



บทที่ 4

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สที่มีต่อการพัฒนาการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ครั้งแรก โดยมีสมมติฐานการวิจัยว่า

1. หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม
2. หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

จากการทดสอบข้อมูล ปรากฏผลการวิจัยดังต่อไปนี้

ผลการทดสอบข้อมูลจากตารางที่ 3 พบว่าคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของกลุ่มทดลองครั้งหลังการทดลองสูงกว่าครั้งก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นการสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่าหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม

และจากผลการทดสอบในตารางที่ 4 พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่าหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีคะแนนการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

ผลการวิจัยดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สมีผลต่อการพัฒนาการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ สามารถช่วยพัฒนาความสามารถในการลดความวิตกกังวลอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์ได้ ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของโกแลนท์ (Golant 1980:5321-A) ที่พบว่าภายหลังจากที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่ได้เข้ากลุ่มจะมีระดับความเครียดลดลง และยังสอดคล้องกับงานวิจัยอื่น ๆ ที่ศึกษาเกี่ยวกับผลของการศึกษา

เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อความวิตกกังวล เช่นงานวิจัยของนัยนา รัตนมาศทิพย์ (2531) ที่พบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีผลช่วยลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็ง เพศหญิงได้

การที่การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สมีผลต่อการพัฒนาการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาในกลุ่มหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ได้นั้นน่าจะเป็นผลเนื่องมาจาก

1. กระแสกลุ่ม

จากการวิเคราะห์กระแสกลุ่มและการเปลี่ยนแปลงของสมาชิก (ดูรายละเอียดได้ในภาคผนวก ง หน้า 112-144) พบว่ากลุ่มได้มีการพัฒนาไปอย่างสอดคล้องตามกระแสการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มตามแนวโรเจอร์ส โดยมีการพัฒนาจากขั้นที่ 1 ของกระแสกลุ่มที่สมาชิกยังมีความสับสนและสงสัยว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร มีการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิกน้อย ซึ่งเห็นได้จากท่าทีของสมาชิกที่นิ่งเฉย ไม่ยอมแนะนำตัวหรือเริ่มต้นพูดก่อน แต่จะนั่งก้มหน้าหลีกเลี่ยงที่จะสบตา แต่หลังจากการแนะนำตัวและทำความรู้จักกันแล้ว สมาชิกก็เริ่มที่จะบอกเล่าถึงอาการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทางร่างกายที่เกิดขึ้นกับตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นขั้นที่ 5 ของกระแสกลุ่ม ที่สมาชิกเริ่มมีการเปิดเผยในเรื่องราวส่วนตัวของตนเอง ในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 2 กลุ่มได้พัฒนาไปถึงขั้นที่ 6 คือมีการแสดงความรู้สึกที่มีต่อกันระหว่างสมาชิกในขณะนั้น และต่อเนืองไปสู่ขั้นที่ 7 ที่สมาชิกมีการรับรู้ปัญหาาร่วมกันเข้าใจถึงปัญหาของสมาชิกอื่น และพยายามที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการให้ข้อมูลย้อนกลับ (ขั้นที่ 10) และมีการเผชิญหน้าระหว่างสมาชิกซึ่งเป็นขั้นที่ 11 ของกระแสกลุ่ม

ตัวอย่างบทสนทนาที่แสดงให้เห็นถึงขั้นตอนที่ 6-11 ของกระแสกลุ่มคือ ช่วงที่สมาชิกได้บอกเล่าถึง ความวิตกกังวลเกี่ยวกับบุตรในครรภ์ของตนเอง ว่า

หลอง : เรากลัวว่าลูกออกมาจะปัญญาอ่อน ลูกเมียเก่าเขาเป็น เราเคยถามตัวเมียเก่าเขาเอง เขาบอกว่า เป็นกรรมพันธุ์จากแฟนเรา พี่น้องเขาก็ไม่มีใครเป็นมีแต่ลูกของแฟนเราที่เป็น...

แต : วิตกกังวลมากไม่ตี ไม่ตีต่อลูกนะ... แม่แฟนเราเป็นหอบหืด แฟนเราก็เป็น เราเองก็กลัวว่าลูกเราจะเป็น ข้างบ้านเขาบอกว่าจะเป็น แต่เรามาคิดดู บางทีมันอาจจะไม่เป็นก็ได้ ตัวเราก็ไม่ได้เป็น มันอาจจะเกี่ยวแต่ก็ไม่ได้แปลว่า จะต้องเป็น แต่ก็พยายามทำใจให้สบาย...น่าจะทำใจให้สบายนะ... บางทีเราก็ต้องทำใจให้ยอมรับบางทีก็ต้องปล่อยมันไปบ้าง ยิ่งคิดมันยิ่งไม่ตีต่อลูก

