

# บทที่ 1

## บทนำ



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความผูกพันเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาความสามารถทางสังคมของบุคคล เมื่อบุคคลอยู่ในวัยเด็กจะมีความผูกพันกับมารดา แล้วจะมีความผูกพันกับบุคคลอื่น ๆ ในครอบครัว ได้แก่ บิดา พี่ น้อง ซึ่งความผูกพันในช่วงต้นของชีวิตจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลถึงการพัฒนาความผูกพันกับบุคคลอื่นและนำไปสู่ความพึงพอใจในสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในวัยผู้ใหญ่

ทฤษฎีความผูกพัน ได้อธิบายถึงความพึงพอใจในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และพื้นฐานสำคัญในการประยุกต์ทฤษฎีความผูกพันกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ พันธะความผูกพันที่บุคคลมีต่อผู้เลี้ยงดูจะสร้างรูปแบบการทำงานภายในของบุคคล (internal working models) ซึ่งหมายถึง โครงสร้างทางความคิดที่กำหนดความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองและมีต่อบุคคลอื่น และบุคคลจะนำรูปแบบการทำงานภายในที่สร้างขึ้นในช่วงต้นของชีวิตมาใช้ในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในปัจจุบัน ดังนั้นรูปแบบการทำงานภายในของบุคคลจึงเป็นลักษณะภายในของบุคคลที่ควรแก่การศึกษาเข้าใจและนำมาประยุกต์ใช้กับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ทฤษฎีความผูกพันอธิบายถึงความผูกพันทางอารมณ์ของบุคคลว่ามีการพัฒนาจากวัยทารกและวัยเด็กตอนต้น เด็กจะคลายความกังวลเมื่อผู้เลี้ยงดูเข้ามาใกล้ชิดทำให้รู้สึกถึงความปลอดภัยและความรัก และความรู้สึกปลอดภัยนี้เด็กจะแสดงออกมาเป็นความร่าเริงสนุกสนาน หากเด็กไม่ได้รับความสนใจ ไม่ได้รับการดูแล ความใกล้ชิดเพียงพอ เด็กอาจมีความมั่นใจในตนเองต่ำ มีความเชื่อมั่นในผู้อื่นต่ำ และมีความเป็นไปได้ที่จะพัฒนาไปเป็นบุคคลที่มีความสัมพันธ์ที่ไม่มั่นคง

Bowlby (1988) ได้อธิบายถึงความสัมพันธ์ในความผูกพันระหว่างผู้เลี้ยงดูกับเด็กว่าประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก คือ การคงไว้ซึ่งความใกล้ชิด ฐานแห่งความมั่นคง และ ความปลอดภัย การคงไว้ซึ่งความใกล้ชิด คือ ความพยายามของเด็กที่จะอยู่ใกล้ชิดและยับยั้งการแยกจากผู้เลี้ยงดู เด็กจะใช้ผู้เลี้ยงดูเป็นรากฐานแห่งความมั่นคงเพื่อที่เด็กจะสามารถออกไปสำรวจสิ่งแวดล้อมภายนอกได้อย่างมั่นใจ และมีการพัฒนาทักษะทางการเคลื่อนไหวและทักษะทางปัญญา และต่อมาเด็กจะใช้ผู้เลี้ยงดูเป็นที่ปลอดภัย ให้ความสะดวกสบายใจ ให้ความสนับสนุน

และให้ความเชื่อมั่นเมื่อเขาเกิดความรู้สึกกลัว ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 3 ส่วนนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อรูปแบบความผูกพัน ในความสัมพันธ์ระหว่างเด็กและผู้เลี้ยงดู เด็กจะเรียนรู้ว่าตนสามารถพึ่งพาผู้เลี้ยงดูได้หรือไม่ เขาสามารถเชื่อใจผู้เลี้ยงดูได้หรือไม่ว่าผู้เลี้ยงดูจะอยู่เคียงข้างเมื่อเขาร้องขอ โดยประสบการณ์ทางอารมณ์ดังที่กล่าวมานี้จะเป็นพื้นฐานของรูปแบบการทำงานภายใน

Bartholomew และ Horowitz (1991) ได้พัฒนาแนวคิดในเรื่องรูปแบบการทำงานภายในของ Bowlby โดยจำแนกรูปแบบการทำงานภายในของบุคคลเป็น 2 ประเภท คือ รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง (model of self) และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น (model of other) ซึ่งเป็นพื้นฐานในการจำแนกรูปแบบความผูกพันเป็น 4 ประเภท คือ รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (secure) รูปแบบความผูกพันแบบกังวล (preoccupied) รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน (dismissing) และรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว (fearful)

บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจะรับรู้ว่าคุณค่า มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยอมรับในความสามารถของบุคคลอื่น รับรู้ว่าคุณค่าอื่นพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ และให้การยอมรับตนเอง สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลจะรับรู้ตนเองในทางลบ แต่สามารถรับรู้ถึงความสามารถของบุคคลอื่น รับรู้ว่าคุณค่าอื่นสามารถพึ่งพาได้ บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนจะรับรู้ว่าคุณค่าจะพึ่งพาตนเองสูง ไม่วางใจในบุคคลอื่น ไม่ให้ความสำคัญในสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ไม่เห็นคุณค่าของสัมพันธ์ภาพที่ความใกล้ชิด ไม่วางใจในการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวจะรับรู้ตนเองในทางลบ ไม่มีความวางใจในบุคคลอื่น หลีกเลี่ยงการมีสัมพันธ์ภาพแบบใกล้ชิดกับบุคคลอื่น

ในการดำรงชีวิตประจำวันของบุคคล ย่อมต้องมีการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย โดยเฉพาะบุคคลที่ดำรงชีวิตอยู่ในเมืองใหญ่ เช่น กรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นสังคมที่มีลักษณะเป็นสังคมอุตสาหกรรมในเมืองใหญ่ก็ยิ่งจะเป็นสังคมที่มีการแข่งขันสูงมาก ส่งผลต่อบุคคลที่อยู่ในสังคมให้ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งปัญหาการจราจร ปัญหาการครองชีพ และปัญหาทางจิตใจ ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล เกิดความเครียดในการดำเนินชีวิต เมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาทางจิตใจ บุคคลย่อมหาวิธีการที่จะจัดการกับปัญหาทางจิตใจ วิธีการหนึ่งที่บุคคลสามารถเลือกใช้ คือ การแสวงหาความช่วยเหลือ ทั้งจากแหล่งความช่วยเหลือที่ไม่เป็นทางการ เช่น ครอบครัว เพื่อนสนิท หรือแหล่งความช่วยเหลือที่เป็นทางการ เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงสนใจในเรื่องการให้ความช่วยเหลือที่เป็นทางการ จากสถิติการให้บริการของกรมสุขภาพจิต ในการให้บริการด้านต่าง ๆ ของนักจิตวิทยาที่ปฏิบัติงานหน้าที่ในการให้คำปรึกษาโรคเอดส์ การให้คำปรึกษาเรื่องครอบครัวและคลีนิกคลายเครียด ในปีงบประมาณ 2542 คือ ระหว่างเดือนตุลาคม 2541 ถึง เดือนเมษายน 2542 มีผู้มารับบริการ จำนวน 295 คน

9,587 คน และ 11,623 คน ตามลำดับ ในปีงบประมาณ 2543 คือ ระหว่างเดือนตุลาคม 2542 ถึงเดือนกันยายน 2543 พบว่ามีผู้มารับบริการ จำนวน 344 คน 7,822 คน และ 6,210 คน ตามลำดับ จากสถิติดังกล่าวจะเห็นได้ว่าบุคคลที่แสวงหาความช่วยเหลือจากแหล่งความช่วยเหลือที่เป็นทางการยังมีจำนวนน้อยเมื่อเทียบกับจำนวนประชากร 60 ล้านคนของประเทศไทย เนื่องจากเจตคติจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการแสวงหาความช่วยเหลือของบุคคลว่าจะแสวงหาความช่วยเหลือหรือไม่ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ

ในปัจจุบันนี้พบว่าปัญหาของบุคคลไม่ได้เป็นปัจจัยเดียวที่จะผลักดันให้บุคคลแสวงหาความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยา แต่บุคคลจะต้องรับรู้นักจิตวิทยาเป็นผู้ที่ให้ความช่วยเหลือและการสนับสนุนได้ในสภาพการณ์ที่เป็นปัญหา และมีเจตคติในทางบวกต่อการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาด้วย โดยเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือ คือ ความโน้มเอียงในทางชอบหรือไม่ชอบที่บุคคลมีต่อกระบวนการแสวงหาความช่วยเหลือ และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือของบุคคลจะมีความแตกต่างกันสืบเนื่องจากปัจจัยต่าง ๆ เช่น ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยา ความเชื่อมั่นในบุคลากรสายงานด้านสุขภาพจิต

