรับรู้ของเรา ซึมอยู่ในสมองของเรา สำหรับตัวพี่ พี่ก็จะบอกว่ามันเป็นตัวเราอย่างนี้นะ ถ้ามันเป็นเนื้อเดียวกันเราก็ไม่รู้หรอกนะ แต่ชีวิตเราเป็นมันอย่างนั้นนะ ในกลุ่มนอกกลุ่มยังไงเราก็เป็นอย่างนั้น นอกกลุ่มในกลุ่มเราก็เป็นมันอย่างนั้น” (ID9, L: 186-189)

2.2.2 การประยุกต์ใช้

การประยุกต์ใช้ คือ การรับรู้ของผู้ให้ข้อมูลในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธว่าเป็นอาชีพที่หลอมรวมเข้ากับวิถีชีวิตส่วนตน จนนำมาผสมผสานหรือประยุกต์ใช้ได้กับทุกงานที่ผู้ให้ข้อมูลกระทำหรือแม้กระทั่งทุกขณะในการดำเนินชีวิตตน

เมื่อการทำงานและวิถีชีวิตได้หลอมรวมจนเป็นเนื้อชีวิตกลายเป็นวิถีทางเส้นทางใหม่ของผู้ให้ข้อมูล ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถดำรงตนบนวิถีแห่งจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธได้ในทุกที่ทุกการงานอาชีพที่มีเรื่องราวของผู้คนเพราะหลักการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นปฏิบัติงานโดยตรงกับจิตใจของผู้คน แม้ว่าตนเองนั้นอาจจะไม่ได้เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธหรือทำงานทางด้านนี้โดยตรงก็ตาม แต่ผู้ให้ข้อมูลก็กล่าวว่า ตนเองมีความมั่นใจว่าวิถีทางเส้นทางนี้จะดำรงอยู่ในวิถีสถาปน เป็นเนื้อเป็นตัวข้างในใจของผู้ให้ข้อมูล มีความเชื่อมั่นว่าสามารถที่จะประยุกต์เอาสิ่งที่ตนเองเป็นนั้นมาใช้ได้ในทุกงานทุกอย่างได้

“รู้สึกว่างานของเรามันเอาไปตัดแปลงเป็นอะไรได้หลายอย่างคะ คือ โดยที่เราที่ยังรู้ว่าเป็นไปเพื่อสิ่งนี้ เพื่อเป้าหมายนี้ คือพาคนให้ไปเจอกับความสงบหรือว่าเขาได้เห็นแผนที่บ้างว่าเขาจะไปเจอความสงบได้ยังไง อย่างเช่น พี่ไปทำคู่มือของหน่วยงานหนึ่ง คือแผนออกกำลังกายคือถ้าคนมามอง มันก็โคตรจะห่างไกลเลยนะกับงานด้าน counseling แต่พอพี่มองมันนะ พี่ก็มองว่างานของเรานะ คืองานที่พี่ไปทำนั้น ทำคู่มือสาธารณะมีชีวิต พี่ก็มองว่าในขณะที่เราทำวิจัย เราก็ใช้วิชาชีพอของเราในการที่จะเข้าไปคุยกับคน ก็คือทำให้คนที่เขาแบบเหมือนเป็นภาคี เป็นแกนนำเป็นครู ที่สอนไทเก๊ก ชี่กง เขาก็มีกำลังใจมากขึ้น ที่เขาจะได้มาแบ่งปันสิ่งที่เขารู้ให้กับคน มันก็เป็น การไปเติมกำลังใจในขณะที่ไปเก็บข้อมูลเลยนะ แล้วพอได้ข้อมูลมา พี่ก็ไปเขียนในเชิงที่ว่า เฮ้ย ถ้าเกิดคนจะแสวงหาแค่ความสุขเล็กๆน้อยๆ หรือกลับมาสนใจสุขภาพของตัวเอง มันก็เพิ่มความสุขให้กับตัวเองได้ไม่ยากอะไรอย่างนี้ แค่ออกจากบ้านมา พี่ก็เขียนในเชิง เราจะมีกำลังใจ เราจะมีวินัยในการพาตัวเอง เอาชนะตัวเองจาก ชี่เกียจตี้นนอน ชี่เกียจยามเย็นเวลาเลิกงาน มาสวนสาธารณะ จะมาหาแรงจูงใจยังไง พี่ก็รู้สึกว่า พี่ก็ได้เอาความเข้าใจที่เรียน(จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)ไปเติมในส่วนงานพวกนั้นหรืออย่างเช่นงานประเมิน” (ID1, L: 142-159)

“คือพี่รู้สึกว่าจิตวิทยาการปรึกษานะ มัน...มันสามารถอยู่ได้ทุกที่ ที่มันมีผู้คนที่มันมีเรื่องราว เพราะฉะนั้นฉันอาจจะอยู่ในตำแหน่งใดก็ได้ (ID2, L:304-306)

“มันสามารถ apply กับทุกบริบทที่เราไปจับได้...แม้ว่ามันจะเปลี่ยนหน้าตาออกท่าทาง การทำงาน อนาคตพี่อาจจะไปเปิดร้านบะหมี่อยู่ริมสวนอะไรเงี้ย แต่มันก็มี relation มีการเอื้อของ counseling ที่อยู่ในงานนั้นแน่นอน เพียงแต่ว่าข้อจำกัด หน้าที่บริบทไอ้ข้างนอกอีกแหละมันเอื้อให้เราทำได้แค่นั้น แต่เนื้อข้างในมันมั่นใจในตัวเอง” (ID4, L: 90-91, L:784-789)

“เรายังเป็นตัวตนยังมีวิญญาณอยู่ ที่วิญญาณของความเป็น counselor อยู่ในตัว คือถ้ามีโอกาสเราก็ทำได้ตลอดใช้ได้ตลอด แม้งานหลักจะไม่มีโอกาสได้ใช้”(ID6, L: 168-170)

“ที่มองว่าสิ่งหนึ่งที่พิเศษมากของ counseling คือมันอยู่ได้ในชีวิตประจำวันทุกขั้นของชีวิต ไม่ว่าจะเราจะไปอยู่ตรงไหน หรือว่าเราจะทำอะไร”(ID10, L: 38-40)

นอกจากที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่ได้เรียนรู้และเข้าใจบทบาทการทำงานที่ไม่คับแคบในเพียงมิติด้านใดด้านหนึ่ง ผู้ให้ข้อมูลยังกล่าวถึงความรู้สึกต่อวิชาชีพไว้อีกว่า ความรู้สึกของการเดินอยู่บนวิถีทางเส้นนี้คือการนำพาใจ ให้ออกจากความรู้สึกที่ถูกกักขัง คับแคบ ไปสู่ความปลอดโปร่ง ความเป็นอิสระแห่งใจ ไม่เพียงแต่ใจของผู้รับบริการเท่านั้นแต่เป็นใจของตัวนักจิตวิทยาการปรึกษาเองด้วยที่จะต้องเดินทางเพื่อเรียนรู้และเข้าใจไปพร้อมกับผู้รับบริการ และผู้ให้ข้อมูลได้เปรียบตัวเองไว้ว่าเป็นนักเดินทางที่นำพาใจที่ทุกข์ทรมานของผู้อื่นไปสู่ความปลอดโปร่งโล่งสบาย

“ที่คงเป็นมนุษย์คนหนึ่ง คนๆหนึ่งที่เหมือนเป็นนักเดินทางนะ ที่เดินทางจากที่แคบไปสู่ที่กว้าง ตั้งใจจะเดินทางจากที่ที่เต็มไปด้วยความไม่เข้าใจของตนเอง ไม่เข้าใจ ไม่ปลอดโปร่ง ไปสู่ที่ที่หนึ่งที่มันปลอดโปร่งโล่งสบายมากขึ้นๆทุกวัน แล้วก็ชวนคนอื่นไปด้วย”(ID8, L: 111-115)

ประเด็นที่ 3 การพัฒนาตนผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

การพัฒนาตนผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ หมายถึง การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่ได้ผ่านประสบการณ์ทั้งจากการดำรงชีวิตและการทำงานต่างๆจนก่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งและบ่มเพาะชีวิตไปสู่ความเติบโตดีงามจนเต็มเต็มความเป็นมนุษย์ในตัวเอง

ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าถึงการผ่านประสบการณ์ในการทำงานและการผ่านความยากลำบากและอุปสรรคต่างๆที่ช่วยบ่มเพาะอารมณ์และความรู้สึกต่อการรับรู้ตนเองบนวิถีจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้ตระหนักรู้ถึงคุณค่าในตนเองและในทางวิชาชีพที่เพิ่มมากขึ้นนำไปสู่การพัฒนาตนเองและขัดเกลาจิตใจของตน จนเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายนอกอันมีผลต่อสัมพันธภาพกับบุคคลรอบตัวในทางที่ดีขึ้น มีความเข้าใจและยอมรับ อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ราบรื่น กลมกลืน รวมถึงได้สร้างความรู้สึกอิมเต็ม สมบูรณ์ ให้เกิดขึ้นในการ

ดำรงชีวิตแห่งความเป็นมนุษย์ โดยแบ่งประเด็นย่อยที่น่าสนใจได้ดังนี้ 3.1 การมีศรัทธาในวิชาชีพ
ตนเพิ่มขึ้น 3.2 การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง 3.3 การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อ
สัมพันธภาพรอบตัว และ 3.4 การตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต

3.1 การมีศรัทธาในวิชาชีพตนเพิ่มขึ้น

การมีศรัทธาในวิชาชีพตนเพิ่มขึ้น คือการที่ผู้ให้ข้อมูลผ่านประสบการณ์การทำงานและ
การใช้ชีวิตต่างๆ จนตระหนักถึงความรู้สึกภายในตน หรือคุณค่าที่ได้จากการสิ่งต่างๆ เหล่านี้ จน
มีความชัดเจน แจ่มแจ้งต่อตนเองกลายเป็นความมุ่งมั่นศรัทธาในการดำรงตนบนวิถีแห่งการเป็น
นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกที่ วิชาจิตวิทยาการปรึกษาแนว
พุทธเป็นเส้นทางที่เหมาะสมสำหรับตนเองและพร้อมที่จะดำรงอยู่ในสายวิชาชีพนี้อย่างมาดมั่น
แน่วแน่ ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลยังได้แสดงความรู้สึกที่ตนเองมีต่อวิถีทางดังกล่าวว่าเป็นวิถีทางที่ยอดเยี่ยม
เนื่องจากเป็นวิถีที่ทำให้ได้เห็นศักยภาพตนเอง ในขณะที่เดียวกันยังได้ช่วยเหลือผู้อื่นพร้อมทั้งตนเอง
ไปด้วยในอีกทางหนึ่ง รวมถึงยังเป็นเส้นทางที่ช่วยตอกย้ำในสิ่งที่ตนเองเชื่อมั่นและยึดถือนำไปสู่
ความมาดมั่นมั่นคง เลือกที่จะดำรงตนให้อยู่ในวิถีทางนี้อย่างไม่หวั่นเกรง จะดำรงวิถีแห่งจิตวิทยา
การปรึกษาแนวพุทธนี้ต่อไปไม่ว่าตนเองจะประกอบอาชีพใดก็ตามดัง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“มันเหมือนกับว่าพอผ่านการทำงานมา มันเห็นคุณค่าของมันนะ เลือกที่จะ ไม่ใช่อยากที่
จะด้วยนะ มันเหมือนกับว่ามันดีมด้ากับมันแล้วก็รู้สึกว่ามันเนี้ยแหละเป็นหนทางที่เราได้เดิน
มาแล้วเราจะเดินต่อ” (ID8, L: 139-141)

“ยังไงดี ตอนเรียนพี่บอกว่า พี่จะต้องเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาให้ได้ ตอนเรียนป.โทนี้
แหละ ช่วงที่ตัดสินใจแล้วว่า ทางนี้แหละ เพราะฉะนั้นพอเรียนมาปั๊บ เราก็บอกตัวเองเสมอว่าเรา
จะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา คือไม่ว่าจะทำอาชีพอะไรนะ เราก็จะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา”
(ID3, L: 129-132)

“มีไฟแรงมาก โดยที่เราบอกว่า เราจะใช้วิชาชีพเนี้ย ไปทำงานของเรา เออ โดยที่เราจะไม่
ไปอยู่ในกระแสหรือระบบของใครที่เราารู้สึกว่ามันไม่เข้ากับแนวทางของเราหรือมันจะทำให้งานของ
เราจะต้องบิดเบือนหรือผิดเพี้ยนไป อย่างนี้เลยนะ”(ID1, L: 105-108)

“แต่ฉันรู้สึกว่ามีวินัย (วินัยจิตวิทยาการศึกษา) มันโคตรเจ๋งเลยอะ มันเป็นจุดเริ่มต้นว่ามีพลัง มีกำลัง มีอะไรบางอย่างที่มากกระตุ้นเราให้เรามองเห็นว่าเราทำได้นะด้วยศักยภาพที่เรามีเราทำได้นะ” (ID5, L: 130-140)

3.2 การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง

การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง หมายถึง การที่ผู้ให้ข้อมูลนำหลักการและกระบวนการหรือประสบการณ์ของผู้รับบริการในการทำงานจิตวิทยาการศึกษาเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นมาช่วยเหลือตนเองได้ซึ่งกระบวนการดังกล่าวเป็นสิ่งที่เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลได้สำรวจ ใคร่ครวญสถานะในใจจนนำไปสู่การขัดเกลาจิตใจตนเองผ่านการทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธ

ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงหลักการเชื่อมสมาน (tuning in) ในกระบวนการจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธนั้นว่าไม่เพียงแต่เป็นกระบวนการที่ช่วยในการปรับฐานของจิตใจและอารมณ์ให้เชื่อมกับผู้รับบริการได้เท่านั้น แต่ได้เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลได้มีการทบทวนตนเอง รับรู้ความรู้สึกของตนเองอย่างถ่องแท้ ทำให้สามารถเชื่อมสมานตัวตนของตัวเองได้อีกด้วย ทำให้อยู่กับสภาพจิตใจของตนเองได้ในขณะนั้นเช่นกัน ส่งผลให้จิตใจของผู้ให้ข้อมูลดีขึ้น เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆ ในชีวิตมากขึ้น เป็นการยกระดับจิตใจของตัวเองให้ขงงามและมีความสุขมากขึ้นในทุกวันของชีวิต ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แต่ว่าพีว่าสำคัญคือการที่จะช่วยคนอื่นมันไม่มีทุกวันหรอก แต่ช่วยตัวเองมันได้ทุกวันนะ พอเราแบบไม่สบายใจนะ มีความทุกข์ คือพอเราออกจากตรงนั้นมาเจอโลกความเป็นจริงของชีวิต คนทำงาน มันมีอะไรหลายๆอย่างที่ทำให้เรามีภาวะอารมณ์ผุดๆ กระเพื่อมๆ เยอะแยะเต็มไปหมด แต่ที่นี้เรา tuning in กับตัวเองเร็ว แล้วก็หยุดมันได้เร็ว ถึงแม้จะมีเรื่องอะไรหนักแค่ไหน ทั้งครอบครัว ทั้งงานที่ไม่ถูกใจเรา เราก็สามารถอยู่กับมันได้ ปรับตัวอยู่กับมันได้จริงๆ” (ID6, L: 209-215)

“จริงๆ ก็เปลี่ยนเรื่อง ทำให้ศึกษาสังเกต ใคร่ครวญตัวเองมากขึ้น ปกติเมื่อก่อน คำว่าใคร่ครวญของตัวเอง ของพีเนี่ย มันจะเป็นคำว่าฟุ้งซ่าน มันจะเป็นแบบว่าทำอะไรอย่างนั้นอย่างนี้กับตัวเองก็ยังคิดอยู่นะ โดยพื้นฐานเดิม กับไปอ่านไดอารี่ ม.สาม ฉันทก็เป็นคนครุ่นคิดอยู่เหมือนกัน แต่มันเป็นคิดคนละฐาน ตอนนี้เป็นฐานสังเกต ฐานไม่ฟุ้ง ฐานที่แบบเจอทุกข์มันก็มอง root มันอะไรแบบนี้ ที่แบบเอามาใช้กับตัวเอง” (ID1, L: 526-530)

“เรารู้สึกโชคร้ายที่ได้มาเจอมัน เพราะว่ามันอาจจะ...ไม่ใช่เราทำตัวเหลวแหลกมาแล้ว เปลี่ยนไม่ใช่อย่างนั้น กลายเป็นว่ามันเป็นจุดที่ทำให้เรามองเห็นตัวเองชัดขึ้น พัฒนาใจตัวเองให้ก้าวหน้าขึ้น แล้วมันทำให้เรามีความสุขกับคนอื่นทุกวันได้ดีขึ้นจากแต่ก่อนที่เราเป็นเด็กป.ตรีแล้ว เรารู้สึกว่าทำไมเราหึงหวงแฟนจัง ทำไมเราอยู่ตรงนี้แล้วไม่มีความสุข พอเรามาเรียนเราเห็นภาพตัวเองชัดว่าเรารู้สึกอะไร ยังไง แล้วมันทำให้เรามีความสุขขึ้นในทุกวันนี้” (ID7, L: 177-183)

“ในขณะที่พี่ทำงานกับเคส กับกลุ่มอย่างนี้ กลุ่มก็มาพัฒนาพี่ กลุ่มมายกระดับจิตใจพี่ เสมอๆ คล้ายๆอย่างนี้เลยนะยกระดับด้วยจากการที่ว่าตระหนักรู้ไปพร้อมๆกัน สำรวจไปพร้อมๆกัน มาตรวจสอบมันไปพร้อมๆกัน แล้วอ้อ ในเมื่อความงอกงามของกลุ่มมันก็คือความงอกงามที่มันเกิดขึ้นในใจของเราด้วยอย่างนี้ บางทีพี่แก่เคสเนี่ย ครั้งหนึ่งพี่เคยติดเรื่องนี้ พี่มาเข้าใจพร้อมเขาก็มีนะ...ขุ่นใจเรื่องนี้อยู่ มันสามารถที่จะกลับมาอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นในอารมณ์ ในความรู้สึกของเรา ตรงนี้แล้วก็เบาลง บางทีบอก spit ได้ บางครั้งนะมีกำลังที่จะมอง spit ได้เอง แล้วก็คลาย” (ID8, L: 340-345, L: 697-699)

“คือตอนอยู่ที่นั่น(พื้นที่ที่ผู้ให้ข้อมูลทำงาน)เนี่ย พี่จะมีหนังสืออริยสัจจากพระโอบุสไปด้วย คือทุกวันนี้ก็ยังอ่านไม่จบ แต่พอว่างก็เอามาเปิดสักหน่อย บางทีก็เคสที่มันแปลกๆ ไม่ค่อยเข้าใจ เนี่ยบางทีบางประโยคมันก็คลี่ให้ อ้อ เห็นภาพ บางทีก็คลี่คลายเรื่องของเราเอง” (ID4, L: 638-646)

“กับตัวเองก็เป็นการที่ได้เจอเจอเรื่องราวในกลุ่มเหมือนเป็นกำไรให้กับชีวิตมากกว่า ตัวเรานะเป็น counselor นะ แต่จริงๆนะเราเป็น member ด้วย แשרประสบการณ์นะ เราก็รับรู้ไปด้วย เราก็เรียนรู้ร่วมกันไปด้วยกับเขา เขาเจอปัญหาเราก็เจอด้วย เขาเศร้าเราก็เศร้าด้วย เขาคลาย เขาสบายใจเราก็เป็นไปด้วย เราก็ได้ประสบการณ์ชีวิตที่เพิ่มขึ้นนะ” (ID9, L:160-166)

ในขณะที่ได้เรียนรู้ร่วมกันไปกับผู้รับบริการในแต่ละครั้ง ผู้ให้ข้อมูลก็ได้รับประสบการณ์ในชีวิตที่เพิ่มมากขึ้น และได้กลายเป็นวิถีแห่งการฝึกฝนที่ช่วยได้ทั้งตัวผู้ให้ข้อมูลและผู้รับบริการอีกต่อหนึ่ง กล่าวคือการมีโอกาสฝึกฝนตนเองให้เท่าทันต่อกระแสที่ทำให้จิตใจกระเพื่อม ไม่นิ่ง ไม่มั่นคงของตนเองให้ได้ก่อน ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถสัมผัสผัสจิตใจของผู้รับบริการได้ไฉนขึ้นจากการฝึกฝนผ่านตนเอง การแก้ไขทฤษฎีภายในใจของผู้รับบริการก็รวดเร็วขึ้น กลายเป็นประโยชน์สองทางที่เสมือนเป็นลูกศรวิ่งไปกลับระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ ดังนี้

“เราพาเคสให้เห็นชัด ดูใจเขา ให้ชัดในสิ่งที่เขาเหยียบอยู่ เขาเหยียบหนาม เราก็เหยียบหนามเหมือนกันนะ ถ้าเราไม่ชัดกับตัวเราด้วยเราก็มองไม่ชัดกับเคส ถ้าเราอยากเป็นนักจิตวิทยา การปรึกษาแนวพุทธที่แหลมคมที่เฉียบขาด สิ่งแรกที่เราจะต้องทำก็คือเห็นใจที่เรากระเพื่อม เห็นได้เร็วขึ้นถ้าเราฝึก เห็นเราเร็ว เราก็เห็นคนอื่นได้เร็ว เพราะตัวเรากับคนอื่นคือสิ่งเดียวกัน เราฝึกเขา เราก็ฝึกตัวเองไปด้วย แล้วเราก็ไวขึ้น ชัดขึ้นกับตัวเอง ดับได้เร็ว ก็เป็นสุขได้เร็ว เป็นลูกศรไปกลับได้ทั้งสองทางเพราะเคสก็ได้จากใจที่เราฝึกนี่แหละ” (ID11, L: 76-82)