หลอง : ลุกไม่ได้ยินหรอก

แต : ความคิดของเรามีผลต่อลูกนะ อย่างเวลาแต่โมโห ลุกจะตื่นมาก... แต่ก็อยากให้อยอมรับไม่รู้นะ เราฟังแล้วอยากให้เป็น แต่จริง ๆ ตัวแต่อาจจะทำได้ แต่ตัวหลองอาจจะทำไม่ได้ก็ได้ เราเป็นคนอื่นก็อาจทำได้ แต่เจ้าตัวเขาอาจจะทำไม่ได้ก็ได้

ครั้งที่ 3 ในช่วงแรกกลุ่มได้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง จากครั้งที่ 2 โดยสมาชิกสามารถแสดงความคิดและบอกถึงข้อสังเกตที่มีต่อกันในกลุ่ม (ขั้นที่ 6) มีการให้ข้อมูลย้อนกลับในเรื่องการแต่งกายแก่กัน (ขั้นที่ 10) สมาชิกที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับก็สามารถยอมรับตนเองตามความเป็นจริงและบอกถึงความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองให้เหมาะสม (ขั้นที่ 8) ดังเช่น บทสนทนาต่อไปนี้

น้อย : น้ำเป็นอะไรงัยสบายหรือเปล่า คิดอะไรรออยู่

แบ่ม : แบ่มว่ามันนี่เสื่อน้ำแลตุคัยไปหน้อย

น้ำ : เสื่อตัวนี้ใส่มาตั้งแต่ท้องไม่กี่เดือน ตอนนี่ใส่แล้วก็รู้สึกอึดอัดเหมือนกัน ต่อไปน้ำว่าจะไม่ใส่แล้วจะเอาเสื่อที่ใหญ่กว่านี้มาใส่

จากบทสนทนาจะเห็นได้ว่า สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจตนเอง และเริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง และเมื่อถึงช่วงท้ายของกลุ่มสมาชิกได้บอกถึงความห่วงใย ระหว่างสมาชิกด้วยกัน มีความเข้าใจสมาชิกคนอื่นอย่างแท้จริง (ขั้นที่ 13) มีความใกล้ชิดผูกพันกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม (ขั้นที่ 14) โดยสมาชิกได้พูดต่อกลุ่มว่า "มาเข้ากลุ่มก็มาฟังเพื่อนซี้ ไม่งั้นจะมาทำไมละ มีอะไรก็มาคุยกัน"

จนถึงการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกมีความเป็นกันเองรู้สึกอิสระที่จะบอกเล่าเรื่องของตนเองในกลุ่ม (ขั้นที่ 9) มีการพูดคุยถึงความรู้สึกที่มีต่อกันระหว่างสมาชิกสามารถทำความเข้าใจและแสดงออกถึงความรู้สึกอันแท้จริงที่มีต่อสมาชิกคนอื่นอย่างเป็นธรรมชาติ ซึ่งเป็นขั้นที่ 15 ของกระแสกลุ่ม ดังจะเห็นได้จากบทสนทนา ต่อไปนี้

แตน : มีเรื่องไม่สบายใจอยากเล่าให้ใครฟัง ตอนแรกพอรู้ว่ามิกกลุ่มก็อยากมา อยากพูด อยากคุย แต่คิดไปคิดมาไม่พูดดีกว่า เดี่ยวคนอื่นไม่สนุก

แบ่ม : ถ้ามีอะไรไม่สบายใจ ก็ระบายออกมาบ้างเถอะ เรายินดีฟัง

แอ้ว : ตอนแรกเห็นแตน ไม่รู้เลยว่าจะมีอะไรในใจเต็มไปหมด แอ้วก็ยินดีรับฟัง

และในครั้งที่ 5-8 กระแสของกลุ่มยังคงอยู่ในขั้นที่ 5-15 นั่นคือ สมาชิกมีความไว้วางใจเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง (ขั้นที่ 5) มีการแสดงออกถึงความรู้สึกต่อกัน (ขั้นที่ 6) มีการรับรู้ปัญหาาร่วมกันเข้าใจในปัญหาของคนอื่น พยายามที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน (ขั้นที่ 7) มีการยอมรับและเปลี่ยนแปลงตนเอง (ขั้นที่ 8) รู้สึกอิสระที่จะแสดงความเป็นตัวของตัวเอง (ขั้นที่ 9) มีการให้ข้อมูลย้อนกลับและการเผชิญหน้ากันระหว่างสมาชิก (ขั้นที่ 10 และ 11) มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ เกิดความรู้สึกผูกพัน (ขั้นที่ 13-14) และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนมีความเชื่อมั่นในตนเองในเรื่องของการตั้งครรภ์ และการคลอตมากขึ้น เห็นได้จากคำพูดของสมาชิก ในช่วงก่อนยุติกลุ่มครั้งสุดท้าย ว่า "คราวหน้าพี่จัดให้พี่มาเข้ากลุ่มอีกนะ ตอนนั้นให้หนูมาเข้ากลุ่มด้วย แบบเราท้องที่สอง มีประสบการณ์แล้ว แล้วเคยเข้ากลุ่มตอนนั้นหนูจะได้ให้คำแนะนำคนอื่น ๆ ช่วยเขาได้ใจ"

