

บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สต่อสมรรถนะซึมเศร้าของบุคคลที่สูญเสียแขนขา โดยมีสมมติฐานว่า

1. บุคคลที่สูญเสียแขนขา ที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สจะมีคะแนนความซึมเศร้าต่ำกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
2. หลังการทดลอง บุคคลที่สูญเสียแขนขาที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สจะมีคะแนนความซึมเศร้าต่ำกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 4) ปรากฏว่าสมมติฐานการวิจัยทั้ง 2 ข้อได้รับการสนับสนุน และจากผลการวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

ก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มผู้ที่สูญเสียแขนขา มีความซึมเศร้าสูงเนื่องจากผู้ที่สูญเสียแขนขา ได้รับประสบการณ์ของการสูญเสียซึ่งเป็นประสบการณ์ตรงที่ได้รับทางกาย ทำให้บุคคลที่สูญเสียแขนขา ทำใจยอมรับได้ยาก ทำให้เกิดความไม่สอดคล้องกัน (incongruence) ระหว่างโครงสร้างของตน (self-structure) และประสบการณ์ที่เป็นจริง ทำให้เกิดการบิดเบือนการรับรู้ ความไม่สอดคล้องดังกล่าว เป็นผลทำให้เกิดความตึงเครียดทางจิตใจจนเกิดความซึมเศร้าตามมาได้

จากกระบวนการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส มีผลทำให้ความซึมเศร้าของบุคคลที่สูญเสียแขนขา ลดลง อธิบายตามทฤษฎีของโรเจอร์สที่เชื่อว่ามนุษย์มีความสามารถมีศักดิ์ศรี เป็นคนดี น่าเชื่อถือ แล้วไว้วางใจได้ มีความพยายามที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคม ในบางครั้งที่มีมนุษย์แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น ไม่ฟังพอใจตนเอง ทำร้ายตนเอง ไม่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นก็เนื่องมาจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างความรู้สึกนึกคิดของตนกับประสบการณ์ตามความเป็นจริง ทำให้มนุษย์คิดและแสดงพฤติกรรมป้องกันตนเอง โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาใช้คุณลักษณะ 3 ประการ คือ ความจริงแท้ (Genuineness) การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข

(Unconditional positive regard) และการเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (Empathic understanding) ช่วยเอื้อมให้บุคคลที่สูญเสียแขนขา ได้สำรวจใส่ใจความรู้สึก รวมทั้งการรับรู้ตนเองต่อประสบการณ์ที่สูญเสียแขนขา ที่ไม่ได้เป็นไปตามความต้องการของตน ดังที่ปรากฏออกมาในขณะที่เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยกระแสการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส มีการพัฒนาจากขั้นที่ 1 ของกระแสกลุ่มที่สมาชิกยังมีความสับสน และสงสัยว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร ซึ่งเกิดในครั้งแรกของการเข้ากลุ่ม สังเกตได้จากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกน้อย ไม่ยอมเริ่มต้นพูดก่อน จะนั่งก้มหน้าหลีกเลี่ยงที่จะสบตา แต่หลังจากที่สมาชิกทำความรู้จักกันแล้ว สมาชิกก็เริ่มที่จะเปิดเผยตนเองถึงความรู้สึกของตนที่เสียอวัยวะ (ขั้นที่ 3 ของกระแสกลุ่ม) ตัวอย่างเช่น การโต้ตอบของสมาชิกที่เข้ากลุ่ม ดังนี้

“ตอนที่มือผมถูกระเบิด ตรงนี้(ชี้ที่แขนขวา) หายไปหมดเลย มีกระดูกติดอยู่ตามพาดานบน หลังคาไม่คิดว่าเป็นความจริง” “บางมที่คิดว่าอุบัติเหตุแค่นี้คนเดียวแต่ทำให้เราเป็นขนาดถึงเสียขา” “หลังจากแขนขาดผมก็อยู่บ้านตลอดเวลาออกจากบ้านก็ใส่เสื้อแขนยาวกลัวคนอื่นจะมองเรา” “อยู่สังคมข้างนอกคนอื่นจะพูดล้อถึงเราในสิ่งที่ไม่ดี” “ครั้งแรกที่รู้ต้องเสียแขน ขา รู้สึกท้อแท้เหมือนกันเบื่อหน่ายไปหมด” “ไม่กล้าออกไปไหนอายุครบ เพื่อจะมาหากก็ไม่กล้าออกมาพบ”