ปัจจุบันมีการเริ่มต้นนำทฤษฎีความผูกพันมาใช้ในศึกษาวิจัยเพื่อนำไปใช้ในกระบวนการการศึกษาเชิงจิตวิทยา Cash (1978) ได้เสนอว่างานวิจัยทางจิตวิทยาการศึกษาจะเป็นประโยชน์มากขึ้น เมื่อมีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีศักยภาพในการทำนายเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือของผู้มารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เนื่องจากเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือมีความสัมพันธ์กับการละทิ้งการบำบัดก่อนขั้นยุติ และมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกไวต่อผลทางจิตใจในด้านบวกของผู้มาปรึกษา และจากทฤษฎีความผูกพันที่กล่าวถึงรูปแบบความการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น คือ โครงสร้างทางความคิดของบุคคลที่มีต่อผู้อื่น แสดงถึงการรับรู้ที่ผู้อื่นสามารถเชื่อถือได้ วางใจได้และสามารถให้ความช่วยเหลือเมื่อตนต้องการหรือไม่ และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง คือ โครงสร้างทางความคิดที่บุคคลมีต่อตนเองว่าตนเองมีคุณค่ามีความหมายเพียงพอที่จะได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากผู้อื่นหรือไม่ ซึ่งบุคคลที่มีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและเกี่ยวกับการมองผู้อื่นแตกต่างกันจะมีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน ย่อมมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพแตกต่างกัน เนื่องจากพื้นฐานโครงสร้างทางความคิดเกี่ยวกับความเชื่อใจ และไว้วางใจในบุคคลอื่น ซึ่งในกรณีนี้คือนักวิชาชีพ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่ารูปแบบความผูกพันที่แตกต่างจะมีเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร

กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของ Schutz มีรูปแบบที่มีการช่วยเหลือสมาชิกให้ได้สำรวจ ได้ค้นหาและเผชิญปัญหาที่มารบกวนจิตใจของเขาโดยตรงและหาทางแก้ไขปัญหานั้น กระแสกลุ่ม จะดำเนินไปอย่างราบรื่นให้สมาชิกรู้เท่าทันตนเอง (self-awareness) เพิ่มสัมพันธภาพที่ดีกับ บุคคลอื่น และมีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ มีการแสดงออกอย่างจริงใจที่อิสระตั้งอยู่บนรากฐานของ ความจริงกับสิ่งที่ปรากฏอยู่ข้างหน้าอย่างชัดเจน เป็นภาวะที่กลมกลืน (โลรีซ์ โพรธแก้ว, 2529) กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของ Schutz จะให้ความสำคัญต่อภาษาท่าทาง รูปแบบจินตนาการ ควบคู่ไปกับความกล้าที่จะยอมรับตนเอง กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของ Schutz จะเปิดโอกาสให้ มีการนำแบบฝึกหัดต่าง ๆ เข้ามาใช้ในกลุ่มจิตสัมพันธ์ เช่นโยคะ การนวด ดนตรี โดยมีจุดมุ่งหมาย ในการใช้แบบฝึกหัดต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่สมาชิกกลุ่ม บรรยากาศภายในกลุ่มจะ ส่งเสริมให้สมาชิกมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เป็นกันเอง มีความจริงใจต่อกัน สร้างให้เกิด ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีความกล้าที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกที่แท้จริง และได้รับความ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สมาชิกจะเกิดการเรียนรู้และได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง ทำให้ สามารถปรับปรุงและพัฒนาสัมพันธภาพในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นแล้วสมาชิกจะยอมรับตนเอง อย่างที่ตนเองเป็นและกล้าที่จะยอมรับบุคคลอื่นอย่างที่เป็นบุคคลอื่นเป็น เกิดความไว้วางใจซึ่งเป็น พื้นฐานของการมีรูปแบบการทำงานภายในที่มั่นคง ทั้งในส่วนของความไว้วางใจในตนเองและไว้วางใจ ในผู้อื่น

ผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษา ตระหนักถึงความสำคัญของบทบาทและหน้าที่ของ นักจิตวิทยาการปรึกษาในการดูแลจิตใจของบุคคล ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคคลมีความมั่นคง ทางจิตใจเพื่อให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้อง เข้าใจทั้งรูปแบบการทำงานภายในและสนใจในความแตกต่างของรูปแบบความผูกพันของ ผู้มาปรึกษา เพราะรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันมีความเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพของบุคคล และ ความพอใจในสัมพันธภาพของบุคคล นอกจากจะทำความเข้าใจในรูปแบบความผูกพันงานที่เป็น เป้าหมายสำคัญของนักจิตวิทยาการปรึกษา คือ การพัฒนาบุคคลไปสู่ความงอกงาม โดยมี เครื่องมือคือกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz เพื่อพัฒนาให้บุคคลเกิดความงอกงาม สามารถรับรู้ตนเองและผู้อื่นได้ตามจริง นำมาสู่การมี สัมพันธภาพที่ดี ซึ่งจะทำให้บุคคลสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ผ่านกระบวนการใน การลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ลดรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ และเพิ่มเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ ในการ เปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันจะต้องเปลี่ยนแปลงที่รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมอง ตนเองและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นของบุคคล เนื่องจากรูปแบบความ ผูกพันเกิดจากการตัดประสานของรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและรูปแบบ

การทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น หากรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นเปลี่ยนแปลงไปรูปแบบความผูกพันของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงด้วย และในกระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวทฤษฎีซึ่งให้ความสำคัญกับการตระหนักรู้ในตนและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นจะสามารถเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง ผ่านกระบวนการในการทำให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้ในตน ยอมรับตนตามจริง และเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง โดยมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบลดลง เมื่อบุคคลมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบลดลงแล้วบุคคลจะมีความกล้าที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ขยายไปสู่ความกล้าที่จะเชื่อใจ ให้ความเชื่อมั่นในผู้อื่น เมื่อสมาชิกในกลุ่มจิตสัมพันธ์มีการพัฒนาตนเองมาถึงระดับนี้ต่างฝ่ายต่างจะรับรู้ว่าคุณอื่นสามารถให้ความช่วยเหลือตนได้เมื่อตนต้องการ ผู้อื่นสามารถไว้วางใจได้ ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น โดยมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบลดลง เมื่อบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นแล้ว รูปแบบความผูกพันของบุคคลย่อมเปลี่ยนแปลงไป และเมื่อบุคคลสามารถรับรู้ว่าคุณอื่นมีคุณค่า มีความหมาย เพียงพอที่จะได้รับความรักความใส่ใจจากผู้อื่น และผู้อื่นก็น่าเชื่อถือสามารถให้ความช่วยเหลือเมื่อตนต้องการได้ ลดอคติที่บุคคลมีต่อผู้อื่น กล้าที่จะแสวงหาความช่วยเหลือเมื่อตนเองต้องการ ย่อมเป็นปัจจัยที่สามารถทำให้เจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีหน้าที่ทั้งในด้านการพัฒนาองค์ความรู้เพื่อความเข้าใจในตัวบุคคล และในด้านการส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคคลพัฒนาจิตใจและสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข จึงสนใจที่จะทำการศึกษาถึงรูปแบบความผูกพันและเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ และศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง รูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น และระดับเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

### การวิจัยส่วนที่ 1

1. เพื่อศึกษารูปแบบความผูกพัน และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกัน

### การวิจัยส่วนที่ 2

1. เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อระดับความผูกพันและเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา

## สมมติฐานการวิจัย

จากการศึกษาทฤษฎีความผูกพัน แนวคิดเกี่ยวกับเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพและแนวคิดกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบเปิดตามแนว Schutz ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานการวิจัยดังนี้

### การวิจัยส่วนที่ 1

1. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีคะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจจากนักวิชาชีพแตกต่างกัน

### การวิจัยส่วนที่ 2

1. หลังจากเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษาจะมีคะแนนความผูกพันโดยมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและมองผู้อื่นด้านลบต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์
2. หลังจากเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษากลุ่มทดลองจะมีคะแนนความผูกพันโดยมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและมองผู้อื่นในด้านลบต่ำกว่ากลุ่มควบคุม
3. หลังจากเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษาจะมีคะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์
4. หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษากลุ่มทดลองจะมีคะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพสูงกว่ากลุ่มควบคุม

## ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน โดยส่วนที่หนึ่ง เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อศึกษาเปรียบเทียบเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2544 ที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน และส่วนที่สองเป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่น และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ

### 1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย นักศึกษาชาย และหญิง ที่กำลังศึกษา ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2544

### 2. ตัวแปรในการวิจัย ประกอบด้วย

#### การวิจัยส่วนที่ 1

ตัวแปรอิสระ คือ เพศ และสาขาวิชา

ตัวแปรตาม คือ

#### 1. รูปแบบความผูกพัน ต่อไปนี้

รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ( Secure )

รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน ( Dismissing )

รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว ( Fearful )