จากการพิจารณากระแสของกลุ่มข้างต้นจะเห็นว่ากลุ่มที่เกิดขึ้นเป็นสัมพันธภาพที่อบอุ่น สมาชิกมีความไว้วางใจและยอมรับกันอย่างแท้จริง จากบรรยากาศที่ปลอดภัยทำให้สมาชิกสามารถบอกเล่าความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง อภิปรายถึงประสบการณ์ ความรู้สึกของตนได้อย่างอิสระ (Rogers 1970:7) ผลจากปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวนี้ ทำให้เกิดผลในลักษณะที่ช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถในการจัดการกับความวิตกกังวลของตนเองได้มากขึ้น สมาชิกเกิดการเรียนรู้ว่าบุคคลอื่นก็มีปัญหาในลักษณะเดียวกัน รับรู้ปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนแนวทางในการแก้ปัญหาด้วยกัน ทำให้เกิดแนวคิดและวิถีทางในการดำเนินชีวิตใหม่ ดังตัวอย่างบทสนทนาเกี่ยวกับความไม่สบายใจที่มาจากความเชื่อต่าง ๆ ในครั้งที่ 3 ว่า

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม : ถ้าอย่างนั้น ในกรณีของพวกเราที่ไม่มีใครที่สามารถปรึกษาได้ เรา จะปรึกษาใครได้

แป้ม : ถามหมอค่ะ

แอ้ว : ผู้ใหญ่บางทีเขาก็พูดไม่เหมือนกัน แอ้วคันท้องบางคนก็บอกหน้าท้องขยาย บางคนก็บอกผมเด็กขึ้น

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม : คนรอบตัวเรา บางทีก็ทำให้แอ้วสับสน

แต : คนโน้นพูดอย่าง คนนี้พูดอย่างนี้ ไม่รู้จะเชื่อใคร

แตน : มันอยู่ที่ตัวเรา แต่ก็ชอบเก็บมาคิดไม่รู้ทำไม ก็พยายามจะไม่คิด

ผู้นำกลุ่ม : การที่แตนเก็บมาคิดอย่างนี้แล้วแตนเป็นอย่างไร (ให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง)

แตน : ก็ไม่สบายใจ ก็พยายามจะไม่คิดนะที่จริง ๆ มันอยู่ที่ตัวเรา คนอื่นก็ช่วยเรา ไม่ได้บางทีเขาห้ามไม่ให้เราคิด เราก็ยังคิด อยู่ที่ตัวเรา ก็มีอยู่อย่างเดียว

คือไม่เอามาคิด ต้องเลือกดู

แต่ : เราต้องช่วยตัวเองไม่คิดมาก คิดแต่สิ่งที่ดี ๆ แทน ไม่คิดเรื่องที่เราไม่ไหวว่าวุ่น

จากบทสนทนาข้างต้นนี้ แสดงให้เห็นว่าสมาชิกสามารถทำความเข้าใจในตนเอง และเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับตน เกิดแนวทางในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ ผลจากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่มในตารางที่ 6 (ภาคผนวก ค หน้า 110-111) ที่พบว่า จากการเข้ากลุ่มทำให้สมาชิกได้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ย = 3.6 ซึ่ง อยู่ในระดับมาก และสมาชิกยังคิดว่ากลุ่มได้ให้ข้อคิดและข้อเสนอแนะที่เป็นแนวทางในการ แก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตที่กำลังประสบอยู่เฉลี่ย = 3.9 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับมากเช่นกัน สามารถกล่าวได้ว่ากลุ่มทำให้สมาชิกได้ทำความเข้าใจตนเองและเรียนรู้แนวทางในการแก้ปัญหาของตน

นอกจากนี้เมื่อสมาชิกได้ตัดสินใจเลือกแนวทางของตนเองแล้ว สมาชิก คนอื่น ๆ ก็พร้อมที่จะให้การยอมรับและให้กำลังใจแก่สมาชิกผู้นั้น ทำให้สมาชิกเกิดความ มั่นใจในการเผชิญปัญหานั้นต่อไปเช่นตัวอย่างในครั้งที่ 4 เมื่อสมาชิกได้ยืนยันต่อกลุ่ม ว่าจะอดทนต่อสภาพของตนเอง สมาชิกในกลุ่มก็กล่าวให้กำลังใจต่อสมาชิกผู้นั้น หรือจาก ตัวอย่างในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 7 เมื่อสมาชิกตกลงใจที่จะคลอดและเลี้ยงดูบุตรด้วยตนเอง โดยไม่ขอความช่วยเหลือจากทางบ้าน สมาชิกคนอื่น ๆ ก็ให้การยอมรับและกล่าวให้กำลังใจ เช่นกัน (ดูรายละเอียดได้ในภาคผนวก ง) ซึ่งผลจากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่ม สมาชิก เห็นว่าตนเองมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น (มีค่าเฉลี่ย = 3.6) และเกิด กำลังใจที่จะปรับปรุงตนเอง (ค่าเฉลี่ย = 3.9) ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับมาก จากสิ่งที่เกิดขึ้น แสดงให้เห็นว่าสมาชิกพยายามค้นหาวิถีชีวิตของตนเอง มีการเติบโตและสามารถเผชิญกับ การพลัดพรากและความเจ็บปวดในชีวิตของตนเองอย่างเข้มแข็ง (Rogers 1970 : 102)