ต่อจากนั้นกระแสกลุ่มได้พัฒนาไปจนถึงขั้นที่ 5 ในครั้งที่ 3 ของการเข้ากลุ่ม โดยสมาชิกคนหนึ่งได้แสดงความรู้สึกที่แท้จริงต่อกลุ่ม ตัวอย่างเช่น “ผมเคยมีภรรยาเขาก็แยกทางกับผม ยังไงละ อยู่กับผมไม่มีอะไรดีขึ้น ซากก็เสีย” จากการที่ผู้นำกลุ่มและสมาชิกแสดงการยอมรับฟังเขา ทำให้เขากล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกลึกซึ้งของตนที่ไม่เคยเปิดเผยมาก่อนให้ฟัง จนถึงการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกก็เริ่มยอมรับตนเองตามความเป็นจริง และเริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองให้เหมาะสมขึ้น (ขั้นที่ 8) มีการให้และรับข้อมูลป้อนกลับ (ขั้นที่ 10) ตัวอย่างเช่น

- เด่น : วันนี้เรื่องทำไมไม่ใส่ขามาล่ะ เป็นอะไรหรือเปล่า
 นนท์ : ผมก็เห็นตั้งแต่ตอนเดินขึ้นมาแล้วมีผ้าพันไว้ด้วย
 เรื่อง : เมื่อก่อนตอนลงไปถูกรถเข็นชน เขาเบรคไม่ทันรู้สึกเจ็บเหมือนกัน เดินลำบากด้วย ถ้าหายก็จะกลับไปใส่เหมือนเดิม

มีสมาชิกคนหนึ่งพูดถึงเรื่องความคิดฆ่าตัวตาย

- เด่น : ถ้าเป็นผม ผมก็คงต้องทน ไม่ฆ่าตัวตายหรอก
 เขียร : ชีวิตเรายังมีค่า ใครไม่เห็นก็ช่างแต่เราเห็น
 ชัย : ทนได้ก็ทนนะ ผมเข้าใจคุณ
 แก้ว : ตอนนี้เริ่มปลงได้แล้ว ขอบใจทุกคนที่ฟังเราพูด

ต่อจากนั้น เมื่อกระบวนการกลุ่มดำเนินไปจนกระทั่งจบกลุ่ม กระแสกลุ่มได้เคลื่อนไปมา อยู่ในขั้นที่ 5 – 15 นั่นคือ สมาชิกมีความไว้วางใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง (ขั้นที่ 5) มีการแสดงออกถึงความรู้สึกต่อกัน (ขั้นที่ 6) มีการรับรู้ปัญหาร่วมกัน เข้าใจในปัญหาของคนอื่น พยายามที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน (ขั้นที่ 7) มีการยอมรับและเปลี่ยนแปลงตนเอง (ขั้นที่ 8) รู้สึกอิสระที่จะแสดงความเป็นตัวของตัวเอง (ขั้นที่ 9) มีการให้ข้อมูลป้อนกลับและการเผชิญหน้ากัน ระหว่างสมาชิก (ขั้นที่ 10 และ 11) มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ เกิดความรู้สึกผูกพัน (ขั้นที่ 13 และ 14) และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง (ขั้นที่ 15) ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง

กระบวนการกลุ่มที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องนั้น เป็นกระบวนการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยเน้นที่สัมพันธ์ภายในกลุ่ม มีความเห็นอกเห็นใจกัน ให้กำลังใจใส่ใจและพยายามช่วยเหลือกันของสมาชิก มีการแลกเปลี่ยนแบ่งปันประสบการณ์ มีทั้งการให้และรับซึ่งกันและกันภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ไว้วางใจและเต็มไปด้วยการยอมรับ จากสัมพันธ์ภาพของนักจิตวิทยา การปรึกษาที่มีความจริงแท้ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข และการเข้าใจอย่างร่วมความรู้สึก ที่มีให้ต่อสมาชิก ตลอดระยะเวลาในการดำเนินกลุ่ม และจากสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในกลุ่มด้วยกัน จะช่วยเอื้อให้สมาชิกเริ่มเปลี่ยนการรับรู้และทัศนคติที่มีต่อตนเอง มองตนเองในด้านบวกมากขึ้น และขณะที่บุคคลอื่นรับฟังสิ่งที่เขาสื่อออกมาอย่างเข้าใจ จะส่งผลให้สมาชิกมีการพิจารณาตนเองอย่างลึกซึ้งมากขึ้น ทั้งในสิ่งที่เขาตระหนักรู้และไม่เคยตระหนักรู้มาก่อน สมาชิกจะเข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเอง และยอมรับตนเองตามความเป็นจริง นั่นคือ บุคคลที่สูญเสียแขน เขา สามารถยอมรับความพิการที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ตามความเป็นจริง ทำให้เกิดการปรับตัวได้ ความซึมเศร้าก็จะลดลง รวมทั้งสามารถยอมรับประสบการณ์ที่ตนเองเคยปฏิเสธเข้ามาในโครงสร้างของตนและเกิดการจัดโครงสร้างของตนขึ้นใหม่ ทำให้ยอมรับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างสอดคล้องและกลมกลืนกับโครงสร้างของตนได้มากยิ่งขึ้น (Congruence) ทำให้บุคคลมี

ความสมบูรณ์ทางจิตใจรับรู้สิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง สามารถพัฒนาตนไปสู่การเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ (Fully Functioning Person)

การพัฒนาตนไปสู่การเป็นบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่นั้น บุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่ได้เข้ากลุ่ม ก็จะมีกระแส และทิศทางที่มีลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์เพิ่มขึ้น และรับรู้ถึงความรู้สึกต่างๆ อย่างชัดเจน ตรงตามความเป็นจริง ไม่มีการใช้กลไกการป้องกันตนเอง ดังคำพูดของสมาชิกในกลุ่มที่ว่า “ผมว่าเรายังดีเสียแค่ขาข้างเดียว ไม่ต้องนั่งรถเข็น” “ผมพยายามหัดใช้มือซ้ายถึงมันไม่ค่อยถนัด แต่ตอนนี้ก็เขียนหนังสือได้แล้ว” “มองคนที่แหยกว่าเรา บางคนไม่มีแขน 2 ข้างหรือขา 2 ข้างก็ยิ่งแล้วใหญ่” “ผมว่า ถ้าเรามีกงานทำเป็นหลักแหล่งที่มั่นคงมีเงินใช้เพียงพอเดี่ยวผู้หญิงก็มาเอง” เมื่อบุคคลที่สูญเสียแขน ขามีการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ทำให้รับรู้ถึงข้อมูลทั้งหมดที่เกิดขึ้นกับอินทรีย์ในทุกสถานการณ์และมีส่วนร่วมในการพิจารณาประสบการณ์ ทำให้กระทำการต่างๆ ตามความรู้สึกว่าเหมาะสม ดังคำพูดที่ว่า “อยู่ที่นี่มีกำลังใจมองเห็นอนาคตข้างหน้า ถ้าเรามีกงานทำเลี้ยงตนเองได้ ก็ดีกว่าเมื่อก่อน” “ผมจะตั้งใจเรียน เรียนจบจะได้ไปทำงาน” “ส่วนผมภูมิใจพยายามทำตัวให้มีคุณค่า” “เรียนเพื่อไม่ให้เป็นการะของใคร”

เมื่อบุคคลที่สูญเสียแขน ขา เกิดการเปลี่ยนแปลงเข้ามาอยู่ในกระแสของบุคคลที่มีการพัฒนาอย่างเต็มที่ 3 ประการ นั่นก็คือ เปิดกว้างต่อประสบการณ์เพิ่มขึ้น มีชีวิตอยู่อย่างปัจจุบันเพิ่มขึ้น มีความเชื่อในอินทรีย์ของตนเพิ่มขึ้น จะพบว่าเขามีความรู้สึกของการมีอิสระในการที่จะกำหนดหรือเลือกที่จะกระทำการที่เหมาะสมที่สุดต่อประสบการณ์ต่างๆ มีกระบวนการปรับตัวที่ดี มีความสอดคล้องในตนเอง มีการเปิดกว้างต่อการรับรู้ประสบการณ์ต่างๆ ตามความเป็นจริง และมีการขยายขอบเขตโครงสร้างของตนเองไปสู่การพัฒนาตนอย่างเต็มที่ เขาสามารถต้อนรับความรู้สึกทั้งหมด ความกลัว ความซึมเศร้าจะลดลง เพื่อเพิ่มการเปิดกว้างต่อประสบการณ์และสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ นั้นด้วยตนเอง เป็นผลให้เป็นตัวของตัวเองที่สมบูรณ์และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสมตามความเป็นจริง