3.3 การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว

การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว คือ การที่ผู้ให้ข้อมูลมีทัศนคติต่อชีวิต และการกระทำต่างๆ ในชีวิตประจำวันของผู้ให้ข้อมูลโดยได้พัฒนาเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น รวมถึงสัมพันธภาพระหว่างตนกับบุคคลรอบข้างก็เปลี่ยนแปลงไปในทางบวกด้วยเช่นกัน โดยผู้ให้ข้อมูลมีการสังเกตเห็นความเปลี่ยนแปลงภายในตนเองจากที่ใจร้อน หยาบกระด้าง ก็ลดลง จากที่เอาแต่ใจ อยู่แต่ในกรอบความคิดของตน ก็ผ่อนคลายลง เกิดเป็นความเข้าใจที่ตระหนักชัดมากขึ้นว่าแต่ละคนนั้นย่อมมีวิถีทางเป็นของตนเอง ไม่จำเป็นต้องผูกติดอยู่กับชีวิตตนตลอดเวลา หรือความเข้าใจในความเปลี่ยนแปลงผ่าน ผันแปรของสิ่งรอบตัวจนไม่ตื่นตระหนก ตื่นตัวตาม สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างไม่ร้อนรน และราบรื่นกับสิ่งรอบตัวมากขึ้น ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“รูปแบบหน้าตาอาจจะเหมือนเดิม แต่ใจเรา แต่เราก็ไม่รู้หรอกนะว่าใจเขาจะเหมือนเดิมหรือไม่เหมือนเดิม คืออะไรเราไม่รู้เลย แต่ใจเราที่อยู่กับคนรอบข้าง มันก็โอเคขึ้น มันปลอดภัยขึ้น มันรู้สึกเข้าใจคนรอบข้างแบบเอาใจเขามาใส่ใจเรามากขึ้น นี่พูดในมุมมองของตัวเอง อย่างเมื่อก่อนเราก็จะมีกรอบแบบคนถูกผิดอะ เอาที่ชัดๆนะ มีกรอบถูกผิด เธอทำอย่างนี้โอเค เธอทำอย่างนี้ไม่โอเค เธอทำอย่างนี้แสดงว่าทั้งหมดของเธอคงจะอย่างนี้ แต่ตอนนี้แบบมันก็จบ เธอทำอย่างนี้ก็คืออย่างนี้ที่เธอทำนะ มันไม่ใช่ทั้งหมดของความเป็นเธอหรอก และเธอทำอย่างนี้ก็ไม่ได้ ไม่มีถูกไม่มีผิดหรอก รู้สึกว่าแบบถ้าได้อยู่ก็อยู่ ถ้าไม่ได้ก็ไม่ได้เป็นไร เมื่อก่อนนี้ มีเพื่อนสนิทเพื่อนก็จะต้องสนิท เธอจะต้องมีเวลากับฉัน แต่ตอนนี้ เธอไม่อยู่กับฉัน แต่เธอก็ยังเป็นเพื่อนสนิทของฉันไม่เป็นไร เธอก็มีวิถีของเธอ ฉันก็มีวิถีของฉัน ถ้าแบบวันไหนเรามีโอกาสว่างตรงกัน เราก็เจอกัน เราก็ทึ่งก็ทึ่ง ให้อิฐบ้างก้อนเหมือนเดิม เมื่อก่อนจะมึงนอนแต่เดี๋ยวนั่งนอนน้อยลง ถ้าจะมองว่าการเดินบนวิถีนี้มันส่งผลต่อตัวเองนะ” (ID1, L:538-551)

“แล้วมันทำให้เรามีปฏิสัมพันธ์กับคนตรงหน้ากับโลกเปลี่ยนไป เช่นเจอผู้หญิงคนนี้ปั๊บบ แต่ก่อนเราอาจจะนึกแค่ว่าเราชอบเขา เราอยากเอาใจเขา ดูดีเนอะอะไรอย่างนี้ ไม่เคยนึกเรื่องเพศ หรือเรื่องเพศเป็นเรื่องที่เรานึกทีหลัง ตอนนี้นั้นไวขึ้นนิดนึง ตอนนี้นิ่งอยากสัมผัสเขาเนอะ อยากจะมีอะไรกับเขาซึ่งมันเล็กๆช่อนๆอยู่ ซึ่งพอจับได้ปั๊บบ ก็มีมึนๆนะ มันจะมีก็มี ไม่มีก็มึนๆอย่าเวอร์ มันทำให้เราอยู่กับคนอื่นได้บริสุทธิ์ขึ้น เพราะเราเจอความไม่บริสุทธิ์อยู่ ในส่วนนี้นิ่งๆไม่ต้องพยายามนะ ถ้ามันจะเกิดมันเกิดเอง มันทำให้ส่วนที่มันดีนะมันทำงานได้เต็มที่ขึ้น” (ID4, L: 674-676)

“การใช้ชีวิตประจำวันเหมือนใจมันเปิดกว้างมากขึ้น มันเหมือนเปิดกว้างมากขึ้นที่จะดู ที่ จะเห็นที่จะค่อยๆมองที่จะเข้าใจ ไม่กระโดดไปชอบไม่ชอบ สำหรับคนไกลตัวนะ จะง่ายขึ้นเยอะ เลย คนใกล้ตัวนี่เป็นการฝึกฝนเลย เพราะใกล้ตัวจะยากหน่อย เพราะเราจะมีอคติคาดหวังสูง เพราะนั่นมันจะค่อยๆทิ้งความคาดหวัง เราละความปรารถนาของเราลงบ้าง คือมันจะมีแผนที่อยู่ เมื่อเราไม่ทำปั๊บบ พอกลับมานั่งสงบอีกครั้ง อู้ย เออวะ มันก็จะเบาลง ปกติพี่จะเป็นที่หงุดหงิดง่าย รำคาญ โหม่งๆหายเร็ว ปั๊บบ มันดีขึ้น” (ID8, L:686-693)

“มันทำให้การใช้ชีวิตของพี่มันวุ่นวายน้อยลงนะ คือ มีความมั่นคงมากขึ้นนะค่ะ มันคง ของพี่ก็คือไม่ตื่นตัวตามบริบทตามสิ่งแวดล้อม คือสิ่งแวดล้อมมันก็หมุนเวียนของมันไป แล้วเรานะ ก็อยู่อย่างมั่นคง เขาไปไหนก็ไม่ได้เฮไปตามเขา อืม คือมันก็มีไปตามบ้าง แต่มันไม่ได้หือหาวมาก มันไม่ได้แบบ ตามบริบทแวดล้อมมาก คือมันคงมากขึ้น มันคงทางใจของเรามากขึ้น ถ้าเป็นเรื่อง การทำงาน พี่คิดว่า มันคงจะต้องย้อนกลับมาที่ความนิ่ง ความร้อนรนมันน้อยลงอะค่ะ ความอยากที่จะอย่างนั้นอย่างนี้มันลดลง คือ เราสามารถทำงานอยู่กับสภาพแวดล้อมที่ไม่เข้าใจ ได้ โดยที่เราไม่ร้อน ไม่ไว้วาย โดยที่เราอยู่ในส่วนของเรา เราไม่ไปพยายามบีบคั้นคนอื่น” (ID2, L: 260-265, L: 285-289)

“ส่งผลนะ ส่งผลเยอะนะ มันเหมือนเป็นคนละคนกับตอนที่เรา...คือจริงๆ พี่ก็ไม่รู้ว่าเป็น เพราะอิทธิพลของที่นี่เต็มๆเลยหรือเปล่า แต่ที่นี่มีส่วนแน่นอนที่ทำให้พี่เป็นพี่ ณ เวลานี้ แต่มัน จะไม่เหมือนพี่ ณ เมื่อสิบปีที่แล้ว ห้าปีที่แล้ว จะต่างกัน ณ เวลานี้ มัน ใจ เปลี่ยนไป เปลี่ยนไป เยอะเหมือนกัน ถ้าสิบปีที่แล้ว พี่ก็จะเป็นพวก ยังไงดีละ...ถ้าสิบปีที่แล้วก็จะใจร้อนกว่านี้ ไม่ค่อย นิ่ง อืม...กระด้าง...หยาบ...ทุกวันนี้ยังหยาบอยู่แต่น้อยลง” (ID3, L:162-167)

“พี่เป็นคนที่เขาแต่ใจมากถึงมากที่สุด ทุกคนบอกอย่างนี้ แล้วรู้สึกที่ตัวเองไม่ผิดนะ ตัวเองก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาไม่ผิด โดยที่ก็สนใจเรื่องของคนอื่น อันนี้มันก็อาจจะนิยามได้ว่า

ไม่ใส่ใจคนอื่น หลังจากที่เรามาเรียน จากคนที่แบบนั้นมันก็เปลี่ยนมาเป็นอีกหนึ่งแบบ ด้วยความที่เราก็อึ้งรู้สึกมันใจมันก็ยังมีอยู่นะ แต่มันจะเพิ่มเรื่องการที่เห็นคนอื่นมากขึ้น ในส่วนตัวเรา เราเห็นคนอื่นมากขึ้น เราผิดได้ เราไม่ได้ได้ เราก็ยอมรับด้วยว่าเราผิดเราไม่ได้ แล้วก็ยอมรับแก้ไขมัน เช่นทำให้คนอื่นโกรธก็ยอมรับว่า รู้สึกผิด แล้วก็ขอโทษเขา ซึ่งถ้าเป็นเมื่อก่อนมันก็อาจจะมึนอะไรบางอย่างที่ทำให้เรารู้สึกว่า เฮ้ย ไม่ต้องบอก แต่ตอนนี้อยอมรับและบอกกล่าว จากที่ไม่เคยเห็นคนอื่นก็ได้เห็นคนอื่นมากขึ้น จากที่เอาตัวเองเป็นใหญ่ก็ลดลง มีเหตุมีผลและทุกอย่างก็ราบรื่นขึ้น ทั้งในวิถีที่คบค้าสมาคมกับผู้อื่นและวิถีที่เป็นของตัวเอง...แต่พอยอมรับมันก็สบายใจขึ้น แล้วก็อยู่กับคนอื่นได้ดีขึ้น คนอื่นยังงั้นไม่รู้ แต่เรารู้สึกอย่างนี้” (ID10, L: 89-108)

“แล้วก็ถ้าเป็นมุมข้างนอก เจอเพื่อนเจอคนรอบข้างเหมือนเราหนึ่งขึ้นค่ะ อย่างเมื่อก่อนที่จะมาเรียน อย่างเพื่อนโทรปรึกษา เรื่องอกหักก็ได้ ทะเลาะกับแฟนอีกแล้ว ไม่รู้จะทำไงดี เราจะเป็นแบบ เฮ้ย ก็อธิบายให้เขาฟังซิ คือเราจะร้อนรน บางครั้งเหมือนกับว่าวางสายไปแล้วยังเขาจะแก้ปัญหามาได้ไหม ทำไมเรายังร้อนอยู่นะ เขาจะร้องให้อยู่ไหมนะ แต่พอได้มีประสบการณ์การทำกลุ่ม มันก็ เราก็จะอยู่กับคนรอบข้างได้มากขึ้น ไม่ใช่ไม่รู้สิรู้สถานะ เรายังรู้สึกเหมือนเดิม แต่เราไม่ได้มองที่ตัวเองแล้วนะ ว่าฉันจะร้อนรนหรือว่าอะไร เราปล่อยวางได้มากขึ้น เพื่อนก็ยังเพื่อนนะ ก็แค่แนะนำไป ไม่ว่าเขาจะตัดสินใจอะไรก็ตามเราก็จะจบกับตรงนั้นแล้ว ไม่มานั่งคิดว่าเพื่อนมันจะยังร้องให้อยู่ไหม น่าจะนิ่งขึ้น ปล่อยวางมากขึ้น ที่เป็นที่ทำงานด้านนี้แล้วได้กับตัวเองแล้วส่งผลกับคนรอบข้างก็อย่างนี้” (ID9, L: 166-185)

“เหมือนกับว่าให้เรารู้ตัว วัตถุประสงค์มากขึ้น แล้วก็ทำที่ที่เปลี่ยนแปลงไป ก่อนที่มารีเรียนก็มีทำอย่างหนึ่ง มาเรียนก็ทำให้เข้าใจได้มากขึ้นว่ามันก็เป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันนี้แหละ เราก็มีผลต่อเขา เขาก็มีผลต่อเรา ในฐานะที่เราได้เรียนรู้ได้เข้าใจสิ่งนี้ อีทีปฯ หรือไตรลักษณ์ หรือความละเอียดอ่อนในจิตใจคน ก็สังเกตตัวเองมากขึ้น เห็นตัวเองไวขึ้น ในแต่ละวันในแต่ละขณะ เราก็เอาสิ่งเหล่านี้ไปใช้ ตัวเองก็อยู่ในโลกอย่างสันโดษ เขาก็ให้บ้านให้เราอยู่ มีแค่นี้เราก็พอใจที่อยู่อย่างนี้ได้นะตอนนี้ แต่ตอนนั้นก็รู้สึกจะทำอะไรให้เราแค่นี้ ให้บ้านหลังเล็กๆเก่าๆ คนอื่นตำแหน่งต่ำกว่าเราไปอยู่บ้านใหญ่กว่า ใหม่มากว่า เราก็ว่าคนที่ดูแลสวัสดิการตรงนี้ไม่มีความเข้าใจในเรื่องการดูแลผู้คนเลย แต่ตอนนี้กลับมาก็พอใจในสิ่งที่เรามี มันเป็นการฝึกเราเหมือนกัน หรืออีกเรื่องเป็นเรื่องทำงาน ที่พอกลับมาเขาก็เหมือนจัดที่แค่จัดที่ให้เราไปนั่งๆ ทั้งๆที่เราถือโอกาส แต่เราก็อยู่ได้ อะไรที่จะไปกับคนอื่นมากๆ เราก็ลดพื้นที่ลง เพราะฉะนั้นเขาจะให้อะไรเรามาเราก็พอใจที่เท่านั้น โอเคฉันอยู่ได้ ให้เท่าไรก็เท่านั้นละ” (ID11, L: 14-39)

3.4 การตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต

การตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต คือ การที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีการตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตของตนเอง ได้สัมผัสถึงความเต็มอิมของทุกความรู้สึกในการดำรงอยู่ของตนโดยไม่หล่นหายไปกับความเร่งรีบในชีวิตประจำวัน เป็นการบ่มเพาะการมีชีวิตและการได้ใช้ชีวิตอย่างเต็มที่และคุ้มค่า ซึ่งการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นเป็นส่วนเติมเต็มให้เกิดการเติบโตในความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ขึ้นไป ดังผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แต่โดยรวมๆเรารู้สึกได้ใช้ชีวิตเต็มที่มันรู้สึกอย่างจริงจังๆก็ตอนอยู่...(สถานที่ทำงาน)นั้นแหละ การที่เรารู้สึกถึง อันนี้อาจจะดูเวอร์ๆหน่อยนะ รู้สึกถึงแสงแดดที่มันกระทบผิวเราอยู่ รู้สึกถึงทำแต่ละก้าวที่เราเหยียบไป ลมหายใจ เฮ้ยเรามีชีวิตแล้วนะ คือแบบก่อนหน้านี้อาใช้ชีวิตแบบที่ละห้านาทีสิบนาทีในหนึ่งเดือน แต่ตอนนี้เฮ้ยเรามีชีวิตตลอดเวลา กูมีชีวิตๆ เราอาจจะพอฟังธรรมะเราอาจนึกว่าการไม่มีตัวตนอะไรเงี้ย ฟังดูแรกๆแบบเราต้องมีชีวิตซี้ดๆ เรายังไปไม่ถึงตรงนั้นหรอก ไม่มีตัวตน แต่วันนี้ ณ วันนั้น ณ วันนี้มีบ้าง ตอนนั้นช่วงนั้นจิตใจค่อนข้างนิ่งเข้ม เราได้พบว่ากูมีตัวตนแบบการมีชีวิตเต็มที่ คือมันเต็มอิม แบบแม้จะโกรธมันก็เป็นการโกรธที่กูโกรธ นี่ไงกูโกรธ คือเราได้สัมผัสชีวิตเต็มที่ตลอดเวลา รู้สึกคุ้มค่าที่ได้เกิด มันทำให้บึ้งคำว่ามีชีวิตอยู่เพียงราตรีเดียว คือขอให้มันได้รู้เต็มที่สักเต็มที่หนึ่ง มันจะตายก็ตาย ณ ตอนนั้นนะ แล้วก็วันที่ใจดีๆเราก็จะรู้สึกอย่างนั้นอยู่เรื่อยๆ ดีจังชีวิต ขอแม้ว่าเราจะไม่ได้สิ่งที่ดีที่สุดที่อยู่ตรงหน้า แต่การที่เราทำมันเต็มที่เนี่ย คือช่วงเวลาของการมีชีวิต” (ID4, L: 739-757)

“มันเป็นแห่งส่วนหนึ่งของชีวิตที่ทำให้เราเติบโตและเรียนรู้ พี่ก็เลยเชื่อว่างานของเราจริงๆก็คือทำงานและเราก็เติบโตในฐานะของความเป็นมนุษย์ที่มันยิ่งๆขึ้นไป...มันก็เลยเป็นที่ว่าโชคคิที่เรามาเรียนอันนี้ เพราะมันเป็นกราฟขึ้นของความเติบโตของความเป็นมนุษย์นะ ของมนุษย์ที่สมบูรณ์ขึ้น” (ID7, L: 608-609)

งานวิจัยชิ้นนี้ ผลการวิจัยพบประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีประเด็นหลัก 3 ประเด็น ดังต่อไปนี้ ประเด็นแรก ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางแก้ไข ซึ่งเป็นสถานะที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ได้พบเจอ รวมถึงการจัดการแก้ไขต่อสถานะความยากลำบากเหล่านั้น ประเด็นที่สอง การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ ที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่รู้สึกปิติอิมเอมใจที่ได้ทำงานวิชาชีพ และมองว่าวิชาชีพนี้เป็นวิถีที่สอดคล้องไปกับการงานและการดำรงชีวิต และประเด็นที่สาม มุมมองชีวิตสู่การพัฒนาตนเอง ที่นักจิตวิทยา

การปรึกษาแนวพุทธมีใหม่เมื่อได้ผ่านประสบการณ์การทำงานรวมถึงประสบการณ์การใช้ชีวิตของตนแล้ว ได้เกิดการพัฒนาตนเองทั้งภายในและภายนอกซึ่งส่งผลต่อสัมพันธภาพต่างๆรอบตัวขึ้น กล่าวโดยสรุป นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีใหม่เมื่อได้ผ่านประสบการณ์ในการทำงานและการใช้ชีวิต รวมถึงอุปสรรคปัญหาต่างๆ จะมีมุมมองต่อตนเองอย่างปิติอิ่มเอมใจในการเดินทางบนวิถีแห่งนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ พร้อมทั้งมีการเติบโตภายใน อันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงตนเองและสัมพันธภาพต่อผู้รอบข้างและรับรู้ได้ถึงคุณค่าในการมีชีวิตอยู่ของตน

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาเพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ มีผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้คือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ที่จบการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอก จากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 11 คน โดยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิง และการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และนำไปวิเคราะห์ตามแนวทางของการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งได้ผลการวิจัย ดังนี้

ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางการแก้ไข

1.1 ลักษณะของความยากลำบาก

- 1.1.1 การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ
- 1.1.2 การที่ผู้รับบริการมีความลังเลในความเชี่ยวชาญของนักจิตวิทยาการปรึกษา
- 1.1.3 การขาดความรู้ด้านธุรกิจ
- 1.1.4 ความรู้สึกหวั่นไหวในใจตน

1.2 แนวทางจัดการแก้ไขปัญหา

- 1.2.1 การยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้น
- 1.2.2 การทบทวนตนเอง
- 1.2.3 การทำงานให้ผลงานเป็นที่ประจักษ์

ประเด็นที่ 2 การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

2.1 ความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ

2.2 การหลอมรวมของวิชาชีพและชีวิต

2.2.1 วิชาชีพเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิต

2.2.2 การประยุกต์ใช้

ประเด็นที่ 3 การพัฒนาตน

3.1 การมีศรัทธาในวิชาชีพตนเพิ่มขึ้น

3.2 การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง

3.3 การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว

3.4 การตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่ามีความสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ ในหลายประเด็น โดยเฉพาะงานวิจัยของ Skovholt และ Ronnestad (2003) ที่ผู้วิจัยใช้เป็นหลัก ในการอ้างอิง นอกจากนี้ยังมีความสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจากการทบทวนวรรณกรรมด้วย โดยผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยา การปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่น่าสนใจดังนี้

ประเด็นที่ 1 ความยากลำบากที่เผชิญและแนวทางการแก้ไข

จากผลการวิจัยในการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ต้องพบความยากลำบากและอุปสรรคที่หลากหลาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Skovholt และ Ronnestad (2003) ที่มีผลการวิจัยสอดคล้องเช่นกันว่าเส้นทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาและนักบำบัดมือใหม่นั้นเต็มไปด้วยความยากลำบากที่นักวิชาชีพมือใหม่ต้องเผชิญนำไปสู่ความเครียดและความวิตกกังวลต่างๆตามมา อย่างไรก็ตาม จากผลการวิจัยนี้แม้จะพบความยากลำบากที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ต้องพบเจอเช่นเดียวกัน แต่ก็มีลักษณะของความยากลำบากที่แตกต่างกันซึ่งเป็นผลจากบริบททางสังคมที่ต่างกัน ดังนี้

การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นถึงการที่สังคมไทยยังขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา คนในสังคมจำนวนน้อยที่จะรับทราบและเข้าใจอย่างถ่องแท้ถึงบทบาทและประโยชน์ของนักจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องเผชิญกับปัญหาที่ตามมาจากความไม่เข้าใจของผู้คนมากมาย ทำให้การทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษามีอ้อมใหม่ยากลำบากขึ้น ซึ่งการที่สังคมขาดความเข้าใจตรงนี้นั้นมีสาเหตุเนื่องมาจากการขาดระบบทางวิชาชีพอย่างเป็นทางการ เมื่อความเป็นวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา ยังไม่ได้รับการรับรอง ทำให้ไม่มีใบประกอบวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย ส่งผลต่อบทบาททางวิชาชีพที่คลุมเครือและไม่เป็นที่แพร่หลาย ประชาชนจึงมีความสับสนและเข้าใจบทบาทวิชาชีพอย่างไม่ถูกต้อง ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “ด้วยความที่วิชาชีพนี้มันก็ยังไม่มีที่รู้จักแพร่หลายอย่างไรรูปแบบนี้ มันก็เลยซ้ำซ้อนกัน ในด้านการทำให้คนเข้าใจงานของเราคืออะไร งานของเราทำอะไรให้ได้ งานของเรามีความน่าเชื่อถือในระดับไหน”