2. ผู้นำกลุ่ม

นอกจากบรรยากาศของกลุ่มข้างต้นแล้ว บทบาทของผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำ กลุ่ม ก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มได้ดำเนินไปถึงจุดหมาย ทำให้เกิดบรรยากาศ ของการยอมรับนับถือ และไว้วางใจ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และช่วยให้สมาชิกได้สำรวจและทำความเข้าใจตนเอง ซึ่งสามารถอภิปรายในรายละเอียด ได้ดังนี้

2.1 ผู้นำกลุ่มมีการใช้เทคนิคหรือมีคุณลักษณะตามแนวการศึกษาเชิงจิตวิทยาของโรเจอร์สอันได้แก่ ความจริงใจ การยอมรับสมาชิกอย่างไม่มีเงื่อนไข และการเข้าใจสารและความรู้สึกอันแท้จริงของสมาชิก ซึ่งจากการประเมินผลการเข้ากลุ่มด้านความรู้สึกของสมาชิกที่มีต่อผู้นำกลุ่ม พบว่าสมาชิกเห็นว่าทั้งผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มมีความจริงใจทำอะไรอย่างโปร่งใจ ผ่อนคลาย รู้สึกสนใจ ให้การยอมรับ รู้สึกเห็นอกเห็นใจในตัวสมาชิกเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก (ดูรายละเอียดได้ในผลการวิเคราะห์จากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่ม ตอนที่ 1 หน้า 109) ตัวอย่างที่แสดงถึงการใช้เทคนิคหรือการมีคุณลักษณะของผู้นำกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สในการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มครั้งนี้ได้แก่ ตัวอย่างบทสนทนาในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 1 ซึ่งผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มได้ใช้ทักษะการทวนซ้ำเพื่อแสดงถึงความใส่ใจและยอมรับในตัวสมาชิก เช่น เมื่อสมาชิกพูดถึงอาการคันท้องว่า

แ้ว : แ้วคันท้อง

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม : แ้วคันท้อง ไม่ทราบว่าพวกเรามีใครคันท้องบ้างหรือเปล่าคะ

พิ : นี่ก็คัน แต่ไม่กล้าเกาแม่บอกว่าเกาแล้วท้องมันจะแตก....

(จากบทสนทนาผู้ช่วยผู้นำกลุ่มได้ใช้คำถามปลายเปิดหลังจากใช้ทักษะทวนซ้ำซึ่งทำให้มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกมากขึ้น สมาชิกรู้สึกอิสระที่จะบอกเล่าเรื่องราวของตนเองในกลุ่ม)

หรือในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 3 และ 4 ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มก็ได้ใช้ทักษะการสะท้อนเนื้อหาและความรู้สึก เพื่อให้โอกาสแก่สมาชิกได้ทำความเข้าใจในสิ่งที่ตนเองได้พูด ช่วยให้ผู้สมาชิกได้พิจารณา และสำรวจตนเองอย่างแท้จริง สมาชิกเกิดความกระจำงัดในสิ่งที่เป็นปัญหาของสมาชิก กล้าที่จะเปิดเผยและรับผิดชอบตนเอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้นำกลุ่มมีความเข้าใจถึงความกังวลไม่สบายใจของสมาชิกอย่างแท้จริง เช่นในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 3 เมื่อสมาชิกได้บอกเล่าถึงความเชื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับการตั้งครรภ์ที่ได้รับมาว่า

เล็ก : เขาห้ามสระผม

พิ : เขาบอกว่าคนท้องไม่ให้กินเผ็ด แต่ก็ไม่สนกินตามใจเลย

แตน : ...เขาบอกว่าถ้าตอนท้องไม่กินเครื่องใน ลูกจะไม่แข็งแรง เห็นแล้วอยากอาเจียน มันก็ถึงตัวเรามันไม่ชอบ ไม่เคยกินเลย

แต : เขาบอกว่าให้ทานน้ำมะพร้าวลูกจะได้ตัวขาว ๆ หลังคลอดก็ต้องอยู่ไฟ แม่ก็บอกให้ไปอยู่ไฟ

แ้ว : นี่บ้างก็บอก แต่แ้วอยู่กระเป๋าน้ำร้อนดีกว่า

ผู้นำกลุ่ม : ตอนนีดูเหมือนว่า เรากำลังกังวลกันในเรื่องที่พักคนอื่นเขาบอกมา เล่ามาว่าเราควรทำอย่างนั้น อย่างนี้ แล้วเราก็กทำตามไม่ได้ เพราะเราไม่เคยทำ ไม่เคยปฏิบัติ แล้วเราก็กังเออมา นั่งกังวลใจอีก...