รูปแบบความผูกพันแบบกังวล ( Preoccupied )

#### 2. ค่าคะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพที่วัดจาก

แบบสอบถามเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ

#### การวิจัยส่วนที่ 2

ตัวแปรอิสระ คือ กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนว Schutz

ตัวแปรตาม คือ

1. คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบของนักศึกษาที่วัดจากแบบวัดความผูกพัน
2. คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบของนักศึกษาที่วัดจากแบบวัดความผูกพัน
3. คะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือของนักศึกษาจากแบบสอบถามเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. **รูปแบบความผูกพัน** หมายถึง รูปแบบความผูกพันของผู้ใหญ่ที่แสดงโครงสร้างทางความคิดของบุคคลที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ในการวิจัยครั้งนี้จะวัดรูปแบบความผูกพัน โดยแบบวัดความผูกพันที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดประสบการณ์ในสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุงของ Fraley Waller และ Brennan (2000) โดยการประเมินรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ซึ่งสามารถจำแนกรูปแบบความผูกพันเป็น 4 ประเภท

1.1 **รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง** หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่แสดงถึงความรู้สึกว่าตนมีคุณค่า เป็นที่รักและมีความเชื่อมั่นในบุคคลอื่น ประกอบด้วยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านบวกและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านบวก โดยหมายถึงบุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ตั้งแต่ 3.99 ลงไปและมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ตั้งแต่ 3.99 ลงไป

1.2 **รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน** หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่แสดงถึงความรู้สึกว่าตนมีคุณค่าแต่ไม่มีความเชื่อมั่นในบุคคลอื่น ประกอบด้วยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านบวกและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ โดยหมายถึงบุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ตั้งแต่ 3.99 ลงไปและมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ตั้งแต่ 4.01ขึ้นไป

1.3 **รูปแบบความผูกพันแบบกังวล** หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่แสดงถึงความรู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า ไม่เป็นที่รักแต่มีความเชื่อมั่นในบุคคลอื่น ประกอบด้วยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านบวก โดยหมายถึงบุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ตั้งแต่ 4.01 ขึ้นไปและมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ตั้งแต่ 3.99 ลงไป

1.4 **รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว** หมายถึง รูปแบบความผูกพันที่แสดงถึงความรู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า ไม่เป็นที่รักและไม่มีความเชื่อมั่นในบุคคลอื่น ประกอบด้วยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบโดยหมายถึงบุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายใน



เกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ตั้งแต่ 4.01ขึ้นไปและมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ ตั้งแต่ 4.01ขึ้นไป

2. **เจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ** หมายถึง ความรู้สึกเอนเอียงของจิตใจของบุคคลในการแสวงหาความช่วยเหลือโดยเข้าสู่กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในฐานะผู้มาปรึกษา ซึ่งความรู้สึกเอนเอียงนี้สามารถเป็นได้ทั้งความรู้สึกเอนเอียงในทางที่ชอบและเอนเอียงในทางที่ไม่ชอบ

ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงคะแนนเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ ได้จากการตอบแบบสอบถามเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาทางจิตใจจากนักวิชาชีพของ Fischer และ Turner (1970)

3. **กลุ่มจิตสัมพันธ์** หมายถึง กระบวนการกลุ่มตามแนวของ Schutz ช่วยเหลือให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ ความห่วงใย จริงใจ เปิดเผย อบอุ่น มีการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพเดิมไปสู่บุคลิกภาพใหม่ ที่มีความสอดคล้องระหว่างตนกับประสบการณ์มากขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มจิตสัมพันธ์จะใช้ระยะเวลา 20 ชั่วโมงต่อเนื่อง มีจุดมุ่งหมายเพื่อลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ ลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบและเพิ่มเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงรูปแบบความผูกพัน และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา
2. เพื่อเป็นองค์ความรู้ที่ช่วยให้นักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าใจธรรมชาติของผู้มาปรึกษาและสามารถพัฒนาระบบการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้มีความเหมาะสมกับผู้มาปรึกษา
3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจเจตคติของนักศึกษาที่มีต่อนักจิตวิทยาการปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้เกิดเจตคติในเชิงบวก
4. เพื่อเข้าใจผลของกระบวนการกลุ่มที่มีต่อรูปแบบความผูกพัน และเจตคติในการแสวงหาความช่วยเหลือจากนักวิชาชีพของนักศึกษา
5. เพื่อเป็นองค์ความรู้ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยในด้านจิตวิทยาการปรึกษาต่อไป