นอกจากนี้ประชาชนส่วนใหญ่ที่ประสบปัญหาทางด้านจิตใจมักแสวงหาความช่วยเหลือจากแหล่งที่ไม่เป็นทางการ เช่น คนในครอบครัว เพื่อน หรือไม่แสวงหาความช่วยเหลือใดๆเลย (ปรีชา สุวัจนบุตร, 2543) และในบริบทของสังคมไทยที่มีแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่แข็งแกร่ง เช่น วัดและเครือข่าย ก็ยังทำให้การเข้าหานักจิตวิทยาการปรึกษาในหมู่ประชาชนไทยน้อยลง แม้ในปัจจุบันที่การแสวงหาความช่วยเหลือทางด้านจิตใจจากนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพจะได้รับการยอมรับว่าเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพแต่คนในสังคมมักเลือกที่จะไม่แสวงหาความช่วยเหลือจากแหล่งเหล่านี้ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Corrigan 2004; Vogel, Wade & Hackler 2007; และ Vogel, Wade & Aschmand 2009, อ้างถึงใน ธนวัต ปุณยภณก, 2553

การที่ผู้รับบริการมีความลังเลในความเชี่ยวชาญของนักจิตวิทยาการปรึกษา กล่าวคือ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอ้อมใหม่มักได้รับความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจในศักยภาพหรือความเชี่ยวชาญในงาน เมื่อเทียบกับอายุของนักจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเองได้กล่าวว่าทำให้ไม่ได้รับการว่าจ้างให้ทำงาน กลายเป็นอุปสรรคในการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอ้อมใหม่ ในส่วนความยากลำบากนี้ สามารถอธิบายได้ด้วยลักษณะของค่านิยมความมีอาวุโสในสังคมไทย (seniority value) ค่านิยมความมีอาวุโสเป็นค่านิยมเฉพาะของสังคมไทยที่สำคัญและยึดถือปฏิบัติกันมายาวนาน มีการถ่ายทอดทางวัฒนธรรมอย่างต่อเนื่อง ปรากฏพบได้ในหน่วยที่เล็กที่สุดในสังคมเช่น ครอบครัวที่ส่งเสริมค่านิยมการเคารพผู้ใหญ่ให้แก่เด็ก เยาวชน จนถึงหน่วยที่ใหญ่ระดับสังคม องค์กร (กาญจนา กลั่นกลิน, 2525 อ้างถึงในรัชนีกร เศรษฐโชติ, 2532) ค่านิยมความมีอาวุโสในสังคมไทยนั้นมีลักษณะที่แยกย่อยผู้อาวุโส คือ ผู้ที่มีอายุ

มากกว่า หรือผู้ที่มีประสบการณ์มายาวนาน โดยยึดถือให้คนเหล่านี้เป็นผู้ทำหน้าที่ตัดสินใจในเกือบทุกกรณี โดยให้เหตุผลว่าการตัดสินใจของผู้อาวุโสย่อมต้องถูกต้องหรือดีกว่า เนื่องจากมีประสบการณ์มากกว่า (รัชนีกร เศรษฐโชติ, 2532) นอกจากนี้ จากการศึกษาของวัลลภา พุ่มพวง (2014 อ้างถึงในชลทิพย์ อัครวาทย์, 2546) ก็พบว่าเกณฑ์อายุหรือวัยวุฒิก็มีผลเป็นอย่างมาก ต่อการทำงานในสังคมไทยโดยผู้ทำงานที่มีอายุมากกว่ามักจะได้รับการยกย่องให้เป็นผู้ใหญ่ เป็นผู้อาวุโสในที่ทำงาน ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่ยุ่่น้อยกว่า และงานวิจัยของ ผาณิต อมราพิทักษ์ (2544 อ้างถึงในชลทิพย์ อัครวาทย์) เองที่ศึกษาบทบาทการทำงานของผู้หญิงในระบบราชการที่พบผลการวิจัยเช่นกันว่า ผู้ที่มีวัยวุฒิที่สูงกว่าจะได้รับการพิจารณาเลื่อนขั้นเป็นอันดับแรก ในขณะที่วัยวุฒิของลลิตา วิเลิศปรีชาตระกูล (2515) ที่ศึกษามโนภาพของควมมีอาวุโสในสังคมไทย พบว่า การให้ความหมายคำว่าอาวุโสในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการ นักวิชาการ หรือนักธุรกิจได้พิจารณาถึงวัยวุฒิเป็นอันดับแรก มากกว่าการพิจารณาถึงตำแหน่งหน้าที่และประสบการณ์ เมื่อพิจารณาจากงานวิจัยต่างๆ แล้ว จึงเป็นเหตุผลที่ทำให้นักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมีอใหม่ต้องพบเจอกับความล้มเหลว สงสัย ไม่เชื่อมั่นในความเชี่ยวชาญดังกล่าว

การขาดความรู้ด้านธุรกิจ ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าการขาดทักษะหรือประสบการณ์การจัดการธุรกิจหรือการบริหารด้านการเงินเชิงธุรกิจเป็นหนึ่งในปัญหาและอุปสรรคในการทำงานทางวิชาชีพ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ในงานวิจัยมีการทำงานวิชาชีพแบบอิสระ (private practice) ดังนั้นผู้ให้ข้อมูลจึงต้องสร้างระบบงานต่างๆ ขึ้นมาด้วยตนเอง จำเป็นต้องอาศัยทักษะด้านการจัดการทางธุรกิจและธุรกิจการเงินอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวว่าตนเองยังไม่มีทักษะและการจัดการในส่วนนี้อย่างเพียงพอ จึงทำให้เกิดอุปสรรคปัญหาต่างๆ ในการทำงาน ซึ่งในการวิจัยของ Falkner (2006) ที่กล่าวว่านักจิตวิทยาการศึกษาที่ทำงานวิชาชีพแบบอิสระ (private practice) นั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ด้านการเงินที่ยาวอดในการจัดระบบด้านการเงินเพื่อลดความเสี่ยงต่างๆ และ Reid และ Lord (1990 อ้างถึงใน Suurkivi, 1999) ได้แสดงทัศนคติความเชื่อไว้ว่าผู้ปฏิบัติงานวิชาชีพแบบอิสระ (private setting) จำเป็นต้องมีการฝึกหัดในด้านจัดการธุรกิจขนาดเล็กเพื่อที่จะศึกษาลักษณะพื้นฐานของเศรษฐศาสตร์การจัดการในธุรกิจขนาดเล็กและการเป็นผู้ประกอบการในการที่จะพัฒนาตลาดสำหรับการบริการทางจิตวิทยา เพื่อสามารถดำรงอาชีพนี้ในลักษณะธุรกิจส่วนตัวขนาดเล็กไว้ได้ รวมถึงงานวิจัยของ Brodan และ Demshock (1996 อ้างถึงใน Suurkivi, 1999) ที่ให้ทัศนะในทำนองเดียวกันว่าความสำเร็จของงานวิชาชีพแบบอิสระ (private practice) ขึ้นอยู่กับความรู้ด้านการตลาด

การโฆษณา เครือข่าย และการประชาสัมพันธ์ตัวเอง มากกว่าทักษะด้านจิตวิทยาการปรึกษาของผู้ปฏิบัติงานอีกด้วย

นอกจากนี้ในประเด็นย่อยของความยากลำบากในด้านการขาดทักษะการจัดการทางธุรกิจของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ จากการรายงานประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล ยังพบถึงปัญหาในด้านการจัดการการเงิน ดังคำพูดต่อไปนี้ “ไม่อยากจะพูดถึงเรื่องราคาว่าง่ายๆนะ...เวลาเขาต่อราคาเขาก็ต่อกับเรา แล้วเดี๋ยวอีกวันเขาจ้างเราปุ๊บ เราไปเป็นวิทยากรแล้วอ๋อ เขาจะรู้สึกยังไงกับเราวะ เราารู้สึกว่าแบบหงุดหงิดใจว่า ใ้มันมันต่อราคาแบบหน้าเลือดมาก แล้วอีกวันก็ต้องไปเข้าใจมัน” หรือผู้ให้ข้อมูลอีกรายหนึ่งที่ว่า “เก็บค่าบริการบ้างไม่เก็บบ้าง แต่พอมาเป็น setting แบบนี้เนี่ยมันลำบากใจ คือเหมือนเราคุยปุ๊บเนี่ยเรารับเงิน มันเป็นเรื่องที่ลำบาก” จากการรายงานของผู้ให้ข้อมูลเช่นนี้ สามารถอนุมานได้ว่าเรื่องการเงินกับการทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษานั้น เป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อนจนสามารถสร้างความลำบากใจให้กับผู้ให้ข้อมูลได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Barth (2001 อ้างถึงใน Falkner, 2006) ที่กล่าวถึงความยากลำบากของนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการในการรวมชอมกับความเป็นจริงที่ต้องเผชิญกับปัญหาด้านการเงินในการทำงานวิชาชีพ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยอื่น ที่กล่าวถึงประเด็นอันอ่อนไหวในด้านการเงินเมื่ออยู่ในบริบทของการให้บริการการปรึกษาพบว่าอุปสรรคดังกล่าวทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษาเกิดความรู้สึกไม่เต็มใจและวิตกกังวล (Barth, 2001; Bloom, 1996; Dibella, 1980 และ Tudor, 1998 อ้างถึงใน Falkner, 2006)

ความรู้สึกหวั่นไหวในใจตน ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าเป็นสภาวะของใจที่เกิดการกระทบจากสิ่งต่างๆหรือเกิดจากการคิดของตนเอง จนทำให้ตนเองรู้สึกไม่ปลอดภัย ว้าวุ่น คาดหวังและคิดฟุ้งซ่าน ส่งผลทางลบต่อการทำงานเป็นอย่างมาก ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ronnestad และ Skovholt (2003) ที่กล่าวถึงประเด็นในการทำงานวิชาชีพของผู้ฝึกหัดเริ่มต้นที่จะต้องประสบพบเจอกับความวิตกกังวลในการทำงานต่างๆ ซึ่งให้เห็นถึงความเปราะบางในการรับรู้ตนเอง โดยนักวิจัยทั้งสองท่านพบว่า นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่หรือนักบำบัดผู้เริ่มต้นทำงานที่ยังไม่สามารถปรับตัวหรือสร้างความคุ้นเคยกับบทบาทใหม่ทางวิชาชีพได้นั้น จะมีความรู้สึกที่เต็มไปด้วยอารมณ์ที่หลากหลายทั้งทางบวกและลบ

และเมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีจิตใจที่คิดทางลบกับตนเอง มีความกลัวหรือกังวลต่ออนาคตที่ไม่แน่นอนข้างหน้า ทำให้การทำงานไม่มีประสิทธิภาพเพราะไม่กล้าลงมือทำงานและขาดความมั่นใจ จนไร้เรี่ยวแรงขาดแรงจูงใจในการทำงาน จากผลการวิจัย

นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่จะหันกลับมาสำรวจจิตใจตนเองและทบทวนความรู้สึกของตนต่อสถานการณ์ต่างๆและนำไปสู่การแก้ไขหรือปรับเปลี่ยนตนเองเสมอเพื่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้น จำเป็นที่จะต้องมีสัมมาทิฐิในการปฏิบัติงานทางวิชาชีพ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธจึงต้องมีการสำรวจและทบทวนสภาวะจิตใจเพื่อให้ทันต่อความนึกคิดในทางมิชฌาทิฐิของตนเองอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้จิตใจของผู้ปฏิบัติงานอยู่ในสัมมาทิฐิ คือมีจิตใจที่แจ่มใส ไม่ขุ่นมัว พร้อมทั้งจะเปิดใจรับฟังผู้รับบริการตรงหน้าได้อย่างเต็มที่ ไม่คาดหวังให้เป็นไปตามตั้งใจที่ผู้ปฏิบัติงานต้องการ (โสรัศรี, 2553)

แนวทางการจัดการแก้ไขปัญหา ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีการเผชิญกับปัญหาและมีความพยายามแก้ไขจัดการสภาวะที่เป็นอุปสรรคในการทำงาน ไม่ว่าจะเป็นการยอมรับปัญหา การทบทวนตนเอง หรือการเลือกที่จะทำงานต่อไปอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ผลของงานที่มีประสิทธิภาพนั้นเป็นตัวประชาสัมพันธ์วิชาชีพ ลักษณะการจัดการปัญหาเหล่านี้ของผู้ให้ข้อมูลสามารถอนุมานได้ว่าเป็นการจัดการปัญหาที่มุ่งเน้นที่ตนเองก่อนและแผ่ขยายสู่ภายนอก ลักษณะดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ronnestad และ Skovholt (2003) โดยเฉพาะในด้านการทบทวนตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ ในงานวิจัยดังกล่าวกล่าวว่า นักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่หรือนักบำบัดมือใหม่จะมีวิธีการจัดการกับความผิดหวังต่างๆในการทำงานโดยการสำรวจทักษะ ข้อจำกัดต่างๆ ค่านิยม ทศนคติและความสนใจของตนเอง ซึ่งในการประมวลผลโดยมุ่งเน้นการสำรวจภายในสู่ภายนอกเช่นนี้ เป็นกระบวนการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ใช้สำรวจสภาพแวดล้อมในการทำงานและบทบาทการทำงานที่เข้ากันได้กับตนเองด้วยเช่นกัน โดยโสรัศรี โปธิแก้ว (2553) ได้กล่าวว่าเพื่อการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่มีคุณภาพ สิ่งสำคัญยิ่งก็คือตัวตนนักจิตวิทยาการปรึกษาเอง นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องศึกษาและทำความเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ เพราะเมื่อได้เข้าใจภายในตนอย่างลึกซึ้งก็ยิ่งช่วยให้นักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าใจผู้อื่นผ่านโครงสร้างแห่งชีวิตและจิตใจเดียวกัน ซึ่งมนุษย์มีแก่นแห่งชีวิตและจิตใจเป็นหนึ่งเดียวกันทั้งหมด

ประเด็นที่ 2 การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

ด้านความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ จากผลการศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่นั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีการรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์การทำงานทางวิชาชีพ โดยมีความรู้สึกทางด้านบวกต่อตนเอง เมื่อได้ทำงานวิชาชีพ

จิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกเป็นสุข ปิติยินดี พอใจ มีความสุข จากการทำงาน เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลได้รับรู้และตระหนักรู้ว่างานที่ตนเองได้ปฏิบัตินั้นเป็นงานที่มีคุณค่า มีความหมาย สามารถที่จะสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับผู้อื่นได้ เป็นงานที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม จินนาไปสู่ความภาคภูมิใจในชีวิต เห็นคุณค่าในตนเองของผู้ให้ข้อมูล ส่งผลทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความกระตือรือร้น อยากรับงาน มีพลังทั้งทางกายและใจในการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาต่อไป ซึ่งผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สอดคล้องงานวิจัยของ Smith (2001) ที่ทำการวิจัยเชิงคุณภาพศึกษาปัจจัยแรงจูงใจ (motivational factors) ในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาพบว่า หนึ่งในประเด็นจากผลการวิจัยที่ปรากฏชัดเจนเป็นประเด็นเข้มข้นในงานวิจัยของ Smith คือ นักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีความพึงพอใจส่วนตนในการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งผู้เข้าร่วมงานวิจัยไม่ได้มองว่างานจิตวิทยาการปรึกษาเป็นแค่งานที่เลี้ยงชีพ แต่เป็นงานที่ต้องทุ่มเทและเป็นการทำงานอยู่บนความสัมพันธ์ในการเยียวยา (therapeutic relationship) ของผู้คน ดังนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงมีความสุขอยู่กับการทำงานที่ได้เห็นผู้รับบริการมีพัฒนาการและเติบโตขึ้น ผู้เข้าร่วมงานวิจัยของ Smith จึงรักและเลือกที่จะเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาด้วยเหตุผลดังกล่าว ทั้งนี้ผลงานวิจัยของนักวิจัยนี้ยังสอดคล้องกับงานของ Kozlowski (2010) ที่พบว่าในช่วงระยะเวลาเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษามือใหม่ในโรงเรียนมัธยม สิ่งหนึ่งที่ผลักดันให้นักจิตวิทยาการปรึกษาในโรงเรียนยังคงทำหน้าที่ได้ มีแรงกายและแรงใจในการทำงานใหม่อีกครั้งเมื่อพบเจอกับสภาพปัญหาในการทำงาน คือความพึงพอใจในตัวเอง ผลการวิจัยยังตรงกับแนวคิดความสุขในการทำงานของ Manion (2003) ที่กล่าวถึง ความสุขในการทำงาน ซึ่งเป็นผลที่ได้มาจากการเรียนรู้ซึ่งกันเป็นผลที่ตอบสนองมาจากการทำงาน การสร้างสรรค์ของตนเอง ทำให้ผู้ทำงานปลื้มใจ มีความรู้สึกที่อยากจะทำงานต่อไป

การหลอมรวมของวิชาชีพและชีวิต นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธยังรับรู้บทบาทของตนเองในแง่มุมมองของการหลอมรวม การแยกจากกันไม่ขาดในการดำรงตนในชีวิตประจำวันกับการทำงานวิชาชีพ เพราะต่างก็มีผลซึ่งกันและกันจึงมีทัศนคติต่อวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาอย่างกลมกลืนสอดคล้องกับการใช้ชีวิตส่วนตน มิได้มองเพียงมิติด้านอาชีพมิติเดียว แต่เป็นความรู้สึกถึงการเดินบนเส้นทางแห่งการดำรงชีวิตที่ประกอบไปด้วยการเป็นนักวิชาชีพและตัวตนที่ต้องดำรงร่วมไปด้วยกัน กลายเป็น วิถีแห่งการงานและการใช้ชีวิต ซึ่งเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับเนื้อชีวิตของผู้ให้ข้อมูล กล่าวคือ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ใช้หลักธรรมมาเป็นแผนที่นำใจในการนำพาผู้คนจากที่มืดไปสว่าง (โสริช โพรธแก้ว, 2554) จำเป็นต้องดำรงตนตามหลักธรรมทางพุทธศาสนาอย่างเข้าใจด้วยประสบการณ์ของตนเอง ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

รายหนึ่ง “มัน(นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ) คือชีวิตเรา คือมันไม่ได้ที่ที่มันเป็นมันทุกทั้งชีวิตนะ (ในขณะนี้) แต่ว่าพี่มองว่านั่นแหละ เส้นทางที่เราจะต้องไปให้ได้ มันคือเราทั้งชีวิต คือวิถีชีวิต...เราไม่รู้ว่าของ school อื่นเขาฝึกกันแค่ไหน ที่เรารู้ของเราคือมันฝึกไปถึงตัวตนของเราด้วยที่จะต้องใช้ชีวิตในวิถีแบบนี้ ต้องเข้าใจชีวิตแบบนี้” ซึ่งลักษณะทางความคิด ความเชื่อเช่นนี้ สอดคล้องกับแนวคิดของโสริช โพลีแกว (2553) ที่ว่า เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษานำหลักธรรมทางพุทธศาสนา มาใช้ในกระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแล้วนั้น พวกเขาจำเป็นต้องเข้าถึงสภาวะและภาวะที่ลึกซึ้งของอวิชชาและสัมมาทิฐಿಯ่างถ่องแท้ด้วยประสบการณ์ของตนเอง

การรับรู้ตนเองในแง่ของการหลอมรวมทางวิชาชีพและวิถีการดำรงตนเช่นนี้ ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Ronnestad และ Skovholt (2003) ซึ่งนักวิจัยสองท่านได้ทำการศึกษาพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาและนักบำบัด พบว่าในช่วงพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพมือใหม่นั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพมือใหม่มีการรับรู้ถึงบุคลิกภาพส่วนตนและได้แสดงออกในงานของตนเองมากขึ้น มีการตระหนักถึงการแสดงออกส่วนบุคคลในการทำงานวิชาชีพว่าเป็นการก้าวไปสู่การบูรณาการในด้านการทำงานทางวิชาชีพและวิถีแห่งตน ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับงานของ Smith (2001) ที่กล่าวถึงความสอดคล้องกลมกลืน (congruent) ระหว่างบุคลิกภาพและวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาในนักจิตวิทยาการปรึกษาว่าเป็นสิ่งที่ควรให้ความสำคัญและนำมาพิจารณา โดยมีผลการวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์และทัศนคติที่เห็นว่าการงานเป็นส่วนหนึ่งของตนเอง (it's a part of me) และทำให้เกิดความสุขในการดำรงตนเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยเป็นความรู้สึกที่ “ใช่” หรือ “พอดีอย่างแนบสนิท” (fit like a glove) เมื่อการงานวิชาชีพ (profession) และตนเอง (personal) สามารถสอดประสานลงรอยกันได้

นอกจากนี้ ในงานวิจัยของ Smith (2001) สามารถเชื่อมโยงอธิบายถึงผลการวิจัยในประเด็นแรกที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีความรู้สึกปิติและอิ่มเอมใจในการทำงานเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยงานวิจัยของ Smith ได้กล่าวถึง งานวิจัยหลายชิ้นที่เป็นหลักฐานว่าจิตวิทยาการปรึกษาทำให้นักวิชาชีพมีความรู้สึกปิตินคืออย่างแท้จริงในการเดินทางร่วมไปกับผู้คนบนเส้นทางสายวิชาชีพนี้ (Meir, Melamed, & Dinur, 1995; Campbell & Klein, 1975; Buchanan, 1997 อ้างถึงใน Smith, 2001)