และในตัวอย่างบทสนทนาของสมาชิกในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 4 ซึ่งสมาชิกได้บอกถึงความผิดหวังในตัวสมาชิกว่า

แดน : บางคนเขาบอกว่าเลิกไปเลย เลิกไปเถอะ แต่อย่างนี้เราจะหาความสุขไม่ได้บางทีเคยคิดจะเลิก แต่ก็คิดไปแล้วถ้าเขาเลิกไปแล้ว มาคิดอยากกลับไปหาเขาอีกก็กลับไม่ได้ แล้วลูกเราก็จะมีปมด้วย

ผู้นำกลุ่ม : สำหรับแดนแม้จะรู้สึกผิดหวัง แต่แดนก็ไม่อยากจะเสียเขาไป

แดน : เราคิดว่าทนอยู่ไปดีกว่า ดีกว่าเลิก

ผู้นำกลุ่ม : แดนยินดีที่จะอดทนกับสภาวะเช่นนี้ ดีกว่าจะสูญเสียเขาไป

แดน : (พยักหน้า) ใช่ก็ยังคงดีกว่า

จากตัวอย่างบทสนทนาและการประเมินผลการเข้ากลุ่มข้างต้นจะเห็นว่าทั้งผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มสามารถแสดงให้เห็นถึงการยอมรับ และเข้าใจในตัวสมาชิกอย่างแท้จริง และสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองได้อย่างอิสระในกลุ่ม จากการมีคุณลักษณะดังที่กล่าวนี้ ทำให้สมาชิกเกิดความไว้วางใจและรู้สึกปลอดภัยที่จะบอกเล่าถึงความรู้สึกของตนเอง และบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองและผู้อื่นได้อย่างอิสระ มีการพัฒนาทั้งในด้านการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ทำให้เกิดแนวคิดและวิถีทางในการดำเนินชีวิตใหม่อย่างสอดคล้องเหมาะสม (Rogers 1970:7)

2.2 นอกจากคุณลักษณะดังกล่าวข้างต้นแล้ว การที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่กำหนดที่อยู่ในหน่วยงานซึ่งเกี่ยวข้องโดยตรงต่อปัญหาของสมาชิกและเป็นผู้ที่มีความรู้ในเรื่องของการตั้งครรภ์และการคลอด ก็อาจจะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้สมาชิกเกิดความเชื่อถือและไว้วางใจในตัวผู้นำกลุ่ม ในฐานะของผู้เชี่ยวชาญอีกประการหนึ่งด้วย ผลจากการเป็นผู้เชี่ยวชาญภายในกลุ่มนั้นก็อาจจะทำให้เกิดผลเสียหายต่อกลุ่มได้ เช่นในกรณีที่ผู้นำกลุ่มรีบร้อนที่จะตอบคำถาม แก้ปัญหาตลอดทั้งให้คำแนะนำ โดยมีได้พิจารณากระแสของกลุ่มอย่างชัดเจน ทำให้สมาชิกไม่มีโอกาสที่จะพบคำตอบหรือแก้ปัญหาอันแท้จริงของตนเอง ในทางตรงกันข้าม ถ้าผู้นำกลุ่มมีการพิจารณากระแสกลุ่มอย่างชัดเจน การเป็นผู้เชี่ยวชาญในกลุ่มก็จะช่วยให้สมาชิกได้แก้ปัญหาของตนเองและเป็นการเพิ่มบรรยากาศของการบำบัดในกลุ่ม (Trotzer 1977 : 93-94) ซึ่งในการนำกลุ่มครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มได้พิจารณากระแสของกลุ่มพบว่าจากการขาดความรู้และประสบการณ์ของสมาชิก ทำให้สมาชิกคาดเดาเหตุการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นกับตนเองในอนาคตไปในทางที่ทำให้ตัวสมาชิกผู้นั้นเกิดความวิตกกังวลมากขึ้น ผู้นำ

กลุ่มจึงได้ทำหน้าที่ในการให้ข้อมูลความรู้แก่สมาชิก เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องในประเด็นนั้น ๆ ทำให้สมาชิกได้รับรู้ข้อมูลที่ถูกต้องสอดคล้องมากขึ้น ลดความวิตกกังวลลง เกิดแนวทางหรือเลือกแนวทางในการปฏิบัติของสมาชิกในกลุ่มที่เหมาะสม เช่น ในกลุ่มครั้งที่ 7 (ภาคผนวก ง หน้า 139-140) หลังจากที่ผู้นำกลุ่มได้เล่าถึงขั้นตอนที่สมาชิกจะต้องพบในช่วงที่อยู่ในห้องคลอดแล้วสมาชิกได้กล่าวขึ้นในกลุ่มว่า

"กลับไปต้องฝึกหายใจแทน ตอนนี้ไม่กลัวแล้ว คลอดก็คลอด"

"ฟังแล้วเข้าใจมากขึ้น ว่าจะต้องเป็นอย่างไร ก็กลัวน้อยลง"