นอกจากกระแสการเคลื่อนไหวของกลุ่มจะมีผลทำให้ความซึมเศร้าของบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ลดลงแล้ว ผู้นำกลุ่มเองก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มได้ดำเนินไปถึงจุดหมายทำให้เกิดบรรยากาศของการยอมรับนับถือ และไว้วางใจมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มและช่วยให้สมาชิกได้สำรวจ และทำความเข้าใจตนเองดังจะเห็นได้จาก แบบ

ประเมินการเข้ากลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาของไลเบอร์แมน ยาลอม และไมล์ส (Lieberman, Yalom and Miles, 1973) ที่ อุบล สาธิตะกร (2527) แปลไว้ซึ่งประเมินผลการเข้ากลุ่มด้านความรู้สึกของสมาชิกต่อผู้นำกลุ่ม พบว่า สมาชิกเห็นผู้นำกลุ่มมีความเอาใจใส่ มีความจริงใจ รู้สึกเห็นใจ มีการยอมรับรู้สึกผ่อนคลายมีความอ่อนโยน มีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับมาก (ดูรายละเอียดได้ในผลการวิเคราะห์จากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่มตอนที่ 1 ภาคผนวก ค) และตัวสมาชิกเองหลังจากได้เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแล้ว สมาชิกสามารถทำความเข้าใจตนเองและเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับตน เกิดแนวทางในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ดังจะเห็นได้จากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่มในตารางที่ 11 (ภาคผนวก ค) ที่พบว่าจากการเข้ากลุ่มทำให้สมาชิกได้รู้จักและเข้าใจตนเองได้มากขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.9 ซึ่งอยู่ในระดับมาก และสมาชิกยังคิดว่า กลุ่มได้ให้ข้อคิดและข้อเสนอแนะที่เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.6 ดังนั้น สามารถกล่าวสรุปได้ว่า กลุ่มทำให้สมาชิกได้ทำความเข้าใจตนเองและเรียนรู้แนวทางในการแก้ไขปัญหาของตน

ผลการวิจัยดังกล่าว สามารถอธิบายได้ว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ส สามารถลดภาวะซึมเศร้าในบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของมิตเชล (Mitchel, 1969 : 522 - 527) ที่พบว่า ภายหลังจากที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นิสิตชายมีความเศร้าลดลงและยังสอดคล้องกับงานวิจัยอื่นๆ ที่ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่ออารมณ์เศร้า เช่น งานวิจัยของ สุทิพร ปุกเกตุ (2529 : 51) พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวโรเจอร์สมีผลช่วยให้อารมณ์ซึมเศร้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ลดลง

ซึ่งจะเห็นได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส ซึ่งเป็นกระบวนการที่ประกอบด้วย บรรยากาศของความไว้วางใจ สมาชิกสามารถรับรู้ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน มีการให้ข้อมูลป้อนกลับ และคำแนะนำต่อกัน มีการเรียนรู้ประสบการณ์จากสมาชิกด้วยกัน โดยการเอื้ออำนวยจากผู้นำกลุ่ม ในระยะเวลาอันเหมาะสม มีผลช่วยให้สมาชิกเกิดการยอมรับตนเองอย่างแท้จริง จากผลการวิจัยและการอภิปรายข้างต้น ผู้วิจัยจึงเชื่อมั่นว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สมีผลต่อการลดความซึมเศร้าของบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ได้ อีกทั้งยังสามารถช่วยให้บุคคลเหล่านั้นเผชิญกับปัญหาของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น