ประเด็นที่ 3 การพัฒนาตนผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ

การมีศรัทธาในวิชาชีพที่เพิ่มมากขึ้น ผลการวิจัยประเด็นนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Veach และคณะ (2002 อ้างถึงใน Zahm, 2009) ที่กล่าวถึงนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาพันธุกรรม (genetic counselor) โดยพบว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาในปัญหาทางพันธุกรรมนั้นได้บรรยายถึงการตกผลึกทางวิชาชีพที่กลายเป็นจุดสำคัญในการสร้างประสบการณ์ส่วนตน ที่ส่งผลกระทบต่ออย่างมีนัยสำคัญต่อการพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษา ประสบการณ์ส่วนตนเหล่านี้นำไปสู่การตระหนักถึงตัวตน (sense of self) ในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ทั้งยังส่งผลกระทบต่อทางเลือกปฏิบัติงานในสายอาชีพนี้ต่อไป และในงานของ Zahm (2009) ให้ผลการศึกษาในทางเดียวกันว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาเมื่อผ่านประสบการณ์ต่างๆในการทำงานวิชาชีพและประสบการณ์ต่างๆส่วนตนแล้ว เมื่อสองประสบการณ์ได้เกิดความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงขึ้นภายในตนแล้วนั้น ความรู้สึกถึงการตระหนักในการเป็นหรือการดำรงอยู่ (being) ของตนเองต่อวิชาชีพนี้จึงเกิดขึ้น

การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงประสบการณ์ส่วนตนที่ผู้ให้ข้อมูลใช้กระบวนการทางจิตวิทยาปรึกษาเข้าไปช่วยเหลือผู้อื่นในขณะเดียวกันก็ได้ใช้กระบวนการนั้นกับการแก้ไขปัญหาของตนเองอีกด้วย ทำให้การใช้ชีวิตของตนเองเป็นไปในทางที่ปลอดโปร่ง เปิดกว้าง และยอมรับต่อสิ่งต่างๆที่เข้ามาในชีวิตมากขึ้น หรือในบางครั้งผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าประสบการณ์ของผู้รับบริการที่ตนเข้าไปรับรู้ เข้าไปร่วมเดินทางแก้ไข มีส่วนที่ทำให้จิตใจของตนเองได้เจริญงอกงามขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Ronnestad และ Skovholt (2003) ที่พบว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาได้รายงานว่าการเรียนรู้ในชีวิตต่าง ๆ นั้นมาจากประสบการณ์โดยตรงของผู้รับบริการผนวกกับประสบการณ์ส่วนตน แม้ปรากฏการณ์นี้จะไม่เกิดขึ้นในทุกกรณีของการให้บริการแก่ผู้รับบริการ แต่ผู้รับบริการที่มีประสบการณ์อันลึกซึ้งจะทำให้ นักจิตวิทยาการปรึกษาเกิดการเรียนรู้อันสำคัญยิ่งในประสบการณ์ทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาเมื่อได้ให้บริการการปรึกษาร่วมกัน แม้ว่าผลของการให้บริการการปรึกษานั้นจะล้มเหลวหรือดีเยี่ยมก็ตาม โดยกล่าวว่าผู้รับบริการนั้นเป็นแหล่งบุคคลที่มีอิทธิพลและมีบทบาทสำคัญต่อครูผู้สอนให้กับนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือนักบำบัดมือใหม่

อย่างไรก็ตาม แม้ในงานวิจัยของ Ronnestad และ Skovholt (2003) จะกล่าวถึงการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงสู่ประสบการณ์ภายในตนของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ได้จากการให้บริการทางจิตวิทยาแก่ผู้รับบริการ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของผู้วิจัย อย่างไรก็ตาม ยังมีที่แตกต่างกัน

ในบางประเด็นและเป็นประเด็นที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง โดยในงานวิจัยของ Ronestad และ Skovholt นั้น ค้นพบการเรียนรู้ในส่วนตนจากประสบการณ์อันลึกซึ้งของผู้ที่มาใช้บริการซึ่งในงานวิจัยของทั้งสองท่าน การเรียนรู้ในส่วนตนตรงนี้เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับนักจิตวิทยาการปรึกษาและนักบำบัดในระดับขั้นผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์ ไม่ใช่กับนักจิตวิทยาการปรึกษาเมื่อใหม่แต่อย่างใด ซึ่งแตกต่างกับข้อค้นพบที่ได้จากผู้วิจัยในงานวิจัยชิ้นนี้ที่ขั้นตอนการเรียนรู้นี้ได้เกิดขึ้นกับนักจิตวิทยาการปรึกษาที่เป็นมือใหม่มีชั่วโมงในการทำงานที่ต่ำกว่า โดยการประเด็นค้นพบดังกล่าวในงานวิจัยนี้ สอดคล้องกับแนวคิดจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธของ โสริช โปธิแก้ว (2553) กล่าวคือ นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเป็นผู้นำหลักธรรมของพุทธศาสดามาใช้เป็นแนวทางในการบำบัดเยียวยาจิตใจของผู้รับบริการ เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในกระบวนการเยียวยา ดังกล่าว เนื่องจากไม่มีสิ่งอื่นใดที่จะช่วยนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธเหล่านี้ในการทำงานได้นอกจากตัวนักจิตวิทยาเอง ดังนั้นผู้ปฏิบัติงานจะต้องมีความเข้าใจตนเองตามหลักธรรม ค้นพบตัวเองในหลักธรรม และเข้าใจหลักธรรมที่ค้นพบนั้นอย่างถ่องแท้ การที่จะเข้าถึงขั้นนี้ได้นั้นจะต้องอาศัยความเข้าใจที่ลึกซึ้ง เข้าใจชีวิตและโลกตามธรรมอย่างถ่องแท้เพื่อนำผู้คนไปสู่ความเข้าใจชีวิตได้อย่างไม่หลงทาง นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงจำเป็นต้องขัดเกลาตนเอง ทบทวน และฝึกฝนอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ไม่หยุดนิ่ง เป็นการเรียนรู้ทั้งชีวิต และเป็นการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งเข้าไปในวิถีชีวิตของตนเองอีกด้วย นักจิตวิทยาการปรึกษาใช้การทำงานของตนเพื่อมุ่งไปสู่สภาวะที่หลุดพ้นไปพร้อมกับผู้รับบริการ

การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว ผู้เข้าร่วมวิจัยได้

กล่าวถึงความเปลี่ยนแปลงตนเองที่เกิดจากการทำงานจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ได้ผ่านการฝึกงาน ผ่านการฝึกฝนตนเอง ได้รับฟังประสบการณ์อันหลากหลายของผู้รับบริการจนทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้เข้าใจความหลากหลายและเกิดการยอมรับในธรรมชาติของเพื่อนมนุษย์ที่ย่อมมีความแตกต่างกัน ดังคำกล่าวนี้ “อย่างเมื่อก่อนเราก็จะมีกรอบแบบคนถูกฝึกอะ เอาที่ชัดๆนะ มีกรอบถูกฝึก เธอทำอย่างนี้โอเค เธอทำอย่างนี้ไม่โอเค เธอทำอย่างนี้แสดงว่าทั้งหมดของเธอคงจะอย่างนี้ แต่ตอนนี้แบบมันจบ เธอทำอย่างนี้ก็คืออย่างนี้ที่เธอทำนะ มันไม่ใช่ทั้งหมดของความเป็นเธอหรอก และเธอทำอย่างนี้ได้ ไม่มีถูกไม่มีผิดหรอก” ซึ่งผู้ข้อมูลรายนี้ได้แสดงถึงทัศนะที่ให้การยอมรับในความแตกต่างของเพื่อนมนุษย์ ความคิดความเชื่อเช่นนี้สอดคล้องกับแนวคิดมนุษยนิยม (Humanistic approach) ที่เป็นแนวคิดอันสำคัญที่ให้การยอมรับ และการยอมรับในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา โดยที่แนวคิดดังกล่าวมีความเชื่อมั่นในคุณค่าของมนุษย์ และเห็นว่ามนุษย์นั้นมีความหลากหลายจึงยอมรับความแตกต่างนั้น มีมุมมองในการมองมนุษย์ในด้าน

สวยงาม ในด้านบวก มีความเชื่อในศักดิ์ศรีและคุณค่าในมนุษย์ โดยเห็นว่ามนุษย์สามารถที่จะรังสรรค์และใช้ชีวิตอย่างอิสระได้ โดยไม่ต้องการควบคุม และมนุษย์ยังสามารถที่จะพัฒนาไปสู่อินทรีย์ที่สมบูรณ์ขึ้นได้ ซึ่งเป็นแนวคิดของ Maslow (1987) ได้ศึกษามนุษย์ที่มีการพัฒนาตนเองให้พ้นไปจากความต้องการในระดับขั้นต่างๆ จากความต้องการขั้นพื้นฐานทางกายภาพไปสู่อินทรีย์ที่สมบูรณ์ซึ่งเป็นขั้นสูงสุด เรียกว่าการเป็นมนุษย์ที่แท้ เป็นผู้ที่มีการพัฒนาตนเองที่ตามศักยภาพ (actualizing person) โดยมีมนุษย์ที่แท้มีคุณสมบัติอันโดดเด่น 11 ประการ ได้แก่

- 1) การรับรู้ความจริงอย่างมีประสิทธิภาพ (efficient perception of reality)
- 2) การยอมรับต่อธรรมชาติ ผู้อื่นและตนเองอย่างอ่อนน้อม (comfortable acceptance of nature, others and oneself)
- 3) การเป็นปกติวิสัย (spontaneity) ที่เป็นธรรมชาติอันเรียบง่าย
- 4) การมุ่งแก้ไขปัญหา (problem centering)
- 5) พึ่งพาตนเองได้ มีความเป็นอิสระ (autonomy)
- 6) การมีความชื่นชมต่อสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ (continued freshness of appreciation)
- 7) ความรักในความเป็นมนุษย์ (fellowship with humanity)
- 8) การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง (profound interpersonal relationships)
- 9) การรักสันโดษ (comfort with solitude)
- 10) การมีอารมณ์ขัน (non-hostile sense of humor) และ
- 11) การมีประสบการณ์ที่ลึกซึ้งอันมีคุณค่าและความหมาย (peak experiences)

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดจิตใจอันสมบูรณ์ในทางพุทธศาสนา ซึ่งโสรัจจ์โพธิ์แก้ว (2553) ได้เรียบเรียงไว้โดยกล่าวว่า จิตใจที่สมบูรณ์นั้นคือจิตใจที่เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งถึงการเกี่ยวพันกันของสรรพสิ่ง (ปฏิจจสมุปบาท) ซึ่งมีผลกระทบเกี่ยวพันซึ่งกันและกันอยู่เสมอ (กรรมและอิทัปปัจจตา) จิตใจอันสมบูรณ์คือจิตที่ประจักษ์ชัดในสิ่งเหล่านี้ เป็นจิตที่ไม่แบ่งแยกเขาแยกเรา ไม่มีเราที่ถูก และเขาที่ผิด จิตใจที่แตกแยกเช่นนี้จะทำให้การมองคุณค่าในตัวผู้อื่นน้อยลง แต่ไปเพิ่มคุณค่าจนลุ่มหลงในตนเองมากขึ้น จิตใจอันแตกแยกคับแคบเช่นนี้จะทำลายความสัมพันธ์อันดีงามระหว่างผู้คนรอบข้าง นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธจึงต้องมีพื้นฐานในการมองโลกที่ไม่แยกส่วน ไม่แยกเขาแยกเรา เป็นเนื้อเดียวกันและสอดคล้องกลมกลืนกับสิ่งต่างๆ รอบตัว จึงส่งผลต่อสัมพันธภาพที่ราบรื่นในการดำเนินชีวิต

การตระหนักถึงคุณค่าของการได้มีชีวิต เป็นประเด็นแห่งความออกงามที่เกิดขึ้นในชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่ค้นพบความเป็นมนุษย์และการมีชีวิตอย่างมีชีวิตในตัวเอง สัมผัสถึงอารมณ์และความรู้สึกของตัวเองในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยมและยอมรับต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้นของตนเองอย่างแท้จริง ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลดังนี้ “แต่โดยรวมๆ

เรารู้สึกได้ใช้ชีวิตเต็มที่มัน...รู้สึกถึงแสงแดดที่มันกระทบผิวเราอยู่ รู้สึกถึงเท้าแต่ละก้าวที่เราเหยียบไป ลมหายใจ เฮ้ยนี่เรามีชีวิตแล้วนะ คือแบบก่อนหน้าที่เราใช้ชีวิตแบบที่ละห้านาทีสิบนาาทีในหนึ่งเดือน แต่ตอนนี้เฮ้ยเรามีชีวิตตลอดเวลา ภูมิชีวิตๆ... ตอนนั้นช่วงนั้นจิตใจค่อนข้างนิ่งเข้ม เราได้พบว่าภูมิตัวตนแบบการมีชีวิตเต็มที่ คือมันเต็มอิม แบบแม้จะโกรธมันก็เป็นการโกรธที่ถูโกรธ นี่ใกฎโกรธ คือเราได้สัมผัสชีวิตเต็มที่ตลอดเวลา...ขอให้มันได้รู้เต็มที่สักเต็มที่หนึ่ง มันจะตายก็ตาย ณ ตอนนั้นนะ แล้วก็วันที่ใจดีๆ เราก็จะรู้สึกอย่างนั้นอยู่เรื่อยๆ ดีจังชีวิต ขอแม้ว่าเราจะไม่ได้สิ่งที่ดีที่สุดในอยู่ตรงหน้า แต่การที่เราทำมันเต็มที่เนี่ย คือช่วงเวลาของการมีชีวิต” สอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers (1962) กล่าวถึงการเป็นบุคคลผู้มีชีวิตที่สมบูรณ์ เป็นผู้มีชีวิตที่เต็ม (fully functioning person) โดย Rogers ได้กล่าวถึงบุคคลที่มีชีวิตที่สมบูรณ์ คือบุคคลที่ระลึกรู้และอยู่กับปัจจุบันขณะอย่างฉับไว เพื่อที่จะตีความกับทุกความรู้สึกและปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น โดยไม่ได้ผูกพันกับโครงสร้างการเรียนรู้ในอดีตแต่เป็นการเรียนรู้อันมีค่าในปัจจุบันตราบเท่าที่ยังคงเชื่อมโยงตนเองและการรับรู้ในขณะนั้น ทำให้บุคคลผู้นั้นดำรงอยู่อย่างอิสระ เชื่อมมั่นในตัวตนภายใน บุคคลดังกล่าว จะมีความรู้สึกอิมเต็มกับความรู้สึกของตนเอง มีชีวิตที่ดำรงอยู่อย่างมีอิสระ เชื่อมถือในตนเอง มีชีวิตที่เต็มสมบูรณ์โดยเน้นถึงสภาวะความกลมกลืนในตัวบุคคลกับสิ่งต่างๆ เป็นบุคคลที่อยู่กับความจริง อยู่กับปัจจุบัน อยู่อย่างเชื่อมั่นในตน และมีอิสระเสรีภาพ รวมถึงการอยู่อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งการพัฒนาบุคคลให้เป็นผู้ที่มีชีวิตที่สมบูรณ์เป็นจุดมุ่งหมายหลักของจิตวิทยาการปรึกษาแนว Rogers

และในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นจุดมุ่งหมายให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือได้ให้ผู้รับบริการได้มีโอกาสใคร่ครวญสภาวะภายในจิตใจของตนเองจนตระหนักชัดแจ้งต่อตนเอง หรือการช่วยให้ผู้รับบริการคลายออกจากทุกข์ที่ตนเองประสบ โดยที่นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีกระบวนการตามหลัก 4F TIR ที่เอื้อให้ผู้รับบริการเห็นรากของความทุกข์ใจได้ชัดเจนยิ่งขึ้นนั้น กระบวนการต่างๆที่ได้เอื้อให้เกิดขึ้นกับผู้รับบริการนั้น ก็เป็นกระบวนการย้อนกลับมายังผู้ให้ข้อมูลอีกด้วย ที่ผู้ให้ข้อมูลก็ได้เรียนรู้และนำมาขัดเกลาใช้กับใจตนเองเมื่อเกิดความทุกข์ใจในลักษณะต่างๆ โดยมีการสังเกต ใคร่ครวญ สภาวะของใจที่เป็นทุกข์ จนสามารถเห็นต้นเหตุของความไม่สบายใจที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งทำให้จิตใจของตนเองปลอดโปร่งขึ้น ไม่ฟุ้งซ่าน สามารถปรับตัวปรับใจกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้าได้ดีขึ้นมีความเข้าใจ เปิดกว้างและยอมรับ การเข้าใจตนเองและเข้าใจโลกตามหลักธรรมชาติอย่างถ่องแท้จะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างไม่มีแรงผลักดัน แรงปรารถนาที่จะให้เป็นอย่างใจต้องการตามอึดตามส่วนตน กลายเป็นความยินดีต่อการได้เป็น

อย่างที่เป็นอยู่ สามารถยกระดับจิตใจของตัวเองขึ้นเป็นความมั่งคั่ง และสมบูรณ์ขึ้นได้ (โลรีซ์ โฟธิแก้ว, 2553)

สอดคล้องกับแนวคิดของ Maslow (1987 อ้างถึงใน โลรีซ์ โฟธิแก้ว 2553) ในการเป็นมนุษย์ที่แท้ (actualizing person) ซึ่งเป็นขั้นการพัฒนาศักยภาพในตัวมนุษย์อย่างสูงสุด เป็นมนุษย์ผู้พบกับสัจจะของชีวิต มีการรับรู้ความเป็นจริงได้ชัดเจน ยอมรับและอ่อนโยนต่อสิ่งต่างๆ รอบตัว ไม่ว่าจะป็นธรรมชาติหรือผู้คนหรือแม้กระทั่งตนเอง มีเสรี เรียบง่าย และความเป็นธรรมชาติ รักในการแก้ไขปัญหา พอใจในความสันโดษ สามารถจูงใจตนเองได้ มีความชื่นชมในสิ่งที่น่าสนใจ มีประสบการณ์อันลึกซึ้งในชีวิต เป็นต้น ซึ่งการให้บริการการศึกษานั้น มีจุดมุ่งหมายที่สูงที่สุดคือการพัฒนามนุษย์ให้เต็มขีดความสามารถดังกล่าว ซึ่งการที่จะทำเช่นนั้นได้ นักจิตวิทยาการศึกษาจึงต้องเข้าใจตนเองและพัฒนาตนเองให้ได้อย่างถ่องแท้เสียก่อน (วัชร ทรัพย์มี, 2551)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

1. จากผลการวิจัยที่พบว่านักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่เพิ่งจบการศึกษาและอยู่ในช่วงการทำงานเริ่มต้นนั้น มีกระบวนการในการทำความเข้าใจตนเองและให้ความหมายต่อการเป็นนักจิตวิทยาการศึกษา รวมถึงต้องเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ และหาแนวทางแก้ไข จากผลการวิจัยนี้ นักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมือใหม่สามารถนำผลการวิจัยไปศึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจในตนเองหรือค้นหาความหมายในงานจิตวิทยาการศึกษา และเปรียบเทียบตนเองในสภาวะต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับการทำงานเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินวิถีทางบนสายวิชาชีพหรือในการรับมือกับอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นในการทำงานวิชาชีพได้

2. จากผลการวิจัยที่พบว่านักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมือใหม่ต้องประสบกับความยากลำบากที่เป็นอุปสรรคในการทำงานต่างๆ ผลการวิจัยนี้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในด้านการวางแผนเตรียมหลักสูตรเพื่อเตรียมตัวให้กับนิสิตนักศึกษาด้านจิตวิทยาการศึกษาที่จะจบการศึกษาได้ เช่น การเตรียมความพร้อมให้นิสิตเมื่อจะต้องเข้าทำงานในช่วงปีแรกของการเป็นนักวิชาชีพที่แน่นอนว่าจะต้องเผชิญกับความยากลำบากต่างๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เป็นต้น

3. จากผลการวิจัยที่พบว่าการพัฒนาตนเองจากภายในสู่ภายนอกของนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธมือใหม่นั้นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานและสัมพันธภาพกับผู้คนรอบข้างซึ่งถือเป็นสิ่งที่เป็นรากฐานอันสำคัญต่อการทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการศึกษาแนวพุทธ ด้วยผลการวิจัยนี้ หลักสูตรจิตวิทยาการศึกษาใน

สถาบันการศึกษาควรเน้นและสนับสนุนกิจกรรมหรือมีการเรียนการสอนที่มุ่งให้เกิดการพัฒนาตัวตนภายในของนิสิตนักศึกษาให้คงอยู่อย่างต่อเนื่องเพื่อประสิทธิภาพในการให้บริการเชิงจิตวิทยาการปรึกษา

4. จากผลการวิจัย ประเด็นย่อยการขาดความรู้ด้านธุรกิจ ที่พบว่านักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่ขาดทักษะด้านการจัดการทางธุรกิจทำให้เกิดเป็นอุปสรรคในการประกอบวิชาชีพ ผู้วิจัยขอเสนอแนะให้มีหลักสูตรหรือการเรียนการสอนที่ให้ความรู้ในด้านการประกอบธุรกิจและการตลาดในวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาแก่นิสิตนักศึกษา เพื่อเป็นประโยชน์และความรู้แก่นิสิตนักศึกษาในการทำงานบริการเชิงวิชาชีพอิสระ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่ ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่โดยไม่ได้กำหนดคุณสมบัติของผู้ให้ข้อมูลในด้านการสังกัดหน่วยงานหรือประกอบอาชีพอิสระด้านจิตวิทยาการปรึกษา (private practice) อย่างเฉพาะเจาะจง เมื่อได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึกในสองกลุ่มพบว่าข้อมูลที่ได้มีความเข้มที่แตกต่างกันในประเด็นของการขาดความรู้ด้านธุรกิจ และความรู้สึกลัวดหวั่นในการประกอบอาชีพอิสระด้านจิตวิทยาการปรึกษา ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยเห็นว่าควรมีการกำหนดคุณสมบัติผู้ให้ข้อมูลอย่างเฉพาะเจาะจงมากขึ้น

2. ควรมีการทำวิจัยในช่วงระยะเวลาทางวิชาชีพที่สำคัญ เช่น ระยะเวลาผู้แรกเริ่มในการเข้ามาศึกษาศาสตร์ด้านจิตวิทยาการปรึกษา หรือระยะเวลาผู้เชี่ยวชาญ รวมถึงการศึกษาที่ครอบคลุมถึงนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ใช้กระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวอื่นไม่จำกัดเพียงแนวพุทธเท่านั้น และพัฒนาเป็นรูปแบบพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทยเพื่อให้เห็นถึงช่วงพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาอย่างครอบคลุมรอบด้านมากยิ่งขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ในวงการวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย

3. ควรมีการศึกษาต่อในประเด็นการพัฒนาตนเอง ประเด็นย่อยการตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตร ในงานวิจัยนี้พบว่านักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีอใหม่มีการตระหนักู้และเติบโตภายในตนอย่างลึกซึ้ง ซึ่งมีความแตกต่างจากข้อค้นพบในงานวิจัยในต่างประเทศ กล่าวคือ การเติบโตภายในตนอย่างลึกซึ้งจะพบได้ในนักจิตวิทยาการปรึกษาระดับขั้นผู้เชี่ยวชาญพิเศษที่มี

ประสบการณ์ในการทำงานวิชาชีพเป็นระยะเวลา 10 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นประเด็นอันแตกต่างที่น่าสนใจ
ในการทำวิจัยศึกษาต่อในครั้งต่อไป

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กชวร จุยมณี. (2548). *ประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิเศษของนิสิตระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- กรมการศาสนา. (2545). *พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง 45 เล่ม. (พิมพ์ครั้งที่ 4).* กรุงเทพฯ: กรมการศาสนา.
- ดวงเดือน พิศาลบุตร. (2549). *ศาสตราจารย์ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา ปุชนียาจารย์ ผู้สร้างและพัฒนาตน สร้างและพัฒนางานด้านการศึกษาและสังคม และผู้ให้ด้วยจิตเมตตาและบริสุทธิ์. ในดวงเดือน พิศาลบุตร (บรรณาธิการ), ร้อยใจ เชิญพรชัย 8 รอบชนมาয়วิวัฒน์ ศาสตราจารย์ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา. (น. 22-27).* กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.).
- ชลทิพย์ อัครกาญจน์. (2546). *การสื่อสารของผู้บังคับบัญชาเพื่อสร้างการยอมรับจากผู้ใต้บังคับบัญชาที่มีอาวุโสมากกว่าในองค์กรไทย. วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวาทวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- ชาย โภธิสิตา. (2550). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 3).* กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด.
- ทิพย์วรรณ กิตติพร. (2536). *เอกสารประกอบการสอน : การให้คำปรึกษาเบื้องต้น. มหาวิทยาลัยนเรศวร.*
- ธนวัต ปุณยกนก. (2554). *การประทับตราว่าด้อยค่าในบริบทการให้บริการด้านจิตใจจากนักวิชาชีพ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- ธีรภัทร แสนนุดดา. (2546). *ประสบการณ์การปฏิบัติงานของพยาบาลจบใหม่ในโรงพยาบาลทั่วไป. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการพยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*
- นิตา ชูโต. (2548). *การวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 3).* กรุงเทพฯ: บริษัท พริ้นต์โฟร์ จำกัด.