3. สมาชิกกลุ่ม

จากลักษณะของสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะของปัญหาความไม่สบายใจคล้ายคลึงกัน ไม่ว่าจะเป็นประเด็นของความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การปฏิบัติตัวในระยะตั้งครรภ์ ความวิตกกังวลในเรื่องคู่สมรสและเพศสัมพันธ์ ความคาดหวังต่อบุตร ความกลัวต่อการคลอด ตลอดจนไปถึงการเลี้ยงดูบุตรที่จะเกิดมาใกล้เคียงกันก็อาจจะมีส่วนทำให้กระแสดังกล่าวดำเนินไปอย่างรวดเร็ว สมาชิกเกิดการรับรู้ในปัญหาของสมาชิกร่วมกัน และช่วยกันทำความเข้าใจในปัญหาที่เกิดขึ้น สมาชิกที่สามารถจัดการกับความไม่สบายใจในปัญหาของตนก็ได้บอกถึงประสบการณ์ในส่วนของตนแก่สมาชิกที่มีปัญหาความไม่สบายใจในลักษณะเดียวกัน เพื่อช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่กัน ดังตัวอย่างเช่น ในกรณีความไม่สบายใจเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวตามความเชื่อที่ได้รับการบอกเล่ามาในกลุ่มครั้งที่ 3 และในกรณีของความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอด ในกลุ่มครั้งที่ 6-7 (ดูรายละเอียดได้จากกรณีวิเคราะห์กลุ่ม (ภาคผนวก ง หน้า 120-124; 132-140)

ลักษณะของสมาชิกกลุ่มที่เหมือนกันนี้ทรอตเซอร์กล่าวว่า จากลักษณะของสมาชิกที่มีความคล้ายกันหรือเหมือนกันนี้ จะทำให้สมาชิกไม่รู้สึกละโดดเดี่ยวแต่จะมีความรู้สึกเข้าใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดต่อกัน สมาชิกจะได้รู้จักการแก้ปัญหาที่คล้ายคลึงกับตนเอง (Trotzer 1977 : 181-182)

4. ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สในครั้งนี้ จัดขึ้นสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมงติดต่อกัน 8 สัปดาห์ เช่นเดียวกับที่โกลแลนต์ (Golant 1980 : 5321-A) เสนอไว้ในงานวิจัย ซึ่งผลการวิจัยพบว่าสมาชิกมีความ

รู้สึกใกล้ชิดช่วยเหลือซึ่งกันและกันและมีระดับของความเครียดลดลงเมื่อเข้ากลุ่ม จากการที่สมาชิกได้มาเข้ากลุ่มในลักษณะเช่นนี้ก็อาจจะมีผลต่อการปรับตัวของหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ได้ เนื่องจากการตั้งครรภ์เป็นสภาวะการณ่ที่เกิดขึ้นเป็นช่วงระยะเวลาค่อนข้างยาวนาน การจัดให้สมาชิกได้พบกันสัปดาห์ละครั้งอย่างต่อเนื่อง จึงเป็นกลุ่มที่จัดขึ้นอย่างสอดคล้องเหมาะสมกับสภาวะการณ่ของปัญหาที่เกิดขึ้น นอกจากนี้สมาชิกยังได้มีโอกาสดที่จะทบทวนและทดลองใช้แนวทางการปฏิบัติตัวที่ได้จากกลุ่มไปทดลองใช้ในสถานการณ์จริงที่ตนเองประสบอยู่ และสามารถชักกลุ่มเป็นแหล่งให้การช่วยเหลือได้อย่างต่อเนื่อง

5. จำนวนสมาชิก

จำนวนของสมาชิกการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในครั้งนี้มีจำนวนทั้งสิ้น 10 คน แม้จะมีสมาชิกที่ขาดไปในบางครั้ง จำนวนสมาชิกก็ยังคงอยู่ในระหว่าง 8-10 คน ซึ่งเป็นขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมต่อการเข้ากลุ่มในระดับของวัยรุ่น ขนาดของกลุ่มดังกล่าวทำให้สมาชิกทุกคนได้มีส่วนร่วมในกลุ่ม (Trotzer 1977 : 186) และมีโอกาสได้รับประสบการณ์จากเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่มอย่างทั่วถึง

จากกระแสกลุ่มที่เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้บอกเล่าถึงประสบการณ์ความรู้สึก ไม่สบายใจวิตกกังวลของตนเองอย่างอิสระ ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นไว้วางใจมีการให้ข้อมูลย้อนกลับจากสมาชิกด้วยกัน มีการเรียนรู้ถึงแนวทางในการแก้ปัญหาาร่วมกัน สมาชิกได้รับข้อคิดเห็นจากสมาชิกคนอื่น ๆ ที่มีปัญหาความไม่สบายใจในประเด็นเดียวกัน โดยมีผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มช่วยเอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศกลุ่ม ในช่วงระยะเวลาที่เหมาะสมกับสภาพปัญหา ทำให้สมาชิกได้สำรวจตนเองอย่างแท้จริง เรียนรู้ถึงความต้องการและประสบการณ์ของตนเอง ทำให้สมาชิกสามารถปรับความคิด และการรับรู้ของตนเองให้สอดคล้องตามความเป็นจริงมากขึ้น จึงทำให้ระดับความวิตกกังวลลดลง (Rogers 1961 : 483 ; 523)

ตัวอย่างของสมาชิกที่สามารถเผชิญกับความจริง มีการรับรู้ระหว่างตนกับประสบการณ์ที่สอดคล้องกันมากขึ้นเห็นได้จากกรณีของสมาชิกที่ชื่อหลอง ซึ่งมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับสามี สาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลก็เนื่องมาจากความไม่สอดคล้องระหว่างความคาดหวังในตัวของสามี ต้องการให้สามีมาเอาใจใส่ดูแลตลอดเวลา และคาดหวังว่าการมีบุตรจะทำให้สามีกลับมาดูแลเอาใจใส่เช่นเดิม แต่ความเป็นจริงก็คือ สามีต้องทำงานไม่สามารถมาดูแลได้ทุกวัน เมื่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้นไม่สอดคล้องกับความต้องการสมาชิกจึงใช้กลไกป้องกันตนเอง โดยกล่าวว่า "รำคาญ ไม่อยากให้เขากลับมาเลย

บางทีกลับบ้านดึก โม่โม่ก็จะตีเขาเลย...ตอนแรกคิดว่าท้องแล้วเขาจะเปลี่ยนได้...จนรู้สึกชินชาแล้ว" แต่จากการเข้ากลุ่มทำให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยเริ่มยอมรับถึงความต้องการของตนเองว่า "อยากให้แฟนมาอยู่ด้วยทุกวัน คนอื่นเขาอยู่บ้านครบหน้า ครบตา...เราเห็นแล้วเราไม่มีอย่างนี้เลย" และมีการเปลี่ยนแปลงในการรับรู้เกี่ยวกับสามีว่า "เห็นว่าแฟนก็เข้าใจเพราะเขาบอก...บางครั้งเขาก็ช่วยทำงานเป็นห่วงเราเหมือนกัน ก็เข้าใจได้"

สมาชิกกลุ่มอีกคนหนึ่งที่มีความวิตกกังวลไม่สบายใจเกี่ยวกับสามี และมีความกังวลเชื่อมโยงไปถึงการเปลี่ยนแปลงของรูปร่าง และบุตรในครรภ์ คือสมาชิกที่ชื่อแทน ในช่วงแรกได้พูดถึงเรื่องของตนเองว่า "เห็นชุดสวย ๆ ก็อยากได้ กลัวคลอดแล้วใส่ไม่ได้กลัวแฟนไม่ให้ออกไปไหนด้วย แค่นี้เขาก็ว่าแย่แล้ว ก็ยอมรับว่ามีลูกแล้ว แต่อีกใจก็อยากเป็นวัยรุ่นอยากใส่เสื้อยัด กางเกงยีนส์" และพยายามใช้กลไกป้องกันตนเอง เช่น "บางทีอยากจะเป็นบ้าไปเลย" จากบรรยากาศของกลุ่มสมาชิกได้มีโอกาสบอกเล่าถึงความไม่สบายใจของตนเอง โดยมีสมาชิกคนอื่น ๆ รับฟังให้คำแนะนำและกำลังใจทำให้สมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของตนเองว่า "คิดว่าทนอยู่ไปดีกว่าเลิก ตอนนี้เริ่มปลงแล้ว...ไม่ว่าอย่างไรก็คงเป็นอย่างนี้ จะให้เขามาหาก็คงไม่มีทาง ต้องทำใจตัวเองใหม่ บางทีถ้าอยากเจอก็จะนั่งรถไปหาเขาเลย"

สมาชิกอีกคนหนึ่งที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเองที่เปลี่ยนแปลงไปคือ "พี" จากตัวอย่างในกลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกต้องการมีรูปร่างเช่นเดิม แต่งตัวสวยงาม แต่ในความเป็นจริงที่เกิดขึ้นก็คือ รูปร่างที่กำลังเปลี่ยนไปสะโพกมีการขยายออกโดยพูดว่า "เห็นเขาใส่กางเกงยีนส์ รัดเข็มขัดก็อยากใส่บ้าง กลัวคลอดแล้วใส่ไม่ได้กลัวสะโพกออก" แต่หลังจากการเข้ากลุ่มสมาชิกมีความคิดเปลี่ยนแปลงไปเป็น "ถ้าใส่กางเกงยีนส์ไม่ได้ก็คงเปลี่ยนเป็นเวสปอยทล์แทน"

อีกกรณีหนึ่งที่แสดงถึงความเปลี่ยนแปลงของสมาชิกไปสู่ภาวะสอดคล้องมากขึ้นก็คือ เรื่องความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอดของสมาชิกในกลุ่ม (ครั้งที่ 6-7) จากประสบการณ์ที่ได้รับการบอกเล่าจากคนอื่น ๆ ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการคลอด สมาชิกมีการรับรู้เกี่ยวกับการคลอดว่า