ปรีชา สุวัจนบุตร. (2543). *ภาวะซีมีเศรฐ์และการแสวงหาความช่วยเหลือของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศาสตร์ การแพทย์และสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล.*

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2555). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. (พิมพ์ครั้งที่ 32).*

กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา. *ครุศาสตร์ของเรา. ในดวงเดือน พิศาลบุตร (บรรณาธิการ), ร้อยใจ เชิญพรชัย 8 รอบชนมาญวิวัฒน์ ศาสตราจารย์ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา (น. 45-48). กรุงเทพฯ: สถาบันคุณภาพวิชาการ (พว.).*

เพริศพรรณ แดนศิลป์. 2550. *ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

มติชน. (27 กันยายน 2553). *จับตาเศรษฐกิจไทยครึ่งปีหลัง อ่อนไหวสถานการณ์โลก เงินบาท. มติชน สุดสัปดาห์, 1567, 22.*

รัชนีกร เศรษฐโชติ. (2532). *โครงสร้างสังคมและวัฒนธรรมไทย. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.*

ลลิตา วิเลิศปรีชาตระกูล. (2515). *มโนภาพของควมมีอาวุโสในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต แผนกวิชาวิจัยการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2546). *ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

สุภาวศ์ จันทวานิช. (2551). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

สุภาพร ประดับสมุทร. 2550. *การเกิดปัญญาในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

สุภาพรพรณ โคตรจรัส. (2540). *จิตวิทยาการศึกษา. วารสารจิตวิทยา, 4,6,1-5.*

สุภาพรพรณ โคตรจรัส. (2549). *จากภาควิชาจิตวิทยาในคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จนได้รับการสถาปนาเป็นคณะจิตวิทยา พ.ศ. 2539. ในดวงเดือน พิศาลบุตร (บรรณาธิการ), ร้อยใจ เชิญพรชัย 8 รอบชนมาญวิวัฒน์ ศาสตราจารย์ท่านผู้หญิง พูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา. (น. 62-65). กรุงเทพฯ: สถาบันคุณภาพวิชาการ (พว.).*

สุรางค์ ไคว่ตระกูล. (2540). *จิตวิทยาการศึกษา. วารสารจิตวิทยา, 4,6, 6-10.*

- สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์. (2545). *เอกสารประกอบการสอน: ทักษะการปรึกษา*. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (2553). *การสังเคราะห์หลักอริยสัจ 4 สู่กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา/จิตรักษา เพื่อการพัฒนา รักษา และเยียวยาชีวิตจิตใจ : แนวคิด แนวทาง ประสบการณ์ และงานวิจัย*. กรุงเทพมหานคร: หลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (กันยายน, 2553). 5 ขยาย...*ข้อคิดการสร้างหลักสูตรเพื่อสร้างนักจิตวิทยาการปรึกษาในยุคสมัยของความเปลี่ยนแปลง: จิตวิทยาการปรึกษาสถานะปัจจุบันและความท้าทายในอนาคต*. เอกสารนำเสนอในการประชุมวิชาการจิตวิทยาการปรึกษา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- ศิริบูรณ์ สายโกสุม. (กันยายน, 2553). *จิตวิทยาการปรึกษาในโลกแห่งการเปลี่ยนแปลง: จิตวิทยาการปรึกษาสถานะปัจจุบันและความท้าทายในอนาคต*. เอกสารนำเสนอในการประชุมวิชาการจิตวิทยาการปรึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- อารีย์วรรณ อ่วมตานี. (2549). *การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เอกสารประกอบการปฐมนิเทศนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ประจำปีการศึกษา 2551*. (2551). กรุงเทพฯ.

ภาษาอังกฤษ

- Cohen, M. Z., Kahn, D. L. & Steeves, R. H. 2000. How to analyze the data. In Cohen, M. Z., D. L. Kahn, & R. H. Steeves (Eds.), *Hermeneutic phenomenological research: a practical guide for nurse researchers* (pp.71-83). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dreyfus, H. L., Dreyfus, S. E. (1986). *Mind over machine: The power of human intuition and expertise in the era of computer*. New York: The Free Press.
- Falkner. J. (2006). A study to investigate counselor financial wellness as a predictor of counselor money practices among counseling professionals in private practice. Unpublished doctoral dissertation, University of Mississippi, Oxford: Ms.

- Streubert J. H. & Carpenter D. R. (2011). *Qualitative research in Nursing: advancing the humanistic imperative*. (5th ed.). China.
- Hill, C. E., Sullivan, C., & Knox, S. (2007). Becoming psychotherapists: Experiences of novice trainees in a beginning graduate class. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 434-449.
- Holloway, I. 1997. *Basic concepts for qualitative research*. London: Blackwell Science.
- Kozlowski, K. A. (2010). Themes in secondary school counselor development: Skovholt and Ronnestad revisited. Unpublished doctoral dissertation, Texas A&M University. College Station, TX.
- Manion, J. (2003). Joy at work: creating a positive workplace. *Journal of nursing administration*, 33(12), 652-655.
- Maslow, A. (1987). *Motivation and personality*. Cambridge, NY: Horper & Row.
- Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: An interactive approach* (2nd edition). Thousand oak, CA: Sage.
- Mcalister, G. T. (2006). *Influences on success for novice secondary counselors*. Unpublished doctoral dissertation, Texas Women's University. Denton. TX.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Olson, R. P. *Religious theories of personality and psychotherapy: East meets west*. NY: Haworth Press.
- Rogers, C. (1962). *Toward becoming a fully functioning person*. In *Perceiving, Behaving, and Becoming: A New Focus for Education*. Arthur W. Combs. Washington, DC: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Ronnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. *Journal of career development*, 30(1), 5-44.
- Skovholt, T., Ronnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselors and therapist. *Journal of career development*, 30(1), 45-58.

- Skovholt, T., Ronnetad, M. H. (1995). *The evolving professional self: Stages and themes in therapist and counselor development*. Chichester: Wiley.
- Smith, G., A. (2001). *Motivational factors in becoming a counselor*. Unpublished master dissertation, University of New Brunswick, New Brunswick. Canada.
- Suurkivi, M. (1999). *A profile of counselors in private practice in the province of Saskatchewan*. Unpublished master dissertation, University of Regina. Canada.
- Williams, A. B. (1997). Experiences of novice therapists in prepracticum: Trainees', clients', and supervisors' perceptions of therapists' personal reactions and management strategies. *Journal of counseling psychology*, 390-399.
- Wilkins, P. (1997). *Personal and professional development for counselors*. London: Sage.
- Zahm, K. W. (2009). *From graduate to seasoned practitioner: A qualitative investigation of genetic counselor professional development*. Unpublished doctoral dissertation, University of Minnesota, Minnesota.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แนวคำถามและการสัมภาษณ์

แนวคำถามในการสัมภาษณ์

1. ชั้นเริ่มต้นการสัมภาษณ์

ก) ขอให้คุณแนะนำตัวเองให้ผู้วิจัยรู้จักท่านมากขึ้น

2. เข้าสู่ประเด็นที่ต้องการศึกษา

ก) การทำงานทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธทำอะไรบ้าง กรุณาเล่าให้ฟังถึงการทำงานโดยทั่วไปของคุณ

Probe: ลักษณะงานที่ทำ ประเภทของงาน หน้าที่ที่รับผิดชอบในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ว่าเป็นอย่างไรบ้าง

ข) ในฐานะที่คุณทำงานในบทบาทนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ กรุณาเล่าถึงความคิด/ความรู้สึกที่มีต่องานที่ทำอยู่

Probe: สิ่งที่เกิดขึ้นในการทำงานในฐานะที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ภาวะการเป็นอยู่ (being) ว่าเป็นอย่างไรบ้าง

ค) ในการทำงานของคุณ คุณประสบปัญหาอุปสรรคบ้างหรือไม่ หากมีกรุณาเล่าถึงประสบการณ์ของคุณที่เจออุปสรรคว่าเป็นอย่างไรและคุณผ่าน/จัดการ เหตุการณ์ตรงนั้นมาได้อย่างไร

Probe: - สิ่งที่เกิดขึ้น ประสบการณ์ความยากลำบากในการทำงาน อะไรที่เป็นอุปสรรคขัดขวางการทำงาน และก้าวข้ามผ่านสิ่งเหล่านั้นมาได้อย่างไร อะไรทำให้ผ่านมาได้

- สิ่งที่เกิดขึ้นที่ประสบมาในการทำงาน อาจจะได้ไม่เรียกว่าเป็นอุปสรรคแต่เป็นความท้าทายในการทำงานในฐานะการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่มีอะไรบ้างแล้วคุณจัดการอย่างไร

ง. ประสบการณ์จากการทำงานวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่คุณกล่าวถึง มีผลต่อวิถีชีวิต การใช้ชีวิตในปัจจุบันของคุณหรือไม่อย่างไร

Probe: ผลต่อวิถีชีวิตของคุณในทุกๆแง่มุม เน้นด้านการใช้ชีวิตทั่วไปในชีวิตประจำวัน

ด. ในประเทศไทยที่ระบบทางวิชาชีพยังไม่พร้อมเพียงพอที่จะสนับสนุนการทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษา ในฐานะที่คุณเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธนั้นคุณมีความคิด/ความรู้สึกอย่างไร

Probe: ความคิดเห็น ความรู้สึกในความขาดแคลนระบบวิชาชีพ การจัดการ การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระบบวิชาชีพของท่านเป็นอย่างไร

3. ขั้นตอนการสัมภาษณ์

ก) มีเรื่องอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของคุณในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมีไหมที่อยากจะเล่าให้ฟังอีกไหม

ภาคผนวก ข
เอกสารรับรองโครงการวิจัย
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-8147
 ที่ จว54754 วันที่ 15 สิงหาคม 2554
 เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. ใบรับรองผลการพิจารณา
 2. ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
 3. ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ตามที่ นางสาวณัฐณิธ คำสำเภา นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอโครงการวิจัยที่ 104.1/54 เรื่อง ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ (EXPERIENCE OF NOVICE BUDDHIST COUNSELORS) เพื่อให้กรรมการผู้ทบทวนหลักพิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

การนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลัก ได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้รับรองวันที่ 2 สิงหาคม 2554

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เขียน	ต่อ/เขียน/รับทราบ
✓	จึงเรียนมาเพื่อโปรด
<input checked="" type="checkbox"/>	ทราบ
<input type="checkbox"/>	พิจารณา
<input type="checkbox"/>	ดำเนินการ
<input type="checkbox"/>	อนุมัติ
ลงชื่อ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)

กรรมการและเลขานุการ

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
 กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รศ.ดร.อ.ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์
 เพื่อโปรดทราบและแจ้งผลให้

ค.ร.ล.

.....
 15 ส.ค. 54

คณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

.....
 15 ส.ค. 54

AF 01-12



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสถาบัน ชุคที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
 โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 116/2554

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 104.1/54 : ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมอใหม่
 ผู้วิจัยหลัก : นางสาวฉัฐลิน คำสำเภา
 หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสถาบัน ชุคที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice
 (ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม.....
 (รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปริศา ทิศนประดิษฐ)
 ประธาน

ลงนาม.....
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)
 กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 2 สิงหาคม 2554

วันหมดอายุ : 1 สิงหาคม 2555

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- โครงการวิจัย
- ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- ผู้วิจัย



ชื่อโครงการวิจัย 104.1/54
 วันที่รับรอง 02 ส.ค. 2554
 วันหมดอายุ 01 ส.ค. 2555

เงื่อนไข

- ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการคิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
- หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
- ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
- ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
- หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
- หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
- โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

	AF 04-09
ชื่อโครงการวิจัย	ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
ชื่อผู้วิจัย	ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่
สถานที่ติดต่อผู้วิจัย	น.ส.ณัฐณิชา คำสำเภา นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา 104.111 สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 0.2 ส.ค. 2554 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกบรมราชชนนีศรีศศพรพรหม ปทุมวัน 0.1 ส.ค. 2555 กรุงเทพมหานคร 10330
ที่บ้าน	1/13 ม.7 ซ.บ้านสวน-เขาน้อย 21 ต.บ้านสวน อ.เมือง จ.ชลบุรี 20000
โทรศัพท์มือถือ	08-7078-7453 E-mail : deamatnalin@yahoo.com

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัย ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยนี้ทำเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่วัดเงินได้ตลอดเวลา

2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับการวิจัยเรื่อง “ประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่” โดยประสบการณ์หมายถึงการรับรู้และการเล่าเรื่องราวของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่เกี่ยวกับประสบการณ์การปฏิบัติงานในบทบาทหน้าที่ของวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ รวมถึงเกี่ยวกับประสบการณ์ในด้านการใช้ชีวิต การดำเนินชีวิตบนเส้นทางนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่

3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย งานวิจัยชิ้นนี้กระทำให้ขึ้นเพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ทั้งในด้านประสบการณ์การปฏิบัติงานทางวิชาชีพและวิถีการดำเนินชีวิต

4. รายละเอียดของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้คือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ที่มีประสบการณ์ในการทำงานจิตวิทยาการปรึกษา เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบรายบุคคล หรือ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบกลุ่ม เป็นระยะเวลา 5 ปี ทั้งเพศหญิงและเพศชาย จำนวน 10 - 15 คน มีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือก

1. ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ โดยพิจารณาจากเป็นผู้ที่สำเร็จการศึกษาในระดับมหาบัณฑิตหรือคุณวุฒิปริญญาตรี สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่ออกไปประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธวิชาชีพเป็นระยะเวลาไม่เกิน 5 ปี
3. ผู้ให้ข้อมูลมีความยินดีและเต็มใจที่จะเข้าร่วมการวิจัย โดยมีความพร้อมที่จะบอกเล่าถึงประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองอย่างไม่ปิดบัง สามารถที่จะให้ข้อมูลอย่างละเอียด ชัดเจน อย่างเพียงพอต่อการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างลุ่มลึก

เลขที่โครงการวิจัย 104.1/54
วันที่รับทราบ 07 ส.ค. 2554
วันหมดอายุ 07 ส.ค. 2555



5. กระบวนการการวิจัย

5.1 ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลคือนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่มีประสบการณ์ในการประกอบอาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพตามเกณฑ์ที่ระบุไว้ โดยเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling)

5.2 ผู้วิจัยจะติดต่อประสานเพื่อชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยของผู้วิจัยในเบื้องต้นให้ท่านทราบ และขอความสมัครใจจากท่านในการเข้าร่วมงานวิจัย

5.3 หากท่านสมัครใจเข้าร่วมงานวิจัย ผู้วิจัยจะนัดพบในวัน เวลา และสถานที่ตามสะดวกของท่าน เพื่ออธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย พร้อมทั้งตอบคำถามต่างๆที่ท่านอาจสงสัยได้เข้าใจ พร้อมทั้งให้ท่านผู้เข้าร่วมการวิจัยได้อ่านเอกสารในการวิจัยและเอกสาร ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย หากท่านผู้เข้าร่วมการวิจัยมีความยินดีที่จะเข้าร่วม ผู้วิจัยจะขอให้ท่านลงนามในใบยินยอมนั้น

5.4 จากนั้น ผู้วิจัยจะนัดพบตามเวลาและสถานที่ที่ท่านสะดวกและขอคำเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้เวลา 45 นาทีถึง 1 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยจะชี้แจงรายละเอียดของการวิจัยต่างๆอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นจึงขออนุญาตท่านบันทึกการสัมภาษณ์ โดยจะไม่มีการระบุชื่อของท่านบนไฟล์ข้อมูล และผู้วิจัยจะเก็บไฟล์บันทึกเสียงไว้เป็นอย่างดีเพื่อไม่ให้ผู้อื่นเข้าถึงได้ เมื่อเสร็จสิ้นการทำวิจัย ผู้วิจัยจะทำลายไฟล์เสียงนั้น ทั้งนี้ผู้วิจัยอาจจะขอสัมภาษณ์ท่านเพิ่มเติมหากข้อมูลที่ได้ยังไม่เพียงพอ

5.5 ผู้วิจัยจะนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์ตามแนวทางการวิจัย และเขียนเป็นรายงาน โดยใช้นามสมมติ แล้วนำกลับไปให้ท่านตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง พร้อมทั้งปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของท่านจนท่านพอใจ ชื่อ และข้อมูลส่วนตัวของท่านจะได้รับการปกปิดเป็นความลับ และจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวตนของท่านได้

6. การวิจัยในครั้งนี้ไม่มีความเสี่ยงใดๆ กับผู้เข้าร่วมวิจัย เนื่องจากเป็นงานวิจัยที่ไม่ได้มุ่งเน้นไปในประสบการณ์เชิงลบที่อาจจะสร้างความเสียดใจให้เกิดขึ้น และในงานวิจัยเองก็ไม่มีการระบุชื่อจริงของท่าน ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับท่านจะเก็บเป็นความลับ ไม่เปิดเผยเป็นรายบุคคล และรับรองว่าจะไม่ส่งผลกระทบใดๆ ต่อท่าน

7. ประโยชน์ในการเข้าร่วมงานวิจัยของท่านคือได้แบ่งปันเรื่องราวและประสบการณ์โดยตรงต่างๆของท่านเพื่อศึกษาและทำความเข้าใจถึงประสบการณ์เหล่านั้นของท่าน ซึ่งการได้เข้าใจปรากฏการณ์นี้เป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อวงการจิตวิทยาการปรึกษาในประเทศไทย ในการที่จะนำข้อมูลมาพื้นฐานในการผลักดันระบบวิชาชีพให้เกิดขึ้นในประเทศ และเป็นประโยชน์ต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธมือใหม่ในการปรับตัวด้านอาชีพในสถานการณ์จริงในชีวิตการทำงาน

8. การเข้าร่วมในการวิจัยของท่านเป็นโดยความสมัครใจ และท่านสามารถปฏิเสธที่เข้าร่วมหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผล และไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับแต่อย่างใด

9. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวนี้สามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8147

โทรสาร 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

ภาคผนวก ค
เอกสารประกอบขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ 2

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1	
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกปิติและภูมิใจที่ได้ทำ		ที่รู้สึกมีความสุขกับมันมากเลยนะ ที่รู้สึกอีกเหิม อะ หนึ่งคืออีกเหิม ไม่รู้อีกเหิมอะไรนะแต่มีแรงจะทำ แล้วก็รู้สึกดีใจที่ได้ทำแล้วก็มีความสุขเมื่อได้ทำ แล้วก็อยากทำเมื่อมันยังไม่ได้มีโอกาสทำ
	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	การ ประยุกต์ใช้	มัน(จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)เป็นงานที่ผสมผสาน
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจต่อ วิชาชีพ	ด้วยความที่วิชาชีพนี้มันก็ยังไม่ใช่ที่รู้จักแพร่หลายอะไรอย่างนี้ มันก็เลยซ้ำซ้อนกัน ในด้านการทำให้คนเข้าใจงานของเราคืออะไร งานของเราทำอะไรให้ได้ งานของเรามีความน่าเชื่อถือในระดับไหน
		การที่ ผู้รับบริการมี ความลังเลใน ความ เชี่ยวชาญ ของ นักจิตวิทยา การปรึกษา	คำว่ามือใหม่ในที่นี้ เขาจะไม่ดูว่าเรามือใหม่ที่เราตั้ง(ทำงาน)มาแค่สองปีอย่างนี้หรอก เพราะสุดท้ายเขาจะมากดูที่จำนวนชั่วโมงอยู่แล้วแต่เขาจะมองด้วยหน้าตาเขาจะไม่ดูหรอกว่าเราทำงานอะไรมาหรือเราผ่านมาก็ชั่วโมงแล้วเขาก็ดูบ้างเขาถึงได้ติดต่อเรามา แต่พอเขาได้มาเห็นตัวเราเป็นๆของเรา เขาก็จะมีความสงสัยอยู่บ้างว่า เออ ทีมที่จะให้ช่วยจัดเนี่ย เป็นระดับผู้จัดการหมดเลยนะคะ อะไรแบบนี้ หรือทีมที่จะให้ช่วยจัดเนี่ยเป็นพนักงานที่ทำงานมาสามสิบกว่าปีทั้งนั้นเลย เป็นคุณป้าคุณยาย คุณลุงทั้งนั้นเลย ไหวไหมคะ เห็นวิทยากรดูเด็กมากเลย
	การขาด ความรู้ด้าน ธุรกิจ		เรายังไม่มีคนที่ทำหน้าที่เหล่านี้ชัดเจนนะ แบบบทบาทมันเลยทับซ้อนกันอยู่ เวลาเรา deal เราก็ deal กันเอง เวลาเขาต่อราคาเขาก็ต่อกับเรา แล้วเดี๋ยวอีกวันเขาจ้างเราไป เราไปเป็นวิทยากรแล้ว เอ้ย เขาจะรู้สึกยังไงกับเราวะ เราชู้สึกว่าแบบหงุดหงิดใจว่า ใอันนี้มันต่อราคาแบบหน้าเลือดมาก แล้วอีกวันก็ต้องไปเข้าใจมัน ภูจะมี bias กับมันหรือเปล่า

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1
ความ ยากลำบากที่ เผชิญและ แนวทางแก้ไข	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	ความรู้สึก หวั่นไหวในใจ ตน	พอมายู่แบบนี้แน่นอนว่ามันไม่มั่นคง ในแบบการ เลี้ยงชีพขบขันถ้าเราไม่มีความเข้าใจอย่างที่อาจารย์บอก เอาไว้ว่าทำเพื่อทำ แล้วแบบ เราเป็นเจ้าของวันนี้เท่านั้น ถ้า เกิดว่าเราไม่เข้มแข็งพอ แล้วเราเอาตัวนี้มาเป็นแผนที่ในใจ ไม่ได้ หรือเราเข้าใจมันแคใน wording แล้วเอาเข้ามาเป็น ส่วนหนึ่งในชีวิตไม่ได้นะ มันจะแกว่งทันที ที่ที่เคยแกว่ง เวลา มันมี(การคิดฟุ้งซ่านไปถึงอนาคตที่ไม่แน่นอน) ตัวเองก็ แกว่งเอง ตัวเองมองนั้นก็คิดฟุ้งเอง หรือว่าสิ่งแวดล้อมรอบ ข้างแบบ มาทำให้เราแกว่ง มาเติมเราแล้วทำให้เราแกว่ง มัน ก็จะมีความรู้สึกไม่มั่นคงในรายได้ มันก็จะพาลให้คิดว่า ทำอะไร มันจะไม่ปลอดภัย มันจะไม่กล้าลุย มันจะไม่กล้า มุ่งทำไป
	แนวทาง จัดการแก้ไข	ยอมรับกับ ปัญหาที่ เกิดขึ้น	วันนี้ผ่านมาเกินสามสิบปี มันยังไม่มีวิชาชีพอะ อะไรแบบ นี้อะคะเออ ก็หงุดหงิดใจนะ ทำไมมันซ้ำจ้ง พวกกูต้องมา สร้างเองหมดเลยหรอ อะไรอย่างนี้ แต่วันนี้หายนะ ไม่รู้สึก อย่างนั้นแล้ว รู้สึกว่าคนรุ่นก่อนๆ ก็ได้ทำมาเต็มกำลังเท่าที่ เขาจะทำได้ แบบว่าถ้าวันนี้เราจะต้องทำก็ต้องทำ
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	การมีศรัทธาในวิชาชีพตน เพิ่มขึ้น		มีไฟแรงมาก โดยที่เราบอกว่า เราจะใช้วิชาชีพนี้ไปทำงาน ของเรา เออ โดยที่เราจะไม่ไปอยู่ในกระแสหรือระบบของใคร ที่เราารู้สึกว่ามันไม่ใช้กับแนวทางของเราหรือมันจะทำให้งาน ของเราจะต้องบิดเบือนหรือผิดเพี้ยนไป อย่างนี้เลยนะ
	การช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับ ช่วยเหลือตนเอง		ก็เปลี่ยนเรื่อง ทำให้ศึกษาสังเกต ใคร่ครวญตัวเองมากขึ้น เมื่อก่อน คำว่าใคร่ครวญของตัวเอง ของพี่เนี่ย มันจะเป็นคำ ว่าฟุ้งซ่าน มันจะเป็นแบบว่าทำไม่อย่างนั้นอย่างนี้ กับตัวเอง ก็ยังคงได้อยู่เนาะ โดยพื้นฐานเดิม กับไปอ่านไดอารี่.สาม ฉันทก็ เป็นคนครุ่นคิดอยู่เหมือนกัน แต่มันเป็นคิดคนละฐานอะ ตอนนี้มันเป็นฐานสังเกตอะ ฐานไม่ฟุ้งอะ ฐานที่แบบเจอ ทุกข้มันก็มอง root มันอะไรแบบนี้ ที่แบบเอามาใช้กับตัวเอง

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	เปลี่ยนแปลง ตนเองส่งผล ต่อ สัมพันธภาพ กับรอบตัว	รูปแบบหน้าตาอาจจะเหมือนเดิม แต่ใจเรา แต่เราก็ไม่รู้หรือทราบดีว่าใจเขาจะเหมือนเดิมหรือไม่เหมือนเดิม คืออะไรเราไม่รู้เลย แต่ใจเราที่อยู่กับ ไปรุ่งขึ้น มันรู้สึกเข้าใจคนรอบข้างแบบเอาใจเขามาใส่ใจเรามากขึ้น นี่พูดในมุมมองของตัวเอง อ ถูกผิดอะ เอาที่ชัดๆนะ มีกรอบถูกผิด เธอทำอย่างนี้โอเค เธอทำอย่างนี้ไม่โอเค เธอทำอย่างนี้แสดง ตอนนี้แบบมันก็จบ เธอทำอย่างนี้ก็คืออย่างนี้ที่เธอทำนะ มันไม่ใช่ทั้งหมดของความเป็นเธอหรือท หรือท รู้สึกว่าแบบถ้าได้อยู่ก็อยู่ ถ้าไม่ได้ก็ไม่ได้เป็นไร เมื่อก่อนมีเพื่อนสนิทเพื่อนก็จะต้องสนิท เธอไม่อยู่กับฉัน แต่เธอก็ยังเป็นเพื่อนสนิทของฉัน ไม่เป็นไร เธอก็มีวิถีของเธอ ฉันก็มีวิถีของฉัน ถ้า เราก็เจอกัน เราก็ท้อท้อ ไอ้ตัวบ๊อบกับเหมือนเดิม เมื่อก่อนจะมึงอนแต่เดี๋ยวนี้มึงอนน้อยลง ถ้าจ ตัวเองนะ

ตารางที่ 3

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2	
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกลบปัดอึดอัดใจที่ได้ ทำ		ก็พอใจกับชีวิตนะ ภูมิใจในสิ่งที่ตัวเองเป็นนะ ทั้งพอใจ ภูมิใจ แล้วก็เห็นคุณค่าในสิ่งที่ตัวเองเป็น(นักจิตวิทยาการปรึกษา แนวพุทธ)
	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	การ ประยุกต์ใช้	คือที่รู้สึกว่าการปรึกษานะ มัน...มันสามารถอยู่ได้ ทุกที่ ที่มันมีผู้คน ที่มันมีเรื่องราว เพราะฉะนั้นฉันอาจจะอยู่ ในตำแหน่งใดก็ได้
ความ ยากลำบากที่ เผชิญและ แนวทางแก้ไข	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจต่อ วิชาชีพ	ปัญหาและอุปสรรคคือการสร้างความเข้าใจให้กับผู้คนรอบ ข้าง บางคนเขาไม่เข้าใจสิ่งที่เราสื่อ คือเหมือนช่องทางในการ รับสื่อของเขามีช่องทางเดียว เออ มันจะรับเฉพาะอันนี้ เรา สื่ออะไรเข้าไปเขาก็ไม่เข้าใจอะ มันยากเหมือนกันนะที่ อธิบาย ที่จะทำให้คนอยู่ตรงหน้าเราในสิ่งที่เราจะสื่อไป คือ บางทีเวลาเราอยู่กับพวกพ้องเราพูดอย่างนี้จะget (เข้าใจ) พอมาอยู่ในสังคมบริบทอื่นเขาไม่get อะคะ ซึ่งอุปสรรคนี้ ส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับการที่เราไปพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ใน องค์กรมากกว่า กับคนตรงหน้า(ผู้รับบริการ) เรายังพากัน เดินไปได้ แต่ว่าคนที่อยู่ในองค์กรเขาก็ไม่รู้ว่าเป็นสื่ออะไร ยังไง เขามองไม่เห็น สิ่งที่เราทำคืออะไร
		การที่ ผู้รับบริการมี ความลังเลใน ความ เชี่ยวชาญ ของ นักจิตวิทยา การปรึกษา	เป็นไปไม่ได้นะ ที่จะ tune (เข้าใจ เข้าถึงกัน) กันไม่ได้นะ แต่ ที่รู้สึกว่าคุณฐานการเปิดใจมันน้อยด้วย คุณเปิดใจรับฟังในสิ่งที่ ฉันพูดไปหรือยัง แล้วการทำงานในองค์กรนะ วุฒิภาวะ อายุ อะไรแบบนี้มันก็มีผล แล้วเราก็ตัวกระเป๋ายกอย่างนี้นะ แล้ว ความเชื่อถือมันก็ไม่มีนะ มันไม่เหมือนแบบที่เราถามคำถาม อะไรที่ เหมือนอาจารย์จะถามอะไรมาแล้วเราตอบ พอเรายิง คำถามอะไรไปเขาก็จะไม่ตอบด้วยความคิดไตร่ตรองอะไร เลย ที่ถามว่า คุณครูคะ ครูจะให้หนู focus ที่ครู หรือ focus ที่เด็ก ครูเขายังตอบว่า focus ที่เด็ก แต่ว่าอบรม 'ครู' นะ คือ เขาไม่ใคร่ครวญอะไรเลย เราอาจุโสไม่พออะคะ

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2
ความ ยากลำบากที่ เผชิญและ แนวทางแก้ไข	แนวทาง จัดการแก้ไข	การทบทวน ตนเอง	คือตัวพี่ มันว่าวุ่นใจ มันร้อน มันก็วุ่นวาย ฉะนั้นเราต้องหยุด เราก็อยู่กับตัวเองก่อน ก็จัดการกับตัวเองก่อนให้ความมันว่าวุ่น นั้นหมดไป
		การทำงาน ให้ผล ของงานเป็นที่ ประจักษ์	แล้วคนอื่นจะรู้จักจิตวิทยาการปรึกษาเอง ถ้าเขา (ผู้รับบริการ)ทำแล้วเขารู้สึก มันมีประสิทธิภาพ กระบวนการ นี้(กระบวนการจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)มันมี ประสิทธิภาพ แล้วกระบวนการนี้เขาก็จะรับรู้เองว่า อันนี้คือ จิตวิทยาการปรึกษาฯ เพราะว่า effect จากการทำแล้วมันดี มันก็ต้องมีการมาเสาะหาข้อมูลว่ากระบวนการนี้มันคืออะไร
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผล ต่อสัมพันธภาพรอบตัว		มันทำให้การใช้ชีวิตของพี่มันวุ่นวายน้อยลงนะ คือ มีความ มันคงมากขึ้นนะคะ มันคงของพี่ก็คือไม่ตื่นตัวตามบริบทตาม สิ่งแวดล้อม คือสิ่งแวดล้อมมันก็หมุนเวียนของมันไป แล้ว เรานะ ก็อยู่อย่างมันคง เขาไปไหนก็ไม่ได้เฮไปตามเขา อืม คือมันก็มีไปตามบ้าง แต่มันไม่ได้หือหาวมาก มันไม่ได้แบบ ตามบริบทแวดล้อมมาก คือมันคงมากขึ้น มันคงทางใจของ เรามากขึ้น

ตารางที่ 4

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	วิชาชีพเป็น ส่วนหนึ่งของ ชีวิต	มัน(นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)คือชีวิตเรา คือมันไม่ได้ ที่ที่เป็นมันทุกทั้งชีวิตนะ(ในขณะนี้) แต่ว่าที่มองว่านั่นแหละ เส้นทางที่เราจะต้องไปให้ได้ มันคือเราทั้งชีวิต คือวิถีชีวิต... เราไม่รู้ว่าจะของ school อื่นเขาฝึกกันแค่ไหน ที่เรารู้ของเราคือ มัน(จิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ) ฝึกไปถึงตัวตนของเรา ด้วยที่จะต้องใช้ชีวิตในวิถีแบบนี้ ต้องเข้าใจชีวิตแบบนี้(ชีวิต บนวิถีของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ)"
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	ขาดความรู้ ทางด้านธุรกิจ	เราเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาเราก็ไม่รู้ว่าการทำธุรกิจคือ ยังไง ไม่เคยรู้ว่าต้องอะไรยังไง มีอยู่งานหนึ่ง พอมีเรื่องเงิน ขึ้นมาจะเพิ่มจะหนุนจะนี้ ก็จะทำให้พี่พงษ์(นามสมมติซึ่งเป็นรุ่นพี่ คนหนึ่งของผู้ให้ข้อมูล) ไปคุย ด้วยมาธุรกิจ เรามานั่งคิด เราพบว่าเราเคยรู้ใหม่ว่าค่าตัวจริงๆของเราเท่าไร ค่า การตลาดของเรา ค่าแรงของเราที่ควรได้ เราไม่เคยรู้เลย ถ้า เป็นงาน counseling พี่บอกตรงๆเลยนะว่ายังคิดไม่ออกว่า จะต้องได้เท่าไร มันเคยมี พี่เคยปรึกษาอาจารย์ ดูจาก ต่างประเทศจะมาตีเป็นเงินไทยก็ไม่ถูก ได้เท่าไร ชั่วโมง เท่าไร ก็ไม่รู้อีกอะ มันจะเป็นแบบ ถ้าคนรวยก็จะเก็บเงินอีก อย่าง คนจนก็จะเก็บอีกอย่าง พี่ก็ได้ คุยคุยกับอาจารย์ก็มา คุยว่าเป็นใครอะไรยังไง ใครทำอีกนะ
	แนวทางการ จัดการแก้ไข	ยอมรับและ แก้ไขกับ ปัญหาที่ เกิดขึ้น	พี่ไม่ได้มองว่ามันเป็นอุปสรรคนะ มันเป็นทางที่ต้องเดินนะ มันเป็นทางที่จะต้องเจอนะ เหมือนกับตอนที่เรากำลังกลุ่มใหม่ๆ เรื่องเงิน เรื่องการแบ่งรายได้ เรื่องการจัดการบริหารภายใน องค์กรของเรา เราได้แล้วเราต้องเจอ เราก็ต้องเตรียมตัวที่ จะต้องเจอกับมัน เมื่อเจอแล้วก็จัดการ แล้วก็ไป ฉะนั้นตรงนี้ ก็เป็นอะไรที่ต้องเจอ แล้วก็...ก็ต้องมันลุยกับมัน

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3	
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	แนวทางการจัดการแก้ไข	การทำงานให้ผลของงานเป็นที่ประจักษ์	พี่มองว่าไม่ต้องทำอะไรทำตัวเองให้ดีที่สุด อยู่ตรงไหนก็ทำตรงนั้น เราไม่ได้โฆษณาว่าจิตวิทยาดีอย่างนั้นอย่างนั้นนะ แต่ให้ผลที่ออกมามันเป็นตัวพาไป ที่นี้ คนที่อยู่ใกล้ตัวเราเขาเห็น แล้วเขาก็จะแพร่ขยาย(งานจิตวิทยาการศึกษา)ออกไป
การพัฒนาตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ	การศรัทธาในวิชาชีพเพิ่มขึ้น	ยังงี้ตอนเรียนพี่บอกว่า พี่จะต้องเป็นนักจิตวิทยาการศึกษาให้ได้ ตอนเรียนป.โทนี่แหละ ช่วงที่ตัดสินใจแล้วว่า ทางนี้แหละ เพราะฉะนั้นพอเรียนมาปั๊บ เราก็บอกตัวเองเสมอว่าเราจะเป็นนักจิตวิทยาการศึกษา คือไม่ว่าจะทำอาชีพอะไรนะ เราก็จะเป็นนักจิตวิทยาการศึกษา	
	การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว	ส่งผลนะ ส่งผลเยอะนะ มันเหมือนเป็นคนละคนกับตอนที่เา...คือจริงๆ พี่ก็ไม่รู้ว่าเป็นเพราะอิทธิพลของที่นี่เต็มๆเลยหรือเปล่า แต่ที่นี่มีส่วนแน่นอนที่ทำให้พี่เป็นพี่ ณ เวลานี้ แต่มันจะไม่เหมือนพี่ ณ เมื่อสิบปีที่แล้ว ห้าปีที่แล้ว จะต่างกัน ณ เวลานี้ มัน โอ้ เปลี่ยนไป เปลี่ยนไปเยอะเหมือนกัน ถ้าสิบปีที่แล้ว พี่ก็จะเป็นพวก ยังงี้ดีละ...ถ้าสิบปีที่แล้วก็จะใจร้อนกว่านี้ ไม่ค่อยนิ่ง อึม...ก ระด้าง...หยาบ...ทุกวันนี้ยังหยาบอยู่แต่น้อยลง	

ตารางที่ 5

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4	
การรับรู้ตนเองผ่าน	ความรู้สึกปกติและภูมิใจที่ได้ทำ	ก็ภูมิใจนะ ภูมิใจที่เราได้มีโอกาสทนมาจนถึงได้ลงทำ ได้ลงทำจนถึงตรงนี้	
ประสบการณ์ทางวิชาชีพ	การหลอมรวมกันของวิชาชีพและชีวิต	มันสามารถ apply กับทุกบริบทที่เราไปจับได้	
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	ลักษณะของความยากลำบาก	การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ	ถ้าถามเจาะไปเฉพาะ counseling แนวพุทธ ก็อาจจะมีอุปสรรคอีกนั่นแหละเพราะว่า counseling คนที่รับรู้หน่อยอยู่แล้วนะ แล้วคำว่าแนวพุทธเท่าที่ไปพบเจอมาเนี่ย มันกลายเป็นภาระที่เราต้องอธิบายเพิ่มว่าพุทธตรงนี้ไม่ใช่จับไปนั่งสมาธิในวัดและสวดมนต์เท่านั้น พอเขาได้ยินว่าจิตวิทยา การปรึกษาแนวพุทธเขาก็จะคิดว่า คำพูดเลยนะ ที่บริษัทหรือที่โรงเรียนก็มีการไปนั่งสมาธิ ไปสวดมนต์อยู่ปีละครั้งอยู่แล้ว ต้องอธิบายว่าอ้อมันไม่ใช่ ใช้อย่างไร ซึ่งไ้การไม่ใช่อย่างไรเนี่ยยังต้องฝึกกันอยู่เลย ทุกวันนี้ที่จะอธิบายให้เค้าเข้าใจได้ชัดเจน
		การที่ผู้รับบริการมีความลังเลในความร่วมมือของนักจิตฯ	ความดูมีความอาวุโสอันนี้ก็มีผลมาก คืออย่างเคยไปที่หนึ่งเป็นโรงพยาบาลเขาบอกเขาโอเคกับกระบวนการของเรามากเลยแต่บุคคลากรของเราดูเด็ก อาจจะไม่อาวุโสพอสำหรับหมอหรือหัวหน้าพยาบาล เราก็เลยต้องรอให้แก่อีกหน่อย
		การขาดความรู้ทางธุรกิจ	พอมันจับวิชาชีพด้านนี้ ก็คือความสามารถในการทำให้มันเป็นอาชีพ ก็คือเราขายไม่เป็น มันไม่มีตลาด อย่างถ้าเรานึกถึงต่างประเทศเรื่องพวกนี้มันเป็นเรื่องเหมือนร้านกล้วยแขกนะ คือทุกคนรู้ว่ามันกินได้ เดินเข้าไปซื้อ แต่อันนี้เราเป็นของที่คนไม่รู้ว่ามีหรือรู้ว่ามันแต่ไม่รู้ว่าจะไปหากินที่ไหนแล้วเราก็ไม่รู้ว่าจะเอาของของเราไปไว้ที่ไหน จะนำเสนอเขาอย่างไร คือความรู้ทางด้านธุรกิจไปทำเป็นอาชีพจริงมันไม่มี

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	แนวทางจัดการแก้ไข	ยอมรับและแก้กับปัญหาที่เกิดขึ้น	สมัยใหม่ๆก็รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ แต่พอได้ทำแล้วเราได้ใช้ <i>ความคิดสร้างสรรค์</i> เพราะความจำกัดเนี่ยแหละ สร้างสรรค์เราทำอะไรได้ๆ มันก็เลยช่างหัวมันละ คือจะมีก็ไม่มีก็ไม่มี แต่เราใส่มันในทุกอย่างที่เรากำ
การพัฒนาตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ	ช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับช่วยเหลือตนเอง	คือตอนอยู่ที่นู่น(ลงพื้นที่ทำงาน)เนี่ยพี่จะมีหนังสืออริยสัจจากพระโอบุสไปด้วย คือทุกวันนี้ก็ยังอ่านไม่จบ แต่พอว่างก็เอามาเปิดสักหน่อย บางทีก็เคลสที่มันแป้กๆ ไม่ค่อยเข้าใจเนี่ยบางทีบางประโยคมันก็คลี่ให้ อ้อ เห็นภาพ บางทีก็คลี่คลายเรื่องของเราเอง	
	การเปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว	แล้วมันทำให้เรามีปฏิสัมพันธ์กับคนตรงหน้ากับโลกเปลี่ยนไป เช่นเจอผู้หญิงคนนี้บู๊ แต่ก่อนเราอาจจะนึกแค่ว่าเราชอบเขา เราอยากเอาใจเขา ดูดีเนอะอะไรอย่างนี้ ไม่เคยนึกเรื่องเพศหรือเรื่องเพศเป็นเรื่องที่เรานึกทีหลัง ตอนเนี่ยมันไวขึ้นนิดนึง ตอนเนี่ยมึงอยากสัมผัสเขาเนอะ อยากจะมีอะไรกับเขาซึ่งมันเล็กๆซอซออยู่ ซึ่งพอจับได้บู๊ ก็มึงนิ่งๆนะ มันจะมีก็ไม่มีก็ไม่มีอย่างเวอร์ มันทำให้เราอยู่กับคนอื่นได้บริสุทธิ์ขึ้น เพราะเราเจอความไม่บริสุทธิ์อยู่ ในส่วนเนี่ยมึงนิ่งๆไม่ต้องพยายามนะ ถ้ามันจะเกิดมันเกิดเอง มันทำให้ส่วนที่มันดีนะมันทำงานได้เต็มทีขึ้น	
	ตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต	เรารู้สึกได้ใช้ชีวิตเต็มที่มีมันรู้สึกอย่างงี้แรกๆก็ตอนอยู่เขาหลักนั่นแหละ การที่เรารู้สึกถึง อันนี้อาจจะดูเวอร์ๆหน่อยนะ รู้สึกถึงแสงแดดที่มันกระทบผิวเราอยู่ รู้สึกถึงเท้าแต่ละก้าวที่เราเหยียบไป ลมหายใจ เฮ้ยเนี่ยเรามีชีวิตแล้วนะ คือแบบก่อนหน้าเนี่ยเราใช้ชีวิตแบบที่ละห้านาทีสิบนาทีกี่ในหนึ่งเดือน แต่ตอนนี้เฮ้ยกูมีชีวิตตลอดเวลา กูมีชีวิตๆ เราอาจจะพอฟังธรรมะเราอาจนึกว่าการไม่มีตัวตนอะไรเงี้ย ฟังดูแรกๆแบบเราต้องมีชีวิตซี้ดๆ เราก็ยังไปไม่ถึงตรงนั้นหรอก ไม่มีตัวตน แต่วันนี้ ณ วันนั้น ณ วันนี้มีบ้าง ตอนนู่นช่วงนั้นจิตใจค่อนข้างนิ่งเข้ม เราได้พบว่ากูมีตัวตนแบบการมีชีวิตเต็มที่ คือมันเต็มอิม แบบแม้จะโกรธ มันก็เป็นการโกรธที่กูโกรธ นี่ไงกูโกรธ คือเราได้สัมผัสชีวิตเต็มที่ตลอดเวลา รู้สึกคุ่มละที่ได้เกิด มันทำให้บึงคำว่ามีชีวิตอยู่เพียงราตรีเดียว(ฟังไม่ออก) คือขอให้มันได้รู้เต็มที่สักเต็มทีหนึ่ง มันจะตายก็ตาย ณ ตอนนั้นนะ แล้วกับวันที่ใจดีๆ เราก็จะรู้สึกอย่างนั้นอยู่เรื่อยๆ ดีจังชีวิต ขอแม้ว่าเราจะไม่ได้สิ่งที่ดีที่สุดที่อยู่ตรงหน้า แต่การที่เราทำมันเต็มที่เนี่ย คือช่วงเวลาของการมีชีวิต	

ตารางที่ 6

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5	
การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกริบัติและภูมิใจที่ได้ทำ	วิชาชีพเป็น	มันรู้สึกดี ดีใจ อีกเหิม อยากทำงานนี้...รู้สึกกระตือรือร้นที่จะไปทำ ไม่เคยกลัวนะ แคร่รู้สึกจะไปทำก็ตื่นเต้น จะไปทำก็ทำ ทายนะ จะไปทำก็ เฮ้ย สั้นเหมือนกันนะ แต่ไม่กลัว
	การหลอมรวมกันของวิชาชีพและชีวิต	ส่วนหนึ่งของชีวิต	อาชีพกับวิถีชีวิตของพี่เป็นอันเดียวกัน แยกกันไม่ได้ สมมุติวันหนึ่งพี่ไปเป็นอาจารย์พี่ก็ไม่ได้มองว่าเป็นอาจารย์ พี่ก็มองว่าตัวพี่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ อันนั้นเป็นแค่ จะเรียกว่าอะไร อันเป็นแค่วิธีการแล้วกัน เป็นเครื่องมือของเราที่ได้ที่เราจะเลี้ยงตัวเอง แต่ในความเป็นทั้งหมดเนี่ย ก็เป็นแบบนี้ เป็นวิถีนี้ เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาทั้งชีวิต
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	ลักษณะของความยากลำบาก	การที่สังคมขาดความเข้าใจในวิชาชีพ	ทุกวันนี้คือเราไม่มีสถานะอะไรทางสังคม ถ้ามองในแง่เนี่ยนะ คือคนไม่รู้จักรอกว่านักจิตวิทยาทำอะไร ถึงคนที่รู้จักก็ไม่ได้มองว่าเราเป็นคนนำเข้าหาหรือ แบบว่าพวกฉันจะต้องไปหา คือมันเหมือนกับการมีอยู่ของนักจิตวิทยาเนี่ย มันไม่ใช่เรื่องสำคัญอะไรมากกับสังคมนี้...ถามว่าเป็นอุปสรรคไหม มันก็เป็นสิ่งที่คนไม่เข้าใจ เหมือนกับว่า อย่างพี่ไปทำงานที่คลินิกพี่หมอเนี่ย ก็มี ถ้าพี่หมอไม่ส่งมาคนก็ไม่รู้หรือกว่า มันมีช่องทางนี้อยู่
	แนวทางจัดการแก้ไข	ยอมรับและแก้ไขกับปัญหา	ทั้งในเรื่องของวิชาชีพและเรื่องของคนไม่เข้าใจของคน ทั้งในเรื่องของระบบ มันเป็นปัจจัยภายนอกที่ส่งผล แต่ภายในใจไม่ได้รู้สึกหนัก หรือเป็นปัญหาอะไร ถ้าจะมองก็เออ มันส่งผลต่อวิชาชีพเรานะ แต่กับตัวพี่ พี่ไม่ได้คิดว่ามันเป็นปัญหา

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ศรัทธาในวิชาชีพตนเพิ่มขึ้น	แต่ฉันรู้สึกว่ามีวิถีชีวิต (วิถีจิตวิทยาการปรึกษา) มันโคตรเจ๋ง เลยวะ มันเป็นจุดเริ่มต้นว่ามีพลัง มีกำลัง มีอะไรบางอย่าง ที่มากระตุ้นเราให้เรามองเห็นว่าเราทำได้นะด้วยศักยภาพที่ เรามีเราทำได้นะ

ตารางที่ 7

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	การ ประยุกต์ใช้	เรายังเป็นตัวตนยังมีวิญญาณอยู่ที่วิญญาณของความเป็น counselor อยู่ในตัว คือถ้ามีโอกาสเราก็คงทำได้ตลอดให้ได้ ตลอด แม้งานหลักจะไม่มีโอกาสได้ใช้
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจใน วิชาชีพ	ถ้ามองในแง่การทำงาน พี่รู้สึกว่าคุณเค้าไม่รู้จักอาชีพนี้ แล้ว เค้าก็ไม่เข้าใจว่างานตรงนี้เป็นอะไร เพราะงั้นการเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษามันก็ต้องค่อนข้างปรับให้เข้ากับงาน หรืออาจเรียกว่าเปลี่ยนจนแทบไม่เหลือ
		ความรู้สึก หวั่นไหวในใจ ตน	(เขาไม่ฟังเรา ไม่พยายามจะเข้าใจในตัวงาน) ตัวเล็กอย่าง เรามันทำอะไรไม่ได้ พอเรารับรู้ เรามีความคิดแบบนี้ว่า เรา ตัวเล็กนะ เราก็ไม่มีแรงจะทำอะไร เพราะงั้นเราก็ไม่มีความ พยายามจะทำอะไร แล้วเรารู้สึกว่าไม่รู้จะทำอะไร
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ช่วยเหลือคน อื่นเท่ากับ ช่วยเหลือ ตนเอง		แต่ที่ว่าที่สำคัญคือการที่จะช่วยคนอื่นมันไม่มีทุกวันหรอก แต่ช่วยตัวเองมัน ได้ทุกวันนะ พอเราแบบไม่สบายใจนะ มีความทุกข์ คือพอเราออกจากตรงนั้น มาเจอโลกความเป็นจริงของชีวิตคนทำงาน มันมีอะไรหลายๆอย่างที่ทำให้เรา มีภาวะอารมณ์ผุดๆ กระเพื่อมๆ เยอะแยะเต็มไปหมด แต่ที่นี้เรา tuning in กับตัวเองเร็ว แล้วก็หยุดมันได้เร็ว ถึงแม้จะมีเรื่องอะไรหนักแค่ไหน ทั้ง ครอบครัว ทั้งงานที่ไม่ถูกใจเรา เราก็สามารถอยู่กับมันได้ ปรับตัวอยู่กับมันได้ จริงๆ

ตารางที่ 8

แสดงรายละเอียดประเด็นหลัก ของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกริบัติและภูมิใจที่ได้ทำ	ที่รู้สึกว่ามันเป็นงานที่แบบทำแล้วภาคภูมิใจนะ คือหนึ่งเป็นงานที่เราได้ทำอะไรดีๆไปด้วยในตัวคือเราไม่ต้องเป็น เขาเรียกว่าอะไร ขายของ แล้วเราอยากจะทำอะไรเพื่อคนอื่น เราอาจจะขายของเราขายสินค้าอะไรนะเนาะ แล้วบางที่เราอยากจะทำอะไรเพื่อคนอื่นเราไปเป็นอาสาสมัครหรือเราจะไปทำอะไร แต่ว่างานที่เราทำโดยตรง มันเป็นงานที่ช่วยคนอื่นในตัว และก็ป็นงานที่เลี้ยงชีพด้วย แล้วมันก็ช่วยหมายถึงว่า มันเป็นอะไรที่ สำหรับพี่มันเป็นวิชาชีพที่แบบทำแล้วก็มีความสุขที่ได้ช่วยคน
การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	วิชาชีพเป็น ส่วนหนึ่งของ วิถีชีวิต	เรารู้สึกว่าเราได้เรียนรู้ตลอดเวลาเพราะทุกที่เป็นห้องเรียนของเราในการทำ counseling ได้หมด ซึ่งเราไม่ได้คิดแล้วละว่ามันเป็นการ counseling แต่มันเป็นห้องเรียนที่เราอยู่กับผู้คน แล้วเราพูดคุยกับเขาแล้วเรามีความสุขขึ้น เราเลยเห็นว่าพอเขามีความสุข ทุกอย่างมันเชื่อมโยงกันทุกคนมันส่งผลต่อกันต่อชีวิตเราหมด เพราะฉะนั้นจริงๆแล้วมันเป็นภาพรวมในชีวิต แต่ตรง counseling ที่มันเป็นวิชาชีพ ก็โอเคก็มันเป็นวิชาชีพ แต่ทุกวันมันก็เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเราอยู่แล้วในแนวคิดนี้ แนวคิดในการเรียน counseling แนวคิดที่อาจารย์ให้แนวคิดที่เราได้อ่านจากท่านดิช นัท ฮันท์ จากอะไร มันเป็นส่วนหนึ่งแบบมันไม่ได้แยก part ถ้าแยก part คือแค่เราอาจจะอยู่หน้างานเท่านั้น

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจต่อ วิชาชีพ	เรานักจิตวิทยาการปรึกษาคนก็จะยังงงว่ายังไง คนไม่ได้รู้ใน วงกว้างแบบจิตแพทย์ เหมือนหมอ เหมือนคนบอกว่าเป็น นักก็ตะ สมมติบอกว่าเป็นนักจิตวิทยาอย่างเนี่ย ก็พอจะรู้ว่า ทำงานเกี่ยวกับแมลง แต่จริงๆลึกๆทำอะไรใหม่ ก็ไม่รู้ เหมือนเป็นนักจิตวิทยาก็รู้ว่าประมาณมาคุย เหมือนมาคุย ปฏิกิริยาของคนทั่วไปก็จะเป็นนักจิตวิทยาหรือ อ่าเข้าใจให้ หน่อยเราคิดว่าอะไร เค้าก็จะมีปฏิกิริยาอย่างนั้นหรือรู้สึก ว่ามันก็ยังมีคนเข้าใจเยอะขึ้น ให้ความสำคัญกับจิตใจมากขึ้น รู้ เรื่องนี้เยอะขึ้นจากแต่ก่อน แต่ก็ยังไม่รู้ 100 เปอร์เซ็นต์
		การที่ ผู้รับบริการมี ความลังเลใน ความ เชี่ยวชาญ ของ นักจิตวิทยา การปรึกษา	หนึ่งด้วยวัย เคยไป present ที่หนึ่งเขาบอกดีหมด อย่าง เดียวคือแบบเราเด็กไป เราแบบอันนั้นหนู(ตัวผู้ให้ข้อมูล)ทำ อะไรไม่ได้นะคะ อะไรอย่างนี้ คือมันก็มีผลเช่นเราไปpresent กับหมอ แล้วหมอก็มีego มีความเก่งความอะไรของเขา และเขาก็เป็นหมอผู้มีความรู้ ประสบการณ์มีความรู้ พอเราเข้าไป เนี่ย เขาก็รู้ว่าเราเราก็มั่นใจในกระบวนการของเรา แต่การที่ จะสร้างความเชื่อมั่นให้กับคนที่เขาจะต้องมาฟังเด็กอย่างเรา พูดเนี่ย เขาทางทีมที่เขาจะตัดสินใจให้เราทำงานเนี่ยเขาก็ รู้สึกไม่มั่นใจในตรงนี้ ซึ่งเราก็ทำอะไรไม่ได้ เราก็ได้แต่โชว์แต่ โปรแกรม โชว์แต่วิธีการที่เราจะทำ ซึ่งอาจารย์ก็เคยบอกว่า บอกกลุ่มพี่เหมือนกันว่า ไม่ใช่ไปบอกแกก็ไปจัดกลุ่มกับ นิสิตนักศึกษา บางทีผู้ใหญ่ไปเนี่ยบางเรื่องมันต้องอาศัยเวลา สั่งสมประสบการณ์ เรื่องคุณวุฒิ วัยวุฒิ
		ขาดความรู้ ทางธุรกิจ	พี่ได้งานส่วนใหญ่ก็มาจากอาจารย์ไง เขาบอกเธอรับเคสใหม่ ก็เคยไปทำที่สถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง เขารู้จักอาจารย์ อาจารย์ก็บอกแกมาคุยกับน้องเขาหน่อย ก็นัดที่สถานปฏิบัติ ธรรมอะไรอย่างนี้ เก็บค่าบริการบ้างไม่เก็บบ้าง แต่พอมา เป็นsetting แบบนี้เนี่ยมันลำบากใจ คือเหมือนเราคุยปุ๊บเนี่ย เรารับเงิน มันเป็นเรื่องที่ลำบาก

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	ความรู้สึก หวั่นไหวในใจ ตน	ตรงเรื่องอุปสรรคในเรื่องที่เราไม่พึ่งพอ ไม่สงบพอ ไม่มีสมาธิ พอ ตรงนี้พอใจไม่ใ้ช้ๆเนี่ย แค่คุยกับcase แค่นี้คิดว่าจะคุย อะไรต่อเนี่ยก็หลุดแล้วใช้ใหม่ มันต้องอยู่แบบแบบสนิทจริงๆ แล้วที่ก็สังเกตว่าถ้าช่วงหลังๆช่วงไหนไม่ได้มีเวลาทบทวน ตัวเอง วุ่นวาย ดูดารา นักร้อง ละครมากอย่างนี้ เราไม่มี เวลาทบทวนความรู้สึก จิตใจตัวเอง การอยู่กับผู้คนเนี่ย การ ทำงานก็จะเบื่อกๆ (ไม่ดีเท่าที่ควร) มีปัญหา
	แนวทาง จัดการแก้ไข	การทบทวน ตนเอง	ใช้การทบทวน กลับมาย้อนทบทวนตัวเอง กลับมาย้อน ทบทวนตัวเองแล้วก็เอ้อ ว่ามันเกิดอะไรขึ้นกับใจเราบ้าง กังวล คาดหวังหรืออะไรมัยอย่างนี้ละ
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับ ช่วยเหลือตนเอง		เรารู้สึกโชคดีที่ได้มาเจอมัน เพราะว่ามันอาจจะ...ไม่ใช่เราทำ ตัวเหลวแหลกมาแล้วเปลี่ยนไม่ใช่อย่างนั้น กลายเป็นว่ามัน เป็นจุดที่ทำให้เรามองเห็นตัวเองชัดขึ้น พัฒนาใจตัวเองให้ ก้าวหน้าขึ้น แล้วมันทำให้เรามีความสุขกับคนอื่นทุกวันได้ดี ขึ้นจากแต่ก่อนที่เราเป็นเด็กป.ตรีแล้วเรารู้สึกว่าทำไมเราเหง หวงแฟนจัง ทำไมเราอยู่ตรงนี้แล้วไม่มีความสุข พอเรามา เรียนเราเห็นภาพตัวเองชัดว่าเรารู้สึกอะไร ยังไง แล้วมันทำ ให้เรามีความสุขขึ้นในทุกวัน
	ตระหนักถึงคุณค่าและการได้มี ชีวิต		มันเป็นแท่งส่วนหนึ่งของชีวิตที่ทำให้เราเติบโตและเรียนรู้ พี่ก็ เลยเชื่อว่างานของเราจริงๆก็คือทำงานและเราก็เติบโตใน ฐานะของความเป็นมนุษย์ที่มันยิ่งๆขึ้นไป...มันก็เลยเป็น ที่ว่าโชคดีที่เราได้มาเรียนอันนี้ เพราะมันเป็นกราฟขึ้นของ ความเติบโตของความเป็นมนุษย์นะ ของมนุษย์ที่สมบูรณ์ขึ้น

ตารางที่ 9

แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8	
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกริบัติและภูมิใจที่ได้ทำ		ถ้า ณ ขณะ การทำ individual หรือการทำกลุ่ม training จริงๆ training ก็คือเราเอากลุ่มใส่เข้าไปให้ขยายออกนั้น แหละ มันมีความสุขใจอ้อมใจ ใจมันฟูอะไรแบบนี้ละ ภูมิใจ มันก็จะคละกันไปแบบนี้ คำที่ใหญ่ที่สุดของพี่ก็คือคำว่าอ้อม เอมใจ
	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพและ ชีวิต	วิชาชีพเป็น ส่วนหนึ่งของ ชีวิต	มันคือทั้งชีวิตที่เราจะเอาไปใช้ได้เลยอะ พี่จะอยู่กับน้อง กับ คนอื่น กับตัวพี่เองอย่างนี้อะคะ มันก็เลยไม่แคบแค่ว่าอาชีพ อะไรอย่างนี้ สิ่งที่เราจะ...ถ้าพี่จะ definition อาชีพคืองานที่ พี่ทำเพื่อได้สตางค์ เพื่อเลี้ยงชีพนะ แต่มันคือวิถีของการ ฝึกฝน
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจต่อ วิชาชีพ	ยกตัวอย่างหนึ่ง คือความเข้าใจ การเห็นความสำคัญของสิ่ง ที่เราทำ คือด้วยอาจจะ ด้วยว่า เขา(ผู้รับบริการ)อาจจะผ่าน ประสบการณ์การฝึกอบรมแบบนี้มา แล้วมันก็ไม่ได้เกิดอะไร ขึ้นมาก เพราะก็เหมือนแค่ทำตาม requirement ของ วัตถุประสงค์ของสำนักงานอะไรอย่างนี้ ขณะทำงานของเรา มันต้องการเวลา มันต้องการการจัดสถานที่แบบนี้ อย่างนี้ๆ ก็จะพบอุปสรรคอย่างนี้อยู่เรื่อยๆ
		ความรู้สึกร วันไหวในใจ ตน	การที่เราจะ treat เขา(ผู้รับบริการ) เป็นบุคคลหนึ่ง หรือเป็น มนุษย์คนหนึ่งเหมือนกันกับสิ่งที่เขาเล่านะ ว่าเขาไปทำอะไร มา background เขาเป็นยังไงมา เขาเป็นผู้กระทำผิด กฎหมายอะไรแบบนี้ บางทีมันก็ต้องทนตัวเองที่จะวางสิ่ง เหล่านี้ลง แล้วคุยกับเขาในฐานะมนุษย์คนหนึ่งที่มีหัวใจ หัวใจอย่างนี้ อันนี้ยากสำหรับพี่พักหนึ่งเลยละ
	แนวทางการ จัดการแก้ไข	การทบทวน ตนเอง	“(ก็กลับมาที่) การทำงานของเราหรือแม้กระทั่งตัวเราว่าเรา จะลับให้มันคมขึ้นทุกวันเพื่อที่จะทำงานให้มีประสิทธิภาพ มากขึ้นๆ

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ศรัทธาในวิชาชีพตนเพิ่มขึ้น	มันเหมือนกับว่าพอผ่านการทำงานมา มันเห็นคุณค่าของมันนะ เลือกว่าจะไม่ใช่อยากที่จะด้วยนะ มันเหมือนกับว่ามันดีมด้ากับมันแล้วก็รู้สึกว่ามันเนี่ยแหละเป็นหนทางที่เราได้เดินมาแล้วเราจะเดินต่อ
	ช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับ ช่วยเหลือตนเอง	ในขณะที่พี่ทำงานกับเคส กับกลุ่มอย่างนี้ กลุ่มก็มาพัฒนาพี่ กลุ่มมายกระดับจิตใจพี่เสมอๆ คล้ายๆอย่างนี้เลยนะ ยกระดับด้วยจากการที่ว่าตระหนักรู้ไปพร้อมๆกัน สำรวจไปพร้อมๆกัน มาตรวจสอบมันไปพร้อมๆกัน แล้วอ้อ ในเมื่อความมกของของกลุ่มมันก็คือความมกของงานที่มันเกิดขึ้นในใจของเราด้วยอย่างนี้ บางทีพี่แกเคสเนี่ย ครั้งหนึ่งพี่เคยติดเรื่องนี้ พี่มาเข้าใจพร้อมเขาก็มีนะ
	เปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อ สัมพันธภาพรอบตัว	การใช้ชีวิตประจำวันเหมือนใจมันเปิดกว้างมากขึ้น มันเหมือนเปิดกว้างมากขึ้นที่จะดู ที่จะเห็นที่จะค่อยๆมองที่จะเข้าใจ ไม่กระโดดไปชอบไม่ชอบ สำหรับคนใกล้ตัวนะ จะง่ายขึ้นเยอะเลย คนใกล้ตัวนี่เป็นการฝึกฝนเลย เพราะใกล้ตัวจะยากหน่อย เพราะเราจะมีอคติสูง เพราะงั้นมันจะค่อยๆทิ้งความคาดหวัง เราละความปรารถนาของเราลงบ้าง คือมันจะมีแผนที่อยู่ เมื่อเราไม่ทำปั๊บ พอกลับมางั่งสงบอีกครั้ง อู๋ย เออวะ มันก็จะเบาลง ปกติพี่จะเป็นที่หงุดหงิดง่าย ราคาญ โมโหง่ายหายเร็ว ปึบๆ มันดีขึ้น

ตารางที่ 10

แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9	
การรับรู้ตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกลึกซึ้งและภูมิใจที่ได้ทำ		ภูมิใจที่ได้ทำงานตรงนี้นะ มาพูดเองอย่างนี้ก็รู้สึกไม่ค่อยดี แต่เหมือนว่าเราเห็นสิ่งที่เขา feedback เรามาแล้วเรารู้ว่าเขาพัฒนาขึ้น เห็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปแล้วมันทำให้เราภูมิใจว่าเราก็คือเป็นส่วนหนึ่ง เป็นผู้หนึ่งที่เอื้อให้เขาเกิดสิ่งนั้นขึ้น มันไม่ใช่เรื่องของการทำงานที่จ้งแล้ว มันก็เป็นอีกด้านที่ได้รับไม่ใช่ตัวเงิน
	การหลอมรวมกันของวิชาชีพและชีวิต	วิชาชีพเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต	การเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาของพี่ มันซึมอยู่ในการรับรู้ของเรา ซึมอยู่ในสมองของเรา สำหรับตัวพี่ พี่ก็จะบอกว่ามันคือตัวเราอย่างนี้นะ ถ้ามันเป็นเนื้อเดียวกันเราก็ไม่รู้หรอกนะ แต่ชีวิตเราเป็นมันอย่างนั้นนะ ในกลุ่มนอกกลุ่มยังไงเราก็เป็นอย่างนั้น นอกกลุ่มในกลุ่มเราก็เป็นมันอย่างนั้น
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	ลักษณะของความยากลำบาก	การที่สังคมขาดความเข้าใจต่อวิชาชีพ	คนมันไม่รู้จักรัก ตอนนี้เป็นเพื่อนของเพื่อน บอกต่อๆกัน ปากต่อปาก คือมันยังไม่เป็นวิชาชีพ คือเราไม่มีใบประกอบโรคศิลป์ สอบอะไรที่มันจะได้ ก. ได้ ว. อะไรมาเหมือนนักกายภาพ หมอ อะไรอย่างนี้ คือไม่มีวิชาชีพ counseling นะ...ในเชิงของคนที่รู้จักนะ เขาเข้าใจคำว่านักจิตวิทยาการปรึกษาแค่นั้น นั่นแหละที่เป็นปัญหา แต่มันไม่เกี่ยวว่าทุกคนที่ไปบรรยายแล้วเขาออกไปให้เขาดู มันก็เลยไม่เป็นปัญหา สิ่งที่เป็นปัญหาคือคนไม่เข้าใจ อย่างหมออะ หมอรักษาคนไข้ หมอผ่าตัดก็ผ่าตัด นักกายภาพก็รักษา แต่ก็ก้ำกึ่งระหว่างหมอนวด แต่เวลานี้ คนก็รู้จักมากกว่าเรานะ
		ขาดความรู้ทางธุรกิจ	ปัญหาที่การโปรโมทนี้แหละ การตลาด ถ้าจะทำให้มันเป็นอาชีพนะ มันยากเลยละ คนไม่รู้จักรักนะ ยิ่งเราเป็นพวกชื้อขายเนี่ยไม่ค่อยพูด มันไม่ใช่สไตล์เราเลย เราต้องหาบริษัทการตลาดเลยละอย่างนั้น ปัญหาคือ เราขายของของเราไม่เป็นนี่แหละ แล้วคนก็ไม่รู้จัก

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	แนวทาง จัดการแก้ไข	ยอมรับและ แก้ไขกับ ปัญหาที่ เกิดขึ้น	พี่ไม่สนใจว่าเราจะมีใบหรือไม่มีใบอะไร คือมีก็ดี แต่ตอนนี้ไม่มี พี่ว่ามันไม่เป็นปัญหาอยู่ดีนะ พี่ยังไม่เห็นปัญหาว่าจริงๆ มันอยู่ที่ตรงไหนนะกับตัวพี่ มันก็อาจจะมีปัญหาที่ได้นะ แต่การทำงานที่ผ่านมาพี่ก็ไม่ได้มองว่ามีปัญหานะ จะมีไม่มีเราก็กังทำงานไป
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับ ช่วยเหลือตนเอง		กับตัวเองก็เป็นการที่ได้ใจจะเจอเรื่องราวในกลุ่มเหมือนเป็น กังไรให้กับชีวิตมากกว่า ตัวเรานะเป็น counselor นะ แต่จริงๆนะเราเป็น member ด้วย แหะประสบการณ์นะ เราก็รับรู้ไปด้วย เราก็เรียนรู้ร่วมกันไปด้วยกับเขา เขาเจอปัญหา เราก็เจอด้วย เขาเศร้าเราก็เศร้าด้วย เขาคลาย เขาสบายใจ เราก็เป็นไปด้วย เราก็ได้ประสบการณ์ชีวิตที่เพิ่มขึ้นนะ

ตารางที่ 11

แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10	
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกริบัติและภูมิใจที่ได้ทำ	ภูมิใจในสิ่งที่ตัวเองเป็น ในงานที่ตัวเองทำ มันต้องλεύาวมาตั้งแต่การมาเรียนเลยนะ ได้เจออาจารย์ รุ่นพี่รุ่นน้อง ได้รับการสอนมาแบบนี้ มันภูมิใจ คนที่ให้แ่งคิด ให้มุมมองในชีวิตให้มาเป็นแบบนี้ แล้วงานที่เรามันมีคุณค่ากับคนอื่นมันก็เลยทั้งภูมิใจ ทั้งเห็นค่าในงานที่เราทำ แล้วอ้งงานที่เราภูมิใจ เห็นค่านี้ มันก็กลับมาที่ตัวเราเต็มๆว่าเราก้เห็นค่าในตัวเราเองที่ได้เดินบนวิถีทางนี้ด้วย	
	การหลอม รวมกันของ วิชาชีพแ่ ชีวิต	วิชาชีพเป็น ส่วนหนึ่งของ ชีวิต	ที่รู้สึกว่าการเป็น counselor มันแยกไม่ออกกับชีวิตจริงคือมันจะต้องรวมกับชีวิตจริง สำหรับพี่ว่ามันรวมกันอยู่แล้วมันเหมือนวิชาชีพหนึ่งที่มีความพิเศษเฉพาะตัวว่ามันก็ฝึกเราทั้งในแง่ของวิชาชีพ ความถนัดในการทำกลุ่ม ความถนัดในการอยู่กับคนอื่น แล้วยังฝึกเราทั้งในแง่ของการใช้ชีวิต
		การ ประยุกต์ใช้	ที่มองว่าสิ่งหนึ่งที่พิเศษมากของ counseling คือมันอยู่ได้ในชีวิตประจำวันทุกชั้นของชีวิต ไม่ว่าจะเราจะไปอยู่ตรงไหน หรือว่าเราจะทำอะไร
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	ขาดความรู้ ทางธุรกิจ	ส่วนที่เป็นทางด้านธุรกิจ คือเราทำไม่ได้เลย และทำใจให้ทำเนี่ยไม่ได้เลย ต้องยอมรับเลยว่าตัวเองนะทำไม่ได้ให้ทำกลุ่มนะ ทำเถอะ แต่ให้จัดการด้านธุรกิจเนี่ยไม่ได้จริงๆ...พี่ก็ยังติดอยู่ว่า counselor เป็นวิชาชีพที่ช่วยเหลือคนอื่น เฮ้ย แต่ให้กูไปเอาเงินเขาอะ มันแอบคิด บางทีก็คิดแบบ เฮ้ย เขาไปเอาเงินเขาในขณะที่เขาทุกข้ออยู่นะ ถ้าเป็นงาน training เนี่ยไม่เท่าไร แต่ถ้าเป็นงานกลุ่มเนี่ย มัน อืม...จะไปเอาเงินเขาหรือ มันก็เลยรู้สึกว่ บางทีมันไม่สบายใจนะ รู้ว่าเขาได้ประโยชน์ ตอนแรกก็ปรับใจตัวเองอยู่นานเหมือนกันว่า เฮ้ย เราต้องไปเอาเงินจากส่วนนี้หรือ มันก็เลยแบบ ไม่สบายใจ ทั้งๆที่อีกส่วนเราก้เข้าใจว่ามันเป็นงานเป็นอาชีพนะ

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	ลักษณะของความยากลำบาก	ความรู้สึกหวั่นไหวในใจตน	เรารู้สึกว่าเรากำลังจะทำอะไร session ต่อไป แรกๆกังวลมาก เตรียมวันนี้ จนรู้สึกจะทำไม่มันส์กับสนุ่่นววยอย่างนี้ พอคิดๆดูแล้ว มันเยอะวะ คือเรานะ เยอะ เตรียมชะเยอะ พอเราเตรียมเยอะเราไปอยู่กับความเยอะที่เราเตรียมไว้จนเราไม่รู้ว่าจะทำอะไรออกมา เราแค่จัดการกับตรงนั้นจนลืมเรื่องราวในกลุ่ม กังวล ระวัง มันก็ทำให้ใจเราไม่นิ่ง ในการที่จะไปอยู่กับกลุ่ม ก็ยากที่จะทำกลุ่มต่อให้มันดี
ความยากลำบากที่ต้องเผชิญ	แนวทางจัดการแก้ไข	ยอมรับและแก้ไขกับปัญหา	พอเรารู้ตัวก็แก้ที่ใจตัวเองนี่แหละ กังวล วุ่นวาย จะเจอน้องยังไง มาจากใจเรานะ เตรียม(แบบฝึกหัดในกลุ่ม)เยอะใจวุ่น เพราะอยู่กับความเยอะของเรา มัวแต่ไปจัดการตรงนั้น แต่ลืมกลุ่ม ลืมเรื่องราวในกลุ่ม เราก็ เฮ้ย แบบฝึกหัดมันก็มีได้เท่าเดิมที่เตรียมไว้ แต่ไม่เอาใจไปอยู่กับมัน ไปอยู่กับกลุ่มแทน น้องจะเป็นไง สถานการณ์ในกลุ่มยังงี้ แก้ใจก่อน
การพัฒนาตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ	เปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพรอบตัว		พี่เป็นคนที่เขาแต่ใจมากถึงมากที่สุด ทุกคนบอกอย่างนี้ แล้วรู้สึกตัวเองไม่ผิดนะ ตัวเองก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาไม่ผิด โดยที่ก็สนใจเรื่องของคนอื่น อันนี้มันก็อาจจะนิยามได้ว่าไม่ใส่ใจคนอื่น หลังจากที่เรามาเรียน จากคนที่เป็นแบบนี้ มันก็เปลี่ยนมาเป็นอีกหนึ่งแบบ ด้วยความที่เรายังรู้สึกมั่นใจมันก็ยังมืออยู่นะ แต่มันจะเพิ่มเรื่องการที่เห็นคนอื่นมากขึ้น ในส่วนตัวเรา เราเห็นคนอื่นมากขึ้น เราผิดได้ เราไม่ได้ได้ แล้วก็ยอมรับแก้ไขมัน เช่นทำให้คนอื่นโกรธก็ยอมรับว่า รู้สึกผิด แล้วก็ขอโทษเขา ซึ่งถ้าเป็นเมื่อก่อนมันก็อาจจะมึะอะไรบางอย่างที่ทำให้เรารู้สึกว่า เฮ้ย ไม่ต้องบอก หยิ่งในศักดิ์ศรี แต่ตอนนี้ยอมรับและบอก จากที่ไม่เคยเห็นคนอื่นก็ได้เห็นคนอื่นมากขึ้น จากที่เขาตัวเองเป็นใหญ่ก็ลดลง มีเหตุมีผลและทุกอย่างก็ราบรื่นขึ้น ทั้งในวิถีที่คบค้าสมาคมกับผู้อื่นและวิถีที่เป็นของตัวเอง พอได้ย้อนกลับไปคิดเนี่ย ก็พบว่าการที่เราบอกว่าไม่ผิด จริงๆแล้วเราก็ไม่ได้สบายใจนัก ความจริงลึกๆแล้วก็รู้สึกผิดอยู่ดีแต่ไม่ยอมรับมันไง แต่พอยอมรับมันก็สบายใจขึ้น แล้วก็อยู่กับคนอื่นได้ดีขึ้น

ตารางที่ 12

แสดงรายละเอียดประเด็นหลักของผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11

รายละเอียดประเด็นหลัก		ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11	
การรับรู้ ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ความรู้สึกลึกซึ้งและภูมิใจที่ได้ทำ	(งาน counseling) มันมีคุณค่ามันเหมือนกับ คนอื่นไม่มีโอกาสได้เห็นนะ ทุกครั้งที่พี่ทำกลุ่มหรือเคส สิ่งที่เป็นโอกาสพิเศษที่สุดที่เราจะได้เห็นคือความสุข รอยยิ้มบนใบหน้า น้ำตาแห่งความปลื้มปิติอะไรบางอย่างนะ ซึ่งมันก็ไม่ได้แปลว่าทุกเคสที่เราจะได้อะไรอย่างนี้เนาะ ได้เห็นเขาหลุดออกจากพันธนาการ เปลี่ยนไปเป็นคนละคน บางคนก็เห็นชัดเลยนะจากดอกไม้เหี่ยวเนาะ พอเขาหลุดบัพเขา กลายเป็นดอกไม้บาน เสียงแหบเป็นเสียงใส คือชัดมาก จนไม่มีใครเลยที่จะมีโอกาสเห็นสิ่งนี้ความงามที่สุดในคนๆหนึ่ง ในขณะที่เขาอยู่ต่อหน้าเรา ในขณะที่เขามีความหลุด ผ่อนคลายตรงนั้น	
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	ลักษณะของ ความ ยากลำบาก	การที่สังคม ขาดความ เข้าใจต่อ วิชาชีพ	พี่ไม่กลัวอย่างอื่นนะ ที่กลัวคือเอางานของเราไปใช้อย่างผิดๆ จริงๆเขาก็อาจจะได้ร่ำเรียนมาก็ได้ แต่มันไม่ได้ลึกซึ้ง หรือฝึกฝนเคี้ยวกรำมาอย่างเรา อาจารย์เองก็พูดไว้เฉพาะว่า ระวังนะไว้ย เขาเอาคำเราไปใช้แล้วใช้อย่างผิดๆ ตรงนี้พี่กลัว แล้วงานของเราก็จะยากขึ้น พี่ทำงานเองก็ยาก เพราะเรามาหลังเขา เราไปเรียนต่อกลับมา เขาก็จับงานตรงนี้ (ด้านจิตวิทยาการปรึกษา) ไปแล้ว เขาก็ยากที่จะได้ทำงาน แล้วก็ยากที่จะทำงานกับเขา
	แนวทาง จัดการแก้ไข	การทบทวน ตนเอง	เวลาเกิดปัญหา ไม่ว่าจะปัญหาจากไหนยังไง ก็ปรับที่ใจเราก่อน ก็ดูว่าความขุ่นมันมาจากไหน ความหงุดหงิดมันมาจากไหน เราก็เห็นตัวนั้นว่ามันทำงานอยู่ อาจจะจัดการไม่ได้ทันที แต่เราก็ไวยขึ้น

รายละเอียดประเด็นหลัก			ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11
ความ ยากลำบากที่ ต้องเผชิญ	แนวทาง จัดการแก้ไข	การทำงาน ให้ผลงานเป็น ที่ประจักษ์	<p>พี่ไม่ซีเรียสเรื่องไม่มีระบบสักเท่าไร ไม่ต้องไปใส่ใจกับใบ พวกนี้ วิชาซีพมันอาจจะไม่สำคัญเท่าผลที่มันออกไป พี่นึก ถึงคำพูดอาจารย์ว่าเราจะทำยังไงให้งานมัน effective มัน สำคัญที่ตรงนี้มากกว่า ถ้าเราเรียนเยอะ ชัดเกล้าตัวเองเยอะ ผลมันก็เกิดขึ้นเยอะ ทำงานให้มันดี มีประสิทธิภาพ มันก็ เผยแพร่ออกไป จากคนที่ไม่รู้จัก ก็รู้จักมากขึ้นจากตรงนี้ แหละ ทำตัวให้เป็นแบบอย่างให้เป็นมาตรฐาน มันก็ช่วยงาน เราทางโดยตรง</p>
การพัฒนา ตนเองผ่าน ประสบการณ์ ทางวิชาชีพ	ช่วยเหลือคนอื่นเท่ากับ ช่วยเหลือตนเอง		<p>เราพาเคสให้เห็นชัด ดูใจเขา ให้ชัดในสิ่งที่เขาเหยียบอยู่ เขา เหยียบหนาม เราก็เหยียบหนามเหมือนกันนะ ถ้าเราไม่ชัด กับตัวเราด้วยเราก็มองไม่ชัดกับเคส ถ้าเราอยากเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธที่แหลมคมที่เชี่ยวชาญ สิ่ง แรกที่เราจะต้องทำก็คือเห็นใจที่เรากระพือม เห็นได้เร็วขึ้น ถ้าเราฝึก เห็นเราเร็วเราก็เห็นคนอื่นได้เร็ว เพราะตัวเรากับคน อื่นคือสิ่งเดียวกัน เราฝึกเขา เราก็ฝึกตัวเองไปด้วย แล้วเราก็ ไวขึ้น ชัดขึ้นกับตัวเอง ดับได้เร็ว ก็เป็นสุขได้เร็ว เป็นลูกศรไป กลับได้ทั้งสองทางเพราะเคสก็ได้จากใจที่เราฝึกนี้แหละ</p>

รายละเอียดประเด็นหลัก	ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 11
<p>การพัฒนาตนเองผ่านประสบการณ์ทางวิชาชีพ</p> <p>เปลี่ยนแปลงตนเองส่งผลต่อสัมพันธภาพกับผู้อื่น</p>	<p>จริงๆมันก็จะมึ่งงานในชีวิตของเราด้วยก็ได้ เช่นเราจะไปอยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมงาน ในหน่วยย่อยๆของตัวเอง ในหน่วยอื่นๆของรพ. ได้อย่างไร อยู่กับสิ่งอื่นๆในชีวิตประจำวันของเรา ได้อย่างไรที่ ให้ เหมือนกับว่า ให้สิ่งที่เราได้เรียนไปใช้ เหมือนกับว่าให้เรารู้ตัว วัตถุประสงค์ตัวมากขึ้น แล้วก็มีทำที่ที่เปลี่ยนแปลงไป ก่อนที่มาเรียนก็มีทำที่อย่างหนึ่ง มาเรียนก็ทำให้เข้าใจได้มากขึ้นว่ามันก็เป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันนี้แหละ เราก็มีผลต่อเขา เขาก็มีผลต่อเรา ทุกคนก็มีความต้องการต่างๆ ในฐานะที่เราได้เรียนรู้ได้เข้าใจสิ่งนี้ อีทีป หรือ ไตรลักษณ์ หรือความละเอียดอ่อนในจิตใจคน เราก็สามารถใช้สิ่งเหล่านี้ในปัจจุบันขณะได้อย่างไร ก็สังเกตตัวเองมากขึ้น เห็นตัวเองไวขึ้น ในแต่ละวันในแต่ละขณะเราก็เอาสิ่งเหล่านี้ไปใช้ ตัวเองก็อยู่ในโลกอย่างสันโดษ เขาก็ให้บ้านให้เราอยู่ มีสี่ห้อง มีใต้ถุน มีแค่นี้เราก็พอใจที่อยู่อย่างนี้ได้นะตอนนี้ แต่ตอนนั้นก็รู้สึกทำไมไม่ให้เราแค่นี้ แค่นี้เราไม่ได้มีครอบครัวก็ให้บ้านหลังเล็ก ๆ เก่าๆ คนอื่นตำแหน่งต่ำกว่าเรา แค่นี้ครอบครัวก็ไปอยู่บ้านใหญ่กว่า ใหม่กว่า เราก็ว่าคนที่ดูแลสวัสดิการตรงนี้ไม่มีความเข้าใจในเรื่องการดูแลผู้คนเลย แต่ตอนนี้กลับมาก็อพอใจในสิ่งที่เรามี มันเป็นการฝึกเราเหมือนกัน เราก็คิดว่าเราก็รักบ้านหลังนี้เพราะอยู่มานาน มีความผูกพัน หรืออีกเรื่องเป็นเรื่องที่ทำงาน ที่พอลกลับมาเขาก็เหมือนจัดที่แค่จัดที่ให้เราไปงั้นๆ ทั้งๆที่เราก็อาวุโส แต่เราก็อยู่ได้ อะไรที่จะไปกับคนอื่นมากๆ เราก็ลดพื้นที่ลง เพราะฉะนั้นเขาจะให้อะไรเรามาเราก็พอใจที่เท่านี้ โอเคฉันอยู่ได้ ให้เท่าไรก็เท่านี้ละ</p>

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวณัฐนลิน คำสำเภา เกิดเมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน พ.ศ.2527 สำเร็จการศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายจากโรงเรียนชลกันยานุกูล จังหวัดชลบุรี และสำเร็จ การศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และได้เข้า ศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2552

ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับเนื้อหาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สามารถติดต่อกับผู้เขียนวิทยานิพนธ์ได้ที่
e-mail: dearnatnalin@yahoo.com