"เขาบอกว่าหมอดู กลัวโดนดูไม่รู้ว่าจะเจออะไรบ้าง"

"ข้างบ้านเขาคลอดลูก หัวลูกเขาเป็นรอย...พอถามเขาบอกว่า เขาแบ่ง

คลอດจนหมดแรง...กลัวไม่มีแรงแบ่งคลอດ"

"เราจะถามโน้นถามนี้ ถ้าตอบไม่ได้ก็เจอดู"

จากบทสนทนาจะเห็นว่าประสบการณ์เกี่ยวกับการคลอດที่สมาชิกได้รับรู้มานั้นจะเป็นเรื่องอันตรายน่ากลัว ในขณะที่สมาชิกต้องการที่จะคลอດโดยไม่เจ็บปวด มีแพทย์ดูแลเอาใจใส่ตลอดในระยะของการคลอດ ประกอบกับการขาดความรู้ในเรื่องของการคลอດและการเตรียมตัวในการคลอດ ทำให้สมาชิกเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอດ สมาชิกบางคนแสดงความวิตกกังวลออกมาในลักษณะของความคิดจินตนาการว่าตนเองอยู่ในอันตรายว่า "ถ้าเกิดว่าเวลาที่เรายู่ในห้องคลอດแล้วหมอเกิดไปถามแฟนแบ้มว่า เลือกลงเอาว่าจะเอาแม่หรือลูกไม่รู้ว่าตอนนั้นแบ้มเป็นอย่างไรรู้ไม่รู้นะคิดแล้วก็กลัว" แต่หลังจากที่สมาชิกได้อภิปรายความรู้สึกของตนเองในกลุ่ม สมาชิกได้มีการเปลี่ยนแปลงการรับรู้เกี่ยวกับการคลอດเป็น "ตอนนี้ไม่กลัวแล้วคลอດก็คลอດ" "ตอนนี้ก็เข้าใจมากขึ้นว่าจะต้องเป็นยังไง ก็กลัวน้อยลง มั่นใจว่าคลอດได้" "กลับไปต้องไปฝึกหายใจแทน"

จากการอภิปรายผลดังกล่าวมานี้ เห็นได้ว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ส ซึ่งเป็นกระบวนการที่ประกอบด้วยบรรยากาศของความไว้วางใจ สมาชิกสามารถรับรู้ เข้าใจและยอมรับซึ่งกันและกัน มีการให้ข้อมูลย้อนกลับและคำแนะนำต่อกัน มีการเรียนรู้ประสบการณ์จากสมาชิกด้วยกัน โดยการเอื้ออำนวยจากผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มในระยะเวลาอันเหมาะสมมีผลช่วยให้สมาชิกเกิดการยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของนพวรรณ สมานสุขุมาล (2529) และนริศ มณีขาว (2529) ที่ศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเอง ได้พบว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีผลต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของสมาชิก ทำให้สมาชิกเกิดการยอมรับตนเองตามความเป็นจริง ซึ่งผลจากการยอมรับตนเองที่เกิดขึ้น ทำให้สมาชิกได้ทราบถึงความไม่สอดคล้องอันเป็นสาเหตุของความวิตกกังวล และเกิดความสอดคล้องระหว่างตนและประสบการณ์มากขึ้นและผลจากความสอดคล้องทำให้สมาชิกสามารถลดความวิตกกังวลลง (Roger 1965 : 483-524) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของนัยนา รัตนภาคินย์ ที่พบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสามารถลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็ง เพศหญิงได้ โดยพบว่ากลุ่มได้ช่วยให้สมาชิกมีการรับรู้ที่สอดคล้องกันมากขึ้นระหว่างตนและประสบการณ์ของตน สามารถที่จะเผชิญความจริงมีความหวังและกำลังใจมากขึ้น (นัยนา รัตนภาคินย์ 2531 : 84) จะเห็นได้ว่านอกจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะช่วยลดความวิตกกังวลไม่สบายใจของสมาชิกแล้ว กลุ่มยังช่วยให้สมาชิกเกิดแนวทางในการแก้ปัญหาและการปฏิบัติตัวของตนเองอย่างมั่นใจ เกิดความ-

เชื่อมั่นในตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของมาลี วงศ์แก้ว (2526) และมานิต ทองทวี (2526) ที่ศึกษาพบว่า การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของสมาชิกซึ่งเป็นประเด็นที่สำคัญอีกประการหนึ่งสำหรับสมาชิกซึ่งจะต้องมีความรับผิดชอบในฐานะบทบาทมารดาต่อไป จากผลการวิจัยและการอภิปรายข้างต้นนี้ผู้วิจัยจึงเชื่อมั่นว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สมีผลต่อการพัฒนาการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา ช่วยให้หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์สามารถเผชิญกับปัญหาความวิตกกังวลของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น และเป็นวิถีทางหนึ่งที่น่าจะจัดเข้าเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลช่วยเหลือแก่หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ต่อไป



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย