

ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจาก
ครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบที่มวิจัยเห็นชอบร่วมกัน



นางสาว สมรภัช ทองทรัพย์

ศูนย์วิทยพัทยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต


สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2553

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

GROWTH EXPERIENCE AFTER GROUP COUNSELING OF STUDENTS FROM
DIVORCED FAMILY : A CONSENSUAL QUALITATIVE RESEARCH



Miss Somrak Thongsup

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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 2010

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ประสบการณ์ความมั่งคั่งหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิง
จิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวยาก
: การศึกษาเชิงคุณภาพแบบที่วิจัยเห็นชอบร่วมกัน

โดย

นางสาวสมรักษ์ ทองทรัพย์

สาขาวิชา

จิตวิทยาการศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต๋พันธ์

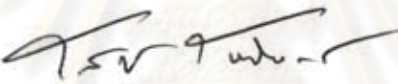
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

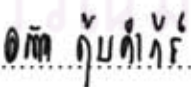

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศิมาศ มณีศรี)

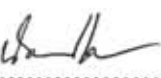
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ไชรย์ โพธิแก้ว)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต๋พันธ์)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อริญญา ตัญคำภีร์)


..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(อาจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)

สมรภัทร์ ทองทรัพย์ : ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกัน. (GROWTH EXPERIENCE AFTER GROUP COUNSELING OF STUDENTS FROM DIVORCED FAMILY : A CONSENSUAL QUALITATIVE RESEARCH) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : อาจารย์ ดร.ณัฐสุตา เต้พันธ์,อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม : รศ. สุภาพรณ โคตรจรัส 199 หน้า.

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกันนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีประสบการณ์ในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ณ หน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 11 คน

ผลการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกันพบว่า หลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์ความงอกงาม ใน 11 ประเด็นหลัก ที่แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงภายในตน ได้แก่ 1.มีการยอมรับตนเอง 2.มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้รู้จักเข้าใจ และสนิทกันมากขึ้น 3.มีสัมพันธภาพที่ดีกับคนในครอบครัว ตระหนักถึงคุณค่าและมีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจสมาชิกในครอบครัวมากขึ้น 4.มีสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้าง เปิดกว้างมุมมองที่จะยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอย่างที่เป็นมากขึ้น 5.เกิดแรงบันดาลใจที่จะเปลี่ยนแปลงพัฒนาตนเอง และมีพลังใจเพิ่มขึ้นจากร่องรอยประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา 6.มีมุมมองเชิงสร้างสรรค์ต่ออุปสรรค ตระหนักว่าอุปสรรคนั้น ไม่ยากเกินกว่าฝ่าฟันไปได้ ทั้งยังทำให้ตนเติบโตเข้มแข็งขึ้น 7.ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว กล่าวคือ เป็นความงอกงามในประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้างในแง่มุมมองต่างๆ ที่ทำให้ตนเป็นเช่นทุกวันนี้ 8.มีสติรู้เท่าทัน 9.มีความรู้สึกสุขสงบ 10.มีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในตน และสุดท้าย 11.มีความเข้าใจในสัจธรรมของชีวิต ตระหนักถึงความไม่แน่นอนของชีวิตมากขึ้น

การหย่าร้างในครอบครัวนับเป็นเหตุการณ์หนึ่งในชีวิตที่สร้างความตึงเครียด และความรู้สึกเจ็บปวดได้มาก กระนั้นผลการศึกษาก็สะท้อนถึงความเติบโตงอกงามในประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทั้งในส่วนของประสบการณ์จากการหย่าร้างในครอบครัว และประสบการณ์จากกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัย และให้ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคตต่อไป

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา.....
ปีการศึกษา.....2553.....

ลายมือชื่อนิสิต.....
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม.....

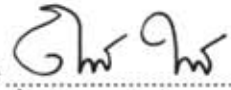
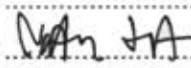
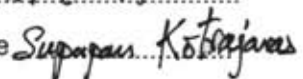
5178134938 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEYWORDS : GROWTH / GROUP COUNSELING / STUDENTS / PERSONS FROM DIVORCED FAMILY /

SOMRAK THONGSUP : GROWTH EXPERIENCE AFTER GROUP COUNSELING OF STUDENTS FROM DIVORCED FAMILY : A CONSENSUAL QUALITATIVE RESEARCH. ADVISOR : NATTASUDA TAEPHANT, Ph.D., CO-ADVISOR : ASSOC.PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS 199pp.

This Consensual Qualitative Research was conducted to study the growth experience of university students who came from divorced family after participated in group counseling. Eleven Bachelor's Degree students who participated in group counseling for students from divorced family at an university counseling center were in-depth interviewed. The consensus qualitative data analysis identified the growth experiences as a positive change in 11 domains from all informants which are increasing openness to themselves, having a good relationship with other members in the group, having a good relationship with family members, having a good relationship with others, having an inspiration from stories of members and experiences within the group counseling, having positive perception toward obstacles, growth in trace after divorce, being more self-awareness, being more peacefulness, being more self – congruence and more understanding of the truth of life.

Divorce in family is called as a stress and painful event in life, nevertheless, the growth experience according to the self-report shows some growth related to their experience in the group counseling and some growth related to their learning as being grow up from divorced family. At the end, research findings were discussed and some suggestions for further study were proposed.

Field of Study : ..Counseling Psychology..	Student's Signature	
Academic Year :2010.....	Advisor's Signature	
	Co-advisor's Signature	

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้คงมีอาจสำเร็จลุล่วงไปได้ หากไม่ได้รับความอนุเคราะห์ด้วยแรงสนับสนุนอันดีจากบุคคลที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

ขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ที่ได้ช่วยแนะนำ ผลักดันและจุดประกายความคิด ทำให้ผู้วิจัยได้ค้นพบและทำการศึกษาวิจัยในหัวข้อเรื่องที่ข้าพเจ้าสนใจอย่างแท้จริง แม้อุปสรรคในการได้มาซึ่งผู้ให้ข้อมูลจะมีอยู่มาก แต่อาจารย์ก็คอยไต่ถาม ให้คำแนะนำ ให้ความรู้ ให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลืออย่างดียิ่งเสมอมา รวมถึงขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ สุภาพรพรณ โคตรจรัส อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์เพิ่มเติมแก่การทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ ตลอดจนขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ ที่ได้ให้ความรู้ความเข้าใจเพิ่มเติมเรื่องระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันแก่ผู้วิจัย ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โปธิแก้ว รองศาสตราจารย์วัชร ทรัพย์มี และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ คณะกรรมการสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์ที่ให้โอกาสและข้อเสนอแนะอันมีค่าแก่ผู้วิจัยในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอขอบคุณหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้องในครั้งนี้นี้ สำหรับความเอื้อเฟื้อในการช่วยอำนวยความสะดวกเพื่อให้ได้มาซึ่งผู้ให้ข้อมูลของการวิจัย

ขอขอบคุณ คุณชุตินา พงศ์วินทร์ ที่ได้ร่วมทุกข์สุข และยินดีเสียสละ ลงแรงใจให้ความช่วยเหลือการทำวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัยอย่างสุดกำลังความสามารถ เช่นเดียวกันผู้วิจัยขอขอบคุณคุณเรวดี สกุลอารียะ และคุณมณฑนา วรนิมมานนท์ สมาชิกทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลัก ทั้ง 2 ท่าน ที่ได้สละเวลาอันมีค่าในการร่วมกันวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ด้วยความเต็มใจอย่างยิ่ง

ขอขอบคุณ คุณสุววุฒิ วงศ์ทางสวัสดิ์ และคุณจวีร์รัตน์ นิลจันทิก ที่ได้ร่วมเดินทางและให้ความช่วยเหลือในการลงมือดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันในครั้งนี้ ขอขอบคุณคุณสุววุฒิ วงศ์ทางสวัสดิ์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและแบ่งปันประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ของผู้วิจัยและเพื่อนๆเสมอมา รวมถึงขอบคุณพี่ๆ เพื่อนๆ และรุ่นน้องทุกท่านที่ได้ให้กำลังใจ ไต่ถาม และเกื้อกูลซึ่งกันและกันเสมอมา นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ที่คณะวิศวกรรมศาสตร์ สาขาระบบควบคุม ที่ได้เอื้อเฟื้อเวลาระหว่างการทำงานให้ข้าพเจ้าได้ทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงไปได้

ท้ายที่สุดขอขอบพระคุณพ่อประสาน ทองทรัพย์ พ่อสวิง วั่งโสภา และแม่กัญชณัฐ เกษมูติ ที่ได้ให้โอกาสและให้การสนับสนุนแก่ผู้วิจัยเสมอมา และขอขอบคุณพีธีรพงษ์ พงษ์จันทร์ สำหรับความรักและความห่วงใยที่มีให้ มา ณ ที่นี้ด้วย

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 : บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	6
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	6
ขอบเขตการวิจัย.....	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
บทที่ 2 : เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
ผู้ที่มีจากครอบครัวหย่าร้าง.....	8
ทฤษฎีระบบครอบครัว.....	9
กรอบแนวคิดการหย่าร้าง-ความเครียด-การปรับตัว.....	15
ผลกระทบและปัจจัยปกป้อง.....	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	26
ความมองอกทางจิตใจของผู้ที่มีจากครอบครัวหย่าร้าง.....	29
กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา.....	32
การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน(CQR).....	36
คุณลักษณะที่สำคัญของวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบ ร่วมกัน.....	38
การเลือกสมาชิกและตั้งทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูล.....	39
การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	40

	หน้า
การศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	41
การตรวจสอบสามเส้า.....	41
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
การประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มีผู้วิจัยเห็นชอบ ร่วมกัน.....	45
บทที่ 3 : วิธีดำเนินการวิจัย.....	49
พื้นที่การศึกษา.....	49
ผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	49
การได้มาและเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	51
กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวร้าง....	51
จริยธรรมที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพและการพิทักษ์สิทธิ์.....	58
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	60
เครื่องมือ.....	60
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	61
ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล.....	61
ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	61
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	62
การตรวจสอบคุณภาพการวิจัย.....	63
บทที่ 4 : ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
การยอมรับตนเอง.....	88
สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา.....	94
สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว.....	97
สัมพันธภาพกับคนรอบข้าง.....	105
แรงบันดาลใจจากเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา....	112
มุมมองต่ออุปสรรค.....	116

	หน้า
ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว.....	118
มีสติรู้เท่าทัน.....	129
ความรู้สึกละสบสุข.....	131
ความรู้สึกละสบอดคล้องกลมกลืนภายในตน.....	133
เข้าใจสังขารของชีวิต.....	133
บทที่ 5 : สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	139
สรุปผลการวิจัย.....	139
อภิปรายผลการวิจัย.....	141
ข้อเสนอแนะ.....	152
รายการอ้างอิง.....	154
ภาคผนวก.....	158
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	199

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 ตารางแสดงรายละเอียดผู้ให้ข้อมูล.....	50
ตารางที่ 2 ตารางสรุปประเด็นหลักและหมวดหมู่.....	85
ตารางที่ 3 ตารางสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	136



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 ความต่อเนื่องของสัมพันธภาพแสดงความใกล้ชิด (Emery, 1994 : หน้า 22)....	11
ภาพที่ 2 การหมุนวนของ ความรัก ความโกรธ และความเศร้าเสียใจในภาวะเศร้าโศก (Emery, 1994 : หน้า 27).....	14
ภาพที่ 3 ภาพรวมแนวคิด The Divorce-Stress-Adjustment Perspective (Amato, 2000 : หน้า1271).....	16

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กที่ครอบครัวหย่าร้างต้องเผชิญกับผลกระทบหลายด้านจากการหย่าร้าง ทั้งด้านสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวที่อาจลำบากขึ้น ด้วยมีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูเพียงคนเดียว (Ducan & Hoffman, 1985 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เด็กอาจได้รับการสนับสนุนทางจิตใจจากพ่อแม่ น้อยลง และได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่ที่ไม่เท่ากับก่อนการหย่าร้าง (Astone & McLanahan, 1991; Hetherington & Clinger, 1992; Simons, 1996 อ้างถึงใน Amato 2000) เด็กอาจต้องเผชิญกับความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ และอาจมีความขัดแย้งระหว่างตนเองกับพ่อหรือแม่ เด็กที่ครอบครัวหย่าร้างต้องต่อสู้กับบาดแผล ความรู้สึกเจ็บปวด หรือความรู้สึกสะเทือนใจที่ได้รับจากการหย่าร้าง ในช่วงเวลาเดียวกันเด็กยังต้องพยายามเรียนรู้และเติบโตไปตามพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยของตนเองด้วย (Størksen, Røysamb, Moum, & Tambs, 2005) ด้วยผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นได้กับเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างดังกล่าว จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะได้มีการทำความเข้าใจ เอาใจใส่ เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างกลุ่มนี้ เพื่อช่วยเยียวยาและเกื้อกูลให้เด็กเหล่านี้ สามารถก้าวพ้น ผลกระทบต่างๆที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้าง และเติบโตองงามตามวัยของเด็ก ตลอดจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ต่อไปได้

จากสถิติการจดทะเบียนหย่าร้างของคู่สมรสไทยในแต่ละปี แสดงให้เห็นถึงอัตราการหย่าร้างที่มีเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในช่วง 6 ปีที่ผ่านมา นับแต่ปี พ.ศ. 2547 – พ.ศ. 2552 กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (2552) ได้รายงานยอดจำนวนคู่สมรสที่ได้จดทะเบียนหย่าร้างสูงขึ้นในแต่ละปี ตามลำดับดังนี้ 86,982 คู่ ในปี พ.ศ. 2547 90,688 คู่ ในปี พ.ศ. 2548 91,155 คู่ ในปี พ.ศ. 2549 100,420 คู่ ในปี พ.ศ. 2550 109,084 คู่ ในปี พ.ศ. 2551 และ 109,277 คู่ ในปี พ.ศ. 2552 เช่นเดียวกันกับข้อมูลจาก โครงการติดตามสภาพการณ์เด็กและเยาวชน (Child Watch) ของสถาบันรามจิตติ พบว่า โครงสร้างพื้นฐานของครอบครัวไทยมีอัตราการหย่าร้างเพิ่มมากขึ้น จากปี พ.ศ. 2548 ที่คู่สมรส 4.27 คู่ จะมีการหย่าร้าง 1 คู่ ในปี พ.ศ. 2551 ในคู่สมรส 3.03 คู่ จะมีการหย่าร้าง 1 คู่ (สยามรัฐ, 2552)

ด้วยยอดจำนวนการหย่าร้างที่สูงขึ้นเรื่อยๆนี้ ทำให้ปัจจุบันสังคมไทยมีเด็กที่มีครอบครัวหย่าร้างอยู่เป็นจำนวนมาก ในแง่ของผลกระทบต่อเด็ก การหย่าร้างเป็นเหตุการณ์ที่สะเทือนใจเด็ก

ปฏิภริยาที่เด็กมีนั้นขึ้นกับเพศ อายุ ฟ้าินอารมณั และพัฒนาการทางสติปัญญา โดยอาการที่พบ ส่วนใหญ่ที่อาจแสดงนั้นได้แก่ อาการซึมเศร้า โกรธ ขาดสมาธิในการเรียนและวิตกกังวลต่ออนาคต (อุมาพร ตรังคสมบัติ และดุสิต ลิขนะพิชิตกุล, 2535; Wallerstein, 1991 อ้างถึงใน อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544) นอกจากนี้เด็กยังมีความขัดแย้งในจิตใจ จากความรู้สึกว่าต้องภักดีต่อพ่อแม่ (loyalty conflict) ทั้งยังมีความใฝ่ฝันจะให้พบกับแม่คืนดีกัน (reconciliation fantasy) และเด็ก บางคนอาจถูกดึงเข้ามาในความขัดแย้งของพ่อแม่ เช่น เป็นเครื่องมือในการต่อสู้ระหว่างพ่อแม่ หรือเป็นคนกลางในการสื่อสาร เนื่องจากพ่อแม่สื่อสารกันเองโดยตรงไม่ได้ (Buchanan, Maccoby & Dornbusch, 1991 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งหมดนี้อาจทำให้เด็กไม่สามารถพัฒนาตนเองไปในทิศทางที่เหมาะสมได้ นอกจากนี้มีผลการวิจัยที่ชี้ว่า เด็กที่ครอบครัวหย่าร้างจะมีโอกาสที่อาจเกิดปัญหาทางจิตเวชมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์ (อุมาพร ตรังคสมบัติ และดุสิต ลิขนะพิชิตกุล 2535; Wallerstein, 1991 อ้างถึงใน อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544)

นอกจากผลกระทบจากการหย่าร้างที่มีต่อวัยเด็กในวัยรุ่น การหย่าร้าง การแยกทางกัน หรือการแต่งงานใหม่ที่เกิดขึ้นเมื่อลูกอยู่ในวัยรุ่นจะมีผลกระทบต่อพัฒนาการได้มาก โดยเฉพาะพัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่น คือ การก้าวไปสู่ความเป็นอิสระ ฟ้าังตนเองและเป็นตัวของตนเอง (Erikson, 1950) โดยวัยรุ่นจะเหินห่างจากพ่อแม่มากขึ้น บางครั้งอาจเหินห่างจากพ่อ หรือแม่ แล้วไปใกล้ชิดกับอีกคนหนึ่งแทน เมื่อพ่อหรือแม่คนใดคนหนึ่งจากไปเพราะการหย่าร้าง กระบวนการดังกล่าวจะเป็นไปได้ยากขึ้น เพราะการที่มีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูเพียงคนเดียว ทำให้วัยรุ่น ต้องมาเข้าใกล้ชิดพ่อหรือแม่ผู้นั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ และหากมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีต่อกัน วัยรุ่น จะเกิดความอึดอัดใจ แต่ถ้ามีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันอาจทำให้วัยรุ่นเกิดความผูกพันมากเกินไป เนื่องจากบางครั้งพ่อ หรือแม่ เป็นฝ่ายเข้ามาผูกพันกับลูกมากขึ้นเพื่อทดแทนความรู้สึกสูญเสียของตน ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถแยกตัวเองจากพ่อแม่ และสร้างความสัมพันธ์ที่เหมาะสมกับคน ภายนอกได้ วัยรุ่นบางรายทนความใกล้ชิดกับพ่อแม่ไม่ได้ ก็จะมีการพัฒนาความเป็นตัวของ ตัวเองเร็วเกินไป(อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2540 อ้างถึงใน อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544) ขณะเดียวกัน การเติบโตมาอย่างอิสระเสรี และมีโอกาสได้รับการอบรมดูแลจากพ่อแม่ค่อนข้างน้อย ส่งผลให้ วัยรุ่นที่มีครอบครัวหย่าร้าง หลายคนมีปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ปัญหาการทำแท้ง ตลอดจนการใช้สิ่งเสพติด และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่นมากกว่า กลุ่มวัยรุ่นที่มีครอบครัว สมบูรณ์ตามปกติ (Wallerstein, 2004)

ผลกระทบจากการหย่าร้างของพ่อแม่ในวัยเด็กมีผลต่อเนื่องเมื่อบุคคลนั้นเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ แม้ว่า เด็กที่มีครอบครัวหย่าร้างจะได้รับการเยียวยา และมีพัฒนาการการปรับตัวที่ดีขึ้นอย่าง

ต่อเนื่องหลายปีหลังจากการหย่าร้าง ผลกระทบทางลบของการหย่าร้างยังคงอยู่ และอาจปรากฏอีกครั้ง เมื่อเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Amato, 2000) ภาพความสัมพันธ์ครอบครัวที่หย่าร้างในอดีต ยังคงกลับมาย้ำเตือน ความเจ็บปวดจากการเติบโตมาในครอบครัวที่หย่าร้าง ผู้ใหญ่ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มักมีความรู้สึกกลัวที่จะประสบความล้มเหลวในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ลึกซึ้งหรือในการสร้างครอบครัวชีวิตคู่ เช่นที่ตนเคยได้ประสบมา ภาพแห่งอดีตที่คอยย้ำเตือนเหล่านี้ กลายเป็นความรู้สึกที่รบกวนจิตใจและอาจกีดกันการพัฒนาความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งกับคนรักในวัยผู้ใหญ่ได้ Wallerstein ได้กล่าวถึงผลกระทบในระยะยาวเหล่านี้ว่าเป็น ผลกระทบจากการหย่าร้างที่ยังหลับอยู่ (sleeper effect) (Wallerstein, 1991 อ้างถึงใน Nosanow, Hage & Levin, 1991) ขณะเดียวกันด้วยความที่ผู้ใหญ่กลุ่มนี้ขาดประสบการณ์ในการใช้ชีวิตอย่างครอบครัวที่สมบูรณ์ ทำให้ขาดโอกาสในการเรียนรู้ ทำความเข้าใจถึงบทบาทและการทำหน้าที่ของพ่อแม่ที่ดีว่าเป็นอย่างไร ตลอดจนขาดโอกาสในการเรียนรู้และเข้าใจถึงการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับคู่สมรสอย่างเป็นครอบครัว ผลกระทบจากการหย่าร้างเหล่านี้ ถือเป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิตตามพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ ตลอดจนเป็นอุปสรรคต่อการสร้างครอบครัวที่สมบูรณ์ ของผู้ใหญ่ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง (Wallerstein , 2004)

กระนั้นการมุ่งมองแต่เฉพาะผลเสียหรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง อาจทำให้เราเข้าใจปัญหา หรือความทุกข์ของเด็กกลุ่มนี้ได้ดีขึ้น แต่ขณะเดียวกัน ภาพปัญหาและความรู้สึกทางลบของเด็กกลุ่มนี้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น และอาจเด่นชัดมากกว่าภาพอื่นๆของเด็ก มีผลการวิจัยที่นำเสนอผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างต่อพ่อแม่คู่สมรสที่หย่าร้าง ส่งผลต่อการศึกษาวิจัยในกลุ่มเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในทางลบด้วย (Gately & Schwebel, 1991, 1992 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) ภาพของสื่อที่มุ่งมองไปที่ความสูญเสีย และความเจ็บปวดจากการหย่าร้าง อาจเป็นอุปสรรคต่อการที่นักวิจัย และสาธารณชนที่จะได้มองเห็นความมั่งคั่งทางจิตใจ (growth) ที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้าง (Stewart et al., 1997 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) ขณะเดียวกันการมุ่งมองผลกระทบจากการหย่าร้าง อย่างไม่ครอบคลุมเช่นนี้ สร้างภาพลักษณ์ และการคาดการณ์ต่างๆ ที่ส่งผลต่อเด็กและครอบครัวที่หย่าร้างอย่างมากมาย (Barber & Eccles, 1992; Dreman, 2000 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) ตรงกันข้าม การให้ความสนใจกับความเข้มแข็ง ความมั่งคั่ง และเติบโตของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง น่าจะช่วยเติมเต็มกำลัง ความมั่งคั่ง และเข้มแข็งของเด็ก ให้ก้าวผ่านปัญหาที่มีปรากฏอยู่มากมายเหล่านี้ไปได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดพื้นฐานของจิตวิทยาเชิงบวก ที่มีแนวคิดว่าการมองสถานการณ์ต่างๆ อย่างชัดเจนตรงตามความเป็นจริง เราสามารถมองภาพที่เป็นความสดชื่น รื่นรมย์ มากกว่าจะมองสถานการณ์นั้นเหมือนเป็นอาการ

ของความเจ็บป่วยทางจิตใจ และการเลือกที่จะวาดภาพที่ดูรื่นรมย์ มีชีวิตชีวา มากกว่าที่จะวาดสภาพการณ์จริงที่มักถูกมองเป็นสัญญาณของอาการเจ็บป่วยทางจิตใจนั้น เป็นการรักษาสุขภาพจิตที่ดี (Peterson, 2000; Schwartz, 2000; Vaillant, 2000 อ้างถึงใน Seligman, 2000) ทั้งนี้มุมมองในจิตวิทยาเชิงบวกดังกล่าว เป็นที่ยอมรับและนำมาอ้างอิงอย่างมากในแวดวงจิตวิทยาการปรึกษาในปัจจุบัน

ในส่วนของมุมมองจิตวิทยาเชิงบวกกับเด็กนั้น ต่อดันของการนำเสนอจิตวิทยาเชิงบวก Seligman และ Csikszentmihalyi (2000) ได้กล่าวถึงประสบการณ์จากการอยู่กับลูก (Nikki) ที่ทำให้ Seligman ได้ตระหนักว่า การเลี้ยงเด็กนั้นเป็นมากกว่าการช่วยปรับปรุงสิ่งที่บกพร่อง หรือไม่ปกติของเด็กให้ดีขึ้นเท่าที่มี แต่ยังหมายรวมถึงการช่วยเด็กค้นหา และบำรุงดูแลศักยภาพที่เข้มแข็งของเขา ช่วยให้เด็กได้ค้นพบว่าอะไรคือคุณสมบัติโดดเด่นที่เด็กมีอยู่ และช่วยให้เด็กได้มีที่อยู่หรือจุดยืนที่เหมาะสม ด้วยศักยภาพ ความเข้มแข็งที่เด็กมี ด้วยมุมมองจิตวิทยาทางบวกที่สอดคล้องกับมุมมองของผู้วิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาถึงประสบการณ์ของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง ในมุมมองทางบวก โดยมุ่งสนใจภาวะความมั่งคั่งที่เกิดขึ้นของเด็ก เพื่อช่วยเพิ่มพูนความมั่งคั่งในจิตใจของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง

งานวิจัยจำนวนหนึ่งได้ศึกษาในมุมมองทางบวกที่เกิดขึ้นในเด็กจากการหย่าร้าง โดยศึกษาถึงความมั่งคั่งภายในตน ของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างและพบว่าเด็กมีความมั่งคั่งเติบโตภายในจิตใจ ที่พัฒนาขึ้นตามกาลเวลาที่ผ่านไป (Kurdek & Siesky, 1979; Rosen, 1977; Laumann-Billings & Emery, 2000 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) ขณะเดียวกันจากการประเมินผลการใช้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในงานวิจัยที่ผ่านมาในต่างประเทศ รายงานว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว อาจช่วยสร้างประสบการณ์สำคัญที่จะช่วยเกื้อกูลให้เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทั้งในวัยเด็กและวัยรุ่นให้มีสุขภาพจิตที่ดีได้ ทั้งยังเป็นการช่วยลดผลกระทบระยะยาวที่เกิดขึ้นกับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างให้ลดลงได้อีกทางหนึ่ง เนื่องจากเด็กได้เรียนรู้วิธีการในการรับมือและจัดการกับเรื่องราวของตนเอง (Alpert-Gillis, Pedro-Carroll, & Cowen, 1989; Anderson, Kenney, & Gerler, 1984; Bussey, 1996; Crosbie-Burnett & Newcomer, 1990; Gwynn & Brantley, 1987; Lee, Picard, & Blain, 1994; Roseby & Deutsch, 1985; Sanders & Riestler, 1996; Stolber & Mahler, 1989 อ้างถึงใน Hage & Nosanow, 2010)

สำหรับในประเทศไทย แม้การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเด็กจากครอบครัวที่หย่าร้างในทิศทางจิตวิทยาเชิงบวกยังคงค่อนข้างจำกัด โดยมากเป็นการมุ่งศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวครอบครัว และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแก่เด็ก หรือนักศึกษาที่ครอบครัวหย่าร้างใน

รูปแบบการวิจัยเชิงปริมาณ ตัวอย่างเช่นงานวิจัยของ อุบลรัตน์ สมวิงษ์ (2543) งานวิจัยของ อารีย์ ชันติธรรมกุล (2546) และงานวิจัยของ รัชณีภรณ์ ศักดิ์ศรีวัฒนา (2548) กระนั้นผลการวิจัยเหล่านี้ได้ข้อค้นพบสอดคล้องกันว่า นักเรียนและนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในกลุ่มตัวอย่าง มีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และสัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ดีขึ้น ภายหลังจากได้รับบริการการศึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งในรูปแบบรายบุคคล และแบบกลุ่ม นอกจากนี้หากพิจารณาถึง การศึกษาผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดต่างๆที่พบว่ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว มีผลทำให้ ตัวแปรตามหรือคุณลักษณะเชิงสร้างสรรค์อันพึงประสงค์ต่างๆ เพิ่มขึ้น เกิดขึ้น กับกลุ่มตัวอย่างนั้นๆ ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นตัวอย่างการศึกษาถึงผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์ส ต่อคะแนนความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงสระบุรี (ดวงพร หิรัญรัตน์, 2543) การศึกษาถึงผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการศึกษาแนวพุทธต่อความเข้มแข็งอดทนของนักศึกษามหาวิทยาลัย (สิริกาญจน์ สง่า, 2551) และการศึกษาในกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการศึกษาแนวพุทธต่อความสามารถในการฟื้นพลังของนักศึกษามหาวิทยาลัย (สุภาวดี ดิสโร, 2551) เป็นต้น เช่นเดียวกันในบางการวิจัย ยังได้รายงานถึงผลของกลุ่มที่มีผลช่วยให้ ตัวแปรตามอันเป็นคุณลักษณะไม่พึงประสงค์บางประการลดลงจากเดิมได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้เช่นกัน ดังตัวอย่างการศึกษาผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีต่อ ภาวะวิตกกังวลซึมเศร้าของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยี (ดารุวรรณ โรจนสุพจน์, 2544) เป็นต้น ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยคาดว่า กระบวนการของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา จะช่วยให้นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เกิดการเปลี่ยนแปลงอันเป็นความเติบโตของงามในมิติต่างๆ ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างได้ อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่การได้ศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในช่วงเวลาที่เหมาะสมดังกล่าว

ในฐานะของผู้วิจัยและนักจิตวิทยาการศึกษาฝึกหัด ซึ่งมีกระบวนการกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นเครื่องมือสำคัญในการช่วยเยียวยาและพัฒนาความงอกงามในบุคคล ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามภายในตนของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง ภายหลังจากการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา และเพื่อที่จะศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามภายในตนของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างได้อย่างชัดเจน ลุ่มลึก ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพเป็นแนวทางในการศึกษาการศึกษาครั้งนี้ นอกจากจะเป็นการขยายพื้นที่การศึกษาถึงความเติบโตของงามภายในตนของกลุ่มเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างในประเทศ ให้มีพื้นที่ของข้อมูลเกี่ยวกับความงอกงามของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง และยังเป็นการศึกษาเพื่อให้เข้าใจถึงประสบการณ์ความงอกงาม

หลังจากการหย่าร้างของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างให้ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น อันจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปประยุกต์ใช้ในการให้บริการจิตวิทยาการศึกษาแก่กลุ่มเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างต่อไป

คำถามการวิจัย

ประสบการณ์ความมั่งงอกงามของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หลังการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความมั่งงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

ขอบเขตของการวิจัย

งานวิจัยนี้จำกัดขอบเขตการวิจัยเฉพาะการศึกษาจากประสบการณ์ความมั่งงอกงามในช่วงเวลาหลังการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจากผู้เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว จัดโดยหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ครอบครัวหย่าร้าง

หมายถึง ครอบครัวที่มีการจดทะเบียนหย่าร้างกันโดยนิตินัย หรือ ครอบครัวที่มีการแยกทางกันโดยพฤตินัย ในงานวิจัยนี้ ผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หมายถึง เด็กหรือ ลูก ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งอยู่ในช่วงระหว่างวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น และเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี

ความมั่งงอกงาม

หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาในด้านบวกที่เกิดขึ้นอันเป็นผลจากการได้ต่อสู้ฟันฝ่าสถานการณ์ที่ยาก ทำทนายของชีวิต (Tedeschi & Calhoun, 1996)

ในการวิจัยนี้หมายถึง ประสบการณ์ความมั่งงอกงามของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถอธิบายถึงประสบการณ์ความมั่งงอกงามภายหลังจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างได้
2. เป็นแหล่งอ้างอิงความรู้เพิ่มเติม เกี่ยวกับความมั่งงอกงามของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ตลอดจนเป็นความรู้พื้นฐานแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง และผู้ปฏิบัติงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สามารถนำไปใช้พื้นฐานในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตลอดจนป้องกันปัญหา และพัฒนา เสริมคุณลักษณะทางบวกในกลุ่มผู้ที่มาจากครอบครัวที่หย่าร้าง



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ ทบทวนแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาถึง ประสิทธิภาพความมั่งคั่งทางจิตวิทยาภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ตลอดจนทำความเข้าใจถึงประสิทธิภาพของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในเบื้องต้น ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมในหัวข้อต่อไปนี้

1. ผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
2. ความมั่งคั่งทางจิตใจของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
3. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
4. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR)

1. ผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

ในช่วงทศวรรษที่ 90 งานวิจัยจำนวนมากได้หยิบยืมหลากหลายแนวคิดทฤษฎีมาใช้ในการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจถึงผลกระทบจากการหย่าร้างที่มีต่อเด็กและผู้ใหญ่ อาทิ ทฤษฎีความผูกพัน (Attachment theory) (Harzan & Shaver, 1992 อ้างถึงใน Amato, 2000) ทฤษฎีระบบครอบครัว (Systems theory) (Emery, 1994 อ้างถึงใน Amato, 2000) ทฤษฎีการอ้างเหตุผล (Attribution theory) (Grych & Fincham, 1992 อ้างถึงใน Amato, 2000) ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ (Symbolic interaction) (Orbuch, 1992 อ้างถึงใน Amato, 2000) เป็นต้น อย่างไรก็ตาม แม้จะมีการเลือกหลายทฤษฎีมาใช้ในการศึกษาถึงผลกระทบจากการหย่าร้างที่มีต่อเด็ก และผู้ใหญ่ Amato (2000) ได้กล่าวว่างานวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งเลือกหยิบใช้แนวคิดทฤษฎีที่หลากหลายเหล่านี้ล้วนมีข้อสันนิษฐานโดยเบื้องต้นเหมือนกันว่า การหย่าร้างนับ เป็นการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่สร้างความตึงเครียด ทำให้นักวิจัยจำนวนมากได้ศึกษางานที่เกี่ยวข้องกับสมาชิกครอบครัวที่หย่าร้างในมุมมองของการศึกษาในแง่ความตึงเครียด อาทิ ทฤษฎีความเครียดและการแก้ปัญหาของครอบครัว (Hill, 1949; Mc Cubbin & Patterson, 1983; Plunkett, Sanchez, Henry & Robison, 1997 อ้างถึงใน Amato, 2000) หรือแม้แต่ทฤษฎีความเครียด (Pearlin, Menaghan, Liberman &

Mullan, 1981; Thoits, 1995 อ้างถึงใน Amato, 2000) ตลอดจนศึกษาในมุมมองของ ความเสี่ยง และการฟื้นคืนพลัง (Cowan, Cowan & Schulz, 1996; Hetherington, 1999; Rutter, 1987 อ้างถึงใน Amato, 2000)

Amato (2000) กล่าวว่า วรรณกรรมงานวิจัยศึกษาถึงการหย่าร้าง ส่วนมากใช้กรอบแนวคิดในแง่ความเครียดในการศึกษาเป็นหลัก แม้แต่กรอบแนวคิดจะมีความหลากหลายกันไปบ้าง แต่ยังคงไว้ซึ่งแนวคิดหลักที่มีอยู่ร่วมกัน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะขอล่าถึงเฉพาะแนวคิดที่ผู้วิจัยเห็นว่าจะมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยและได้นำมาใช้เป็นแนวคิดพื้นฐานในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ อันได้แก่ ทฤษฎีระบบครอบครัว โดย Emery (1994) และแนวคิดทฤษฎีการหย่าร้าง - ความเครียด - การปรับตัว (The Divorce-Stress-Adjustment Perspective) โดย Amato (2000) โดยทั้งทฤษฎี กรอบแนวคิดและ ผลงาน ของ Amato และ Emery ต่างได้รับความนิยมแพร่หลาย และมีปรากฏการอ้างอิงถึงในบทความวารสารที่ศึกษาเกี่ยวกับการหย่าร้าง และเด็กในครอบครัวหย่าร้างอยู่มากในปัจจุบัน แนวคิดทฤษฎีทั้งสองมีรายละเอียดดังนี้

1.1. ทฤษฎีระบบครอบครัว

Emery (1994) กล่าวว่า สมาชิกในครอบครัวไม่ได้สิ้นสุดความสัมพันธ์ไปพร้อมกับการหย่าร้าง ในทางปฏิบัติคู่สมรสที่หย่าร้างยังคงต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันในทางใดทางหนึ่ง ด้วยภาระในส่วนของลูกหรือเด็กที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน สถานภาพความเป็นครอบครัวจึงยังคงอยู่ด้วยสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่มี แม้จะไม่ได้อยู่ในบ้านเดียวกันก็ตาม

การมองครอบครัวอย่างเป็นระบบตามทฤษฎีนี้เป็นประโยชน์อย่างมากในการศึกษาครอบครัวที่หย่าในช่วงระยะเวลา 2-3 ปีแรกหลังจากการหย่าร้าง และยังสามารถประยุกต์กับการศึกษาในช่วงระยะ เวลาภายหลังการหย่าร้างในหลายปีต่อมาได้ ทั้งในกลุ่มครอบครัวหย่าร้างที่ลูกได้เจอพ่อแม่อยู่บ่อยๆ และในกลุ่มที่ลูกแทบจะไม่ได้เจอพ่อแม่หรือแม่ที่ไม่ได้เป็นผู้เลี้ยงดูลูกเลย โดยมากแล้วลูกในกลุ่มนี้ก็ยังคงนับพ่อแม่ เป็นหนึ่งในสมาชิกครอบครัวของตนอยู่ (Peterson & Zill, 1986 อ้างถึงใน Emery, 1994)

1.1.1 สัมพันธภาพในครอบครัวหย่าร้าง

แม้การหย่าร้าง จะไม่ได้ทำให้สัมพันธภาพของการเป็นครอบครัวสูญสิ้น แต่การหย่าร้างได้ส่งผลให้สภาพความสัมพันธ์ในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก Emery (1994) ได้กล่าวว่า การกำหนดขอบเขตสัมพันธภาพของครอบครัวที่หย่าร้างอย่างไม่ชัดเจน ทำให้เกิดเป็นปัญหาต่างๆที่ผู้ปฏิบัติงานด้านสุขภาพจิตและตัวสมาชิกครอบครัว

เองต้องจัดการหรือได้รับการเยียวยา ทั้งยังส่งผลให้ต้องมีการปรับปรุง กฎหมาย รองรับ ปัญหาที่ตามมาเหล่านี้ด้วย

Emery (1994) มองว่า การหย่าร้างเกิดขึ้นเป็นกระบวนการ ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ที่มีเหตุการณ์ และอารมณ์ต่างๆ ที่เราสามารถคาดการณ์ได้ก่อบรรลุ นับเป็นช่วงเวลาที่ เต็มไปด้วยรายละเอียดสำคัญมากมาย ขณะเดียวกัน การต่อรองความสัมพันธ์ภายใน ครอบครัว (negotiation family relationship) ซึ่งเดิมมีอยู่ในครอบครัวนับแต่ก่อนการ หย่าร้าง เมื่อเกิดการหย่าร้างการต่อรองความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ภายหลังการ หย่าร้าง(Renegotiation family relationship)ยังคงดำเนินอยู่ต่อไปอย่างต่อเนื่องและ ยาวนาน ภายหลังการหย่าร้างที่ถูกต้องตามกฎหมาย

ในทฤษฎีระบบครอบครัว Emery (1994) ได้กล่าวถึงการต่อรองความสัมพันธ์ ภายในครอบครัวภายหลังการหย่าร้างเป็นประเด็นสำคัญในครอบครัวที่หย่าร้าง โดย Emery ได้ยกเรื่อง ขอบเขต (Minuchin, 1974,1985 อ้างถึงใน Emery, 1994) ของแต่ละ บุคคล หรือ สัมพันธภาพมาอธิบาย กล่าวคือ การต่อรองความสัมพันธ์ในครอบครัว หย่าร้าง คือ การต่อรอง การกำหนดกติกา หรือ ขอบเขต ภายในความสัมพันธ์ระหว่าง สมาชิกครอบครัวหย่าร้างด้วยกัน ขอบเขต หรือ กติกาของสัมพันธภาพในครอบครัวหย่า ร้างนี้ หมายความว่ารวมถึง กติกาที่สมาชิกครอบครัวรับรู้ได้จากการพูดคุยกันโดยตรง และ รับรู้ได้โดยนัย แม้จะเห็นได้ไม่ชัดนัก แต่ทันทีที่มีการลวงล้ำเขตแดน เส้นกั้นอาณาเขตจะ ปรากฏชัดขึ้นทันที ทั้งนี้ Emery (1994) เห็นว่า ความใกล้ชิด (intimacy) และอำนาจ (power) เป็นแก่นสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว ด้วยเหตุนี้ Emery จึงกล่าวว่า สมาชิกครอบครัวที่หย่าร้างซึ่งยังคงมีสัมพันธภาพของการเป็นครอบครัวอยู่ คือ ยังคงมี ความใกล้ชิด และอำนาจ ต่อกันอยู่ จึงต้องพยายามต่อสู้ดิ้นรนที่จะกำหนดกติกา หรือ ขอบเขตของสัมพันธภาพในครอบครัวของตนอีกครั้งภายหลังจากการหย่าร้าง เช่น การที่คู่ สมรสที่หย่าร้างฝ่ายหนึ่งปฏิเสธที่จะพูดคุยทางโทรศัพท์ ยกเว้นภายในช่วงเวลาที่ต้อง ติดต่อกันเรื่องลูก กล่าวได้ว่า ความใกล้ชิด คือ ความรู้สึกเกี่ยวพันที่แน่นแฟ้น ดังนั้นหาก จะคิดเนืองโยงต่อไปแล้ว ความเกลียดจึงไม่ใช่ชั่วตรงข้ามกับความใกล้ชิด แต่คือความ ใกล้ชิดในอีกด้านหนึ่งนั่นเอง เช่นเดียวกัน สัมพันธภาพที่เกิดความขัดแย้งกันอย่างรุนแรง ระหว่างคู่สมรส แท้จริงแล้ว คือ การมีสัมพันธภาพที่เกี่ยวข้องกันอย่างใกล้ชิดลึกซึ้ง ไม่ใช่ การมีสัมพันธภาพต่อกันในลักษณะที่ห่างเหินแต่อย่างใด

Emery (1994) จัดให้ความรักกับความเกลียดอยู่ในขั้วเดียวกันของระดับความลึกซึ่งในสัมพันธภาพ หากแต่เป็นลักษณะความสัมพันธ์ในด้านตรงกันข้าม ซึ่งแตกต่างไปจากทฤษฎีอื่นๆ

สัมพันธภาพแบบเกื้อกูล				
ใกล้ชิด	ไม่ให้ความสนใจ	มิตรภาพ	รัก	ใกล้ชิด
น้อยที่สุด	ไม่ให้ความสนใจ	คู่แข่ง	เกลียด	มากที่สุด

สัมพันธภาพแบบแข่งขัน

ภาพที่ 1 ความต่อเนื่องของสัมพันธภาพแสดงความใกล้ชิด (Emery, 1994 : หน้า 22)

จากภาพที่ 1 ที่แสดงระดับของความรู้สึกใกล้ชิด ที่ทั้งความรัก(love) และความเกลียด(hate) ต่างมีระดับของความใกล้ชิดผูกพันอยู่อย่างเข้มข้นเหมือนกัน หากแต่ความรัก(love) เป็นความรู้สึกใกล้ชิดต่อกันมาก ในลักษณะที่ทำให้สัมพันธภาพเป็นไปอย่างเกื้อกูลกัน (cooperative relationship) ขณะที่ความเกลียด(hate) เป็นความรู้สึกใกล้ชิดต่อกันมากในลักษณะที่ทำให้สัมพันธภาพเป็นไปอย่างแข่งขันกัน (competitive relationship) ดังนั้นในครอบครัวที่หย่าร้างจึงยังคงมีความรู้สึกใกล้ชิดต่อกันอยู่ และปรากฏให้เห็นได้จากทั้งในสภาพครอบครัวหย่าร้างที่เข้าใจกัน มีการปรับตัวหรือกำหนดขอบเขต ต่อกันได้อย่างลงตัว รวมถึงในสภาพครอบครัวหย่าร้างที่มีความขัดแย้งรุนแรง ทะเลาะกันอย่างรุนแรง

ขณะเดียวกัน อำนาจ ในสภาพการณ์ปกติ คือ การมีอำนาจสิทธิ์เหนือผู้อื่น โดยที่ไม่มีผู้ต่อต้าน ในครอบครัว พ่อแม่ คือผู้ที่มีอำนาจมากกว่าลูก โดยลูกจะมีอำนาจเมื่อพ่อแม่มอบอำนาจให้ ในสภาพการณ์ของความขัดแย้ง อำนาจ คือ การเป็นฝ่ายควบคุมความขัดแย้ง หรือชัยชนะ ในครอบครัวที่หย่าร้าง พ่อแม่หลายคนถึงเลที่จะ เข้มงวด ขัดเกลา ความประพฤติของลูกด้วยความรู้สึกผิดว่าตนเป็นสาเหตุที่ทำให้ลูกมีครอบครัวหย่าร้าง ตลอดจนมีพฤติกรรมทางลบต่างๆ ความลึงเลใจเหล่านี้ กลายเป็นปัจจัยเร่งทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะทำให้พ่อแม่รู้สึกผิดได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งจะทำให้ พ่อแม่ลูกครอบครัวหย่าร้างนี้ อยู่ในวงจรของการบังคับขู่เข็ญ (coercive cycles) (Patterson, 1982 อ้างถึงใน Emery, 1994) กล่าวคือ การที่พ่อแม่ลึงเล สงสัยในตน ด้วยความรู้สึกผิด เมื่อลูกเรียกร้องให้ตอบสนองความต้องการเพิ่มมากขึ้น พ่อแม่มักยอมทำตามความต้องการของลูก ทำให้

เด็กเรียนรู้ที่จะควบคุมสถานการณ์ และใช้เป็นเครื่องมือเพื่อให้สามารถเรียกร้องและได้รับการสนองตอบความต้องการหรือความสนใจชั่วคราวนั้นๆ และครั้งต่อไปได้

ความใกล้ชิดและอำนาจ ที่สมาชิกครอบครัวที่หย่าร้างแต่ละคนมีต่อกัน ถือเป็นฐานหลักในสัมพันธภาพของสมาชิกครอบครัวที่หย่าร้าง Emery (1994) จึงได้กล่าวว่า

การต่อรองสัมพันธภาพในครอบครัวหย่าร้างนั้น คือ การต่อรองขอบเขตในแง่ของความรู้สึกใกล้ชิดและอำนาจที่มีต่อกันนั่นเอง ทั้งนี้ Emery (1994) ได้กล่าวถึง การต่อรองขอบเขตของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ 3 ลักษณะหลักๆ อันได้แก่ ความสัมพันธ์เชิงคู่ระหว่างคู่สมรสที่หย่าร้าง (the dyadic relationship between former partners) ความสัมพันธ์เชิงคู่ระหว่างพ่อกับลูก หรือแม่กับลูก (the dyadic relationship between parent and the children) และความสัมพันธ์สามเส้าระหว่างพ่อและแม่กับลูก (the triadic relationship between two parents and the children) ในครอบครัวที่หย่าร้าง ความสัมพันธ์ทั้ง 3 ลักษณะนี้ควรที่จะมีการกำหนดขอบเขตใหม่ ให้ชัดเจนอีกครั้ง

ภายหลังการหย่าร้าง Emery (1994) กล่าวว่า ประเด็นหลักสำคัญในการเลี้ยงลูกหรือเด็กจากการหย่าร้างให้ประสบความสำเร็จได้ คือการที่คู่สมรสจะสร้างความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับลูกนั้นคล้ายความเกี่ยวพัน ไม่ผูกติดกับความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสด้วยกัน งานวิจัยจำนวนมากพบว่า ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสที่หย่าร้างสัมพันธ์กับการมีปัญหาทางด้านอารมณ์ของเด็ก (Buchanan, Maccoby & Dornbusch, 1991; Emery, 1982, 1988; Grych & Finecham, 1990 อ้างถึงใน Emery, 1994) ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสที่หย่าร้างยังส่งผลให้การเลี้ยงดูเอาใจใส่ลูก (authoritative parenting) ของพ่อแม่มากลำบากขึ้น

ฉะนั้นด้วยเหตุที่ ในครอบครัวหย่าร้าง สมาชิกครอบครัว มีความคาดหวังที่ไม่อาจคาดการณ์ความแน่นอนได้ มีภาวะอารมณ์ความรู้สึกที่เจ็บปวดและตึงเครียด มีความปรารถนาที่ไม่สอดคล้องกัน มีการติดต่อสื่อสารกันอย่างจำกัด ตลอดจนอาจมีการเผชิญกับขัดแย้งในจิตใจ จากความรู้สึกที่ต้องยึดมั่นต่อกัน ผลลัพธ์ที่ปรากฏในครอบครัวที่หย่าร้างจึงมักกลายเป็นการเกิดความขัดแย้ง ตึงเครียดระหว่างสมาชิกครอบครัว และความรู้สึกเศร้าภายในตนของสมาชิกครอบครัวที่หย่าร้าง

1.1.2 ภาวะความเศร้าโศกในครอบครัวหย่าร้าง

ความขัดแย้งระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่หย่าร้าง เกิดขึ้นจากการกำหนดขอบเขตอันเกี่ยวเนื่องกับความใกล้ชิด และอำนาจในสัมพันธภาพของครอบครัว อย่างไม่เอื้อต่อการพัฒนาสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว นำมาซึ่งความขัดแย้งภายในตนของ

สมาชิกครอบครัว อันเกี่ยวข้องกับกำกับการรับมือกับความสูญเสีย และความรู้สึกต่อตนเอง ซึ่งอาจเรียกเป็น “ความเศร้าโศก” และ “ความขัดแย้งในอัตลักษณ์” คือความรู้สึกต่ออำนาจ และบทบาทในครอบครัวของตน ซึ่งโยงไปสู่ศักยภาพในการดำเนินชีวิตของสมาชิกครอบครัวที่หย่าร้างนั้น

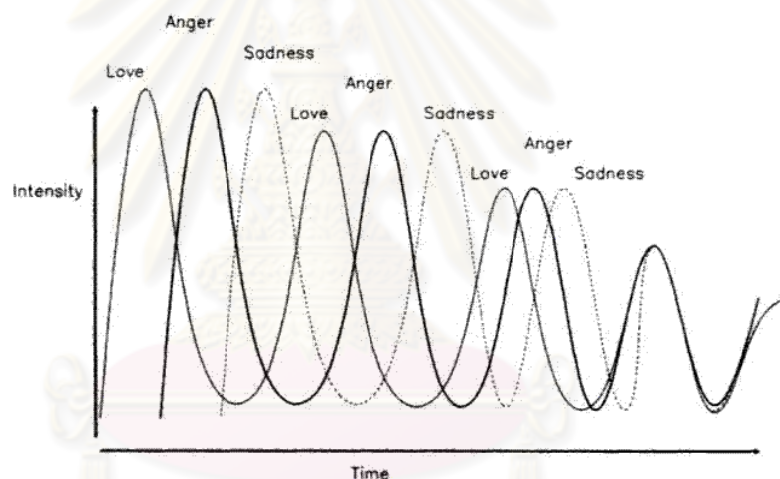
Emery (1994) กล่าวว่า ในครอบครัวที่หย่าร้าง ภาวะความเศร้าโศก เกิดขึ้นจากการที่สมาชิกครอบครัวได้สูญเสียหลายสิ่งหลายอย่างไปในชีวิต โดยการหย่าร้างเกี่ยวข้องกับการเสียคนรัก และความเป็นเจ้าของคนรัก สูญเสียเวลาที่จะใช้ร่วมกับคู่สมรส หรือ ลูก สูญเสียความฝัน หรือเป้าหมายที่เคยตั้งไว้ร่วมกัน การหย่าร้างสร้างความรู้สึกสูญเสียอำนาจ ความไว้วางใจ และ ความรู้สึกความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ความเศร้าโศก เป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อการสูญเสีย โดยธรรมชาติของคนทั่วไป แต่ขณะที่ในความโศกเศร้าจากการสูญเสียชีวิตของคนรัก หรือคนใกล้ชิด จะมีพิธีการเข้ามาช่วยเป็นแรงผลักดันให้กำลังใจสนับสนุน แก่บุคคลที่อยู่ในความเศร้าโศก จากการสูญเสียชีวิตของคนรัก หรือคนใกล้ชิดเหล่านี้ ตรงกันข้าม ความเศร้าโศก จากการหย่าร้าง ไม่มีพิธีการที่เข้ามาเกื้อกูลในการให้กำลังใจแต่อย่างใด ขณะเดียวกันสมาชิกในครอบครัวที่หย่าร้างเองอาจมองไม่เห็น ว่าตนเองอยู่ในภาวะความเศร้าโศกเสียใจ หรือในขณะที่บางคนมองเห็น แต่ก็พยายามที่จะขจัด ทำลายภาวะความรู้สึกนั้นออกไป เพื่อปกป้องตนเอง หรือสมาชิกคนอื่นในครอบครัว นอกจากนี้ญาติมิตรคนใกล้ชิดครอบครัวที่หย่าร้างเหล่านี้ อาจไม่เข้าใจ และรับรู้ได้ถึง ความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจที่เกิดขึ้น กับสมาชิกครอบครัวหย่าร้าง สำหรับบางคน ที่รับรู้ อาจไม่รู้ว่า จะช่วยเยียวยา หรือรับมือกับความเศร้าโศกนั้นอย่างไร

Emery (1994) ได้อ้างถึงคำอธิบายสภาพความเศร้าโศก ของ Bowlby (Bowlby, 1969, 1973, 1980 อ้างถึงใน Emery, 1994) ที่ ระบุไว้ 4 ขั้นตอนนี้ว่า 1) ภาวะไม่รู้สึกรู้หา และ ไม่ยอมรับ 2) สิ้นแรง 3) ปรับตัวคืนสู่ภาวะปกติ และ ถอยห่าง ตลอดจนสภาวะความเศร้าโศก ของ Kubler - Ross (Kubler - Ross, 1969 อ้างถึงใน Emery, 1994) ซึ่งคล้ายคลึงกันมากกว่าในความเป็นจริงแล้ว อาจไม่มีเส้นทางของสภาวะความเศร้าโศกที่ตายตัว เหมือนเช่นที่เรียงตามลำดับขั้น 4 ขั้นนี้ ในประสบการณ์ความโศกเศร้าของหลายบุคคล สภาวะความโศกเศร้าในหลายขั้นตอนนี้ หมุนเวียนไปมา Emery (1994) ได้กล่าวว่า โดยมากแล้วในทฤษฎีก่อนหน้า ลำดับขั้นของสภาวะความเศร้าโศกเหล่านี้ ได้นำไปใช้อธิบายในกลุ่มที่มีความเศร้าโศกจากการสูญเสียชีวิตของบุคคลใกล้ชิด แตกต่างไปจากความโศกเศร้าที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้างซึ่งยังคงมีโอกาสที่จะมีการคืนดีกัน

ดั้งเดิม สำหรับเด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง ซึ่งยังคงติดต่อกับพ่อแม่อยู่ อาจไม่เข้าใจ การหย่าร้างของพ่อแม่ และยังคงคาดหวังว่าสภาพครอบครัวจะกลับมาดังเดิม

Emery (1994) จึงได้สร้างทฤษฎีความเศร้าโศกที่มีลักษณะหมุนเวียนกลับไปมาได้ (cyclical theory of grief) ขึ้น โดยประกอบด้วย ความรู้สึกซึ่งมีบทบาทสำคัญหลักๆบนฐานของความรัก

- 1) ความรัก หมายถึงความรวมถึง ความรู้สึกโหยหาสมาชิกครอบครัวซึ่งเป็นที่รักอย่างมาก ความหวังที่จะได้กลับมาคืนดีกันดังเดิม ความรักใคร่พอใจที่ได้อยู่ใกล้ชิดกัน
- 2) ความโกรธ หมายถึงความรวมถึง ความรู้สึกว่าวุ่นใจ ชัดเคืองใจ ความโกรธ โมโห เดือดดาล
- 3) ความเศร้าเสียใจ หมายถึงความรวมถึง ความรู้สึกอ้างว้างเปล่าเปลี่ยวใจ หดหู่ ซึมเศร้า หมดหวัง ความเศร้าเสียใจที่เข้มเป็นอย่างมาก อาจเรียกว่า ความเจ็บปวด



ภาพที่ 2 การหมุนวนของ ความรัก ความโกรธ และความเศร้าเสียใจในภาวะเศร้าโศก (Emery, 1994 : หน้า 27)

จากภาพที่ 2 แสดงภาวะความเศร้าโศก ที่อารมณ์ความรู้สึกรัก โกรธ และเศร้าเสียใจมักเกิดขึ้นสลับเปลี่ยนหมุนเวียนกันไปมาหรือ เกิดขึ้นทับซ้อนกันในแต่ละช่วงเวลา ตามที่Emery (1994) อธิบายไว้

อย่างไรก็ดีขณะที่ ทั้ง 3 ความรู้สึกเช่นนี้ มีอยู่ปะปนกัน บ่อยครั้ง บุคคลติดอยู่กับความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่งนี้เป็นหลัก ขณะที่ความรู้สึกอื่นๆยังคงมีปรากฏอยู่ หากแต่ไม่มี ความเข้มเท่าความรู้สึกรัก ความรู้สึกโกรธ หรือ ความรู้สึกเศร้าเสียใจที่บุคคลนั้นๆ จมอยู่

1.2 กรอบแนวคิดการหย่าร้าง-ความเครียด-การปรับตัว

Amato (2000) ได้เสนอกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการหย่าร้างว่าด้วยการมองในแง่ของการปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้างนี้ จากการประมวลแนวคิดหลักซึ่งมีปรากฏอยู่ร่วมกันในวรรณกรรมเกี่ยวกับการหย่าร้างจำนวนมาก กรอบแนวคิดนี้มีพื้นฐานความคิดที่มองว่าการหย่าร้างเป็นการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่สร้างความรู้สึกตึงเครียด ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ได้ ทั้งในการศึกษากับกลุ่มเด็ก และ ผู้ใหญ่

กรอบแนวคิดการหย่าร้าง-ความเครียด-การปรับตัว มองการหย่าร้างเป็น กระบวนการที่เกิดขึ้นนับแต่คู่สมรสเริ่มใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน จนกระทั่งเลิกใช้ชีวิตด้วยกัน ภายหลังจากการหย่าร้างอย่างถูกต้องตามกฎหมาย กระบวนการภายหลังจากการหย่าร้าง เป็นช่วงเวลาที่บุคคลที่เกี่ยวข้องจากการหย่าร้างมีความตึงเครียด นั้นทำให้อัตราเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาด้านอารมณ์ ด้านพฤติกรรม หรือด้านสุขภาพ ของผู้ใหญ่ หรือเด็กที่เกี่ยวข้องเหล่านี้มีเพิ่มมากขึ้นด้วย

ความร้ายแรง และความยาวนานของปัญหา ด้านอารมณ์ ด้านพฤติกรรม ตลอดจนด้านสุขภาพของเด็ก หรือ ผู้ใหญ่ นั้น แตกต่างกันไปแล้วแต่แต่ละบุคคล ทั้งยังขึ้นอยู่กับ การมี หรือ ได้รับ ปัจจัยป้องกันความตึงเครียดของแต่ละบุคคลด้วย การที่จะปรับตัวได้สำเร็จนั้น เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีภาวะความเครียดจากการหย่าร้างน้อยมาก สามารถทำบทบาทหน้าที่ต่างๆ ในครอบครัวใหม่ ในโรงเรียน หรือ ในที่ทำงานของตนเองได้ ตลอดจนได้พัฒนาตนเอง และวิถีชีวิตของตนเองที่ไม่ได้ผูกติดอยู่กับชีวิตสมรสที่หย่าร้างนั้นอีกต่อไป (Kitson, 1992; Kitson & Morgan, 1990 อ้างถึงใน Amato, 2000)

Amato (2000) กล่าวว่า การมองการหย่าร้างอย่างเป็นทางการนั้น นำไปสู่ความเข้าใจในประสบการณ์นี้ได้ลึกซึ้งอย่างมาก กล่าวคือ การหย่าร้างเริ่มต้นด้วย ความรู้สึกหมองเหม็นซึ่งปรากฏขึ้นในช่วงที่ความไม่พอใจในสัมพันธภาพค่อยๆเพิ่มมากขึ้น (Kayser, 1993 อ้างถึงใน Amato, 2000) คู่สมรสที่หมองเหม็นกัน ใช้เวลาในการพยายามที่จะทำให้ความสัมพันธ์กลับมามีดังเดิม ด้วยการขอคำแนะนำจากคนอื่น หรือแค่พยายามหลีกเลี่ยงปัญหา ปฏิเสธว่ามันไม่มีอยู่จริง ผลที่ตามมาคือ ผลกระทบทางลบอันดับแรกจากการหย่าร้างจึงสามารถเกิดขึ้นได้ นับตั้งแต่ช่วงเวลาหลายปี ก่อนการแยกขาดจากกัน หรือหย่าร้างกันในที่สุด ขณะเดียวกัน ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสในช่วงเวลาดังกล่าวนี้เองที่นำไปสู่ปัญหาของเด็ก ซึ่งถูกมองว่าเป็นผลกระทบทางลบในระยะแรกของการหย่าร้าง นอกจากนี้ก็มีปรากฏว่าคู่สมรสฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายต้องการที่จะสิ้นสุดความสัมพันธ์มากกว่าอีกฝ่ายหนึ่ง (Emery, 1994 อ้างถึงใน Amato, 2000) เมื่อความสัมพันธ์สิ้นสุด คู่สมรสฝ่ายที่ต้องการหย่าร้าง มักจะมีความรู้สึกพึงพอใจมากขึ้น ภายหลังจากการหย่าร้าง ในทางเดียวกันสำหรับเด็ก เด็กที่ค่อนข้างโตอาจรับรู้ประสบการณ์ตึงเครียดระหว่าง

พ่อและแม่ในช่วงก่อนการหย่าร้าง สำหรับเด็กกรณีนี้ การหย่าร้างทำให้เด็ก ห่างจากการทะเลาะเบาะแว้งของพ่อแม่ และอาจทำให้เด็กรู้สึกดีขึ้น สบายใจขึ้นหลังการหย่าร้าง ขณะที่ลูกคนเล็ก หรือเด็กที่อายุน้อยกว่า อาจรู้สึกว่าเป็นช่วงเวลาที่ยากลำบากใจ และอาจนำไปสู่ความรู้สึกโกรธ พ่อหรือแม่ที่จากไปได้ นัยหนึ่งกล่าวได้ว่า สมาชิกครอบครัวที่หย่าร้างแต่ละคน ได้รับมิติของประสบการณ์ความตึงเครียดจากการหย่าร้างแตกต่างกันไป ตลอดจนต้องมีการปรับตัวแตกต่างกันไปด้วย



ภาพที่ 3 ภาพรวมแนวคิด The Divorce-Stress-Adjustment Perspective (Amato, 2000 : หน้า 1271)

จากภาพที่ 3 เป็นการสรุปภาพรวมของแนวคิดการหย่าร้าง-ความเครียด-การปรับตัว ของ Amato (2000) โดยอธิบายได้ว่าการหย่าร้างเป็นกระบวนการที่ส่งผลกระทบต่อสมาชิกครอบครัวทั้งเด็ก และผู้ใหญ่ได้รับผล หรือได้รับความตึงเครียดในมิติต่างๆ ก่อการให้เกิดการปรับตัวใน

ลักษณะต่าง ๆ ซึ่งในการปรับตัวนี้ปัจจัยปกป้องเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการปรับตัวของสมาชิกในครอบครัวที่หย่าร้าง

ปัจจัยปกป้องต่างๆจะช่วยเข้าไปแก้กฎภาวะต่างๆ ในส่วนของสมาชิกครอบครัวแต่ละคน เป็นผลให้ผลกระทบจากการหย่าร้างที่มีต่อสมาชิกครอบครัวแต่ละคนนั้น แปรปรวนไปได้ โดยปัจจัยปกป้องที่ช่วยทำให้ผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างลดลงได้นั้น อาจเป็นทรัพยากรที่มีอยู่ในตัวบุคคล ได้แก่ ทรัพยากรที่มีอยู่ส่วนบุคคล เช่น ความเชื่อมั่นในตน ทักษะทางสังคม ทักษะในการจัดการกับปัญหา ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น การได้รับการสนับสนุนจากสังคม และ ปัจจัยทางโครงสร้าง เช่น การได้รับการสนับสนุนจาก งานที่ทำ บริการของชุมชน ตลอดจนนโยบายสนับสนุนของรัฐบาล ปัจจัยปกป้องยังรวมถึง คุณลักษณะเฉพาะด้านข้อมูลพื้นฐานโดยทั่วไปของแต่ละบุคคล อาทิ เพศ อายุ เชื้อชาติ สัญชาติ ตลอดจน วัฒนธรรม อย่างไรก็ตาม ก็ดีปัจจัยปกป้องแต่ละอย่างเหล่านี้ ส่งผลต่อสมาชิกครอบครัวที่มาจากการหย่าร้างอย่างหลากหลาย

1.3 ผลกระทบและปัจจัยปกป้อง

Kelly และ Emery (2003) ได้ทบทวนการศึกษาและงานวิจัยเกี่ยวกับครอบครัวหย่าร้าง ด้วยการมองในแง่ของการปรับตัวต่อความตึงเครียดที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้างเช่นเดียวกับ Amato (2000) Kelly และ Emery (2003) ได้ให้รายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียดจากการหย่าร้างในเด็ก และ ปัจจัยปกป้องที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่เด็ก ดังนี้

1.3.1 ผลกระทบของการหย่าร้างที่มีต่อเด็กในครอบครัวหย่าร้าง

การได้รับความตึงเครียดจากการหย่าร้างของเด็ก ด้วยการมองการหย่าร้างในมิติของการเกิดขึ้นอย่างเป็นกระบวนการ Kelly & Emery (2003) ได้กล่าวว่า นับแต่ ช่วงระยะแรกของการหย่าร้าง ช่วงการปรับตัวของพ่อแม่ การร่วมมือกัน หรือขัดแย้งกันของพ่อแม่ การที่พ่อ แม่คนใดคนหนึ่ง หรือทั้ง 2 คน แต่งงานใหม่ ตลอดจนสภาพความมั่นคงทางเศรษฐกิจของครอบครัว รวมถึงทรัพยากรที่มีอยู่ในตัวบุคคลของเด็กเอง ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นหัวใจสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อ การได้รับความตึงเครียดจากการหย่าร้างของเด็ก รวมถึงความสามารถในการปรับตัวจากการหย่าร้างของเด็กด้วย การได้รับความตึงเครียดของเด็ก อันเป็นผลกระทบของการหย่าร้างที่มีต่อเด็ก อาจสรุปได้เป็นประเด็นสำคัญดังนี้

1) ความตึงเครียดในระยะแรกของการหย่าร้าง

ในช่วงระยะเวลาแรกของการหย่าร้างที่พ่อกับแม่แยกจากกันนั้น เป็นช่วงเวลาที่ลูก ทั้งที่อยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่นจำนวนมาก รู้สึกตึงเครียดและนับเป็นช่วงเวลาที่หนักหน่วง

(Hetherington , 1979; Wallerstein & Kelly,1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เด็กอาจมีความรู้สึกเครียด นับแต่ก่อนการหย่าร้าง เนื่องจากพ่อแม่ทะเลาะขัดแย้งกันอย่างรุนแรงมาเป็นเวลานานแล้ว เด็กส่วนมากแทบจะไม่ได้เตรียมใจรับการแยกทางของพ่อแม่เลย เด็กรู้สึกเศร้าเสียใจ โกรธ ว้าวุ่นใจ ซึมเศร้า และปฏิเสธความจริงที่ว่าพ่อแม่หย่าร้างกัน (Hetherington ,Cox & Cox,1982; Wallerstein & Kelly,1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งนี้โดยปกติแล้วปฏิกิริยาตอบสนองของภาวะความตึงเครียดเหล่านี้ จะหายไปในช่วง 1 - 2 ปี ต่อมา (Hetherington & Clingempeel, 1992; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly& Emery, 2003)

เด็กหลายคนที่มีครอบครัวหย่าร้าง ต้องจัดการกับความตึงเครียดในช่วงระยะแรกของการหย่าร้างอย่างยุ่งยาก ซับซ้อนมากยิ่งขึ้น ด้วยเหตุที่พ่อแม่ไม่ได้บอกกล่าวให้ลูกรับรู้และเข้าใจการหย่าร้างได้ดีพอ เด็กจึงต้องพยายามเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นเพียงลำพัง ซึ่งทำให้เด็ก รู้สึกโดดเดี่ยว และสับสนทางความคิด และอารมณ์ (Dunn, Davies, O'Connor & Sturgess, 2001; Smart & Neale, 2000; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) โดยมากแล้วพ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่อยากจะบอก หรือไม่สามารถสื่อสารให้ลูกเข้าใจการแยกจากไปอย่างกะทันหันของพ่อหรือแม่ได้ (Kelly & Emery, 2003) ได้มีการศึกษาการสื่อสารในเรื่องการหย่าร้างระหว่างพ่อและแม่กับลูก พบว่าเด็กร้อยละ 23 ไม่ได้รับการบอกกล่าวอย่างใดเลยจากพ่อแม่ เด็กร้อยละ 45 พ่อแม่ได้บอกอย่างกะทันหันด้วยถ้อยคำสั้นๆอย่าง “พ่อของเธอจากไปแล้ว” มีเพียงแค่ร้อยละ 5 เท่านั้นที่พ่อแม่ได้บอกกล่าวให้เด็กได้เข้าใจอย่างชัดเจน และเปิดโอกาสให้เด็กได้ถามตามต้องการ (Dunn, Davies, O'Connor & Sturgess, 2001)

การแยกทางออกไป อย่างกะทันหันของพ่อ หรือแม่ในบ้าน สร้างความรู้สึกตึงเครียดอย่างแสนสาหัสให้แก่เด็ก ในกลุ่มเด็กที่ใกล้ชิดผูกพันกับพ่อหรือแม่ที่เลี้ยงดูอย่างมาก และสามารถพบพ่อหรือแม่ที่หย่าร้างไป เฉพาะเมื่อพ่อหรือแม่ที่เลี้ยงดูอนุญาต หรือตามเวลาศาลกำหนดให้พบ เด็กกลุ่มนี้โศกเศร้า และเจ็บปวด ในช่วงเวลาที่พ่อหรือแม่หายไปจากชีวิตของเด็ก (Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เด็กกลุ่มนี้จะต้องเรียนรู้ที่จะเริ่มจัดการกับความ รู้สึกท่ามกลางความขัดแย้งของพ่อแม่ที่มีต่อกัน และคิดจัดสรรสิ่งต่างๆ ในการใช้ชีวิตเปลี่ยนผ่าน ระหว่างบ้าน 2 หลัง ตลอดจนปรับตัวกับกฎเกณฑ์ตารางเวลาใหม่ ที่พ่อแม่มักจะเป็นผู้กำหนดขึ้น โดยไม่ได้ถามถึงความสมัครใจของเด็ก ในช่วงเวลานี้เด็กเรียนรู้ที่จะปรับตัวกับการไม่มีพ่อแม่อยู่เคียงข้าง และจัดการความเปลี่ยนแปลงมากมายหลายอย่างในชีวิต โดยที่เด็กเองไม่ได้รับการ

สื่อสารให้เข้าใจ ขณะเดียวกันการจัดตารางเวลานัดพบเยี่ยมเยียนของพ่อแม่ที่ไม่เกื้อกูลต่อการพัฒนาด้านสังคมและจิตใจของเด็ก จะส่งผลให้เด็กเกิดความตึงเครียดได้ด้วย โดยเฉพาะสำหรับเด็กเล็ก (Kelly & Lamb, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

2) ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

ความขัดแย้งกันระหว่างพ่อแม่ จากการหย่าร้าง เป็นประเด็นหลักที่สร้างความรู้สึกรุนแรงให้กับเด็ก (Emery, 1982; Johnston & Roseby, 1997 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งนี้พบว่า ความขัดแย้งช่วงก่อนการหย่าร้าง เป็นตัวกำหนด ความมากน้อยของความขัดแย้งในช่วงภายหลังการหย่าร้างได้ (Booth & Amato, 2001 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) โดยประมาณแล้วมีเพียง 1 ใน 4 ของคู่สมรสที่หย่าร้างกันเท่านั้น ที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวก่อนการหย่าร้างน้อย (Booth & Amato, Herington, 1999; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

มีนักวิจัยหลายท่านได้ศึกษาพบว่า ความขัดแย้งภายในครอบครัวนั้นส่งผลให้เด็กมีการปรับตัวที่ไม่ดีนัก แต่ในส่วนของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ภายหลังการหย่าร้าง ต่อประสิทธิภาพในการปรับตัวของเด็กนั้นยังไม่ปรากฏชัดเจนนัก (Johnston & Campbell, 1988; Kelly, 2002; Kelly & Johnston, 2001; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) พบว่า ความรุนแรงและเข้มของความรู้สึกรุนแรง และความขัดแย้ง เกิดขึ้นจากการหย่าร้างและผลกระทบหลากหลายทาง จากกระบวนการหย่า ตามกฎหมาย ฉะนั้นแล้วเด็กจะถูกละทิ้งในช่วงที่มีความขัดแย้งของพ่อแม่อย่างรุนแรง หรือ ยึดเยื้อ Booth & Amato (2001 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ได้มีรายงานว่าไม่พบความสัมพันธ์ ระหว่างความขัดแย้งภายหลังการหย่าร้างกับการปรับตัวภายหลังการหย่าร้างสู่วัยผู้ใหญ่ของเด็ก ขณะที่ยังพบว่าการหย่าร้างก่อนการหย่าร้าง สามารถทำนายการปรับตัวภายหลังการหย่าร้างได้มากกว่าความขัดแย้ง ภายหลังจากการหย่าร้าง (Booth & Amato; Buchler et al., 1998; Kline, Johnston & Tschann, 1990 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

ความขัดแย้งอย่างรุนแรงที่มีแนวโน้มจะก่อให้เกิดปัญหาในช่วงภายหลังการหย่าร้างนั้น โดยมากเป็นการใช้เด็กเป็นตัวกลางในการแสดงความโกรธ ความไม่พอใจ ระหว่างคู่สมรสด้วยกัน เช่น การฝากถ้วยคำให้ลูกไปต่อว่าคู่สมรสที่หย่าร้างอีกฝ่าย การที่คู่สมรส ไล่ความ ต่อว่าคู่สมรสอีกฝ่ายต่อหน้าเด็ก เป็นต้น นอกจากนี้ความขัดแย้งอย่างรุนแรง ระหว่างพ่อและแม่เหล่านี้ ส่งผลต่อการปรับตัวที่ไม่ดีของลูก ด้วยเหตุที่ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่นั้นส่งผลให้การเลี้ยงดูลูกของทั้งพ่อและแม่ไม่ดีเพียงพอแก่การ

ปรับตัวที่ดี โดยพบว่าในครอบครัวที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวสูง แม่จะไม่ค่อยมีบุคลิกภาพที่อบอุ่น ไม่ค่อยเปิดกว้างรับฟัง และเข้มงวดคุมความประพฤติลูกอย่างหยาบกระด้างมากกว่าแม่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวน้อย เช่นเดียวกัน ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวสูงพ่อจะถอนตัวห่างออกจากลูก และมีปฏิสัมพันธ์กับลูกในลักษณะที่ก้าวก่าย ก้าวร้าวกับเด็กเมื่อเปรียบเทียบกับครอบครัวที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวน้อย (Belsky, Yongblade, Rovine & Volling, 1991; Cummings & Davies, 1994; Hetherington, 1999; Krishnakumar & Buehler, 2000 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

3) การได้รับการดูแลจากพ่อแม่ลดลง

การเลี้ยงดูแลให้ความอบอุ่นแก่ลูกที่ไม่ดีพอ นั้น เป็นปัจจัยที่สร้างความตึงเครียดให้แก่เด็ก ซึ่งเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ตั้งแต่ช่วงก่อนและหลัง การหย่าร้าง นอกจากนี้ด้วยความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่มีทำให้พ่อแม่มีความรู้สึกซึมเศร้า สับสน วุ่นวายใจ อันจะส่งผลให้ความเข้มแข็งและมั่นคงทางด้านอารมณ์ ตลอดจนการปรับตัวของเด็กในด้านการเรียน และสังคม ลดน้อยลงด้วย (Emery, Waldron, Kitzmann & Aaron, 1999; Hetherington, 1999; Kalter, Kloner, Schreiser & Okla, 1989; Kline et al., 1990 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

ภายหลังจากการหย่าร้างพ่อแม่มักจมอยู่กับความรู้สึกของตน ขณะเดียวกัน ยังคงต้องทำงานเลี้ยงดู และมีความต้องการทางสังคมด้วย ในช่วงนี้พ่อแม่ที่หย่าร้างไม่เพียงมีอารมณ์ความรู้สึกแปรปรวนเท่านั้น แต่ยังคงมีความซึมเศร้า หดหู่ อาจใช้ แอลกอฮอล์ สารเสพติด และมีการบ่น รำพึงรำพัน ด้วยสภาวะใจที่ไม่เป็นปกติสุขมากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับพ่อแม่ที่ไม่ได้หย่าร้าง ลูกซึ่งอยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่นจำนวนไม่น้อยจึงกลายเป็นกำลังใจสำคัญแหล่งเดียว ที่พ่อแม่ซึ่งกำลังวุ่นวาย ว้าวุ่นใจ และขัดสนทางการเงินมีอยู่ (Wallerstein & Kelly, 1980; Hetherington, 1999 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) และเมื่อเปรียบเทียบระหว่าง เด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงในครอบครัวที่หย่าร้างพบว่า กรณีที่แม่เป็นผู้เลี้ยงดูเด็กผู้ชาย เด็กผู้ชายมักจะทะเลาะมีปากเสียงกับแม่ที่เลี้ยงดูมากกว่า(ลูก) เด็กผู้หญิง เช่นเดียวกันกับในด้านการจัดสภาพแวดล้อมให้แก่เด็กผู้ชายนั้นมักจะด้อยกว่า ของเด็กผู้หญิง ซึ่งนั่นไม่ใช่แค่เพราะแม่ที่เลี้ยงดูมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีนัก กับลูกชายเท่านั้น แต่เป็นเพราะในช่วงเวลาที่ยังแต่งงานกันอยู่ พ่อมักจะใช้เวลาโดยส่วนใหญ่กับลูกชาย มากกว่าลูกสาว (Mott, Kowaleski-Jones & Menaghan, 1997 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

โดยมากลักษณะของการได้รับการดูแลเลี้ยงดูเอาใจใส่จากพ่อแม่ลดลง มักเป็นการที่ลูก กับพ่อแม่ไม่ค่อยได้มีการสานสัมพันธ์ในทางที่ดีต่อกัน อาทิ มีการเติมความรักแก่กันน้อย ใช้เวลาร่วมกันน้อย และเข้มงวดกับลูกอย่างหยาบกระด้าง ซึ่งยิ่งทำให้เด็กรู้สึกโกรธ ไม่พอใจ และยังทำให้การทำหน้าที่เลี้ยงดูดูแลลูกของพ่อแม่ผู้เลี้ยงดูซึ่งมีสภาวะใจที่ย่ำแย่อยู่แล้ว ยิ่งยากลำบากขึ้นไปอีก

4) การสูญเสียสัมพันธภาพที่สำคัญ

เด็กที่มีครอบครัวหย่าร้างต้องเผชิญกับความเสี่ยงที่จะสูญเสียสัมพันธภาพสำคัญกับบุคคลใกล้ชิด คือ พ่อแม่ที่ไม่ได้เลี้ยงดูเด็กและเพื่อนสนิท ก่อนที่จะมีการหย่าร้าง เด็กจะได้พบพ่อหรือแม่ที่ไม่ได้เลี้ยงดูมาตลอดหรือทุกวัน ขณะที่หลังจากการหย่าร้างอาจเหลือเพียง 4 วันต่อเดือน สำหรับเด็กหลายคนแล้ว เหตุการณ์เช่นนี้ทำให้เด็กไม่เห็นความสำคัญ และคุณค่า ความหมายของการมีสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ ในการดำรงชีวิต (Amato, 1987; Amato & Booth, 1996; Kelly & Lamb, 2000; Thompson & Laible, 1999; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งนี้พบว่าร้อยละ 18 – 25 ของเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างไม่ได้พบพ่อแม่ ใน 2-3 ปีหลังจากการหย่าร้าง (Braver & O'Connell, 1998; Hetherington & Kelly, 2002; Maccoby & Mnookin, 1992; Seltzer, 1998 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) พ่อหลายคนขาดการติดต่อกับลูกหลังจากการหย่าร้างด้วยข้อจำกัดทางบุคลิกลักษณะของผู้เป็นพ่อเอง (Arendell, 1995; Dudley, 1996; Emery, 1994; Hetherington, 1999; Kruk, 1992; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ซึ่งพ่อกลุ่มนี้เดิมได้มีส่วนร่วมภายในครอบครัว อยู่เพียงเล็กน้อย ขณะที่บางกลุ่มห่างหายจากลูกไปด้วยเรื่องคูรักคนใหม่ ขณะที่พ่อบางคน รู้สึกเสียใจและเจ็บปวด จากการติดต่อกันไม่ได้ จนทำให้ไม่ได้ติดต่อกันในที่สุด (Arendell, 1995; Braver et al, 1993 ; Kruk, 1992; Wallerstein & Kelly 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) การแต่งงานใหม่ของผู้เป็นแม่ ยิ่งเป็นการทำลายสัมพันธภาพระหว่าง เด็ก และพ่อ (Bray & Berger, 1993; Hetherington & Clingempeel, 1992 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

จากงานวิจัยพบว่า เด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง โดยเฉพาะเด็กผู้ชายต้องการที่จะได้มีเวลาอยู่กับพ่อมากกว่าเวลาที่ได้รับอนุญาต หรือได้รับจากการเจรจาต่อรอง และยังมองว่าการสูญเสียดังกล่าวนี้ เป็นเรื่องหลักในการหย่าร้าง ที่ทำให้เกิดความรู้สึกทางลบ และเด็กรู้สึกคิดถึงพ่อโดยตลอด (Fabricious & Hall, 2000; Healy, Malley & Stewart,

1990; Hetherington, 1999; Hetherington et al., 1982; Laumann-Billings & Emery, 2000; Wallerstein & Kelly, 1980 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

ภายหลังจากการหย่าร้างมักจะมีการย้ายที่อยู่เกิดขึ้น ซึ่งการย้ายที่อยู่อาจส่งผลต่อสัมพันธภาพระหว่างเด็กและพ่อหรือแม่ที่ไม่ได้ย้ายตามไปด้วย (Braver, Ellman & Fabricius, 2003; Kelly & Lamb, 2003; Warshak, 2000b อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) การย้ายที่อยู่ที่อยู่ไกลออกไปมาก อาจกลายเป็นอุปสรรคในการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับลูก ด้วยเหตุที่ระยะทางที่ไกล ทำให้ต้องใช้เวลา และค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้สัมพันธภาพที่ลึกซึ้งไม่อาจเกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กที่อายุน้อย

นอกจากฝ่ายพ่อแม่แล้ว เด็กเองก็มีส่วนในการเข้ามาทำหน้าที่ดูแลลูกของพ่อหรือแม่ด้วย เด็กบางคนจำกัดการติดต่อพบปะกับพ่อ หรือ แม่ที่ไม่ได้เลี้ยงดูตน ทั้งด้วยเหตุผล เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม และด้วยเหตุผลทางจิตวิทยาที่ไม่เหมาะสม (Johnston, 1993 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) กล่าวคือ เด็กได้เห็น ได้ยิน ความรุนแรง จากการทะเลาะกันในช่วงก่อนที่พ่อแม่จะหย่าร้าง เด็กเกิดความรู้สึกตกใจ โกรธ และอาจปฏิเสธที่จะไม่พบพ่อ หรือ แม่ดังกล่าว ในกรณี ที่เด็กเลือกหลีกเลี่ยงไม่พบเจอ อาจนับเป็นปฏิกิริยาตอบสนองที่ดีที่สุด สำหรับเด็กที่เลือกจะห่างเหินออกไปด้วยความเข้าใจจากการได้เห็นสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เด็กอายุน้อยที่ครอบครัวย้ายอีกหลายคน หลีกเลี่ยง หรือ ลังเลที่จะไปเยี่ยมพ่อหรือแม่ ที่มีสภาพจิตใจย่ำแย่ ขณะเดียวกัน เด็กก็มีความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ จากการที่เด็ก และพ่อหรือแม่นั้นๆ ก็มีความผูกพันในสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ลูกอยู่

5) โอกาสในการได้รับการสนับสนุนทางการเงิน

แม้ว่า จะเป็นที่กล่าวกันโดยทั่วไปว่าการหย่าร้าง ทำให้รายได้ครอบครัวลดลง ทั้งนี้ก็เป็นที่ยอมรับชัดว่า โดยมากแล้วครอบครัวที่หย่าร้างมักจะมีรายได้ลดลงในช่วงก่อนการหย่าร้าง เมื่อเปรียบเทียบกับในช่วงเวลาเดียวกันนี้ของครอบครัวที่ไม่ได้หย่าร้าง (Clark-Stewart, Vandell, McCartney, Owen & Booth, 2000; Pong & Ju, 2000; Sun, 2001 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) มีงานวิจัยที่ศึกษาผลจากการหย่าร้าง กับ สถานภาพทางการเงิน พบว่า ผลจากการหย่าร้าง ทำให้ พ่อหรือแม่ที่เลี้ยงเดี่ยวและลูก มีคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ย่ำแย่ลง (Duncan & Hoffman, 1985 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

ผลจากการหย่าร้างที่ทำให้สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวลดลง อาจเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความตึงเครียด สำหรับเด็ก หลายคนซึ่ง ขณะนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลง

หลายอย่างขึ้น ทั้งที่ โรงเรียน ที่บ้าน กับเพื่อนๆ และช่วงวันเวลาการได้รับการดูแลจากพ่อ แม่ นอกจากนี้ในการเลี้ยงดูเด็ก ยังมีค่าใช้จ่ายพื้นฐานที่จำเป็นต้องใช้มากมาย การหย่าร้าง อาจทำให้เด็ก ไม่สามารถทำกิจกรรม เช่น กีฬา หรือ เรียนรู้ความสามารถเฉพาะทาง ต่างๆ ตลอดจนไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมขององค์กรต่างๆที่เด็กสนใจ หรือมีความหมาย กับเด็กนับแต่ก่อนการหย่าร้างได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากพ่อแม่ที่หย่าร้างมีความขัดแย้ง กันอย่างมาก และพ่อหรือแม่ที่เลี้ยงเด็ยมีแหล่งให้การสนับสนุน หรือให้ความร่วมมือน้อย (Kelly & Emery, 2003)

6) การแต่งงานใหม่ และการคบหาคนใหม่ของพ่อแม่

การคบหาคนใหม่ ของพ่อแม่ อาจเป็นปัญหา และสร้างความตึงเครียดได้อย่าง มากที่สุด สำหรับเด็กที่เพิ่งจะผ่านช่วงเวลาของการหย่าร้างมาได้ไม่นาน (Hetherington & Kelly, 2002 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เมื่อพ่อแม่คนใดคนหนึ่งหรือทั้งสอง เริ่ม คบหาคนใหม่ มีคนรักคนใหม่ หรือ แต่งงานใหม่ ตลอดจนหย่าร้างอีกครั้ง ผลกระทบของ การมีสภาวะความผูกพัน และสูญเสียอยู่อย่างต่อเนื่องในเด็ก อาจกลายเป็นอุปสรรคต่อ การสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดผูกพัน และการมีวุฒิภาวะสูงขึ้นในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ขณะเดียวกันสำหรับเด็กบางคน สัมพันธภาพใหม่ที่มีเข้ามา อาจนำมาซึ่งความขัดแย้ง ภายในครอบครัว โดยเฉพาะความรู้สึกไม่พอใจ ระหว่าง ลูก กับ พ่อใหม่ หรือแม่ใหม่ (Bray, 1999; Hetherington & Clingempeel, 1992 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เพราะฉะนั้นอาจสรุปได้ว่า การหย่าร้างเป็นจุดเริ่มต้นของความเปลี่ยนแปลงในชีวิตของ เด็กไม่สิ้นสุด

1.3.2 ปัจจัยปกป้อง หรือ ปัจจัยที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่ เด็กในครอบครัวหย่าร้าง

ในแง่ของ ปัจจัยปกป้อง ที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่เด็ก Kelly และ Emery (2003) ได้กล่าวว่า ในทศวรรษที่ผ่านมา นักวิจัยจำนวนมากระบุปัจจัย ที่อาจช่วยลด ความเสี่ยงในการได้รับผลกระทบทางลบของเด็กในลักษณะที่แตกต่างกัน ไป ปัจจัยต่างๆเหล่านี้รวมความถึง คุณลักษณะในการปรับตัวทางจิตวิทยาของพ่อแม่ ตลอดจนลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่ ลักษณะสัมพันธภาพระหว่างเด็กและ พ่อหรือ แม่ ที่ไม่ได้เลี้ยงดู รวมถึงรูปแบบความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ด้วย ทั้งนี้ Kelly และ Emery (2003) ได้กล่าวถึง ปัจจัยปกป้องที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่เด็ก ใน ประเด็นต่างๆ ดังนี้

1) ความสามารถของพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยว และการเลี้ยงดู

การให้ความดูแลเลี้ยงดูลูกที่ดีเพียงพอของ พ่อหรือแม่ที่เลี้ยงเดี่ยว มีผลต่อเด็กในทางบวก และการปรับตัวทางด้านจิตใจของพ่อแม่ที่เลี้ยงเดี่ยว (โดยเฉพาะแม่ที่เลี้ยงเดี่ยว) เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่สามารถ กำหนดความสามารถในการปรับตัว และทำหน้าที่ต่างๆของเด็กในช่วง ก่อนการหย่าร้าง (Cummings & Davies, 1994; Keitner & Miller, 1990 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) และหลังการหย่าร้างได้ (Emer et al., 1999; Hetherington, 1999; Johnston, 1995; Kalter et al, 1989; Kline et al., 1990 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) เพราะการปรับตัวที่ดีดังกล่าวจะส่งผลให้พ่อแม่ที่เลี้ยงเดี่ยวสามารถให้การดูแลเลี้ยงดูที่ดีเพียงพอแก่เด็กได้ พฤติกรรมทำให้การดูแลเลี้ยงดูลูกที่ดี จึงเป็นปัจจัยปกป้องความตึงเครียดให้แก่ลูกได้ กล่าวคือ ในครอบครัวหย่าร้างที่เด็กได้รับความรักความอบอุ่น ได้รับกำลังใจ และการสนับสนุนจากพ่อแม่ที่เลี้ยง ตลอดจนได้รับการอบรมขัดเกลา ควบคุมดูแลอย่างเหมาะสมจากพ่อแม่ และพ่อแม่ไม่คาดหวังกับเด็กมากเกินไป เด็กและวัยรุ่นจะมีการปรับตัวที่ดี เมื่อเปรียบเทียบกับ เด็กในครอบครัวหย่าร้างที่พ่อแม่ที่เลี้ยง ไม่ค่อยให้กำลังใจ และการสนับสนุน มีการควบคุมความประพฤติอย่างบังคับขู่เข็ญ (Amato, 2000; Buchanan et al., 1996; Hetherington, 1999; Krishnakumar & Buehler, 2000; Maccoby & Mnookin, 1992 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

2) พ่อหรือแม่ที่ไม่ได้เลี้ยงดูลูก

การทำหน้าที่ให้การดูแลลูกของ พ่อหรือแม่ที่ไม่ได้อยู่กับลูก ในช่วงเวลาที่เหมาะสม ช่วยลดผลกระทบทางลบต่างๆที่อาจเกิดขึ้นกับเด็กได้ ในครอบครัวหย่าร้างที่มีความขัดแย้งภายในครอบครัวน้อย การที่พ่อและลูกได้มาพบกันบ่อยๆนำมาซึ่งการปรับตัวที่ดีของเด็ก ตรงกันข้ามในบริบทที่ครอบครัวมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่สูง ในภาวะความตึงเครียดเช่นนี้ การที่พ่อมาพบลูกบ่อยๆ สามารถนำไปสู่การปรับตัวที่แยลงของเด็กได้ เนื่องจากมีโอกาสอย่างมากที่เด็กจะแสดงความก้าวร้าว ความรู้คัดค้านต่างๆ ต่อหน้าพ่อ (Amato & Rezac, 1994; Hetherington & Kelly, 2002; Johnston, 1995 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

อย่างไรก็ดีการมาเยี่ยมหาเด็กบ่อยๆ พร้อมกับให้การดูแลแก่เด็ก ของพ่อหรือแม่ที่ไม่ได้อยู่กับเด็ก เป็นผลดีสำหรับเด็ก งานวิจัย พบว่า เด็กมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดผูกพันกับพ่อ จากการที่พ่อยังคงมาทำกิจกรรมต่างๆที่เป็นการดูแลเด็กอยู่เสมอๆ (Amato & Gilbreth, 1999 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ตัวอย่างเช่น พ่อช่วยสอนการบ้านให้

ลูก มีความคาดหวังที่เหมาะสมกับความเป็นไปได้ของเด็ก และช่วยดูแลควบคุมลูก อย่างเหมาะสม เมื่อเปรียบเทียบแล้ว เด็กในกลุ่มนี้จะมีการปรับตัวและมีผลการเรียนที่ดีกว่าในกลุ่มเด็กที่พ่อ หรือ แม่ที่ไม่ได้อยู่ด้วย ไม่ค่อยได้มาเยี่ยมและทำหน้าที่ให้การดูแลนัก และยิ่งพบอีกว่า ยิ่งพ่อแม่มีส่วนร่วมในการเรียนของลูกมากเท่าไร ยิ่งทำให้เด็กมีผลการเรียนที่ดีขึ้น มีผลการเรียนต่ำหรือต้องเรียนซ้ำลดลง (Nord, Brimhall & West, 1997 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) และ พ่อ แม่ที่หย่าร้างร่วมมือกันในการทำหน้าที่ให้การดูแล เลี้ยงดูลูก ส่งผลให้เด็กผู้ชายซึ่งอยู่ในวัยรุ่น มีพฤติกรรมที่เลวใหลน้อยกว่า เด็กที่มีครอบครัวปกติ (Simon et al, 1996 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

มีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการช่วยกันเลี้ยงดูลูก และการเลี้ยงดูลูกเพียงลำพัง ของพ่อแม่ที่หย่าร้างพบว่า เด็กที่พ่อแม่ที่หย่าร้างช่วยกันดูแลลูก มีการปรับตัวหลายด้านที่ดีกว่า เด็กที่พ่อแม่ที่หย่าร้างคนใดคนหนึ่งเป็นผู้เลี้ยงดูเพียงลำพัง ทั้งในด้านการปรับตัวโดยรวม ด้านอารมณ์ และด้านการเรียน (Bausemann, 2002 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) นอกจากนี้ Lee (2002 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ยังกล่าวอีกว่าการที่พ่อแม่ที่หย่าร้างช่วยกันเลี้ยงดูเด็คนั้น เป็นผลดีกับการปรับตัวของเด็ก แม้ว่าพ่อแม่ที่หย่าร้างจะมีความขัดแย้งกันมาก และเด็กจะมีความรู้สึกเสียใจอยู่ก็ตาม

3) การลดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ภายหลังการหย่าร้าง

การลดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่หย่าร้างคือ ปัจจัยปกป้องเด็กจากความเครียด และผลทางลบต่างๆ จากการศึกษาดังกล่าวจากครอบครัวหย่าร้างที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งพ่อแม่มีความขัดแย้งกันในช่วงปีแรกๆ มีความซึมเศร้าน้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งพ่อแม่ที่หย่าร้างขัดแย้งกันอย่างรุนแรง และยาวนาน (Amato & Keith, 1991; Zill et al., 1993 อ้างถึง Kelly & Emery, 2003) เมื่อพ่อแม่ที่หย่าร้างมีความขัดแย้งกันมากขึ้นเรื่อยๆ สิ่งที่จะกลายเป็น ปัจจัยป้องกันความตึงเครียด หรือ ผลทางลบต่างๆแก่เด็ก คือ สัมพันธภาพที่ดีกับพ่อ หรือ แม่ หรือ คนที่ช่วยเลี้ยงดูเด็ก อย่างน้อยสักคน หรือเป็นความอบอุ่นจากพ่อแม่ (Emery et al., 1999; Maccoby & Mnookin, 1992 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ตลอดจนความสามารถในการจัดการกับความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของเด็ก(Hetherington, 1999) อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งนี้พบว่าโดยส่วนมากความขัดแย้งของพ่อแม่ที่หย่าร้างจะยุติลง ใน 2-3 ปีแรก ภายหลังจากการหย่าร้างซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ต่างแยกจากกันแล้ว หรือ แต่งงานใหม่ จากการศึกษาดังกล่าวมีเพียง ร้อยละ 8 - 12 ที่ยังคงมีความขัดแย้งต่อกันอยู่มาก ภายหลังจากช่วง 2 - 3 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง(Hetherinton, 1999; King & Heard, 1999;

Maccoby & Mnookin, 1992 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003) ทั้งนี้ในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่หย่าร้างลดลง ในช่วงหลังการหย่าร้าง พบว่า ร้อยละ 25 - 30 ของพ่อแม่ที่หย่าร้างร่วมมือกันในการเลี้ยงดูลูก จัดสรรเวลาให้เวลากับลูกร่วมกัน สื่อสารให้เข้าใจกันอย่างมีประสิทธิภาพ และทำกิจกรรมให้ลูกร่วมกัน และมากกว่าครึ่งหนึ่งของพ่อแม่ที่หย่าร้าง พ่อและแม่ ต่างคนต่างดูแลลูก โดยไม่ได้ร่วมมือกัน มีความขัดแย้งกันน้อย และมีการสื่อสาร และข้องเกี่ยวกับน้อย ซึ่งแม้จะพ่อแม่จะไม่ได้ร่วมมือกันเลี้ยงดูเด็ก แต่เด็กก็สามารถได้รับการเลี้ยงดูที่ดีได้ หาก ได้มีการดูแล เลี้ยงดู อบรมเอาใจใส่เด็กอย่างเหมาะสม (Hetherington, 1999; Hetherington & Kelly, 2002; Maccoby & Mnookin, 1992; Whiteside & Becker, 2000 อ้างถึงใน Kelly & Emery, 2003)

1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Andrew J. Cherlin et al (1991) ได้ศึกษาถึงผลกระทบระยะยาวต่อเด็กจากการหย่าร้าง ในประเทศสหรัฐอเมริกา และ ประเทศสหราชอาณาจักร พิจารณา จากการสัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูล ในช่วงเวลา 2 ช่วง คือก่อนหย่าร้าง (ในกลุ่มเด็กประเทศสหรัฐอเมริกา มีอายุ 7-11 ปี ขณะที่กลุ่มเด็กประเทศสหราชอาณาจักรมีอายุ 7ปี) และช่วงเวลาหลังการหย่าร้าง (ในกลุ่มเด็กประเทศสหรัฐอเมริกามีอายุ 11-16 ปี ขณะที่ เด็กประเทศสหราชอาณาจักร มีอายุ 11ปี) โดยทำการสัมภาษณ์พ่อแม่ของเด็ก และครูของเด็ก โดยให้ระบุความมากน้อยในพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็ก ขณะเดียวกันได้จัดให้เด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง 2 กลุ่มนี้ ได้รับการทดสอบ ด้านทักษะการอ่าน และทักษะทางคณิตศาสตร์ จากการนำกลุ่มเด็กที่พ่อแม่ตัดสินใจหย่าร้างในช่วงเวลาระหว่างการสัมภาษณ์ครั้งที่หนึ่งและสองนี้เปรียบเทียบกับกลุ่มเด็กที่พ่อแม่ยังคงสถานภาพคู่สมรสกันในช่วงเวลาดังกล่าวนี้ พบว่า การหย่าร้างหรือการแยกทาง มีผลอย่างเด่นชัดต่อการมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และระดับผลสัมฤทธิ์ในด้านทักษะการอ่าน และทักษะทางคณิตศาสตร์ของเด็กผู้ชาย ในช่วงเวลาหลังการหย่าร้าง ขณะที่การหย่าร้างหรือการแยกทาง มีผลอย่างเด่นชัดในระดับที่น้อยกว่าต่อการมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และระดับผลสัมฤทธิ์ในการทดสอบด้านทักษะการอ่าน และทักษะทางคณิตศาสตร์ในช่วงเวลาดังกล่าวของเด็กผู้หญิง

Laumann- Billings และ Emery (2000) งานวิจัยนี้แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ส่วน ส่วนที่หนึ่งจากการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวปกติพบว่า นักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างรู้สึกเจ็บปวด มีความคิด และความทรงจำเกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อแม่ ขณะเดียวกันนักศึกษากลุ่มนี้กล่าวว่าตนเองยอมรับการหย่าร้างที่เกิดขึ้น และยังพบว่านักศึกษากลุ่มนี้มีสุขภาวะในทางจิตวิทยาต่ำ ตลอดจนมีความเศร้าใ้สากับชีวิตของ

ครอบครัวมากกว่า กลุ่มนักศึกษาครอบครัวปกติ ในการศึกษาส่วนที่สอง ซึ่งเป็นการศึกษาเฉพาะในกลุ่มนักศึกษาที่มีครอบครัวหย่าร้าง และมีรายได้น้อยในชุมชนเดิม ทั้งในการศึกษาส่วนที่หนึ่งและสอง พบว่าความเศร้าโศกที่นักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีอยู่มากมายนั้น เกี่ยวข้องกับที่פקอาศัยของนักศึกษา ความถี่ในการมาเยี่ยมเยียนของพ่อที่หย่าร้าง ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ และ สุขภาวะทางจิต

Ann, Heron, McIntyre, Burton และ Engler (2003) ศึกษาผลของการที่พ่อแม่หย่าร้างกับ คุณลักษณะการรับผิดชอบต่อสังคม และการเป็นอิสระจากการได้รับการกำหนดกฎเกณฑ์จากสิ่งอื่นหรือคนอื่น ที่มีต่อปัญหาการปรับตัว และความเศร้าโศกของนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 105 คน โดยใช้แบบวัด The Social Responsibility Scale และ แบบวัด The Other-Direction subscale of the Personal Behavior Inventory ผลการวิเคราะห์ พบว่า ปัจจัยการหย่าร้างของพ่อแม่ คุณลักษณะการรับผิดชอบต่อสังคม และการเป็นอิสระจากการได้รับการกำหนดกฎเกณฑ์ จากสิ่งอื่น หรือคนอื่น มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยทางสถิติกับ ปัญหาการปรับตัว และความเศร้าโศกของนักศึกษา โดยพบว่าการหย่าร้างของพ่อแม่เกี่ยวข้องกับการมีคุณลักษณะที่มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวมสูงขึ้น และมีคุณลักษณะ การเป็นอิสระจากการได้รับการกำหนดกฎเกณฑ์ จากสิ่งอื่น หรือคนอื่น น้อยลง และเมื่อพิจารณา 2 คุณลักษณะนี้ร่วมกัน พบว่าช่วยลดความสัมพันธ์ระหว่าง การหย่าร้าง และการมีปัญหาการปรับตัว แต่ไม่พบว่ามีผลช่วยลดความเศร้าโศกในกลุ่มนักศึกษาดังกล่าวแต่อย่างใด งานวิจัยชิ้นนี้ได้อภิปรายผลการวิจัยในบริบทของความต้องการทางสังคม ที่มีต่อชีวิตนักศึกษา

Wallerstein (2004) ได้ติดตามศึกษาผู้ที่มีครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 131 คน เป็นเวลานานต่อเนื่อง 25 ปี นับตั้งแต่ช่วงต้นทศวรรษที่ 1970 ซึ่งขณะนั้นเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างดังกล่าว มีอายุ 3-18 ปี การวิจัยนี้ได้ใช้การสัมภาษณ์ทางคลินิกในการเก็บรวบรวมข้อมูลตลอดจนทำความเข้าใจเชิงลึกในความรู้สึก ความนึกคิด และพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ ตลอดช่วงเวลาในแต่ละช่วงวัย นับแต่วัยเด็ก วัยรุ่น และ วัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้น และวัยผู้ใหญ่ จากการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างเด็กที่ครอบครัวหย่าร้าง กับ เด็กรุ่นเดียวกันที่มีครอบครัวปกติ ในแหล่งชุมชนเดียวกัน พบว่าในกลุ่มเด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง มีความยากลำบาก ในการที่จะประสบความสำเร็จในสัมพันธภาพความรัก ในการสร้างความใกล้ชิดผูกพันกับเพศตรงข้าม และการใช้ชีวิตสมรส ในวันผู้ใหญ่

Størksen, Røysamb, Moum และ Tambs (2005) งานวิจัยนี้ศึกษาในกลุ่มวัยรุ่นชว นอร์เวย์ ที่มีครอบครัวหย่าร้างหรือแยกทางกัน จำนวน 413 คน เปรียบเทียบกับกลุ่มวัยรุ่นชว นอร์เวย์ที่มีครอบครัวปกติ จำนวน 1,758 คน ผลการวิจัยพบว่า การหย่าร้างของพ่อแม่ มีส่วน

เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงด้านความวิตกกังวล และความซึมเศร้าของเด็ก ตลอดจนสุขภาพจิต ความเชื่อมั่นในตนเอง และปัญหาในโรงเรียน เมื่อพิจารณาเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นชาย พบว่าการหย่าร้างมีส่วนเกี่ยวข้องต่อเฉพาะ การมีปัญหาในโรงเรียนเท่านั้น ขณะที่ในกลุ่มวัยรุ่นผู้หญิง พบว่า การหย่าร้างของพ่อแม่ มีความเกี่ยวข้องต่อ การเปลี่ยนแปลง ด้านความวิตกกังวล ความซึมเศร้า สุขภาพจิต ความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนปัญหาด้านการเรียน

อุบลรัตน์ ชมวิงษ์ (2543) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวต่อ สัมพันธภาพในครอบครัว ของ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนนิคมวิทยา จังหวัดระยอง โดยใช้วิธีการศึกษาเป็นรายกรณีร่วมกับการให้คำปรึกษาครอบครัว กรณีศึกษาได้มาจากประชากร โดยใช้แบบสำรวจพฤติกรรมเด็กฉบับสำหรับผู้ปกครอง ของศูนย์สุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข คัดเลือกนักเรียนที่มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ได้กรณีศึกษาจำนวน 2 คน แบ่งการดำเนินการวิจัย เป็น 4 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ใช้เครื่องมือและเทคนิคการศึกษาเป็นรายกรณี เช่น การเยี่ยมบ้าน อัดชีวประวัติ บันทึกประจำวัน การทำสังคมมิติในชั้นเรียน ฯลฯ เพื่อทำความรู้จัก และเข้าใจกรณีศึกษาอย่างแท้จริง เป็นเวลา 10 สัปดาห์ ระยะที่ 2 สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับ สัมพันธภาพในครอบครัวของนักเรียน โดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัวภายหลังการหย่าร้างของพ่อแม่ ปรับปรุงจากอัญชลี ศิลาเกษ และคณะในปี 2539 จากนั้นจึงให้คำปรึกษาครอบครัวตามโปรแกรมที่สร้างขึ้นกับนักเรียน และผู้ปกครอง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ระยะที่ 3 ระยะยุติการให้คำปรึกษา ใช้เวลา 6 สัปดาห์ จากนั้นดำเนินการสอบถาม สัมพันธภาพในครอบครัวด้วยแบบสอบถามชุดเดิม ระยะที่ 4 เป็นระยะติดตามผล โดยเว้นระยะไปช่วงเวลาประมาณ 3 สัปดาห์ และใช้แบบสำรวจพฤติกรรมเด็กสำหรับผู้ปกครอง ในการสำรวจพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กอีกครั้ง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีสัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ดีขึ้น และแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาลดลง

อารีย์ ชันดิธรรมกุล (2546) งานวิจัยนี้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่อสัมพันธภาพกับบิดาหรือมารดาของนักเรียนโรงเรียนอาชีวศึกษาเอกชนแห่งหนึ่ง ในจังหวัดชลบุรี ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2-3 ซึ่งมาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีคะแนนสัมพันธภาพต่อบิดาหรือมารดาต่ำกว่าระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มแรกเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มที่สองเป็นกลุ่มควบคุมทำการทดลองในกลุ่มทดลอง 11 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง การเก็บข้อมูลแบ่งเป็นระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลอง สถิติที่

ใช้คือ การทดสอบความแตกต่างของคะแนนสัมพันธภาพก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ nonparametric ด้วยวิธี Mann-Whitney U test ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีสัมพันธภาพสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม และสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รัชนีภรณ์ ศักดิ์ศรีวัฒนา (2548) ศึกษาเปรียบเทียบการทำหน้าที่ของครอบครัว และภาวะความซึมเศร้าในนักเรียนวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวหย่าร้างกับครอบครัวปกติ และศึกษาความสัมพันธ์ของการทำหน้าที่ของครอบครัวกับภาวะซึมเศร้า โดยกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนรัฐบาล และเอกชน จังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2547 ประกอบด้วยนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 72 คน และนักเรียนที่มาจากครอบครัวปกติจำนวน 72 คน ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามวิเคราะห์ข้อมูลโดย การวิเคราะห์ ANOVA และ การวิเคราะห์ถดถอยเชิงเส้นตรงอย่างง่าย ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนจากครอบครัวหย่าร้าง กับนักเรียนปกติ รับรู้การทำหน้าที่ของครอบครัวไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่มาจากครอบครัวปกติมีคะแนนภาวะความซึมเศร้าสูงกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการทำหน้าที่ของครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ตลอดจนการทำหน้าที่ของครอบครัวสามารถทำนายการเกิดภาวะซึมเศร้า ในนักเรียนวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวปกติ ได้ร้อยละ 20.8

2.ความงอกงามทางจิตใจของผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

Tashiro, Frazier และ Berman (2006) กล่าวว่า ผลการวิจัยที่นำเสนอผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างต่อคู่สมรสที่หย่าร้าง และผลทางลบต่อกลุ่มเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างด้วย (Gately & Schwebel, 1991,1992; อ้างถึงใน Tashiro ,Frazier & Berman,2006) ภาพของสื่อที่มุ่งมองไปที่ความสูญเสีย และความเจ็บปวดจากการหย่าร้าง อาจเป็นอุปสรรคต่อการที่นักวิจัยและสาธารณชนที่จะได้มองเห็นความงอกงามทางจิตใจ ที่เกิดขึ้นจากการหย่าร้าง (Stewart et al.,1997 อ้างถึงใน Tashiro ,Frazier & Berman, 2006) ขณะเดียวกันการมุ่งมองผลกระทบจากการหย่าร้าง อย่างไม่ครอบคลุมเช่นนี้ สร้างภาพลักษณ์ และการคาดการณ์ต่างๆ ที่ส่งผลต่อเด็กและครอบครัวที่หย่าร้างอย่างมากมาย (Barber & Eccles, 1992; Dreman, 2000 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) เช่นเดียวกันที่ Seligman และ Csikzentmihalyi (2000) กล่าวว่า การให้การเยียวยาเพื่อลดความเจ็บป่วยทางจิตใจนั้นเป็นเป้าหมายหลักสำคัญ กระนั้นการมุ่งมอง แต่ผลทางลบ อาจจำกัดความเข้าใจในภาพรวมทั้งหมด โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงภายหลังจากการได้ประสบเหตุการณ์ที่ตึงเครียดนั้น Seligman & Csikzentmihalyi, 2000 อ้างถึง

ใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) อย่างไรก็ตามก็ดีแม้ว่านักวิจัยจำนวนมากไม่น้อยได้ตระหนักถึงการดำเนินการวิจัยที่ประเมินความงอกงามทางใจ จากการหย่าร้าง ให้เทียบเท่ากับการประเมินผลกระทบทางลบจากการหย่าร้าง(Dreman, 2000; Gately & Schwebel, 1991,1992; Stewart et al., 1997 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) Tashiro, Frazier และ Berman (2006) กล่าวว่า การวิจัยถึงความงอกงามทางจิตใจจากการหย่าร้างที่พบ ยังไม่ค่อยเป็นหลักเป็นฐาน และเป็นระบบมากนัก แต่จากการทบทวนงานวิจัย Tashiro Frazier และ Berman (2006) ได้พบงานวิจัยที่รายงานว่าเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างบางคนได้รับความงอกงาม หรือผลทางบวกจากการหย่าร้างของพ่อแม่ เช่นเดียวกับ ผลทางบวก หรือความงอกงามทางจิตใจที่เกิดขึ้นกับกลุ่มบุคคลซึ่งได้รับประสบการณ์ในชีวิตอื่น ๆ ที่สร้างความรู้สึกเจ็บปวดเช่นกัน

งานวิจัยได้ใช้คำต่างๆที่หลากหลายในการอธิบายถึง ความงอกงามภายหลัง จากการประสบเหตุการณ์ที่ตึงเครียด หรือเจ็บปวด อาทิ posttraumatic growth ,thriving , flourishing, stress-related growth , adversarial growth และ positive life changes (Tedeschi & Colhoun,1996 , O'Leary & Ickovics ,1995 ,Ryff & Singer,1988 ,Park, Cohen, & Murch,1996 ,Linley & Joseph, 2004 อ้างถึงใน Sheikh,2008, Tashiro ,Frazier & Berman, 2006) อย่างไรก็ตามก็ดีความงอกงามภายหลังเหตุการณ์ที่เจ็บปวด (posttraumatic growth) เป็นชื่อปรากฏการณ์ที่ได้รับการอ้างอิงถึงในบทความที่เกี่ยวข้องอยู่ไม่น้อย โดย Tedeschi และ Colhoun (1996, 2004) ได้ให้นิยามความหมายเอาไว้ว่า คือ การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาในด้านบวกที่เกิดขึ้นอันเป็นผลจากการได้ต่อสู้ฟันฝ่าสถานการณ์ที่ยาก ทำทนายของชีวิต (Tedeschi & Colhoun,1996 อ้างถึงใน Sheikh,2008)

จากการศึกษาผลทางบวกที่เกิด ในกลุ่มบุคคลที่ได้ประสบเหตุการณ์ร้ายแรง ที่สร้างความตึงเครียดต่างๆ เช่น เหตุร้ายแรงทางสุขภาพ อาทิ โรคมะเร็ง อาการป่วยเรื้อรัง โรคเอดส์ ฯลฯ ภัยพิบัติทางธรรมชาติ อาทิ พายุถล่ม เครื่องบินชน ไฟไหม้ ฯลฯ ตลอดจน เหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียดอื่นๆ ตัวอย่างเช่น การตกงาน งานวิจัยหลายงานไม่พบว่า มีเงื่อนไขที่ชัดเจน ของการเกิดความงอกงามภายหลังเหตุการณ์ที่เจ็บปวดต่างๆ เหล่านี้ (Linley & Joseph, 2004; Tedeschi & Colhoun,1996 อ้างถึงใน Sheikh, 2008) โดยพบว่าบุคคลเหล่านี้ เกิดความงอกงามภายหลัง เหตุการณ์ที่เจ็บปวดได้ นับตั้งแต่ 2 สัปดาห์ แรกหลังเกิดเหตุการณ์ (Frazier, Conlon, & Glaser, 2001 อ้างถึงใน Sheikh,2008) ไปจนถึง 8 ปี หลังจากเกิดเหตุการณ์ (Afeck, Tennen, Croog, & Levine,1987 อ้างถึงใน Sheikh,2008)

การศึกษาถึงความงอกงามภายหลังจากเหตุการณ์ที่เจ็บปวดนี้ นอกจากจะเป็นการช่วยแผ่ขยายพื้นที่ประสบการณ์เหล่านั้น ให้สามารถเข้าใจได้อย่างครอบคลุมขึ้นแล้ว ยังเป็นองค์

ความรู้ที่มีประโยชน์แก่การให้ความช่วยเหลือทางจิตวิทยาการปรึกษา Calhoun และ Tedeschi (1996; 2006) ได้เสนอการนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ เพื่อช่วยในการเอื้อให้ผู้รับบริการเกิดความมอกงามภายหลังจากเหตุการณ์ที่เจ็บปวดในช่วงเวลาของการบำบัดทางจิต (Calhoun & Tedeschi, 1996, 2006 อ้างถึงใน Sheikh, 2008) นอกจากนี้ยังพบว่า ได้มีการให้การบำบัดทางจิตแก่บุคคลที่ได้ประสบเหตุการณ์ร้ายแรง หรือเหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียดต่างๆ และพบว่าผลจากการเยียวยาทางจิตวิทยา ทำให้ผู้รับการเยียวยา เกิดความมอกงามภายหลังจากเหตุการณ์ที่ประสบ (Sheikh, 2008) กล่าวคือ มีงานวิจัย 3 ชิ้นที่ระบุการให้การเยียวยากลุ่มผู้หญิงที่เป็นมะเร็งเต้านมในระยะแรก และพบว่าผู้หญิงกลุ่มนี้เกิดความมอกงามขึ้น อันเป็นผลนอกเหนือจากเป้าหมายของการวิจัย (Antoni et al., 2001; Gruess et al., 2000; McGregor et al., 2004 อ้างถึงใน Sheikh, 2008) งานวิจัยอีก 2 ชิ้น ระบุว่า ผลจากการให้การเยียวยาแบบกลุ่มทำให้ ผู้หญิงที่ป่วยเป็นมะเร็งเต้านม เกิดความมอกงามขึ้น (Kissane et al., 2003; Stanton et al., 2002 อ้างถึงใน Sheikh, 2008) ตัวอย่างดังกล่าวเป็นเพียงข้อค้นพบสำคัญเบื้องต้น ซึ่งคาดว่าจะได้มีการศึกษาต่อไปถึงกลไกการเกิด ความมอกงามภายหลังเหตุการณ์ที่เจ็บปวด ในกลุ่มบุคคลที่ประสบเหตุการณ์ที่หลากหลาย มากยิ่งขึ้นต่อไป (Sheikh, 2008)

แม้จะยังไม่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ แสดงการยืนยันผลของการเกิดความมอกงามภายหลังจากเหตุการณ์ร้าย หรือเหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียด ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หรือในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวครอบครัว อย่างไรก็ตามก็ดีกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาซึ่งรวมถึงในส่วนบริบทของครอบครัว มีคุณลักษณะที่เอื้ออำนวยต่อการเกิดความมอกงามภายหลังการประสบเหตุการณ์ร้ายต่างๆเหล่านั้น โดยด้วยบริบทและบรรยากาศของกลุ่มช่วยเอื้ออำนวยโอกาสมากมาย แก่การที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนจะสามารถมองเห็นความเปลี่ยนแปลงทางบวกของกันและกัน ขณะเดียวกันที่สมาชิกคนหนึ่งเกิดความมอกงามขึ้นในกลุ่ม ความมอกงามของสมาชิกรายดังกล่าวสามารถกลายเป็นแรงบันดาลใจให้แก่สมาชิกคนอื่นๆ ได้พยายามมองหาผลหรือการเปลี่ยนแปลงทางบวกที่ตนได้รับจากการประสบเหตุการณ์ดังกล่าวด้วย นอกจากนี้ กลุ่มยังเอื้อบรรยากาศแห่งความอ่อนใจ ปลอดภัย และเอื้อต่อการปลดพันธุนาการต่างๆ อาทิ ความรู้สึกผิด การตีตราตนเอง หรือความรู้สึกต่างๆ ที่เหนียวรั้งไม่ให้บุคคล ก้าวข้ามการสูญเสีย และเดินต่อไปได้ด้วย การเปลี่ยนแปลงตนเองในทางบวกได้ (Calhoun & Tedeschi, 1996 อ้างถึงใน Sheikh, 2008)

3.กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ก่อนที่จะได้กล่าวถึงกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในลำดับต่อไป ผู้วิจัยจะขอกล่าวถึงการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไว้เป็นข้อมูลเบื้องต้นสักเล็กน้อย โดย วัชรวิ ทรัพย์มี (2551) ได้เรียบเรียงนิยามความหมายการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากแหล่งต่างๆ และยังได้ยกตัวอย่างการนิยามที่น่าสนใจของ Pietrofesa (1978) ไว้ว่า

การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นกระบวนการของสัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือซึ่งเต็มไปด้วยความอบอุ่น การยอมรับและความเข้าใจระหว่างผู้ให้บริการปรึกษาซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรมในการให้ความช่วยเหลือกับผู้รับบริการซึ่งต้องการความช่วยเหลือเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการได้เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้นได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ มีทัศนคติใหม่เกิดขึ้น สำหรับนำไปประกอบ การตัดสินใจแก้ปัญหา หรือวางโครงการการศึกษาและประกอบอาชีพ ตลอดจนเพื่อพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ (Pietrofesa, 1978 อ้างถึงใน วัชรวิ ทรัพย์มี, 2551)

จากการทบทวนนิยามของการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีอยู่มากมาย วัชรวิ ทรัพย์มี(2551) ได้สรุปนิยามความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในภาพรวมเอาไว้ว่า

การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้บริการปรึกษาซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรม กับผู้รับบริการความช่วยเหลือเพื่อให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น

การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีปรากฏทั้งในลักษณะการให้บริการรายบุคคล และการให้บริการในรูปแบบของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีสมาชิกเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ประมาณ 6-8 คน และเพื่อให้ผู้อ่านสามารถติดตามและทำความเข้าใจถึงกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงขอการสรุปสาระสำคัญของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในภาพรวม ของ Corey (2008) มาเรียบเรียงเอาไว้ด้วย ดังนี้

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทั้งยังเน้นมุ่งเน้นผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้เกิดการตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ทั้งนี้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นบริการที่จัดขึ้นสำหรับผู้สนใจเข้าร่วมซึ่งไม่ได้มีความผิดปกติทางโครงสร้างบุคลิกภาพ หากแต่อาจเป็นบุคคลที่กำลังเผชิญอยู่กับสถานการณ์ที่ย่ำแย่ หรือกำลังเผชิญกับความขัดแย้ง และมีความต้องการ ความตั้งใจที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองที่มีอยู่ เพื่อให้ตนเองสามารถรับมือและจัดการกับปัญหา สถานการณ์ที่เผชิญอยู่ หรือ ปัญหาต่างๆที่อาจต้องเผชิญต่อไปได้ดีขึ้น

โดยภาพรวมแล้ว กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นทั้งกระบวนการเยียวยาทางด้านจิตวิทยา และ กระบวนการสนับสนุนป้องกันเชิงจิตวิทยาให้แก่สมาชิกผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีเป้าหมายสำคัญในการมุ่งที่จะค้นหา ปกป้องและเพิ่มพูน พัฒนา ความเติบโต อองงาม หรือความเข้มแข็งภายในผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้ได้ผลิบานมากยิ่งขึ้น และได้ตระหนักชัดในตนเองมากขึ้น ขณะเดียวกันยังเป็นการมุ่งช่วยปลดปล่อยพันธนาการอันเป็นอุปสรรคต่อการเกิดความเติบโตอองงามภายในบุคคลของสมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวอีกด้วย ส่วนมากแล้วในการให้บริการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามักมีการระบุเป้าหมายประสงค์ตามสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นและมักจะอยู่บนฐานความต้องการของสมาชิกผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นๆด้วย จึงปรากฏมีการจัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่มีวัตถุประสงค์มุ่งเน้นเฉพาะทางบางประการ บ้างเป็นการตอบสนองความต้องการ บ้างจัดตามลักษณะกลุ่มสมาชิกผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เช่น กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้เข้าร่วมในวัยต่างๆ ตัวอย่างวัตถุประสงค์ในการให้บริการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเช่น เสริมสร้างการเรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและผู้อื่น เสริมสร้างการตระหนักรู้ และรู้จักตนเอง เพื่อเรียนรู้และพัฒนาทักษะในการสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม เพื่อเพิ่มพูนการยอมรับตนเอง เชื่อมั่น และเคารพตนเอง เพื่อเรียนรู้ที่จะสื่อสาร เพื่อแสดงความรู้สึกอย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสม เพื่อค้นหาวิธีการหรือทางออกที่หลากหลายในการรับมือและแก้ปัญหาในสถานการณ์ความขัดแย้งบางประการ ตลอดจนเพื่อความสามารภในการกำกับควบคุมตนเอง พึ่งพาตนเองในเรื่องต่างๆ และมีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นเป็นต้น

เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่างๆดังกล่าวไปข้างต้นนั้น ภายในกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจึงได้มีการเอื้อให้เกิดบรรยากาศของการยอมรับ เข้าใจ และสนับสนุนส่งเสริมในแง่มุมมองต่างๆให้แก่กันและกัน โดยมีนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวเป็นผู้มีบทบาทในการเอื้อให้เกิดบรรยากาศแห่งความไว้วางใจซึ่งกันและกันอันจะนำไปสู่ การแบ่งปันประสบการณ์และค้นหาความจริงในเรื่องราวต่างๆที่เนื่องโยงให้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ของกลุ่มที่ตั้งไว้ได้ ในระหว่างการดำเนินกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มเป็นมีบทบาทสำคัญในการเอื้อให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาได้ตระหนักชัดยิ่งขึ้นในสิ่งที่ตนพูดและรู้สึก เอื้ออำนวยให้สมาชิกผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแต่ละคนได้มีปฏิสัมพันธ์กัน ได้เรียนรู้จากการแบ่งปันประสบการณ์ต่างๆภายในกลุ่ม ตลอดจนช่วยสนับสนุนให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาดังกล่าวมีเป้าหมายเฉพาะของแต่ละบุคคล และเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อเป้าหมายเฉพาะนั้น ไปสู่การวางแผนสู่เป้าหมายอย่างเป็นรูปธรรม

โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มจะใช้ทักษะการปรึกษาทางจิตวิทยาทั้งที่เป็น วจนภาษา และ อวจนภาษา ในการทำบทบาทหน้าที่ดังกล่าว

ประโยชน์หรือคุณค่าของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ต่อผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษานั้น นอกจากจะได้ช่วยเพิ่มเติม เสริมสร้างคุณลักษณะต่างอันเป็นการบรรลุวัตถุประสงค์ของการจัด กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในครั้งนั้นๆ แล้ว กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยายังเป็นสถานที่จำลอง สถานการณ์ในโลกแห่งความเป็นจริง และเป็นโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ เริ่มต้นที่จะแสดงออก และสื่อสาร ด้วยมุมมองหรือด้วยความรู้สึกนึกคิดแบบใหม่ ก่อนนำไปใช้จริง ในชีวิตประจำของตนเอง ขณะเดียวกันการได้รับรู้ถึงการรับรู้ที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง และการได้สำรวจ ใคร่ครวญตนเองภายในกลุ่ม สมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะได้เรียนรู้และเข้าใจมากขึ้นว่า ภาพการเปลี่ยนแปลงเป็นคนใหม่ที่ตนเองต้องการนั้นเป็นอย่างไร และอะไรเป็นอุปสรรคที่เข้ามา ขัดขวางการเปลี่ยนแปลงที่ตนเองต้องการ

ในบริบทของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง Grych และ Fincham (1992) ได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับนวัตกรรมต่างๆสำหรับเด็กที่มาจาก ครอบครัวหย่าร้าง ผู้วิจัยเห็นว่ามีความจำเป็นในส่วนของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กกลุ่มนี้ที่ ยังคงสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน ทั้งยังได้ให้ภาพรวมที่ค่อนข้างชัดเจนจึงได้นำมาอ้างถึง ในการทบทวนวรรณกรรมนี้ โดย Grych และ Fincham (1992) พบว่าโดยส่วนมาก นวัตกรรม สำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวของเด็ก ที่นิยมใช้กันคือกลุ่มการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกึ่งการให้ความรู้ (psychoeducational group) กล่าวคือ เป็นการสร้างกำลัง สนับสนุนทางสังคม ตลอดจนเพิ่มความ สามารถในการจัดการปัญหาให้แก่ สมาชิกกลุ่ม ขณะที่ การปรับปรุงพัฒนาคุณภาพให้เอื้อต่อการปรับตัวและพัฒนาการของเด็กภายหลังการหย่าร้าง เป็นรูปแบบการพัฒนา นวัตกรรมในส่วนของระบบกฎหมายที่เกี่ยวข้อง(Grych & Fincham, 1992)

ในส่วนของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่มีใน ต่างประเทศ Grych และ Fincham (1992) ได้กล่าวว่า โดยทั่วไปแล้วโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิง จิตวิทยาเหล่านี้ มีจุดประสงค์ในการช่วยเหลือ และบรรเทา ความรู้สึกทางลบในใจ ความคิดในเชิง ลบ ตลอดจนบรรเทาปัญหาต่างๆที่มักเกิดขึ้นในชีวิตภายหลังการหย่าร้างของเด็ก ทั้งนี้กลุ่มการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยาเหล่านี้มักมีลักษณะของโปรแกรมไปในทางเดียวกัน กล่าวคือ จัดเป็นกลุ่ม ขนาดเล็ก สำหรับเด็ก 4-10 คน จัดในช่วงเวลาจำกัด นักวิชาการหลายคนกล่าวว่า การจัดเป็นการ ให้ความช่วยเหลือทางจิตวิทยาแบบกลุ่มนั้นได้รับความนิยมมากกว่าแบบรายบุคคล ด้วยเหตุผล หลายประการ (Kalter, Alpher, et al., 1988; Pedro-Carroll & Cowen, 1987) อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992) ประการแรกคือ โดยมากแล้ว หน่วยบริการทางสังคม และโรงเรียน มีทรัพยากร

ไม่เพียงพอในการให้ความช่วยเหลือแก่เด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง เป็นรายบุคคลในจำนวนมากได้ การจัดโปรแกรมเป็นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จึงช่วยตอบสนองความต้องการในการให้ความช่วยเหลือเด็กที่หย่าร้างในจำนวนมากได้ ประการที่สอง การจัดให้เป็นในรูปแบบของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เอื้อต่อการได้รับการเยียวยาของสมาชิกกลุ่ม จากการที่เด็กได้แบ่งปันเรื่องราวกับเพื่อนสมาชิกกลุ่มซึ่งต่างผ่านประสบการณ์การหย่าร้างของครอบครัวตนมาเหมือนกัน ขณะเดียวกันเป็นการสร้างเครือข่ายทางสังคมขนาดเล็กที่เข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน ตลอดจนจนเป็นเครือข่ายที่ให้การสนับสนุนทางสังคมแก่เด็กได้ (Kalter, Alpher, et al., 1988; Pedro-Carroll & Cowen, 1987 อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992) ประการที่สาม การจัดในรูปแบบของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวที่มีเพื่อนสมาชิกมาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกัน อาจทำให้เด็กรู้สึกสะอึกใจที่จะพูดคุยถึงเรื่องที่เป็นปัญหา และเรื่องที่มีประเด็นลึกๆได้มากกว่าการมารับบริการจากนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นรายบุคคล

นอกจากนี้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างยังมีลักษณะสำคัญ คือโดยส่วนใหญ่แล้วจะจัดขึ้นที่สถานการศึกษา มีบ้างที่จัดในศูนย์สุขภาพจิต หรือที่อื่นๆ ทั้งนี้การที่กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว จัดขึ้นที่โรงเรียน เอื้อให้สามารถให้ความช่วยเหลือเด็กที่หย่าร้างได้เป็นจำนวนมาก รวมถึงเอื้อให้กลุ่มเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างและมีทุนทรัพย์ไม่มาก สามารถได้รับประโยชน์ด้วยได้ (Cowen, Hightower, Pedro-Carroll, & Work, 1989 อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992) ขณะเดียวกัน โรงเรียนนับเป็นสถานที่ที่เด็กคุ้นเคย และสามารถเอื้อให้เด็กได้มีกลุ่มเพื่อน หรือครูที่เข้าอกเข้าใจ ซึ่งสามารถเป็นแหล่งสนับสนุนทางสังคมให้แก่เด็กได้ (Cowen et al., 1989; Kalter, Alpher, et al., 1988 อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992) นอกจากนี้การจัดในโรงเรียนยังช่วยเอื้อให้ครูในโรงเรียนได้เรียนรู้การให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นแก่เด็กกลุ่มนี้ได้ (Cowen et al., 1989 อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992)

ลักษณะสำคัญประการสุดท้ายของรูปแบบกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง คือจะเน้นไปที่การให้การเยียวยา และการให้ความรู้ และมักจะมีวัตถุประสงค์หลายประการรวมอยู่ กล่าวคือ เพื่อช่วยให้เด็กหายคั่งค้างใจกับ ความรู้สึกสับสน และความไม่พอใจที่เกี่ยวข้องกับการหย่าร้าง เพื่อที่จะช่วยสร้างเครือข่ายที่เป็นกำลังสนับสนุนให้แก่เด็ก เพื่อเพิ่มพูนความสามารถในการรับมือและจัดการกับปัญหาอันเกี่ยวโยงมาจากการหย่าร้างที่เด็กเผชิญ และพัฒนาการสื่อสารระหว่างเด็กกับพ่อแม่ให้ดีขึ้น อันจะโยงไปถึงสัมพันธภาพที่ดีต่อไปได้ ขณะเดียวกันในส่วนของเทคนิคที่ใช้ในโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแต่ละกลุ่ม จะแตกต่างกันไปบ้าง แต่พบว่าหลักๆ มีการแสดงบทบาทสมมุติ การใช้ไฮตัทช์นุอุปกรณ์ การเล่า

เรื่องราว วาดรูป ทำแบบฝึกหัดแก้ปัญหาต่างๆ เสนอเรื่องราวของตนเอง หรือการแสดงที่เกี่ยวข้องกับประเด็นของการหย่าร้าง

ตามที่ได้กล่าวถึงไปในข้างต้นแล้วว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เป็นรูปแบบของนวัตกรรมในการให้ความช่วยเหลือเด็กกลุ่มนี้ที่ได้รับความนิยมมาก แม้ปัจจุบันจะมีกระแสที่ตระหนักถึง ความจำเป็นในการพัฒนานวัตกรรมเพื่อให้ความช่วยเหลือเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง ให้สามารถพัฒนาความสามารถในการปรับตัวของเด็กให้ดีขึ้นได้ การค้นคว้าวิจัยและนวัตกรรมเกี่ยวเนื่องกับเด็กที่มีครอบครัวหย่าร้าง ยังมีอยู่ไม่มากนัก ยังคงเลือกใช้ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในการให้ความช่วยเหลือเด็กกลุ่มนี้ (เช่น Sanders & Riestler, 1996; Stolber, & Mahler, 1989; Wallerstein, 1991; Zil et al., 1993 อ้างถึงใน Hage & Nosanow, 2010) โดยส่วนมากแล้ว จากการประเมินผลการใช้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในงานวิจัยที่ผ่านมา ระบุว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว อาจช่วยสร้างประสบการณ์สำคัญที่จะช่วยเกื้อกูลให้เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทั้งในวัยเด็ก และวัยรุ่นมีสุขภาพจิตที่ดีได้ รวมถึงยังเป็นการช่วยลดผลกระทบระยะยาวที่เกิดขึ้นกับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างให้ลดลงได้อีกทางหนึ่ง เนื่องจากได้เรียนรู้วิธีการในการรับมือและจัดการกับเรื่องราวของตนเอง (Alpert-Gillis, Pedro-Carroll, & Cowen, 1989; Anderson, Kenney, & Gerler, 1984; Bussey, 1996; Crosbie-Burnett & Newcomer, 1990; Gwynn & Brantley, 1987; Lee, Picard, & Blain, 1994; Roseby & Deutsch, 1985; Sanders & Riestler, 1996; Stolber & Mahler, 1989 อ้างถึงใน Hage & Nosanow, 2010) Tomori (1995) กล่าวว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง สามารถใช้เป็นวิธีการในการให้ความช่วยเหลือเด็กที่มีประสิทธิภาพ ทั้งในส่วนของพัฒนาตน การพัฒนาทางสังคม และพัฒนาด้านการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้สมาชิกกลุ่มยังกลายเป็นแรงบันดาลใจให้กับเพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกันในการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น

4. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR)

เนื่องจาก การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual Qualitative Research หรือ CQR) จัดเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบหนึ่ง ดังนั้นเบื้องต้นผู้วิจัยจึงขอกล่าวถึง การวิจัยเชิงคุณภาพ และจะได้กล่าวถึง วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual Qualitative Research หรือ CQR) ในลำดับต่อไป

สุภาวศ์ จันทวานิช (2551) ได้ให้ความหมายของ การวิจัยเชิงคุณภาพในเบื้องต้นว่า คือ การแสวงหาความรู้โดยการพิจารณาปรากฏการณ์สังคมจากสภาพแวดล้อมตามความเป็นจริงในทุกมิติ เพื่อหาความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์กับสภาพแวดล้อมนั้น วิธีการนี้จะสนใจข้อมูลด้านความรู้สึกนึกคิด ความหมาย ค่านิยม หรือ อุดมการณ์ของบุคคล นอกเหนือไปจากข้อมูลเชิงปริมาณ มักใช้เวลานานในการศึกษาติดตามระยะยาว ใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการ เป็นวิธีหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

นอกจากนี้ สุภาวศ์ จันทวานิช (2551) ยังได้ขยายความลักษณะสำคัญของ การวิจัยเชิงคุณภาพดังนี้

1. เน้นการมองปรากฏการณ์ให้เห็นภาพรวม โดยการมองจากหลายแง่มุม หรือแนวคิด ทฤษฎีที่หลากหลาย ด้วยเหตุนี้ การวิจัยเชิงคุณภาพจึงมักเป็นสหวิทยาการ
2. เป็นการศึกษาติดตามระยะยาวและเจาะลึก เพื่อให้เข้าใจความเปลี่ยนแปลงของปรากฏการณ์ในสังคมเพื่อให้เห็นสภาพความเปลี่ยนแปลงในระยะต่างๆ รวมถึงการศึกษาแบบเจาะลึก เช่น การศึกษาเฉพาะกรณีจะทำให้เกิดความเข้าใจได้อย่างลึกซึ้งและสามารถมองภาพได้จากหลายแง่มุม
3. ศึกษาปรากฏการณ์ในสภาพแวดล้อมธรรมชาติ คือการศึกษาปรากฏการณ์ในสภาพแวดล้อมที่เป็นจริงเพื่อให้เกิดความเข้าใจในความหมายของปรากฏการณ์ จึงมักมีการวิจัยภาคสนาม
4. คำนึงถึงความเป็นมนุษย์ของผู้ถูกวิจัย ด้วยเหตุที่เป็นการศึกษามนุษย์ นักวิจัยเชิงคุณภาพจึงต้องให้ความสำคัญและเคารพผู้ถูกวิจัยในฐานะที่เป็นเพื่อนมนุษย์
5. ใช้การพรรณนาและการวิเคราะห์แบบอุปนัย นักวิจัยเชิงคุณภาพจะให้รายละเอียดเกี่ยวกับสภาพทั่วไปหรือกรณีที่ศึกษาในลักษณะของการพรรณนา การพรรณนานั้นนอกจากจะทำให้เห็นภาพรวมของการศึกษาในขั้นแรก ยังเป็นการช่วยให้ข้อมูลที่จำเป็นต่างๆ เพื่อช่วยให้ผู้อ่านเข้าใจปรากฏการณ์ได้ดีขึ้น ส่วนวิธีการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (induction) นั้นเป็นวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลที่สำคัญ โดยเป็นการนำข้อมูลเชิงรูปธรรมย่อยๆ หลายๆ กรณีมาสรุปเป็นข้อสรุปเชิงนามธรรมโดยพิจารณาจากลักษณะร่วมที่พบ
6. เน้นปัจจัยหรือตัวแปรด้านความรู้สึกนึกคิด จิตใจ และความหมาย

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual Qualitative Research หรือ CQR) เป็นวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพรูปแบบหนึ่งที่ Hill และคณะ ได้ร่วมกันคิดค้นขึ้นในปี 1997

(Hill, Thompson, Hess, Ladany, Williams & Knox, 2005) การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันเป็นระเบียบวิธีวิจัยที่นำเอาส่วนประกอบของแนวคิดปรากฏการณ์นิยม (Giorgi, 1985 อ้างถึงใน Hill et al., 2005) แนวคิดการสร้างทฤษฎีจากข้อมูล (Grounded theory) (Strauss & Corbin, 1998 อ้างถึงใน Hill et al., 2005) และกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อแปลความหมายเหตุการณ์สำคัญในการบำบัดทางจิตวิทยาการปรึกษา ผสมผสานเข้าด้วยกัน (Comprehensive process analysis) (Eillott, 1989 อ้างถึงใน Hill et al., 2005) โดยมีการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน (consensus process) เป็นแกนหลักสำคัญในระเบียบวิธีการวิจัยดังกล่าวนี้ ด้วยมีพื้นฐานความเชื่อว่าการมีกรรับรู้ในทัศนะที่หลากหลายนั้นจะยิ่งช่วยเพิ่มความสมารถที่จะเข้าใจเรื่องนั้นๆอย่างใกล้เคียงความเป็นจริงได้มากขึ้น ทั้งยังสามารถช่วยลดอคติที่เกิดขึ้นจากผู้วิจัยด้วย (Marshall & Rossman, 1989, อ้างถึงใน Hill et al., 1997; 2005)

4.1 คุณลักษณะที่สำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Components of Consensual Qualitative Research)

ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน อาจสรุปสาระสำคัญได้ 8 ประเด็นดังนี้ (Hill et al., 1997; 2005)

1. เก็บข้อมูลโดยการใช้คำถามปลายเปิด (open-ended questions) ด้วยเทคนิควิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลอย่างกึ่งมีโครงสร้าง (semi structured data collection technique) เพื่อไม่เป็นการจำกัดการตอบสนองของผู้ให้ข้อมูล ขณะเดียวกันทำให้ได้ชุดข้อมูลที่มีความสอดคล้องสม่ำเสมอกันระหว่างผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละคน

2. เป็นวิธีการวิจัยที่ใช้ภาษาในการอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ

3. ทำการศึกษาในกลุ่มคนจำนวนน้อยอย่างเข้มข้น ลึกซึ้ง

4. เข้าใจประสบการณ์เฉพาะอย่างจากการศึกษาบริบทของผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด

5. มีวิธีการแบบอุปนัย โดยมีการสร้างข้อสรุปจากข้อมูลที่มี

6. มีการตรวจสอบหลายครั้งในระหว่างขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อเอื้อให้เกิดการถ่วงถ่วงจากการรับรู้และทัศนะที่หลากหลาย โดยมีกระบวนการร่วมกันอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักในการหาข้อสรุปความหมายของข้อมูล ดังนั้นในขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีวิจัยดังกล่าว จึงต้องมีการตั้งทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก (primary team) จำนวน 3 – 5 คนในการร่วมกันลงความเห็น เพื่อให้เกิดความคิดเห็นที่หลากหลายและมีการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันเพื่อให้ได้ข้อสรุปความหมายของข้อมูลที่ดีที่สุด

7. มีผู้ตรวจสอบ (auditors) จำนวน 1 – 2 คน ในการตรวจสอบข้อสรุปที่ได้จากการอภิปรายของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าทีมผู้วิจัยหลักไม่ได้มองข้ามข้อมูล

ที่มีความสำคัญไป โดยทำการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนต่างๆ อาทิ ประเด็นหลัก (Domains) แนวคิดสำคัญ (Core Ideas) และการวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analysis) ขณะเดียวกันการตรวจสอบโดยผู้ตรวจสอบนี้ ยังเป็นการลดอิทธิพลจากความคิดของกลุ่ม (Groupthink) ที่มีอยู่ในทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักให้ลดลงอีกด้วย

8. ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก มีการย้อนกลับไปดูข้อมูลดิบอยู่เสมอ เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าข้อสรุปที่ได้นั้นถูกต้องแม่นยำ และมีรากฐานอยู่บนข้อมูลจริง

4.2 การเลือกสมาชิกและตั้งทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูล (Choosing and Structuring a Team)

การตั้งทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก เป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญสำหรับระเบียบวิธีการวิจัยชนิดนี้ เนื่องจากทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก จะต้องใช้เวลาด้วยกันเป็นเวลานาน และทำการอภิปรายกันอย่างเปิดเผย ดังนั้นสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก จะต้องสามารถทำงานร่วมกันได้ เคารพซึ่งกันและกัน สามารถจัดการความแตกต่างได้ รู้สึกอิสระในการที่จะคัดค้านสมาชิกคนอื่น เปิดกว้างที่จะรับฟัง และอภิปรายร่วมกัน กล้าเสนอความคิดเห็น และมีทักษะในการจัดการและไกล่เกลี่ยความแตกต่างที่เกิดขึ้น สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักจำเป็นต้องมีความเชื่อว่าสอดคล้องกับความเชื่อพื้นฐานของระเบียบวิธีที่เชื่อว่าการที่มีทัศนคติที่หลากหลายในการร่วมกัน อภิปรายนั้น จะเป็นประโยชน์ต่อการที่ช่วยให้สามารถเข้าใจความจริงของข้อมูลได้ นอกจากนี้ สมาชิกจะต้องมีความยืดหยุ่นและสามารถยอมรับความเปลี่ยนแปลงได้ หากมีการเปลี่ยนแปลงข้อมูลเกิดขึ้น

กระแสนของกลุ่มเป็นสิ่งที่ผู้วิจัยจะต้องให้ความสำคัญ กลุ่มควรจะมีบรรยากาศที่ทำให้สมาชิก ทุกคนรู้สึกสบายใจที่จะแสดงความคิดเห็น ควรมีการซักถามถึงความรู้สึกในการทำงานร่วมกันหากสมาชิกคนใดไม่แสดงความคิดเห็น ค่อนข้างเงียบ หรือไม่มีส่วนร่วม เนื่องจากบางครั้งกระบวนการทำงานของกลุ่มอาจจะทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกไม่สบายใจได้ เช่น การเสียความรู้สึกเมื่อถูกปฏิเสธความคิดเห็น ความรู้สึกเหล่านี้ควรจะได้รับการจัดการอย่างรวดเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เพื่อที่จะได้ไม่เกิดความตึงเครียดขึ้น การสลับเปลี่ยนหมุนเวียนผู้ที่จะได้แสดงความคิดเห็นคนแรกยังมีประโยชน์ ช่วยให้สมาชิกทุกคนมีบทบาทและมีอิทธิพลในการแสดงความคิดเห็นอย่างเท่าเทียมกัน เป็นการช่วยลดการมีอิทธิพลต่อกัน ไม่ให้มีสมาชิกคนใดคนหนึ่งมีอิทธิพลต่อกันมากเกินไป อันจะเป็นอุปสรรคต่อความรู้สึกสะดวกใจที่จะแสดงความคิดเห็นของสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

สำหรับงานวิจัยบางงาน จำเป็นที่จะต้องมีสมาชิกในทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้และประสบการณ์เฉพาะทางในเรื่องที่ทำการศึกษานั้นๆ และในบางครั้งจำเป็นต้องอาศัย

ความหลากหลายของสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูล เนื่องจากหากสมาชิกมีความคล้ายคลึงกันมาก อาจทำให้เกิดอคติในการวิจัยไปในทิศทางเดียวกัน จนอาจเกิดการยอมรับข้อมูลนั้นก่อนที่จะได้พิจารณาทางเลือกอื่นๆ กระนั้นก็มีข้อพึงระวังว่าความหลากหลายของสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูล ดังกล่าวนี้อาจไม่ควรมีความแตกต่างกันมากในส่วนพื้นฐานความรู้ เนื่องจากหากสมาชิกมีความแตกต่างกันมากเกินไป อาจทำให้เกิดอุปสรรคในการถ่ายทอดสื่อสาร ความขัดแย้งและไม่สามารถตกลงกันได้

สมาชิกในทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักที่มีลักษณะพึงประสงค์นั้น ต้องมีความรู้ลึกซึ้งรับผิดชอบ และผูกพันกับกระบวนการ ดังนั้นแล้วสมาชิกในทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลจึงควรเป็นผู้ที่มีความสนใจในประเด็นที่กำลังศึกษา การคัดเลือกสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเพียงเพื่อให้มีทีมผู้วิจัยครบจำนวนตามความต้องการนั้น จะทำให้สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อาจไม่มีความรู้สึกที่พร้อมจะอุทิศตนให้แก่การร่วมอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน และไม่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันดังกล่าวนี้

การเลือกผู้ตรวจสอบ (auditor) ควรคัดเลือกผู้ตรวจสอบงานของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักที่มีความละเอียดลออ และมีมาตรฐานในรายละเอียดต่างๆ อย่างมาก โดยหน้าที่ของผู้ตรวจสอบคือการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ข้อมูลในชั้นต่างๆ ทั้ง ประเด็นหลัก (Domains) ที่ได้ สาระสำคัญ (Core Ideas) และ หมวดหมู่ (Categories) ที่ได้จากการวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses) ว่าเป็นผลที่สามารถนำเสนอข้อสรุปของข้อมูลทั้งหมดได้จริง (Hill et al., 1997; Hill et al., 2005)

4.3 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Choosing a Sample)

ผู้วิจัยจะต้องมีเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้ ผู้ให้ข้อมูลที่มีประสบการณ์เชิงลึกในปรากฏการณ์ที่ต้องการศึกษา และมีความสามารถบรรยายถึงประสบการณ์ของตนเป็นอย่างดีได้ นอกจากนี้ความสดใหม่และความเป็นปัจจุบันในประสบการณ์ดังกล่าวของผู้ให้ข้อมูลยังมีผลต่อ ข้อมูลที่ได้ด้วย เนื่องจากหากข้อมูลที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา เป็นประสบการณ์ที่ผ่านไปนานแล้ว ผู้ให้ข้อมูลอาจจะจำไม่ได้ หรือผู้ให้ข้อมูลอาจจะให้ข้อมูลตามที่ตัวเองคิด และอาจบิดเบือนไปจากความเป็นจริงในช่วงนั้นได้

ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างควรมีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามหลักการ เพื่อไม่ให้เกิดอคติในการทำวิจัย แต่หากไม่สามารถทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างได้ เช่น ด้วยเหตุที่หาผู้ให้ข้อมูลได้จำนวนน้อย ผู้วิจัยจะต้องเขียนรายงานเกี่ยวกับข้อจำกัดในขั้นการเลือกผู้ให้ข้อมูลในรายงานการวิจัยด้วย แต่อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างที่ถูกคัดเลือกมาก็ควรมีลักษณะร่วมเหมือนกันให้มากที่สุด

(homogeneous sample) คือมีความคล้ายคลึงกันในภูมิภาค และมีความสัมพันธ์เรื่องเดียวกัน เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่สามารถอธิบายปรากฏการณ์ได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง

สำหรับขนาดของกลุ่มตัวอย่างนั้นขึ้นอยู่กับคำถามการวิจัยและความสะดวกในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แต่เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีขนาดความใหญ่เพียงพอแก่การเกิดข้อค้นพบขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมควรมีจำนวนประมาณ 8 – 15 คน (Hill et al., 1997; Hill et al., 2005)

4.4 การศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง (Knowledge of the Literature)

Hill และคณะ (1997, 2005) ให้ความเห็นว่า การศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องก่อนการทำวิจัยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เพราะสามารถช่วยให้ผู้วิจัยหลีกเลี่ยงประเด็นข้อผิดพลาดต่างๆ ที่เกิดขึ้นในงานขึ้นก่อนหน้าได้ ทั้งยังช่วยให้ข้อมูลประกอบการตั้งแนวคำถามการวิจัยได้ดีอีกด้วย แต่สิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงข้อมูลได้โดยปราศจากอคติในการวิจัยคือ ในขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยจะต้องสืบวรรณกรรมทั้งหมด เพื่อที่จะได้ให้ความสนใจกับ “สิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลพูด” อย่างเต็มที่ มากกว่าที่จะให้ความสนใจกับ “สิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลควรจะพูด” ตามความเข้าใจจากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องก่อนหน้านั้น (Hill et al., 1997)

4.5 การตรวจสอบสามเส้า (Triangulation)

การเก็บข้อมูลด้วยหลากหลายวิธีการและหลายทัศนคติ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อการตรวจสอบข้อมูล เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถรายงานหรือบรรยายถึงประสบการณ์ของตนได้อย่างละเอียดในทุกแง่มุม Polkinghorne (1994, อ้างถึงใน Hill et al., 1997) จึงได้เสนอว่าควรเก็บรวบรวมข้อมูลจากหลายแหล่ง นอกจากนี้บุคคลแต่ละคนยังมีประสบการณ์ต่อเหตุการณ์เดียวกันต่างกันด้วย เช่นเดียวกัน Richardson (1994, อ้างถึงใน Hill et al., 1997) ได้เสนอว่าในความจริงหนึ่งอย่างสามารถมีการรับรู้ได้หลายแบบ ซึ่งแต่ละแบบล้วนตรงกับความจริงนั้น ผู้วิจัยจึงไม่ควรคาดหวังให้ข้อมูลจากการตรวจสอบสามเส้า มีความเหมือนกันหรือมีลักษณะทับซ้อนตรงกันอย่างสมบูรณ์ เพราะการรับรู้ที่แตกต่างกันนั้นทำให้ผลที่ได้มีความสมบูรณ์มากขึ้น ในกรณีที่ได้ขัดแย้งกับผลที่ได้จากการเก็บข้อมูลด้วยวิธีอื่น ผู้วิจัยต้องพยายามอธิบายถึงสาเหตุที่ทำให้ผลที่ได้แตกต่างกัน

4.6 การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

ในขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลนั้น ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนหลักที่สำคัญ (Hill et al., 1997; Hill et al., 2005) คือ

สร้างประเด็นหลัก (Developing Domains)

การสร้างประเด็นหลัก เป็นการจัดกลุ่มข้อมูลที่มีเนื้อหาคล้ายๆ กันมารวมกันเป็นประเด็นหลัก ในขั้นต้นอาจเริ่มสร้างประเด็นหลักโดยอ้างอิงจากข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมก่อน จากนั้นจึงปรับเปลี่ยนประเด็นหลัก ตามกลุ่มเนื้อหาข้อมูลที่ปรากฏ

ขั้นตอนการสร้างประเด็นหลักนี้ ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลสามารถเริ่มต้นวิเคราะห์ชุดข้อมูลเบื้องต้น จากจำนวนผู้ให้ข้อมูล 2-3 คน เพื่อเอื้อให้ง่ายต่อการจำแนกข้อมูลออกเป็นประเด็นหลักต่างๆ ได้ชัดเจน โดยสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนจะต้องอ่านข้อมูลอย่างละเอียด (แต่คนอ่านชุดข้อมูลเดียวกันทั้งหมด) และจัดกลุ่มข้อมูลสร้างประเด็นหลักขึ้นเพียงลำพังก่อน จากนั้นสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักทุกคน จึงมาประชุมร่วมกันอภิปรายประเด็นหลักสำคัญที่แต่ละคนได้ทำการวิเคราะห์มาก่อนหน้า จนได้ข้อสรุปที่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเห็นว่าเหมาะสมและเพียงพอแล้วสำหรับชุดข้อมูลที่มี ในขั้นตอนนี้ อาจมีการปรับเปลี่ยน เพิ่มเติมหรือ ตัดประเด็นหลักบางอันออก ตามความเห็นของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก

ประเด็นหลักที่ได้จากกระบวนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักในเบื้องต้นนี้ สามารถนำมาใช้อ้างอิงเป็นแนวทางการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อจัดเป็นประเด็นหลักในข้อมูลชุดที่เหลือทั้งหมดโดยสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์หลักทั้งหมด หรือ โดยสมาชิกผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเพียง 1 คนก็ได้ ในกรณีที่มีการจัดประเด็นหลักในชุดข้อมูลที่เหลือโดยสมาชิกผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเพียงคนเดียว ข้อมูลการจัดประเด็นหลักดังกล่าวจะต้องได้รับการทบทวนตรวจสอบจากสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักที่เหลือเพื่อให้ได้ข้อสรุปจากทีมผู้วิเคราะห์หลักก่อน จากนั้นจึงส่งให้ ผู้ตรวจสอบ (auditor) ทบทวนตรวจสอบผลงานทั้งหมด ที่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักได้ทำ ตามระเบียบวิธีในลำดับต่อไป

การสรุปสาระสำคัญ (Abstracting Core Ideas)

การสรุปสาระสำคัญ มีจุดประสงค์ที่จะสกัดสาระสำคัญจากสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลพูดในแต่ละประเด็น ให้กลายเป็นประโยคที่สั้นกระชับได้ใจความและชัดเจน โดยที่จะต้องมีความใกล้เคียงกับข้อมูลเดิมซึ่งมาจากการรับรู้และประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ไม่ใช่การตีความของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเอง

สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนต้องอ่านชุดข้อมูลประเด็นหลักที่ได้ในขั้นเบื้องต้น และทำการสรุปสาระสำคัญที่ปรากฏในชุดข้อมูลนั้นโดยลำพังก่อน จากนั้นจึงมาประชุมร่วมอภิปรายกันถึงการสรุปสาระสำคัญที่สมาชิกผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนได้วิเคราะห์มาจนได้ข้อสรุปการสรุปสาระสำคัญจากสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก สำหรับชุดข้อมูลที่เหลือสามารถนำมาลงรหัสสาระสำคัญโดยอ้างอิงแนวทางเดียวกันนี้ ด้วยผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเพียง 1

คนได้ และจะต้องให้สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักที่เหลือทบทวนตรวจสอบในภายหลัง เช่นเดียวกันกับการกำหนดประเด็นหลัก

จากการทบทวนงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันที่มีในช่วงที่ผ่านมา Hill และคณะ (2005) ได้เสนอว่า ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักสามารถร่วมกันอภิปรายและทำการสรุปสาระสำคัญในแต่ละประเด็นหลัก ต่อเนื่องหลังจากได้ข้อสรุปประเด็นหลัก ในการประชุมประเด็นหลักครั้งนั้นเลยได้ โดยให้สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อ่านออกเสียงแต่ละประเด็นความคิดของข้อมูล เพื่อให้ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักได้ร่วมกันทำความเข้าใจความหมาย และอภิปรายร่วมกัน วิธีการดังกล่าวนี้จะเอื้อให้ข้อมูลที่ได้มีความเข้มข้นมากขึ้น ทั้งยังทำให้กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลมีสีสันมากขึ้นด้วย

เมื่อทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักสร้างประเด็นหลัก และสาระสำคัญที่อยู่ภายใต้ประเด็นหลัก แต่ละประเด็นแล้วเรียบร้อยแล้ว ผู้ตรวจสอบ (auditor) จะเป็นผู้ทำการทบทวนตรวจสอบผลงานทั้งหมดที่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักได้ทำขึ้น เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสม ทั้งยังเป็นการลดอิทธิพลความคิดของกลุ่มทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ด้วยเหตุนี้ Hill และคณะ (1997) จึงได้เสนอให้มีผู้ตรวจสอบที่ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันของงานวิจัย (external auditor) มาตรวจสอบผลการทำงานของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อย่างน้อย 1 คน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ข้อมูลของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักในขั้นตอนการวิเคราะห์ภาพรวม ซึ่งจะกล่าวถึงในลำดับขั้นตอนต่อไป ทั้งนี้ด้วยทัศนคติที่แตกต่างของผู้ตรวจสอบจะมีประโยชน์ช่วยในการปรับข้อมูลให้ที่อาจถูกละเลย จากทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักให้มีความเหมาะสมขึ้น ทั้งนี้เป็นไปได้ว่า สัมพันธภาพในการทำงานของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักที่ดีเกินไปอาจทำให้กลุ่มมีลักษณะคล้ายตามกันได้ง่าย และไม่ได้ไตร่ตรองข้อมูลอย่างเพียงพอ

ผู้ตรวจสอบจะทำหน้าที่ในการตรวจสอบว่า ข้อมูลดิบแต่ละชุดได้รับการจำแนกให้อยู่ในประเด็นหลักที่เหมาะสมแล้วหรือไม่ และข้อมูลสำคัญที่มีอยู่ในข้อมูลดิบแต่ละชุดของแต่ละประเด็นหลัก ได้รับการสรุปสาระสำคัญอย่างครบถ้วนเรียบร้อยแล้วใช่หรือไม่ หากได้มีการสรุปสาระสำคัญอย่างครบถ้วนแล้ว ถ้อยคำที่ใช้สื่อความหมายของสาระสำคัญที่สรุปออกมาได้นั้น มีความเหมาะสมและสามารถสะท้อนถึงข้อมูลได้ดีเพียงใด ภายหลังจากการตรวจสอบเสร็จสิ้น ผู้ตรวจสอบจะส่งข้อคิดเห็นจากการตรวจสอบให้แก่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก เพื่อให้สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักได้ร่วมกันอภิปรายข้อคิดเห็นจากผู้ตรวจสอบดังกล่าว และร่วมกันลงความเห็น ว่าทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลจะเลือกรับหรือปฏิเสธข้อคิดเห็นนั้น และต้องมีการปรับเปลี่ยนข้อมูลเพิ่มเติมอย่างไรหรือไม่

การวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses)

ขณะที่ในขั้นตอนการสร้างประเด็นหลัก และขั้นตอนการสรุปสาระสำคัญก่อนหน้า เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลภายในแต่ละชุดข้อมูล (Individual case only) ขั้นตอนการวิเคราะห์ภาพรวมนี้ ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักจะทำการวิเคราะห์ภาพรวม โดยตรวจสอบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีความคล้ายคลึงของข้อมูลเกิดขึ้นอย่างไร กล่าวคือทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักต้องนำเอาสาระสำคัญที่ได้จากผู้ให้ข้อมูลทุกคนมาคัดลอกรวมกันในกระดาษแต่ละใบที่ได้จำแนกไว้สำหรับแต่ละหัวข้อประเด็นหลัก เพื่อเอื้อให้สะดวกแก่การพิจารณาในภาพรวมทั้งหมดว่า จะสามารถจัดหมวดหมู่ (categories) สาระสำคัญของผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนที่จัดอยู่ในประเด็นหลักเดียวกันอย่างไร

Hill และคณะ (1997) เสนอให้ ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักร่วมกันระดมความคิดแล้วทำการจัดหมวดหมู่ร่วมกัน หรือสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนอาจแยกกันไปจัดหมวดหมู่เพียงลำพังก่อน จากนั้นจึงนำมาร่วมกันอภิปรายและลงความเห็น จนได้ข้อสรุปจำนวนและชื่อหมวดหมู่ที่เหมาะสม และไม่ซ้ำซ้อนกัน จากนั้นทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักต้องทำการแจกแจงความถี่ของข้อมูลที่เกิดขึ้นในแต่ละหมวด เพื่อบ่งชี้ว่าข้อค้นพบในแต่ละประเด็นข้อมูลนั้นมีอัตราส่วนเท่าไรต่อผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด โดยในมีหลักในการระบุอัตราส่วนดังกล่าวตาม ความถี่การปรากฏของข้อมูลในแต่ละหมวดหมู่ของผู้ให้ข้อมูลทุกคนดังนี้ ในกรณีที่มีผู้ให้ข้อมูลทุกคนกล่าวถึง หรือมีเพียง 1 คนที่ไม่ได้กล่าวถึงข้อมูลในหมวดหมู่นั้นๆ ให้ระบุค่าแทนอัตราส่วน “General” ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งหนึ่งขึ้นไปกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ ให้ระบุค่าแทนอัตราส่วน “Typical” ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปถึงครึ่งหนึ่งของทั้งหมดกล่าวถึงในหมวดหมู่นั้นๆ และหากมีผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นเพียงคนเดียว ให้นำไปใส่ไว้ในหมวดเบ็ดเตล็ดและไม่ต้องนำมาเขียนรายงานผลการศึกษา สำหรับการศึกษามีผู้ให้ข้อมูลมากกว่า 15 คนขึ้นไป ให้เพิ่มการระบุค่าแทนอัตราส่วน “Rare” ในกรณีที่มีผู้ให้ข้อมูล 2-3 คนกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ (Hill et al., 2005)

จากนั้นผู้ตรวจสอบจะทำการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ภาพรวมของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก เพื่อพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมและความครอบคลุมของการจัดหมวดหมู่สาระสำคัญทั้งหมด และเมื่อผู้ตรวจสอบได้ส่งข้อคิดเห็นจากการตรวจสอบให้แก่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแล้ว สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักจะได้ร่วมกันอภิปรายและลงความเห็นว่าจะต้องมีการปรับปรุงข้อมูลตามข้อคิดเห็นจากการตรวจสอบนั้นอย่างไรหรือไม่ และทำการสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลตลอดจนนำไปเขียนรายงานผลการศึกษาต่อไป ทั้งนี้ Hill และคณะ (1997, 2005) ได้เสนอให้มีการส่งรายงานผลการศึกษาไปให้ผู้ให้ข้อมูลได้ตรวจสอบด้วย (member checking) เพื่อตรวจสอบข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาว่าสอดคล้องกับประสบการณ์ตรงของผู้ให้ข้อมูลหรือไม่อย่างไร

4.7 การประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน

Hill และคณะ (1997) เสนอเกณฑ์การประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (CQR) 6 ข้อ ประกอบด้วย เกณฑ์การประเมินคุณภาพ 3 ข้อที่งานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ควรมีคุณลักษณะสอดคล้องเป็นพื้นฐาน ได้แก่ ความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัย ความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันของผลการวิจัย และผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่มตัวอย่าง และ เกณฑ์การประเมินคุณภาพอีก 3 ข้อที่งานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ควรมีคุณลักษณะสอดคล้อง หรืออาจไม่มีก็ได้ ได้แก่ ความตรงที่ได้รับ การรับรองจากผู้ให้ข้อมูล การนำผลไปปรับใช้ได้ การได้ผลการวิจัยตามเดิมในวิธีการศึกษาแบบอื่น กระนั้นหากการศึกษาไม่อาจมีคุณลักษณะสอดคล้องตามเกณฑ์ 3 ข้อหลังดังกล่าวนี้ได้ ผู้วิจัยต้องระบุและอธิบายถึงข้อจำกัดที่ไม่สามารถทำได้ดังกล่าวด้วย

ความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัย (Trustworthiness of the Method)

การที่งานวิจัยชิ้นนั้นๆ จะเชื่อถือได้ ผู้วิจัยควรมีการเขียนรายงานถึงรายละเอียดต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำวิจัย และนำเสนอข้อมูลดิบทั้งหมด เช่น คำถามการสัมภาษณ์ บทบันทึกการสัมภาษณ์ บันทึกการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังต้องให้ข้อมูลแก่ผู้อ่านเกี่ยวกับความเหมาะสมของคำถามและการสัมภาษณ์ ความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งกระบวนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน (consensus process) กระบวนการตรวจสอบ (auditing process) และความคงเส้นคงวาของหลักเกณฑ์การตัดสินใจในทุกกรณี (consistency of the decision rules across cases) เพื่อที่จะให้ผู้อ่านหรือผู้วิจัยท่านอื่นสามารถประเมินได้ว่าเกิดอะไรขึ้นในขั้นตอนการวิจัย และสามารถตรวจสอบความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัยได้

ความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันของผลการวิจัย (Coherence of the Results)

ผลและข้อสรุปของการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาควรมีความสอดคล้องเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันกันอย่างมีเหตุผล โดยที่ผู้อ่านสามารถติดตามการบรรยายถึงข้อมูลทั้งหมดที่เป็นที่มาของผลการศึกษาได้ ในการเขียนรายงานควรมุ่งตอบคำถามการวิจัย และควรเลือกใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย และมีการนำเสนอตัวอย่างของข้อมูลเพื่อให้อ่านสามารถตรวจสอบได้ถึงที่มาซึ่งข้อสรุปนั้นๆ ของผู้วิจัย

การตรวจสอบสามเส้า (Triangulation)

การตรวจสอบสามเส้า เป็นวิธีการทำให้งานวิจัยคุณภาพมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงมากยิ่งขึ้น โดยอาจทำได้ 2 วิธี วิธีที่หนึ่ง คือ การตรวจสอบข้อมูลจากหลายแหล่งในงานวิจัยเดียวกัน (เช่น จากผู้ปวย และนักจิตวิทยา) แหล่งข้อมูลที่ต่างกันจะช่วยทำให้ข้อมูลที่ได้มีความเข้มข้นขึ้น แม้ผลที่ได้จะแตกต่างกันตามการรับรู้ก็ตาม และวิธีที่สอง คือ การนำการวัดที่มีมาตรฐานเข้ามาใช้ในกระบวนการวิจัย CQR เพื่อทดสอบคำถามการวิจัย ในกรณีนี้การได้ข้อค้นพบที่ใกล้เคียงกันจาก

การใช้วิธีการวิจัยที่ต่างรูปแบบกันจะทำให้ผลการศึกษามีความตรงมากขึ้น (Validity) กระนั้น ผู้วิจัยควรมีการเขียนรายงานในข้อจำกัด หากไม่สามารถทำการตรวจสอบสามเส้าได้

ผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่มตัวอย่าง (Representativeness of the Results to the Sample)

ด้วยเหตุที่วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพไม่สามารถที่จะนำผลการศึกษาจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลไปอนุมานถึงประชากรทั้งหมดได้ เพราะวิธีการนี้ไม่สามารถตรวจสอบได้ว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นตัวแทนของประชากรอย่างแท้จริง Hill และคณะ (1997) จึงระบุให้มีการระบุข้อค้นพบแต่ละอย่างนั้นมีอัตราส่วนเท่าใดต่อผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด เพื่อบ่งชี้ว่าผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่มตัวอย่าง โดยในมีหลักในการระบุอัตราส่วนดังกล่าวตาม ความถี่การปรากฏของข้อมูลในแต่ละหมวดหมู่ของผู้ให้ข้อมูลทุกคนดังนี้ ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลทุกคนกล่าวถึง หรือมีเพียง 1 คนที่ไม่ได้กล่าวถึงข้อมูลในหมวดหมู่นั้นๆ ให้ระบุค่าแทนอัตราส่วน “General” ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งหนึ่งขึ้นไป กล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ ให้ระบุค่าแทนอัตราส่วน “Typical” ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ถึงครึ่งหนึ่งของทั้งหมดกล่าวถึงในหมวดหมู่นั้นๆ ให้ระบุค่าแทนอัตราส่วน “Variant” และหากมีผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ เพียงคนเดียว ให้นำไปใส่ไว้ในหมวดเบ็ดเตล็ดและไม่ต้องนำมาเขียนรายงานผลการศึกษา สำหรับการศึกษามีผู้ให้ข้อมูลมากกว่า 15 คนขึ้นไป ให้เพิ่มการระบุค่าแทนอัตราส่วน “Rare” ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูล 2-3 คนกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ (Hill et al., 2005)

อีกวิธีการหนึ่งที่สามารถใช้ตรวจสอบว่าผลที่ได้เป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างคือความคงที่ อิมตัว (Stability) ของข้อค้นพบ สามารถทดสอบได้โดยการเพิ่มชุดข้อมูลลงไปและตรวจสอบว่าผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีความเปลี่ยนแปลงหรือไม่ Hill และคณะ (1997) ได้เสนอให้ใช้วิธีการเก็บข้อมูลมา 10-15 คน นำมาทำการวิเคราะห์เบื้องต้นแค่ 8-12 คน จากนั้นจึงค่อยเพิ่มชุดข้อมูลที่ละชุด และพิจารณาการเพิ่มชุดข้อมูลทำให้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกิดความเปลี่ยนแปลงหรือไม่ ถ้าผลคงที่แล้วถึงแม้ว่าจะเพิ่มชุดข้อมูลเข้าไปก็ตาม ผู้วิจัยก็จะสามารถมั่นใจในเบื้องต้นถึงความคงที่ อิมตัวของข้อมูล และมั่นใจว่าผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่มตัวอย่าง

ความตรงที่รับรองจากผู้ให้ข้อมูล (Testimonial Validity)

สามารถทำได้โดยให้ผู้ให้ข้อมูลทบทวนตรวจสอบผลการศึกษาและให้ข้อมูลสะท้อนกลับ กระนั้น Hill และคณะ (1997) เห็นว่าวิธีนี้ บางครั้งอาจมีปัญหาตรงที่ผลสรุปการศึกษาในภาพรวม อาจไม่ได้มีความสอดคล้องกับผู้ให้ข้อมูลทุกคน เกณฑ์การประเมินในข้อนี้จึงยังไม่ถูกจัดเป็นเกณฑ์การประเมินคุณภาพขั้นพื้นฐานที่งานวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันพึงมี กระนั้นผู้วิจัยควรมีการเขียนระบุไว้ในข้อจำกัดหากไม่สามารถทำตามเกณฑ์นี้ได้

การนำผลไปปรับใช้ได้ (Applicability of the Results)

Lincoln & Guba (1985, อ้างถึงใน Hill et al., 1997) เสนอว่าผู้อ่านส่วนมากมักจะให้ความสนใจการนำผลไปปรับใช้มากกว่านักวิจัย ดังนั้นนักวิจัยจึงเป็นผู้มีหน้าที่ในการให้ข้อมูลที่เพียงพอแก่ผู้อ่านเพื่อให้สามารถพิจารณาได้ว่าข้อค้นพบจากการศึกษามีประโยชน์อย่างไร เหตุนี้ Hill และคณะ (1997) จึงให้ความสำคัญกับการบรรยายถึงกลุ่มตัวอย่างให้ชัดเจน เช่นเดียวกันกับการระบุข้อมูลบริบทเบื้องหลังเกี่ยวกับทีมผู้วิจัย เพื่อให้ผู้อ่านเกิดความเข้าใจเบื้องต้นเพียงพอต่อการทำความเข้าใจในขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไปได้

สำหรับในส่วนของประโยชน์การนำผลไปปรับใช้ นักวิจัยจะต้องแสดงให้เห็นว่าสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ได้อย่างไร กระนั้น Hill และคณะ (1997) ไม่เชื่อว่าผลการศึกษาของทุกงานวิจัยจำเป็นที่จะต้องนำมาปรับใช้ให้ได้ ตัวอย่างการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (ข้อได้เปรียบระหว่างผู้สัมภาษณ์คนเดียว และผู้สัมภาษณ์หลายคน) ผลการศึกษาที่ได้อาจยังไม่สามารถนำไปใช้ทันทีได้ แต่ก็จะเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยของผู้วิจัยท่านอื่นๆต่อไป

การได้ผลการวิจัยตามเดิมในวิธีการศึกษาแบบอื่น (Replication of Results Across Studies)

ผลการศึกษาจะมีความหนักแน่นและเชื่อถือได้มากขึ้น หากผลการวิจัยนั้นยังคงได้ผลคงเดิมเมื่อใช้วิธีการศึกษาแบบอื่น โดยมีวิธีในการทดสอบมี 2 วิธี วิธีที่หนึ่ง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลชุดเดิมด้วยทีมผู้วิจัยทีมอื่นซึ่งมีความความคาดหวังและอคติแตกต่างไปเป็นผู้วิเคราะห์ และวิธีที่สอง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลชุดใหม่ซึ่งได้จากการสัมภาษณ์หรือมีแนวคำถามการสัมภาษณ์ที่คล้ายคลึงกับการศึกษาเดิม ด้วยทีมผู้วิจัยชุดเดิมหรือชุดใหม่ก็ได้ วิธีการทดสอบทั้ง 2 วิธีนี้ช่วยทดสอบว่าข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาในอีกวิธีหนึ่งจะมีความคล้ายคลึงสอดคล้องกับผลการศึกษาเดิมอย่างไร กระนั้นด้วยการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันนั้นเป็นแกนหลักในกระบวนการวิจัย Hill และคณะ (1997) จึงคาดหวังว่าทีมวิจัยชุดอื่นอาจสร้างโครงสร้างข้อมูลขึ้นมาแตกต่างจากของเดิมเล็กน้อย

วิธีการทดสอบดังกล่าวนี้ Hill และคณะ (1997) ไม่แนะนำให้ใช้ในทุการศึกษา ด้วยจะเป็นการเพิ่มภาระงานแก่ผู้วิจัยจนเกินไป และการที่จะนำเสนอข้อมูลการศึกษาในหลากหลายวิธีจากงานวิจัยชิ้นเดียวนั้นเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก

จากการได้พบทวนระเบียบวิธีที่ถูกต้องตามหลักวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันนี้จะป็นรูปแบบการวิจัยที่เหมาะสมในการทำการศึกษาดังประสพการณ์ความมอองงามของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างครั้งนี้ กล่าวคือช่วยทำให้ได้เข้าใจประสพการณ์ดังกล่าวอย่างลึกซึ้ง ครอบคลุม และถูกต้องสอดคล้องกับประสพการณ์ความมอองงามของผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดอย่างมากที่สุด

ประกอบกับ ผู้วิจัยได้สังเกตเห็นว่าระเบียบวิธี การวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ดังกล่าว มีที่มผู้วิจัยหลักร่วมกันวิเคราะห์และกลั่นกรองอคติต่างๆที่อาจเกิดขึ้นโดยตลอด ร่วมกับการตรวจสอบการวิเคราะห์ในภาพรวมของผู้ตรวจสอบอีกครั้ง จึงมีความเหมาะสมอย่างยิ่งแก่การนำมาใช้เป็นวิธีดำเนินการวิจัยเพื่อศึกษาประสบการณ์ความงอกงามที่เกิดขึ้นซึ่งเป็นภาวะที่เป็นนามธรรม



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาประสบการณ์ความงอกงาม ภายหลังจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของ นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ในครั้งนี้ใช้แนวทางในการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีม ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) โดยมีระเบียบวิธีในการ ดำเนินการวิจัยในขั้นตอนต่างๆ ดังนี้

พื้นที่ศึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกศึกษากลุ่มนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ซึ่งได้ ผ่านช่วงเวลาวัยเด็กและปัจจุบันมีอายุอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อเอื้อให้ สามารถศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามภายหลังจากหย่าร้างของครอบครัว ในภาพรวมอย่าง กว้างได้ ผู้วิจัยได้เลือกมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นพื้นที่การศึกษา

ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีต่างๆ ที่มีครอบครัวหย่าร้างและ ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จัดโดย หน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 11 คน มีอายุ

ระหว่าง 19 - 21 ปี ประกอบด้วยนิสิตนักศึกษาเพศชาย 3 คน และนิสิตนักศึกษาเพศหญิง 8 คน ขณะที่ครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลมีอายุตั้งแต่ เกือบ 1 เดือน – 19 ปี กล่าวคือ ครอบครัว เกิดการหย่าร้างเมื่ออายุเกือบ 1 เดือน หรือในวัยก่อนเข้าเรียน จำนวน 1 คน ครอบครัวเกิดการ หย่าร้างเมื่ออายุ 5 – 6 ปี หรือในขณะที่กำลังศึกษาหรือเตรียมเข้าศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 4 คน ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่ออายุ 7 - 10 ปี หรือขณะที่กำลังศึกษาในชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 - 5 จำนวน 3 คน และ ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่ออายุ 13 – 19 ปี หรือ ขณะกำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ถึง ระดับอุดมศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 3 คน

จากข้อมูลช่วงอายุขณะเกิดการหย่าร้างในครอบครัวดังกล่าว แสดงถึงระยะเวลาหลัง ประสบการณ์หย่าร้างในครอบครัวของผู้ให้ข้อมูลที่ต่างกันไป นับแต่ 3 – 22 ปี กล่าวคือ ผู้ให้ข้อมูลได้ ผ่านประสบการณ์การหย่าร้างในครอบครัวมาแล้ว 3 - 8 ปี จำนวน 3 คน ผ่านประสบการณ์การ

หย่าร้างในครอบครัวมาแล้ว 12 - 16 ปี จำนวน 7 คน และผ่านประสบการณ์การหย่าร้างในครอบครัวมาแล้ว 22 ปี จำนวน 1 คน

ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเป็นผู้มีความเต็มใจเข้าร่วมการวิจัย และยินดีที่จะพูดถึงประสบการณ์ความรู้สึกต่างๆของตนเองอย่างเปิดเผย เพื่อที่จะช่วยให้ได้ข้อมูลเพียงพอแก่การวิเคราะห์ข้อมูลให้ลุ่มลึกต่อไป รายละเอียดของผู้ให้ข้อมูลมีตามตารางดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1

สรุปรายละเอียดข้อมูลเบื้องต้นผู้ให้ข้อมูล

ที่	เพศ	อายุ	ชั้นปี (ปริญญา บัณฑิต)	สถานภาพครอบครัว	ระยะเวลา หลังการ หย่าร้าง
1	ช	22ปี	ปี4	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 5 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบันอาศัยอยู่กับ แม่และญาติฝ่ายแม่	ประมาณ 15-16 ปี
2	ญ	21ปี	ปี3	ครอบครัวหย่าร้าง เมื่ออายุประมาณ 10 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง อาศัยอยู่กับญาติ และเมื่อ 2 ปีที่ผ่านมาบิดามารดากลับมา จดทะเบียนสมรสกันอีกครั้งเพื่อผลประโยชน์ทางกฎหมาย	ประมาณ 11 – 12 ปี
3	ช	22ปี	ปี3	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 14ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่	ประมาณ 6-7ปี
4	ญ	22 ปี	ปี4	ครอบครัวหย่าร้าง เมื่ออายุประมาณ 6 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่ และญาติฝ่ายแม่	ประมาณ 15-16 ปี
5	ญ	22ปี	ปี4	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 6 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่	ประมาณ 15-16 ปี
6	ญ	22ปี	ปี4	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุเกือบ1เดือน ภายหลังจากการหย่าร้างจน ปัจจุบัน อาศัยอยู่กับญาติ	ประมาณ 21-22 ปี
7	ญ	19ปี	ปี1	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 6 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่	ประมาณ 13ปี
8	ช	21ปี	ปี2	ครอบครัวหย่าร้าง เมื่ออายุประมาณ 13 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่	ประมาณ 8ปี
9	ญ	20 ปี	ปี2	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 9ปี อาศัยอยู่กับยาย	ประมาณ12ปี
10	ญ	21ปี	ปี3	ครอบครัวหย่าร้างเมื่ออายุประมาณ 19 ปี ภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบัน อาศัยอยู่กับแม่	ประมาณ 3ปี
11	ญ	20 ปี	ปี2	ครอบครัวหย่าร้าง เมื่ออายุประมาณ 7-8ปีภายหลังจากการหย่าร้าง จนปัจจุบันอาศัยอยู่กับแม่ และญาติๆ	ประมาณ 13 ปี

การได้มาและเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้วิจัยติดต่อ หน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง เพื่อขอความร่วมมือจากนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็น ผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จัดขึ้นเพื่อสนับสนุนทางจิตใจแก่นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่ ในการประชาสัมพันธ์การวิจัยแก่นิสิตนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตวิทยาการปรึกษาดังกล่าว โดยผู้วิจัยจัดทำเอกสารให้แก่ นักจิตวิทยาการปรึกษา เพื่อประชาสัมพันธ์และเชิญชวนเข้าร่วมการวิจัย รายละเอียดในเอกสารจะ ระบุถึง วัตถุประสงค์การวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย และเกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย ตลอดจนรายละเอียดในการแสดงความจำนงสนใจเข้าร่วมการวิจัย กล่าวคือ ในกรณีที่มีผู้เข้าร่วม กลุ่มคนใดสนใจเข้าร่วมการวิจัย สามารถติดต่อกลับทางเบอร์โทรศัพท์ หรือ อีเมลล์ของผู้วิจัยที่มี ระบุเอาไว้ ทั้งนี้ในการติดต่อทางอีเมลล์ ข้อมูลการติดต่อกลับของผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย หรือผู้ให้ ข้อมูลหลักจะได้รับการรักษาเป็นความลับ ด้วยการเข้ารหัสผ่านส่วนตัวเฉพาะของผู้วิจัย เพื่อ ป้องกันไม่ให้บุคคลอื่นที่ไม่ใช่ตัวผู้วิจัย สามารถเข้าถึงข้อมูลการติดต่อทางอีเมลล์ดังกล่าวได้ และ ทันทีที่การศึกษาวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำลายข้อมูลการติดต่อทางอีเมลล์ดังกล่าวทั้งหมด หลังจาก ที่ได้รับการติดต่อจากผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะติดต่อกลับไปยังผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย ชี้แจงรายละเอียดการวิจัยเพิ่มเติม และสอบถามความสมัครใจ ตลอดจนทำการนัดสัมภาษณ์ ใน วัน เวลา และสถานที่ต่างๆ โดยคำนึงถึงความสะดวกใจ และความเป็นส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูลหลัก เป็นสำคัญ

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่

ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจาก ครอบครัวที่ย่ำแย่ จัดโดยหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง บริการ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว เป็นบริการที่จัดขึ้นภายในสถานศึกษา และให้บริการแก่นิสิต นักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่ทั่วไป โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา และกำลังศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มีประสบการณ์ในการเป็นวิทยากรอบรมความรู้ทักษะการ บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และมีประสบการณ์ในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนว พุทธแบบรายบุคคล ร่วมกับบริการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธมาเป็นเวลา 2,200 ชั่วโมง ทั้งนี้ในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

เพื่อให้ผู้อ่านสามารถติดตามและทำความเข้าใจถึงประสบการณ์ความงอกงาม ภายหลัง การเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่ได้อย่าง

ครอบครัว ผู้วิจัยจึงได้รวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับกลุ่มการปรึกษาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างดังกล่าว จากการสัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งเป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในครั้งนี้เอาไว้ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

ลักษณะของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จัดขึ้นเป็นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาระยะสั้น สำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หากผู้ที่มีความสนใจไม่ใช่ นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจะไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยานี้ได้ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ให้บริการแก่นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หรือ ผู้ให้ข้อมูลหลักดังกล่าว จัดเป็นกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ ซึ่งนักจิตวิทยาผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ได้ใช้แนวคิดทฤษฎี กลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ ของ โสริช โทธิแก้ว (2544, 2547) เป็นแนวทางในการปฏิบัติงาน โดยมีรายละเอียดสังเขปดังนี้

กลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ (Buddhist Personal Growth and Counseling Group: BPGC) เป็นกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่ใช้หลักพุทธธรรมเป็นพื้นฐานแนวคิด (โสริช โทธิแก้ว, 2544) ร่วมกับการผสมผสานและประยุกต์แนวคิดกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาซึ่งเป็นที่ยอมรับและนำมาใช้อย่างแพร่หลายกว้างขวางต่างๆ เช่น Person-Centered Therapy, Behavior Therapy, Gestalt Therapy, Rational Emotive Behavior Therapy, Logotherapy รวมถึงแนวคิดทางปรัชญาจากประเทศทางโลกตะวันตก อาทิ Humanistic, Existential และปรัชญาโลกตะวันออก เช่น เต๋า เซน ร่วมกับพุทธธรรมในพุทธศาสนา (โสริช โทธิแก้ว, 2547) แม้จะเป็นการผสมผสานแนวทางจิตวิทยาและปรัชญาที่หลากหลาย กลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธมีหลักพุทธธรรมเป็นแกนกลางสำคัญในการปฏิบัติงานปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อให้สามารถเยียวยาและจัดการกับความทุกข์ภายในจิตใจของผู้มาปรึกษา ตลอดจนยกระดับจิตใจของผู้มาปรึกษาให้เกิดความเอิบอิ่มและเติบโตในประสบการณ์ชีวิตของตนนั้นๆ อย่างมีประสิทธิภาพได้

โสริช โทธิแก้ว (2540) อธิบายถึงหลักธรรมที่เป็นหัวใจสำคัญของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธว่าพอที่จะจำแนกได้เป็น 4 หลักธรรมสำคัญได้แก่ อริยสัจ 4 อิทัปปัจจยตา ไตรลักษณ์ และ ปฏิจจสมุปบาท ในหลักธรรม 4 ประการดังกล่าว โสริช โทธิแก้ว (2544) ได้อธิบายถึงความสำคัญของอริยสัจ 4 ในฐานะที่เป็นหลักธรรมพื้นฐานสำคัญของแกนพุทธธรรมทั้งหมดว่า ผู้นำกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธจะต้องมีความเข้าใจอย่างทอ่งแท้ในอริยสัจ 4

ซึ่งเป็นหลักความเข้าใจที่ละเอียดลึกซึ้ง และครอบคลุมปรากฏการณ์ทางจิตใจทุกรูปแบบ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกระบวนการกลุ่ม ตลอดจนค้นหาความทุกข์ สาเหตุแห่งความทุกข์ ทำความเข้าใจในความทุกข์ และขจัดความทุกข์ภายในจิตใจที่ปรากฏนั้น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยเหตุนี้ อริยสัจ 4 จึงเปรียบเป็น “แผนที่” ของมัคคุเทศก์ คือผู้นำกลุ่ม ที่จะช่วยให้ ผู้นำกลุ่มเดินทางพาสมาชิกกลุ่มข้ามผ่านพากแห่งความทุกข์ไปสู่พากแห่งความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพได้

ในภาพรวม กระบวนการกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ มีการทำงานมุ่งเพื่อประโยชน์ทางจิตวิทยาการปรึกษาใน 2 มิติใหญ่ คือ ส่งเสริมให้เกิดความเจริญงอกงามภายในบุคคล (Personal Growth) และ เยียวยา แก้ไขปัญหาในจิตใจ (Counseling) (โสริช โภธิแก้ว, ไม่ระบุปีที่ตีพิมพ์)

ระยะเวลาการเข้าร่วม

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างนี้ ประกอบด้วย 4 ช่วง ช่วงละ ประมาณ 3 - 4 ชั่วโมง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกระแสของกลุ่มในขณะนั้น โดยสรุปตลอดการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ใช้เวลาประมาณ 12 - 15 ชั่วโมง หรือ 2 วัน

วัตถุประสงค์

หน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้จัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างนี้ขึ้น เพื่อให้การสนับสนุนทางจิตใจแก่นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโดยทั่วไป ขณะเดียวกันด้วยคุณลักษณะการทำงานของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ (โสริช โภธิแก้ว, 2544, 2547) นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวได้กล่าวว่า กระบวนการในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว มุ่งให้เกิดประโยชน์ทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่สมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาครั้งนี้ใน 2 ประการสำคัญคือ ส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเจริญงอกงามภายในตนเอง (Personal Growth) และ เยียวยา แก้ไขปัญหาที่ติดค้างอยู่ในจิตใจ (Counseling) ของสมาชิกกลุ่ม

บทบาทของผู้นำกลุ่ม

ด้วยวัตถุประสงค์หลักในการสนับสนุนส่งเสริมความเจริญงอกงามภายในตน และ เยียวยาความทุกข์ในจิตใจของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในครั้งนี้ นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาเชิงจิตวิทยาในครั้งนี้ได้ ดำเนินกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตามแนวทางกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ (โสริช โภธิแก้ว, 2544, 2547) อันประกอบด้วยการทำงานในกระบวนการ 2 ส่วนสำคัญ คือ กระบวนการในมิติของบุคคล

ซึ่ง โสริช โปธิแก้ว (2540) ได้อธิบายเอาไว้ว่า ในมิติของบุคคล ประกอบด้วยกระบวนการทำงาน 3 ขั้นตอนที่ไม่อาจแยกขาดออกจากกัน หากเป็นขั้นตอนที่เชื่อมโยงเชื่อมต่อและทำงานโดยอาศัยซึ่งกันและกัน โดยเริ่มต้นจาก 1.การเชื่อมสมาน (Tuning In) คือ ภาวะที่ผู้นำกลุ่มละทิ้งโลกทัศน์ ค่านิยม ความเชื่อ และอคติของตนเอง เพื่อเชื่อมต่อการรับรู้โลกของผู้นำกลุ่มเข้ากับสมาชิกกลุ่มได้อย่างแนบสนิท ในการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มนี้ ผู้นำกลุ่มใช้สภาวะจิตใจที่นิ่งสงบ บนพื้นฐานความเข้าใจโลกและชีวิตที่ถูกต้องในพุทธธรรม ร่วมกับการเปิดใจรับรู้เรื่องราว ภาวะต่างๆของสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สามารถมองสิ่งต่างๆ ด้วยสายตาหรือความเข้าใจของสมาชิกกลุ่มได้ 2.การพินิจรอยแยก (Identify Split) คือ การที่ผู้นำกลุ่มสังเกต และพิจารณาเพื่อหาประเด็นปัญหาของสมาชิกกลุ่มที่ทำให้เกิดความทุกข์ โดยหลักพุทธธรรมแล้วเหตุของความทุกข์เหล่านี้ คือ ความยึดมั่นถือมั่น ความคาดหวัง ความเข้าใจที่ผิดพลาดไปจากความเป็นจริง และในขั้นตอนนี้ผู้นำกลุ่มอาศัยพุทธธรรมเป็นโครงสร้างในการสืบค้นรอยแยกอันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ในใจของสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนเจือให้สมาชิกกลุ่มดังกล่าวได้เห็นความไม่ลงรอยในจิตใจของตนเองได้ชัดเจนด้วย และ 3.การเข้าใจเห็นจริง (Realization) คือ การที่ผู้นำกลุ่มอาศัยความเข้าใจโลกและชีวิตบนฐานของพุทธธรรมในการพาสมาชิกกลุ่มผู้ประสบความทุกข์เกิดการประจักษ์แจ้งเห็นจริง (Insight) ในสาเหตุและหนทางแก้ไขความทุกข์นั้น เรียกได้ว่า ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดกระบวนการแห่งปัญญาในการพิจารณาปัญหาภายในจิตใจของตน จนสมาชิกกลุ่มผู้นั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงสภาวะจิตใจจากจิตใจที่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ มาสู่สภาวะจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับกระแสความจริงแห่งเหตุและปัจจัย เปลี่ยนจากสภาพจิตใจที่อ่อนแอ ท้อแท้ หม่นหมอง มาสู่สภาพจิตใจที่แจ่มใส สงบ เบิกบาน สามารถเผชิญหน้ากับความเป็นจริงของชีวิตได้อย่างสอดคล้องกลมกลืน

โดยสรุปแล้วในกระบวนการมิติของบุคคล TIR จึงไม่ใช่องค์ประกอบที่แยกขาดจากกันแต่เป็นการอธิบายสภาวะที่เป็นหนึ่งเดียวกันของผู้นำกลุ่มในการทำงานกับสมาชิกกลุ่ม หรือที่พุทธธรรมเรียกสภาวะเช่นนี้ว่า สมานัตตตา นั่นเอง (โสริช โปธิแก้ว, 2540)

กระบวนการในมิตigroup เป็นขั้นตอนที่เชื่อมโยงต่อกัน เช่นเดียวกับในกระบวนการมิติของบุคคล ในการปฏิบัติงานภายในมิตigroup ไม่อาจแบ่งแยกการเอื้อแต่ละเรื่องขาดออกจากกันได้ แต่เป็นการหลอมรวมการเอื้อในแต่ละลักษณะเข้าด้วยกันอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม ณ ขณะนั้น (โสริช โปธิแก้ว, 2540) แบ่งออกเป็น 4 ประการได้แก่ 1.การเอื้อเพื่อเปิดเผยตนเอง (Facilitate Disclosure) คือ การเอื้ออำนวยสมาชิกกลุ่มให้เปิดเผยตัวตนของตนเองให้กลุ่มได้ร่วมรับรู้เรื่องราวทั่วไปเกี่ยวกับตนเอง เช่น บุคลิกนิสัย ตลอดจนเรื่องราวเบื้องลึกภายในจิตใจของสมาชิกกลุ่ม ด้วยการสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศแห่งความอบอุ่นไว้วางใจให้เกิดขึ้นใน

กลุ่ม 2. การเอื้อเพื่อปฏิสัมพันธ์ (Facilitate Interaction) การเอื้ออำนวยสมาชิกกลุ่มให้มีความสัมพันธ์ต่อกัน ด้วยการเอื้อให้สมาชิกกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดซึ่งกันและกัน ตลอดจนเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันในแง่มุมต่างๆ จากเรื่องราวภายในกลุ่ม เพื่อเอื้อสมาชิกในกลุ่มให้เกิดความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ 3. การเอื้อเพื่อความงอกงาม (Facilitate Growth) คือการเอื้ออำนวยสมาชิกกลุ่มให้ร่วมชื่นชม ยินดี อิ่มเอมใจไปกับมุมมองอันดีงาม หรือประสบการณ์ชีวิตที่มีคุณค่า เป็นการเอื้อเพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ยกระดับจิตใจและเพิ่มเติมความรู้สึกที่เป็นกุศล เช่น เห็นคุณค่าและรู้สึกภาคภูมิใจในความเติบโตงอกงามในตนเอง ตลอดจนเห็นคุณค่าและ รู้สึกภาคภูมิใจไปกับความงอกงามและเติบโตที่ตนเองและสมาชิกคนอื่นๆ ได้ร่วมกันแบ่งปัน จนเกิดเป็นความรู้สึกที่เปิดกว้างต่อประสบการณ์ใหม่ๆ ที่จะพบเจอในชีวิตต่อไป และ 4. การเอื้อเพื่อแก้ปัญหา (Facilitate Counseling) คือ การเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้คลี่คลายหรือหลุดออกจากสภาวะความทุกข์หม่นหมอง ใจ ด้วยการที่ผู้นำกลุ่มชวนให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมสังเกตถึงสาเหตุและทางออกของปัญหาไปด้วยกัน จนสมาชิกกลุ่มตระหนักชัดถึงความไม่ลงรอยระหว่างความคาดหวังและความเป็นจริงอันเป็นรากเหง้าของปัญหาของ โดยผู้นำกลุ่มอาจหยิบยกความเปรียบเทียบกับหรือการใช้คำถาม เพื่อชี้ชวนให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญถึงความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้ง จนได้ตระหนักถึงวิธีการแก้ไขปัญหาคือการใคร่ครวญจิตใจ ณ ขณะนั้น (โสริช โทธิแก้ว, 2540)

โดยสรุป จะดำเนินกระบวนการในมิตigroup ทั้ง 4 ประการ ให้มีประสิทธิภาพได้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยกระบวนการในมิติบุคคลทั้ง 3 ประการร่วมด้วย กล่าวคือ กระบวนการกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธเป็นการผสมผสานมิติบุคคลและมิตigroup เข้าด้วยกันอย่างกลมกลืนลงตัว ทั้งสองส่วนอาศัยกันและกันในการทำงาน ดังนั้นผู้นำกลุ่มจึงต้องมีประสบการณ์ ความชำนาญ รวมถึงความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งว่ามิติบุคคลและมิตigroup นั้นเป็นส่วนของกันและกันไม่ได้แยกขาดออกจากกัน (โสริช โทธิแก้ว, 2540)

นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ได้ใช้แนวทางการดำเนินกระบวนการกลุ่มตามทฤษฎีกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ ของ โสริช โทธิแก้ว ดังกล่าว โดยได้ออกแบบกิจกรรมในแต่ละช่วง ทั้งหมดจำนวน 4 ช่วง ให้มีจุดมุ่งหมายที่แตกต่างกันในรายละเอียดบ้างเล็กน้อย แม้ในทางปฏิบัติไม่อาจแยกให้แต่ละช่วงมีเพียงการทำงานเพื่อวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียวได้ด้วยกระบวนการกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธเป็นการผสมผสานมิติบุคคลและมิตigroup เข้าด้วยกันอย่างกลมกลืนอยู่เป็นเนื้อเดียวกัน การออกแบบกิจกรรมดังกล่าวจึงอาจเป็นเพียงความตั้งใจในการร้อยเรียงการปฏิบัติงานในแต่ละช่วง เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้

ในการใช้งานจริงผู้นำกลุ่มดังกล่าวได้มีการปรับเปลี่ยนลำดับรูปแบบกิจกรรมต่างๆบ้าง เพื่อให้กิจกรรมมีความยืดหยุ่นเหมาะสมกับบริบท สถานการณ์และกระแสกลุ่มในขณะนั้น

จากการสัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มสามารถเรียบเรียงเป็นโครงสร้างกิจกรรมโดยตลอดเพื่อให้ผู้อ่านสามารถทำความเข้าใจในเบื้องต้นได้ดังนี้

ช่วงที่ 1

มีจุดมุ่งหมายที่จะเอื้อให้สมาชิกกลุ่มทำความรู้จักซึ่งกันและกัน ตลอดจนเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจใคร่ครวญ และตระหนักถึง คุณค่าของผู้คนหรือสิ่งต่างๆที่ได้มีส่วนร่วมเกี่ยวเนื่อง และเอื้อให้ตนมาถึงจุดปัจจุบันได้เช่นนี้ เกิดความรู้สึกอ่อนน้อม กตัญญู ต่อสรรพสิ่งที่มีส่วนอุปถัมภ์ และเกี่ยวเนื่องชีวิตของตนเองให้เติบโต ตลอดจนตระหนักว่าการดำรงอยู่ของชีวิตตนเองก็มีคุณค่า และส่งผลต่อการดำรงอยู่ของผู้คนและสรรพสิ่งรอบๆ ตัว

ในช่วงเริ่มต้นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ครั้งที่ 1 นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มดังกล่าว ซึ่งแจ้งธรรมชาติที่มีความพิเศษของกลุ่มที่สมาชิกทุกคนเป็นเพื่อนร่วมประสบการณ์ชีวิตซึ่งปัญหาและความไม่สมบูรณ์ของชีวิตครอบครัวที่เกิดขึ้นอาจช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งบางอย่างภายในจิตใจ ขณะเดียวกันอาจจะทิ้งร่องรอยบางอย่างที่ยังตกค้างและสร้างความเจ็บปวดภายในจิตใจ ช่วงเวลา 2 วันนี้จึงเป็นโอกาสดีที่ทุกคนจะได้เรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิตของตนเองและเพื่อนสมาชิก และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แนะนำตัวและทำความรู้จักสมาชิกกลุ่มแต่ละคนไปพร้อมกันกับการให้สมาชิกกลุ่มได้แนะนำตัวซึ่งกันและกัน จากนั้นจึงเริ่มชวนให้สมาชิกกลุ่มได้มองชีวิตของตนเองและแบ่งปันแลกเปลี่ยนเรื่องราวในชีวิตซึ่งกันและกัน ด้วยการหยิบยก ข้อความ อาทิ “เพราะมีเธอจึงเติบโต” “ของขวัญของชีวิต” เหล่านี้ขึ้นมาเป็นคำถามให้สมาชิกได้ใคร่ครวญในประสบการณ์ชีวิตของตนเองและร่วมแบ่งปันกัน เพื่อนสมาชิกกลุ่มคนอื่น ทั้งนี้ในการหยิบยกข้อความที่ใช้ขึ้นเป็นการเปิดเรื่องราวในกลุ่มสำหรับสมาชิกกลุ่มแต่ละกลุ่มนั้น มีความหลากหลายกันบ้างไปตามความเห็นที่เหมาะสมกับกระแสและบรรยากาศของกลุ่มในขณะนั้น แต่จะยังคงไว้ซึ่งจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักถึงคุณค่าของผู้คนหรือสิ่งต่างๆที่ได้มีส่วนร่วมเกี่ยวเนื่อง และเอื้อให้ตนมาถึงจุดปัจจุบันได้เช่นนี้

ในภาพรวมนอกจากสมาชิกกลุ่มจะได้มีโอกาสรู้จักเพื่อนร่วมสมาชิกกลุ่มตลอดจนเรื่องราวในชีวิตของเพื่อนร่วมสมาชิกกลุ่มมากขึ้นแล้ว การได้ตระหนักถึงคุณค่าของผู้คนและสิ่งต่างๆที่ทำให้ตนมาถึง ณ ปัจจุบันนี้ยังแฝงไว้ด้วยการให้สมาชิกกลุ่มได้พิจารณาชีวิตของตนผ่านพุทธรูป คือ อิทปิปปัจจัยตา โดยสมาชิกกลุ่มได้ตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและผู้คนหรือสิ่งต่างๆที่ย่อมต้องพึ่งพาอาศัยเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน ตัวอย่างข้อความและคำถามที่ใช้เช่น

“เพราะมีเธอจึงเติบโต” ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญว่ามีอะไรหรือใครบ้างที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการที่ทำให้ตนสามารถเป็นตนเองในปัจจุบันนี้บ้าง หรือคำถามเกี่ยวกับ “ของขวัญของชีวิต” ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญว่าอะไร คือของขวัญที่ดีที่สุดที่ตนได้รับ ของขวัญนั้นมีค่ากับชีวิตของตนอย่างไร ของขวัญนั้นได้มาอย่างไร เกี่ยวข้องกับใครบ้าง

ช่วงที่ 2

มีจุดมุ่งหมายเพื่อเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจและใคร่ครวญถึงสิ่งดี ๆ ที่ตนต้องการสร้างให้เกิดขึ้นกับชีวิตของตน ตลอดจนช่วยเอื้อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความงอกงามภายในตน ตระหนักถึงสิ่งที่มีค่าและมีความหมายกับชีวิต เกิดกำลังใจในการลงมือทำ และตั้งใจทำสิ่งที่มีคุณค่าและความหมายแก่ชีวิตตนเองและผู้อื่นโดยไม่รอเวลา

นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มชวนให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญถึงสิ่งที่ตนอยากจะทำ หรือสร้างให้เกิดขึ้นกับชีวิตของตนเองในปัจจุบัน

ในภาพรวมสมาชิกกลุ่มจะได้ตระหนักชัดถึงสิ่งดี ๆ ต่างที่ตนต้องการสร้างให้เกิดขึ้นในชีวิตของตนอย่างชัดเจนขึ้นว่าสิ่งที่ตนต้องการสร้างคืออะไร อันจะเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักชัดในการให้ความสำคัญ หรือ ความหมายการใช้ชีวิตปัจจุบันและอนาคตอันใกล้ตามความตั้งใจที่ตนต้องการชัดเจนขึ้น โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้อและชี้ชวนให้สมาชิกกลุ่มได้มีมุมมองและสร้างสิ่งดี ๆ ให้กับชีวิตตนเอง บนพื้นฐานของความเข้าใจโลกและชีวิตที่ถูกต้องตามหลักพุทธธรรมได้

ทั้งนี้นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มนำกิจกรรมใน ช่วงที่ 2 สลับใช้กับ ช่วงที่ 3 เมื่อผู้นำกลุ่มพิจารณาแล้วว่าสัมพันธ์ภายในกลุ่มมีความแน่นแฟ้นและไว้วางใจซึ่งกันและกันเพียงพอที่แก่การพูดคุยถึงประสบการณ์ที่สร้างความทุกข์ใจในเบื้องต้น หรือจากความเหมาะสมในส่วนของสัมพันธ์ภาพร่วมกับกระแสของกลุ่มในขณะนั้นที่เชื่อมโยงเข้ากับ ช่วงที่ 3 ได้ ตัวอย่างข้อความและคำถามที่ใช้ นั้น ผู้นำกลุ่มได้ใช้ข้อความเปรียบเทียบเป็น “ดินสอ” ซึ่งเข้าคู่กับ “ยางลบ” เอื้อให้สามารถสลับใช้กลับไปมาระหว่าง ช่วงที่ 2 และ ช่วงที่ 3 ได้ “ดินสอ” ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญว่า หากตนมีดินสอแท่งหนึ่งที่สามารถเขียนสิ่งดี ๆ ที่อยากให้เกิดขึ้นในชีวิต สมาชิกกลุ่มอยากที่จะเขียนอะไร และเอื้อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงสิ่งที่มีค่าและมีความหมายในชีวิต เกิดกำลังใจในการทำสิ่งดี ๆ นั้นเพื่อตนเอง ผู้อื่น และสังคมรอบ ๆ ตัว

ช่วงที่ 3

มีจุดมุ่งหมายเพื่อเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจและใคร่ครวญถึงความทุกข์ที่ค้างอยู่ในใจ ตลอดจนช่วยเยียวยาหรือคลายความรู้สึกทุกข์ที่ปรากฏอยู่ในใจของสมาชิกกลุ่มนั้นเป็นสำคัญ

ในช่วงที่ 3 นี้ นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่มนำกิจกรรมใน ช่วงที่ 2 มาสลับใช้ตามความเหมาะสมกับกระแสเรื่องราวที่เชื่อมโยงในกลุ่มขณะนั้น และความเหมาะสมกับระดับสัมพันธ์ภาพ

และความไว้วางใจภายในกลุ่ม โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้นำกลุ่ม ชวนให้สมาชิกกลุ่มได้มองย้อนสำรวจ ใคร่ครวญเรื่องราวที่ยังคงติดค้างในใจแต่อดีตอย่างลึกซึ้ง ไปพร้อมกันกับเพื่อนร่วมกลุ่ม ในส่วนนี้ผู้นำกลุ่มจะได้ใช้กระบวนการกลุ่มทั้งในมิติของบุคคลและมิติของกลุ่มในการที่จะช่วยเยียวยา ความรู้สึกทุกซอกซี้ด คับข้องใจต่างๆเหล่านั้นด้วยการขยายภาพความทุกข์นั้นให้สมาชิกได้พิจารณาลึกซึ้งและชัดเจนมากขึ้น และแฝงไว้ด้วยการชวนให้สมาชิกกลุ่มได้มองปัญหาหรือความทุกข์ที่ปรากฏนั้นอย่างสอดคล้องกับความจริงแท้ของชีวิตตามหลักพุทธธรรม คืออริยสัจ 4 ไตรลักษณ์ อิทัปปัจจยตา และปฏิจจสมุปบาท ซึ่งผู้นำกลุ่มมีความเข้าใจอย่างถ่องแท้ลึกซึ้ง

ในภาพรวมสมาชิกกลุ่มจะได้มีโอกาสรู้จัก รับรู้ และแบ่งปันเรื่องราวที่มีความหมายในชีวิตของตนร่วมกับเพื่อนร่วมสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนได้พิจารณา ใคร่ครวญถึงปัญหา ความรู้สึกนึกคิดของตนที่มีต่อปัญหานั้น อย่างชัดเจนมากขึ้น รวมถึงได้มองเรื่องราวดังกล่าวผ่านมุมมองที่สอดคล้องตามเป็นจริงของชีวิตตามหลักพุทธธรรม และเลือกหนทางในการที่จะคลายออกจากความทุกข์เหล่านั้นด้วยความเข้าใจในความเป็นจริงของชีวิตได้ ตัวอย่างข้อความและคำถามที่ใช้ เช่น “ยางลบ” ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ใคร่ครวญว่า หากตนมียางลบสักก้อนที่สามารถลบสิ่งที่ผิดพลาดในอดีตที่ผ่านมา หรือความรู้สึกที่อยากจะลืมเลือนและเจ็บปวดทุกครั้งทีนึกถึงสมาชิกอยากจะทำอะไร ออกไปจากชีวิตบ้าง และชวนให้สมาชิกได้เห็นถึงใจที่คาดหวังอยากให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามใจตน และความจริงของชีวิตที่เราไม่อาจอยู่ดื้ออะไรให้เป็นไปตามที่ใจปรารถนาได้

ช่วงที่ 4

มีจุดมุ่งหมายเพื่อเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจและใคร่ครวญถึงสิ่งที่ได้รับจากประสบการณ์ภายในกลุ่ม และแบ่งปันความคิดความรู้สึกที่มีต่อกันและสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกันตลอดระยะเวลาการเข้ากลุ่มดังกล่าว

นักจิตวิทยาการปรึกษาเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมเรียงร้อยและแบ่งปัน ความเข้าใจ และสิ่งต่างๆที่สมาชิกกลุ่มได้รับจากการได้ร่วมใช้เวลาเรียนรู้และแบ่งปันซึ่งกันและกัน

ในภาพรวม สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักชัดถึงความเข้าใจของตนที่มีจากประสบการณ์ภายในกลุ่มมากขึ้น และเป็นโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อเพื่อนสมาชิกร่วมกลุ่ม การปรึกษา เก็บเป็นภาพแห่งความทรงจำร่วมกัน

จริยธรรมที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพและการพิทักษ์สิทธิ์

เพื่อแสดงถึงซึ่งการคำนึงถึงหลักจริยธรรม อันเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินการวิจัยในมนุษย์ ในการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) ครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้จัดให้มีการดำเนินการวิจัยที่คำนึงถึงซึ่งหลักจริยธรรม และมนุษยธรรม ตลอดจนสิทธิประโยชน์ของผู้ให้ข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลในประเด็นต่างๆดังต่อไปนี้

1. ทำการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักตามความสมัครใจและความยินยอมของผู้ให้ข้อมูล โดยผู้วิจัยได้นำหนังสือติดต่อขอความร่วมมือค้นหาผู้ให้ข้อมูลหลัก ไปยังหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ตลอดจนติดต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม โปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เพื่อขอความร่วมมือในการช่วยอำนวยความสะดวกในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนเข้าร่วมการวิจัย แก่นิสิตนักศึกษาที่มาร่วมโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว และเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย กล่าวคือ มีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือก

1. เป็นนิสิตนักศึกษา ในระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีต่างๆ และมาจากครอบครัวหย่าร้าง
2. เป็นนิสิตนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
3. มีความสมัครใจและยินดีให้ความร่วมมือในการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักของการวิจัย

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือจากนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มดังกล่าวระบุผู้ที่มีคุณสมบัติที่จะเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย ด้วยผู้วิจัยคำนึงถึงจริยธรรมและสิทธิของผู้ที่มีคุณสมบัติเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก และการวิจัยครั้งนี้อาจส่งผลให้บุคคลกลุ่มนี้ เกิดความรู้สึกสะเทือนใจ เมื่อนึกถึงประสบการณ์ดังกล่าว

2. แจ้งรายละเอียดโดยย่อของการวิจัย และการสัมภาษณ์ ตลอดจนวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้ผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัยทราบ โดยเบื้องต้นผู้วิจัยขอความร่วมมือนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มดังกล่าวเป็นผู้แจ้งรายละเอียดเบื้องต้น และหากผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัยยืนยันสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จะได้มีการให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยเป็นหลักฐาน และเก็บรักษาไว้อย่างรัดกุม

3. แจ้งสิทธิในการถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อหากผู้เข้าร่วมการวิจัยต้องการ
4. แจ้งสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยในการไม่ตอบคำถาม ตามความเห็นสมควรของผู้เข้าร่วมการวิจัย
5. แจ้งสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยในการงดการบันทึกเสียงในบางช่วงของการสัมภาษณ์ หากผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่ต้องการ

6. แจ้งเรื่องการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้ให้ข้อมูล โดยในการรักษาข้อมูลเป็นความลับ จะมีการเก็บเอกสารข้อมูล ข้อมูลการติดต่อทางอีเมล และไฟล์บันทึกเสียงของผู้ให้ข้อมูลอย่างมิดชิด ตลอดจน

ทำลายข้อมูลการติดต่อทางอีเมลและไฟล์ข้อมูลบันทึกเสียงดังกล่าวภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัย นอกจากนี้ในการนำเสนอข้อมูลจากการสัมภาษณ์ไปใช้ จะไม่ระบุชื่อนามสกุลจริงของผู้ให้ข้อมูล และจะนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้เพื่อการเผยแพร่ทางวิชาการเท่านั้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือ

1. ตัวผู้วิจัย เป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์ สังเกต และ จดบันทึกข้อมูล ในการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ ตัวผู้วิจัยเองจึงถือเป็นเครื่องมือสำคัญ ก่อนการลงมือเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงได้มีการเตรียมความพร้อมดังต่อไปนี้

1. ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ เด็กหรือนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และ ความมั่งคั่งในจิตใจของกลุ่มบุคคลที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาและ ทบทวน หนังสือ บทความต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้เป็นความรู้ ประกอบการตั้งแนว คำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก

2. ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ลงทะเบียนเรียนรายวิชาการวิจัย เชิงคุณภาพสำหรับการพยาบาล (3600626 Qualitative Research in Nursing) ในภาค ต้น ปีการศึกษา 2552 ทำให้ได้มีประสบการณ์เบื้องต้นในการวิจัยเชิงคุณภาพ นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้ศึกษา หนังสือ และบทความต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อเป็น พื้นฐานความรู้ในการทำการวิจัยครั้งนี้

2. เครื่องบันทึกเสียง

3. สมุดบันทึกข้อมูลส่วนตัวของผู้วิจัย เพื่อบันทึกรวบรวมประเด็นที่เป็นประโยชน์ต่อการ รายงานและอภิปรายผล ตลอดจนรายงานอคติส่วนตัวของผู้วิจัยที่อาจเกิดกับการวิจัยในครั้งนี้

4. แนวคำถามในการสัมภาษณ์ การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) แบบกึ่งมีโครงสร้างการสัมภาษณ์ (Semi- structure interview) ในการเก็บรวบรวม ข้อมูล ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ ประมาณ 60 – 90 นาที ทั้งนี้ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะได้ทำ ความคุ้นเคยกับผู้ให้ข้อมูล และเพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศที่ดีแก่การให้ สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูล ขณะเดียวกันเป็นการทำความรู้จักข้อมูลเบื้องต้นต่างๆของผู้ให้ข้อมูล อาทิ อายุ การศึกษา (คณะ และชั้นปี) ระยะเวลาที่พ่อแม่ได้หย่าร้าง เป็นต้น จากนั้นจึงดำเนินการ สัมภาษณ์ถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งทางต่อไป

คำถามการสัมภาษณ์

ผู้วิจัยได้พัฒนาคำถามการสัมภาษณ์ ขึ้นมาจากการทบทวนวรรณกรรมการศึกษาประสบการณ์ ความมั่งคั่งภายหลังการได้ผ่านประสบการณ์ที่สร้างความตึงเครียดอย่างมาก จากนั้นจึงนำ

คำถามการสัมภาษณ์ดังกล่าวไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพคือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ หลังผ่านการปรับปรุงตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ได้มีการทดลองใช้คำถามการสัมภาษณ์ฉบับร่างดังกล่าว ในวันที่ 19 สิงหาคม 2554 ภายหลังจากทดลองใช้ดังกล่าวได้มีการปรับเปลี่ยนถ้อยคำในการถาม โดยผ่านการพิจารณาความเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญซ้ำอีกครั้ง จนได้เป็นคำถามการสัมภาษณ์ฉบับใช้งานจริง และมีรายละเอียดดังนี้

- ภายหลังจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างของท่าน มีเปลี่ยนแปลงอะไรเกิดขึ้นกับตัวท่านบ้างไหม
- ขอให้ท่านช่วยมองถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเหล่านั้นว่า ได้ส่งผลกระทบต่อสัมพันธภาพของท่านกับคนรอบข้างอย่างไรบ้าง
- ด้วยประสบการณ์ทั้งหมดที่ท่านมี ณ ตอนนี และ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ท่านมีความเข้าใจในชีวิตอย่างไรบ้าง
- ด้วยประสบการณ์เติบโตมาจากครอบครัวหย่าร้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรที่เป็นความเติบโตของงานที่เกิดขึ้นกับตัวท่านบ้าง
- มีอะไรที่คุณอยากจะเพิ่มเติม นอกจากที่ได้กล่าวถึงไปแล้วอีกบ้างไหม

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

Maxwell (2005) กล่าวว่าข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพนั้นได้มาจากอะไรก็ตามที่ผู้วิจัยเห็น หรือได้ยิน หรือสิ่งใดก็ตามที่สื่อสารออกมาให้ผู้วิจัยรับรู้ได้ ขณะที่ทำการศึกษาปรากฏการณ์นั้นอยู่ ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล 3 แบบ คือ 1. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) 2. การสังเกต และ 3. บันทึกส่วนตัวของผู้วิจัย

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยใช้เวลาในการเก็บข้อมูลประมาณ 4 เดือน ระหว่าง เดือนธันวาคม 2553 – มีนาคม 2554

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. รวบรวมข้อมูลและปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ เพื่อสร้างแนวคำถามการสัมภาษณ์
2. ขอความร่วมมือในการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่าง ผ่านหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตที่มาจากครอบครัวหย่าร้างของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง
3. ดำเนินติดต่อสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน 11 คน

4.ถอดเทปไฟล์บันทึกเสียงของผู้ให้ข้อมูล แบบคำต่อคำ (verbatim) และดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีการการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) (Hill et al., 1997, 2005)

5.สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล และผลการดำเนินการวิจัย ตลอดจน เขียนรายงานการวิจัย โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาช่วยตรวจสอบและให้ความเห็นเพิ่มเติม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยจัดให้มีการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) (Hill et al., 1997, 2005) โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยซึ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาเอกและโทในสาขาจิตวิทยาการปรึกษาที่ผ่านการเรียนการวิจัยเชิงคุณภาพและอบรมเรื่องการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันตลอดจนมีความรู้ความเข้าใจในการศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงาม เป็นอย่างดีอีก 2 คน ในทุกขั้นตอนของการดำเนินการมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ทำหน้าที่เป็น Auditor หรือ ผู้ตรวจสอบ การวิเคราะห์ข้อมูลและดำเนินการวิจัย โดยเบื้องต้นมีการถอดเทปข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกที่ได้แบบคำต่อคำ (verbatim) จากนั้นจึงได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลใน 4 ขั้นตอนย่อย ดังนี้

1 การกำหนดประเด็นหลัก (Determining domains) ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย ต่างคนต่างอ่านบทบันทึกแล้วสรุปเป็นหมวดหมู่หรือประเด็น จากนั้นจึงอภิปรายร่วมกันถึงประเด็นเหล่านี้จนเห็นพ้องต้องกันและได้ข้อสรุปในเรื่องของจำนวนและชื่อของประเด็นต่างๆ

2 การสรุปแนวคิดสำคัญ (Abstracting core ideas) ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะต่างคนต่างอ่านข้อมูลในแต่ละประเด็นจากบทสัมภาษณ์และจับใจความมาเป็นแนวคิดสำคัญ (Core ideas) จากนั้นจึงอภิปรายร่วมกันถึงประเด็นเหล่านี้จนเห็นพ้องต้องกันและได้ข้อสรุปในเรื่องการใช้ถ้อยคำระบุแนวคิดสำคัญเหล่านี้

3 การวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-analysis) ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการวิเคราะห์ภาพรวม ร่วมกันตรวจสอบข้อเท็จจริงในแต่ละกลุ่มในเรื่องของประเด็นหลักและหมวดหมู่ต่างๆ และร่วมกันอภิปราย จนกว่าจะได้ข้อสรุปที่เห็นพ้องต้องกัน

4 การลงตารางข้อมูล (Charting the data) บันทึกข้อมูลลงตาราง ตามข้อกำหนด โดยมีการตกลงกันว่าแนวคิดสำคัญ (Core ideas) ที่จะมีอยู่ในแต่ละประเด็นหลักนั้น จะต้องมีการตอบสนองจากกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 4 คนขึ้นไปจากกลุ่มตัวอย่าง

ทั้งหมด ตลอดจนอภิปรายร่วมกันจนได้ข้อสรุป ทั้งนี้การวิเคราะห์ภาพรวมในขั้นตอนก่อนหน้ามีประโยชน์แก่การลงข้อมูลในตารางอย่างมาก

ด้วยเงื่อนไขในการวิเคราะห์ข้อมูล ทีมสมาชิกผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักจึงไม่สามารถที่จะดำเนินการวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยกระบวนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันโดยตลอดได้ ในขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลจึงมีการปรับเปลี่ยนวิธีการตามระเบียบวิธีที่เหมาะสมขึ้น โดยภายหลังการร่วมกันอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน จนได้ข้อสรุปการสร้างประเด็นหลักจากชุดข้อมูลเบื้องต้นจากผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 คนแล้ว สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูล 1 คน เป็นผู้ดำเนินการหลักในการวิเคราะห์จัดการข้อมูลชุดที่เหลือ และส่งให้สมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักอีก 2 คน ตรวจสอบ และนำมาอภิปรายร่วมกันจนสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลเห็นชอบร่วมกันเพื่อหาข้อสรุปอีกครั้ง ก่อนที่จะส่งต่อให้ผู้ตรวจสอบดำเนินการตรวจสอบซ้ำ ทั้งนี้วิธีการที่ได้เป็นเปลี่ยนแปลงกล่าวนี้เป็นวิธีการที่ Hill et al (2005) ได้เสนอไว้เป็นทางเลือกการดำเนินการวิจัยได้ทางหนึ่ง

การตรวจสอบคุณภาพการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) ของ Hill et al (1997,2005) โดยมีทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อันประกอบด้วยผู้วิจัยหลักและสมาชิกทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักอีก 2 ท่าน เป็นผู้ร่วมกันวิเคราะห์และอภิปรายข้อมูล จนได้ข้อสรุปในการวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกัน ขณะเดียวกันภายหลังที่ได้ข้อสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแล้ว ยังมีการให้ผู้ตรวจสอบ คือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ 1 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักอีกครั้ง ด้วยระเบียบวิธีวิจัยดังกล่าว ช่วยให้ข้อมูลที่ได้ออกคติ หรือเกิดการบิดเบือนข้อมูลโดยผู้วิจัยอยู่น้อยที่สุด

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ดำเนินการวิจัยให้สอดคล้องกับเกณฑ์การประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ตามระเบียบวิธีของ Hill et al (1997,2005) กล่าวคือ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (methodological triangulation) โดยได้ตรวจสอบความสอดคล้องกันของข้อมูลในเรื่องเดียวกัน จากการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธี คือ การสัมภาษณ์ การสังเกต และบันทึกส่วนตัวของผู้วิจัย ได้มีการระบุชี้ว่าผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่มตัวอย่างตามระเบียบวิธีวิจัยสำหรับงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ตลอดจนได้มีการตรวจสอบความสอดคล้องข้อมูลซ้ำอีกครั้งในขั้นตอนสุดท้ายของการสรุปผลข้อมูลโดยผู้ให้ข้อมูล (member checks) กล่าวคือ ให้ผู้ให้ข้อมูล

ช่วยตรวจสอบหรือแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับผลการวิเคราะห์และนำข้อมูลมาแปลความหมาย เพื่อให้ได้การรับรองจากผู้ให้ข้อมูลว่า ข้อมูลหรือผลการวิจัยที่ได้นั้นถูกต้องตรงตามประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลจริง

ทั้งนี้ในส่วนของบริษัทส่วนตัวของผู้วิจัย ผู้วิจัยได้รายงานถึงจุดยืนผู้วิจัยเอาไว้ก่อนหน้าการวิเคราะห์ เพื่อเป็นการรายงานถึงอคติส่วนตัวของผู้วิจัยที่อาจส่งผลกระทบต่อการศึกษาประสบการณ์ความมอกลงของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวในครั้งนี้ด้วย

จุดยืนผู้วิจัย

ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นนิสิตนักศึกษาอีกคนหนึ่งซึ่งเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง ผู้วิจัยเชื่อเป็นอย่างยิ่งว่าการรายงานถึงจุดยืนของผู้วิจัย จะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาประสบการณ์ความมอกลงของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในครั้งนี้เป็นอย่างมาก และหากถามถึงความมอกลงซึ่งผู้วิจัยได้รับจากการหย่าร้างในครอบครัวนั้น ในตอนแรกผู้วิจัยก็ไม่แน่ใจนักว่าคุณค่าหรือประโยชน์ในประสบการณ์เหล่านั้นของตัวผู้วิจัยเองคืออะไร จนเมื่อได้ลองทบทวนเหตุการณ์ในอดีตอีกครั้ง ผู้วิจัยได้มองเห็นแรงผลักดันบางอย่าง ภายหลังการหย่าร้างของพ่อแม่ที่ทำผู้วิจัยบอกกับตัวเองว่า ไม่มีใครจะเป็นที่พึ่งให้กับครอบครัวได้แล้ว เราต้องมีอนาคตที่ดีเพื่อเป็นหัวเรี่ยวหัวแรงของครอบครัวต่อไป เป็นไปได้ว่า ด้วยความไม่พร้อมในครอบครัว บวกกับ ความรู้สึกในฐานะลูกคนโตที่ได้รับรู้การหย่าร้าง รับรู้ปัญหาความไม่พร้อมต่างๆของครอบครัว ทำให้ตนเกิดแรงมุ่งมั่นในการตั้งใจเรียน เพื่อให้ประสบความสำเร็จในชีวิต และมีหน้าที่การงานที่ดีเพื่อเป็นที่พึ่งให้แก่ครอบครัวต่อไป นอกจากนี้จากประสบการณ์ส่วนตัวและเคยมีโอกาสดูคุยกับเพื่อนในช่วงก่อนหน้าการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยเห็นว่าสำหรับบางคนทีภายหลังการหย่าร้างของพ่อแม่มีโอกาสได้ใกล้ชิดกับพ่อแม่้น้อยมาก จนอาจสูญเสียการมีสัมพันธภาพที่สำคัญระหว่าง พ่อแม่และลูก นัยหนึ่งอาจนับเป็นส่วนหนึ่งของความมอกลงที่ทำให้ยอมรับการร้างห่างจากพ่อแม่ได้มากขึ้น

เนื่องจากผู้วิจัยแทบไม่เคยได้มีโอกาสพูดคุยกับเพื่อน ผู้อื่น หรือนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างถึงประสบการณ์อันเป็นความเติบโตเหล่านี้ ในส่วนของจุดยืนวิจัยนี้จึงอาจเป็นเพียงมุมมองจากความคิดอ่านในประสบการณ์ของตนและจากที่ได้รับรู้เล็กๆน้อยๆจากผู้อื่น โดยส่วนตัวแล้วผู้วิจัยมีความเห็นว่าด้วยผลกระทบจากหย่าร้าง ที่ย่อมเกิดขึ้น มากบ้างน้อยบ้างแตกต่างกันไปในแต่ละครอบครัว อาจมีผู้อื่น หรือนิสิตนักศึกษา บางคนเกิดแรงผลักดันให้พัฒนาตนเองจากประสบการณ์ดังกล่าวได้เช่นกัน

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ก่อนการนำเสนอถึงผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ขอสรุปรายละเอียดโดยย่อเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายอีกครั้ง เพื่อเอื้อให้ผู้อ่านสามารถติดตามข้อมูลดังกล่าวในระหว่างการติดตามการรายงานผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้สะดวก และเกิดความเข้าใจในข้อมูลมากขึ้น ทั้งนี้เพื่อคำนึงถึงหลักการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูลหลัก ผู้วิจัยได้ใช้นามสมมุติในการกล่าวถึงผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมด และขอให้รายละเอียดเบื้องต้นเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูล โดยระบุข้อมูลสังเขปเฉพาะในประเด็นที่แยกแยะการระบุถึงตัวผู้ให้ข้อมูลหลักเท่านั้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่1(Info1)

ข้อมูลพื้นฐาน

ปอ(นามสมมุติ)เป็นนิสิตนักศึกษาเพศชาย ชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 22ปี ผิวดำ รูปร่างสูงโปร่ง ไร้ผมคิ้วดำทรวงทรงนักเรียนชาย มีบุคลิกภาพที่สุภาพอ่อนโยน พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยน้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง และ สายตาที่เป็นมิตร มีความสามารถในการถ่ายทอดสื่อสารผ่านการเรียงร้อยคำพูดแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ5 ปี หรือเมื่อประมาณ 15-16 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่และญาติฝ่ายแม่ จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 16 ธันวาคม 2553 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 120 นาที จากการสัมภาษณ์ ปอได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนเองปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

ปอเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงที่ตนรู้สึกยอมรับตนเองอย่างที่เป็นอยู่และมีอยู่ตามความเป็นจริงได้มากขึ้น ทั้งในด้านที่รู้สึกที่ตนเองพร้อม และในด้านที่รู้สึกว่าเป็นศักยภาพที่ดีของตนเอง

จากการสัมภาษณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ปอได้กล่าวถึงการยอมรับตนเองอย่างที่เป็นตามความเป็นจริงมากขึ้นในความเป็นตนเองทั้งหมดก่อกอบกับพื้นฐานกำลังสนับสนุนจากครอบครัวที่มีอยู่ ด้วยความที่ตนมีแม่เป็นผู้ส่งเสริมเพียงลำพัง ในอดีตปอยอมรับว่าตนเคยเปรียบเทียบความพร้อมของครอบครัวตนเองที่มีกำลังสนับสนุนน้อยกว่าความพร้อมในการสนับสนุนของครอบครัวเพื่อน หรือคนอื่น และเปรียบเทียบความสามารถของตนเองกับเพื่อนคนอื่น แต่ด้วยวันเวลาที่ล่วงเลยทำให้ตนเองค่อยๆเข้าใจและยอมรับพื้นฐานกำลังให้การ

สนับสนุนของครอบครัวตอนที่มืออยู่จำกัดได้มากขึ้น ได้เรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองในแบบที่เป็นอยู่มีอยู่ โดยไม่เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น ทั้งนี้พอได้กล่าวว่าภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ตนเกิดความรู้สึกเป็นมิตรกับตนเอง ยอมรับตนเองมากขึ้น โดยไม่นำตนเองไปเปรียบเทียบกับให้ต้องมีความสามารถ หรือได้รับกำลังสนับสนุน เหมือนเช่นคนอื่น ตรงกันข้าม พอเลิกที่จะรอคอยขึ้นชมความสามารถหรือศักยภาพที่ตนเองมีและได้เติบโตมาจากต้นทุนพื้นฐานครอบครัวที่มีในแบบของตนเองเช่นนี้ว่า ความเติบโต และงดงามในแบบของตนเองนั้นจะเป็นเช่นไรบ้าง

นอกจากนี้ในการยอมรับตนเองอย่างที่เป็นจริง พอยังได้กล่าวถึง การที่พอยอมรับที่ตนเองเป็นคนติดความสมบูรณ์แบบ จากเดิมที่พอรู้สึกไม่พอใจ อึดอัด เมื่อตนเองไม่ได้มีความสมบูรณ์แบบอย่างที่เคยคิดไว้ ทั้งยังไม่ต้องการให้ตัวเองมีบุคลิกภาพดังกล่าวด้วย ในช่วงเวลาภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา พอรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่ตนเองเปิดใจกว้างที่จะยอมรับตนเองอย่างที่เป็นมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ พอ เปิดใจกว้างที่จะยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบต่างๆที่ตนเองมีอยู่ เช่น ความขุ่มขำ หรือ การพูดจา และยอมรับเคารพบุคลิกภาพดังกล่าวว่าเป็นส่วนหนึ่งของตนเอง พอยังได้เพิ่มเติมถึงการเปิดใจกว้างยอมรับตนเองอย่างที่เป็นมากขึ้นดังกล่าวช่วยให้ตนเองมีความสุขในการที่จะทำสิ่งต่างๆมากขึ้นกว่าเดิม รู้สึกเป็นมิตรกับตัวเอง ทั้งยังมองเห็นคุณค่าของตนเองในแบบที่เป็นมากขึ้น กล่าวที่จะกล่าวขอบคุณเมื่อได้รับคำชมมากขึ้น และมองเห็นคุณค่าของบุคลิกภาพที่ติดอยู่กับความสมบูรณ์แบบของตัวเองดังกล่าวชัดเจนขึ้นว่าเป็นประโยชน์ที่ช่วยให้ตนมีความพึงพิถันในการทำงานต่างๆจนประสบความสำเร็จ และสร้างงานที่มีคุณภาพได้

เมื่อมองย้อนกลับไปยังเรื่องราวในอดีต พอได้กล่าวถึงเรื่องการตัดสินใจตัดความสัมพันธ์กับแฟนเมื่อประมาณช่วง 1 ปีที่ผ่านมา การมองย้อนกลับไปยังเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้ พอได้มองเห็นและยอมรับความผิดพลาดของตนเองในอดีตที่เดิมไม่ได้เปิดใจกว้างที่จะทำความเข้าใจ และยอมรับแฟนอย่างที่เป็น ขณะเดียวกันพอก็ได้เรียนรู้ว่าการตัดสินใจปิดประตู หรือตัดความสัมพันธ์ชั่วคราวเดียว ทำให้ตนเองเสียโอกาสที่จะได้มีสัมพันธภาพกับคนที่รัก หรือใส่ใจ ต่อไปตลอดจนเสียโอกาสที่จะได้เรียนรู้และเติบโตจากความไม่ลงรอยในครั้งนั้น

สัมพันธภาพกับผู้อื่น

พอรายงานถึงการรับรู้การเปลี่ยนแปลงตนเองในสัมพันธภาพระหว่างพอและเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษา และภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา พอได้กล่าวถึงการรับรู้การเปลี่ยนแปลงตนเองในการมีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวคือแม่และป้าที่ดีขึ้น กล่าวคือ พอเปิดพื้นที่ในใจของตนเองให้กับป้าและแม่มากขึ้น โดยการใส่ใจรับฟังป้าและแม่มากขึ้น จากเดิมที่มีความรู้สึกไร้ค่าอยู่บ้าง เห็นว่าเรื่องที่กำลังพูดคุยอยู่เป็นเรื่องไม่สำคัญบ้าง ปอกล่าวว่าตนใส่ใจ

ความรู้สึกและรับฟังความต้องการที่คนในครอบครัวสื่อสารกับตนเองมากขึ้น และตนเองก็ได้ดูแลเอาใจใส่ต่อความรู้สึกของป้าและแม่มากขึ้นด้วยการ พุดคุยไปมาและตอบกลับด้วยคำลงท้ายที่ฟังดูอ่อนโยนเพื่อส่งมอบความรู้สึกดี ๆ กลับไปบ้าง เช่น คำว่า จะ ปอได้กล่าววว่าปอมีความสุขและรู้สึกดีในการที่จะใช้เวลาพุดคุยอยู่กับป้าและแม่มากกว่าแต่ก่อน นอกจากนี้จากการที่ปอได้เล่าถึงประสบการณ์การเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง ปอได้กล่าวถึงความเติบโตของตนเองในการที่ตนเคารพ ยอมรับ และมองการที่พ่อแม่ของตนตัดสินใจหย่าร้าง ด้วยความเข้าใจมากขึ้นว่า ในสัมพันธภาพระหว่างคนรักย่อมมีการเลิกรากันได้ เป็นเรื่องที่เขาใจได้ถ้าพ่อแม่จะหย่ากัน เช่นเดียวกับสัมพันธภาพความรักของปอกับแฟน ที่มีเหตุผลที่นำไปในการตัดสินใจเลิกกัน ในฐานะที่ตนเองได้มีประสบการณ์ความรักดังกล่าวกับตนเอง ปอได้ขยายมุมมองของตนเองต่อการที่แม่ตัดสินใจหย่าร้าง จากที่เคยไม่แน่ใจว่าแม่ได้พยายามที่จะรักษาความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับพ่อเอาไว้อย่างดีที่สุดแล้วหรือยัง กลายเป็นมุมมองด้วยความเข้าใจมากขึ้นว่า การหย่าร้างของพ่อแม่เป็นการตัดสินใจที่ทั้งพ่อและแม่ได้เลือกแล้ว และไม่ว่าการตัดสินใจจะเป็นอย่างไร ทุกอย่างย่อมมีทั้งข้อดีและข้อเสียอยู่ในตัวมันเอง ปอมองว่าการหย่าร้างอาจเป็นทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับพ่อและแม่ที่ได้เลือกในขณะนั้นแล้ว

หากพิจารณาถึงสัมพันธภาพกับคนรอบข้างที่นอกเหนือไปจากคนในครอบครัว เช่น เพื่อนที่นอกเหนือไปจากเพื่อนร่วมกลุ่มการศึกษา แฟน และ ผู้คนทั่วไปที่พบในชีวิตประจำวัน

ปอได้รายงานว่าตนรู้สึกเป็นมิตรกับคนรอบข้างมากขึ้น และได้เปิดพื้นที่ในใจในการที่จะใส่ใจรับฟังกับเพื่อนมากขึ้น เป็นการฟังเพื่อนด้วยความเข้าใจเพื่อนในอย่างที่เป็น ไม่เอาความรู้สึกนึกคิดของตนเองเข้าไปตัดสิน เช่นอดีต ด้วยความรู้สึกที่เป็นมิตรกับคนรอบข้าง และการใส่ใจรับฟังและอยู่กับเพื่อน ด้วยการยอมรับในสิ่งที่เพื่อนเป็น ทำให้ปอรู้สึกผ่อนคลายและรู้สึกดีเมื่อเวลาได้อยู่กับเพื่อนมากขึ้น จากเดิมที่เมื่อฟังเพื่อนพูดแล้ว ตนมักจะใช้กรอบความคิดของตนเองเป็นบรรทัดฐานตัดสินเพื่อน หรือเรื่องที่เพื่อนพูด เช่นเดียวกันกับคนรอบข้างที่ปอไม่รู้จัก ปอได้เปิดใจกว้างยอมรับและไม่ตัดสินผู้อื่นที่พบเห็นในชีวิตประจำวันตามมาตรฐานความรู้สึกนึกคิดได้มากขึ้น โดยปอยอมรับและเคารพสิทธิของผู้อื่นที่จะเลือกไม่ทำในสิ่งที่ตนหรือคนส่วนใหญ่คาดคิดไว้

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

เมื่อถามถึงประสบการณ์อันเป็นความเติบโตองงามจากการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง ปอกล่าวว่าโดยส่วนตัวแล้วปอไม่รู้สึกว่าตนเองได้รับผลกระทบจากการหย่าร้างแต่อย่างใด อาจด้วยเพราะ การหย่าร้างเกิดขึ้นตั้งแต่ตอนยังเด็ก เมื่ออายุได้เพียง 5ขวบ และตนเองไม่เคยได้รับรู้เหตุการณ์ที่พ่อแม่ทะเลาะกัน หลังการหย่าร้างตนก็ไม่ได้พบพ่ออีกและอาศัยอยู่กับแม่มา

ตลอดโดยที่ไม่ได้รู้สึกว่าคุณเองได้รับผลกระทบทางจิตใจแต่อย่างใด จนเมื่อโตมาและเริ่มเข้าใจว่าการหย่าร้างคืออะไร ปอเคยเกิดคำถามว่ากับแม่ว่า ทำไมถึงไม่พยายามที่จะให้ไม่ต้องหย่ากัน แม่ได้พยายามอย่างดีที่สุดแล้วหรือยัง แม่คำตอบที่ปอได้คือ แม่ได้พยายามที่จะรักษาสัมพันธ์ภาพเอาไว้เป็นอย่างดีที่สุดแล้ว แต่ปอได้กล่าวว่าคุณเข้าใจที่ประจักษ์ชัดในใจนั้น ไม่ได้มาจากคำตอบของแม่ แต่ได้มาจากประสบการณ์ตรงของตนเองที่คบหากับแฟน หรือคนรัก ทำให้ได้มองเห็นและเข้าใจในความเป็นไป และเหตุผลต่างที่มีอยู่ในการตัดสินใจตัดความสัมพันธ์กับแฟนของตนเอง ความเข้าใจนี้ได้ขยายไปยังความเข้าใจและยอมรับว่าการหย่าร้างในครอบครัวนั้น เป็นเรื่องที่สามารถเกิดขึ้นได้ และมองว่าสำหรับบางครอบครัวการหย่าร้างอาจเป็นทางเลือกหนึ่งที่ดีที่สุดสำหรับคนทั้งคู่ในเวลานั้นแล้ว เป็นการตัดสินใจที่คนทั้งคู่ได้เลือกแล้วในเวลานั้น

ความรู้สึกสงบสุข

ในแง่ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปภายในจิตใจ ปอได้กล่าวว่าตนสัมผัสได้ถึงภาวะใจที่สงบสุขของตนภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาจิตวิทยา แม้ในช่วงเวลาที่ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์นั้นจะไม่ได้มีข่าวดีหรือการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีใดๆ เกิดขึ้นกับตนเป็นพิเศษ ปอรับรู้ได้ว่าตนยอมรับและรู้สึกกลมกลืนเป็นส่วนหนึ่งกับสิ่งต่างๆ ที่รายรอบ ได้อยู่กับปัจจุบันขณะที่ตนเองกำลังอยู่กับ เพื่อน กับครอบครัว หรือกำลังทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเต็มที่ด้วยสภาวะใจที่เป็นสงบสุข ทำให้ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาปอรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น ทั้งยังได้กล่าวว่าตนรู้สึกโล่งสดใสปลอดโปร่งมากขึ้น จากเดิมนับแต่ช่วง 1 ปีกว่าที่เลิกกับแฟนต้นมา ตนรู้สึกว่าโลกไม่สดใส หายใจได้ไม่เต็มปอด เวลาไปไหนก็ไม่ได้รู้สึกว่าเปิดรับให้ตนเองได้เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของสถานที่หรือสถานการณ์นั้นๆ อย่างแท้จริง

ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ปอรับรู้ถึงความสอดคล้องกลมกลืนกันมากขึ้นระหว่างความคิด และความรู้สึกของตนเองมากขึ้น ปอได้กล่าวว่าตนมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่นเกิดขึ้นในใจของตนจริง รับรู้ได้ถึงความรู้สึกที่ว่าคนทุกคนมีค่า มีความงดงามในตัวเองที่เกิดขึ้นในจิตใจ เมื่อได้เห็นการกระทำเล็กน้อยของผู้อื่น เป็นการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมปอเคยมีแต่ความคิดที่ว่าคนทุกคนมีค่าในตนเองแต่ไม่ได้มีความรู้สึกที่สอดคล้องกับความคิดนั้นปรากฏอยู่ในใจของตนเลย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่2(Info2)

ข้อมูลพื้นฐาน

เมย์ (นามสมมุติ)เป็นนิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 21ปี ผิวขาวเหลือง รูปร่างเล็ก ไขมันผอมบาง มีบุคลิกภาพที่คล่องแคล่วกระฉับกระเฉง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและใส่ใจคนรอบข้าง พูดจาฉะฉาน พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความรู้สึกเป็นกันเอง ช่างพูดคุย ทว่าพูดค่อนข้างเร็วและร่าวกมากในบางครั้ง

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ10 ปี หรือเมื่อประมาณ 11-12 ปีที่แล้ว ภายหลังจากการหย่าร้างอาศัยอยู่กับญาติ จากนั้นเมื่อ 2ปีที่ผ่านมาบิดามารดากลับมาจดทะเบียนสมรสกันอีกครั้งเพื่อผลประโยชน์ทางกฎหมาย ปัจจุบันอยู่หอพักเพียงลำพัง

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 27 ธันวาคม 2553 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 90 นาที

จากการสัมภาษณ์ เมย์ได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

จากการสัมภาษณ์ เมย์ได้กล่าวถึงประสบการณ์การมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง โดย ภายหลังจากการหย่าร้างของพ่อแม่ตนได้อาศัยอยู่กับญาติซึ่งมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อเมย์ มักจะพูดหมายหัวเมย์เอาไว้ว่า เมย์เป็นเด็กที่มีปัญหา พ่อหย่าร้างกัน และต่อไปก็จะเป็นเด็กมีปัญหาเรื่องผู้ชาย แต่งงานมีลูก เรียนหนังสือไม่จบ ซึ่งเมย์ยอมรับว่าทำให้ตนรู้สึกไม่พอใจและมีอคติกับญาติๆ เพราะเมย์มีความคาดหวังว่าญาติๆจะรักและเอ็นดูตนเองอย่างที่ลูกหลานในครอบครัวจะได้รับจากญาติผู้ใหญ่ ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เมย์ได้กล่าวถึงความตั้งใจที่จะลบความรู้สึกไม่ดีในอดีตเหล่านั้นและมีมุมมองเปิดกว้างเข้าใจญาติที่อาจมองเมย์จากประสบการณ์ที่เคยพบเห็น ขณะเดียวกันเมย์ยอมรับญาติๆ หรือสมาชิกครอบครัวที่ตนเองมีอยู่ตามความเป็นจริงที่เป็นดังกล่าว โดยเลือกที่จะไม่จมปลักอยู่กับการที่ตนไม่มีญาติที่แสดงออกถึงความรัก เอ็นดูต่อตนเองตามที่ตนคาดหวังไว้ แต่เลือกที่จะมองในส่วนดีๆต่างๆที่ตนเองมีอยู่แทน

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

เมย์ได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา กับสมาชิกครอบครัว และ ผู้คนรอบข้าง

เมย์กล่าวว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ทำให้ ตนรู้จักเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น โดยเฉพาะซัด(นามสมมุติ) เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากการแบ่งปันประสบการณ์เรื่องราวในชีวิตซึ่งกันและกันยังได้ทำให้เมย์รู้สึกชื่นชมซัดในความเป็นคนรักครอบครัวมากขึ้น จากเดิมซึ่งไม่เคยรับรู้มาก่อน ภายหลังจากเข้าร่วม

กลุ่มการปรึกษาเมย์ได้กล่าวถึงความรู้สึกสนิทสนมที่มีต่อซัดมากยิ่งขึ้น กล่าวคือได้พูดคุย โทรติดต่อกันมากขึ้น ปรึกษาเรื่องราวต่างๆในชีวิตซึ่งกันและกันมากขึ้น และรับรู้ซัดเปิดใจในการพูดคุยกับตนเองมากขึ้น

สำหรับสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว เมย์ได้กล่าวถึงมุมมองของตนที่เปิดกว้างในการมองแม่ ด้วยความเข้าใจมากยิ่งขึ้น จากเดิมที่รู้สึกอคติกับการที่แม่มุ่งทำงานเพื่อเก็บเงิน โดยไม่สนใจความลำบากเหน็ดเหนื่อยของตนเองและพอ เมย์กล่าวว่า การแบ่งปันเรื่องราวดังกล่าวในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ทำให้เมย์ได้มองเห็นมองซัดขึ้น และมองเห็นด้านดีของแม่อีกหลายด้านนอกจากด้านที่ตนเองรู้สึกเป็นอคติ การมีมุมมองที่เปิดกว้างทำให้เมย์มีทัศนคติที่ดีต่อแม่มากขึ้นที่อย่างนั้นสิ่งที่แม่ทำอยู่ก็เป็นการทำเพื่อความมั่นคงของครอบครัว โดยที่แม่เองก็ต้องสละเวลาที่จะได้ไปเที่ยวหรือพักผ่อน เมย์ได้ตระหนักและชื่นชมในคุณค่าของการกระทำต่างๆที่พ่อแม่ทำให้มากขึ้น แม้จะเป็นสิ่งเล็กน้อย เช่นการที่ พ่อกับแม่โทรมาอวยพรวันเกิดให้ แต่เมย์ก็รับรู้ถึงความรู้สึกดีที่พ่อแม่มีให้มากขึ้น ต่างไปจากเดิมที่คาดหวังที่จะได้รับของขวัญจากพ่อแม่ และรู้สึกว่าทำไมถึงช่างโศคร้ายที่พ่อแม่ไม่ใส่ใจ

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

ภายหลังการหย่าร้าง เมย์อาศัยอยู่กับญาติ และรู้สึกว่าตนเองจะกลายเป็นเด็กมีปัญหาตามที่ ญาติๆหมายหัวตัวเองเอาไว้ ด้วยความรู้สึกกลัว ทำให้เมย์พยายามที่จะไม่ทำตัวเป็นคนมีปัญหาใช้ชีวิตตัวคนเดียว ด้วยการใช้เวลาส่วนมากในการอยู่กับเพื่อนๆ และครอบครัว ความรู้สึกกลัวดังกล่าวยังคงทำให้เมย์กลัวการแต่งงาน จนต่อมาเมื่อเติบโตขึ้น ประสบการณ์ต่างๆในชีวิตทำให้เมย์ได้กลับมาลองอีกครั้งว่า หากตนเองต้องพบกับกรหย่าร้าง นั้นก็มีได้หมายความว่ากรหย่าร้างจะทำให้ชีวิตของตนล้มเหลว แท้จริงแล้วกรหย่าร้างเป็นเพียง ปัญหาหนึ่งที่เข้ามาในชีวิตซึ่งตนต้องแก้ไขเช่นเดียวกับปัญหาอื่นๆ ด้วยมุมมองที่มีภายหลัง ทำให้เมย์รู้สึกดีขึ้นจากเดิมที่กลัวว่าชีวิตของตนเองจะมีปัญหาเช่นที่ญาติเคยหมายหัวเอาไว้ อย่างไรก็ตามเมย์ได้เล่าถึงความรู้สึกในฐานะที่ตนเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างว่า เมย์ตั้งใจที่จะพยายามไม่ให้เกิดเหตุการณ์หย่าร้างซ้ำรอยเช่นที่เกิดขึ้นกับพ่อแม่ของตนอีก เพราะตนเข้าใจถึงความรู้สึกของการเป็นลูกในครอบครัวหย่าร้างที่ไม่มีคนดูแลเอาใจใส่ดี และไม่ต้องการให้ประสบการณ์นี้ต้องเกิดขึ้นกับรุ่นลูก การเติบโตมาจากครอบครัวหย่าร้างจึงได้การเป็นบทเรียนสำคัญของเมย์อย่างหนึ่งที่ทำให้เมย์ได้เรียนรู้การใช้ชีวิตคู่ที่ไม่ราบรื่นจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น โดยได้ทำให้เมย์ได้ตระหนักถึงประเด็นต่างๆในการใช้ชีวิตคู่ อาทิ ในการใช้ชีวิตคู่ร่วมกันต้องไม่ละเลยกับปัญหาเล็กน้อยที่เกิดขึ้นแต่ควรใส่ใจที่จะแก้ไขกับปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างกันนั้น และไม่ควรปล่อยให้ทิวของตนทำลายสัมพันธภาพต่อกัน เป็นต้น ในการเลือกคู่ครอง เมย์กล่าวว่าตนต้องการศึกษาคนที่คบหา ในช่วงระยะเวลาอันนาน

เพื่อพยายามเลือกคนที่เข้ากันได้จริง นอกจากนี้ด้วยความเข้าใจในความรู้สึกจากการเติบโตมาโดยไม่ค่อยมีโอกาสได้รับการดูแลเอาใจใส่จากคนในครอบครัว ยังได้ทำให้เมย์เกิดความรู้สึกเห็นใจและปรารถนาที่จะได้ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้ที่ยังขาดโอกาสในการได้รับการดูแลใส่ใจจากครอบครัว เมย์กล่าวว่า ปัจจุบันตนได้อุปการะเด็กกำพร้า 2 คน เป็นเสมือนลูก

มุมมองต่ออุปสรรคปัญหา

เมย์ได้กล่าวการได้แบ่งปันเรื่องราวในชีวิตของตนเอง โดยเฉพาะในเรื่องที่เป็นปัญหาของตนในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ทำให้ตนมองเห็นภาพรวมของปัญหา หรือสถานการณ์ในปัญหานั้นๆ มากขึ้น โดยตนได้มองเห็นถึงด้านที่เป็นความรู้สึกนึกคิดของตนเองที่มีต่อเหตุการณ์ตลอดจนมองในมุมมองของคนอื่นที่เกี่ยวข้อง ทั้งยังได้ใคร่ครวญพิจารณาปัญหามากขึ้นจากการได้พูดเล่าเรื่อง ประสบการณ์ทั้งหมดนี้ได้ทำให้เมย์มองเห็นและรู้สึกกว่าปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ และไม่ใช่เรื่องใหญ่เช่นที่ตนเคยคาดคิด

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 (Info 3)

ข้อมูลพื้นฐาน

ชัต (นามสมมุติ) เป็นนิสิตนักศึกษาเพศชาย ชั้นปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 22 ปี ผิวดำ รูปร่างสันทัด สไลด์ผมยาวประมาณท้ายทอย มีบุคลิกภาพสุ่มไม่ช่างพูด มักเรียบเรียงความคิดก่อนพูด พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความจริงใจ น้ำเสียงหนักแน่น

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ 14 ปี หรือเมื่อประมาณ 6-7 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 ธันวาคม 2553 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 90 นาที

จากการสัมภาษณ์ ชัตได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

แม้ชัตจะไม่ได้กล่าวถึงการรับรู้การเปลี่ยนแปลงในด้านการยอมรับตนเองอย่างที่มีและเป็น อย่างชัดเจน แต่ชัตก็ได้รายงานถึงการมีความรู้สึกที่ดีในบุคลิกภาพที่นิ่งและเงียบขรึมของตนเองมากขึ้นจากการที่ได้รับรู้มุมมองทางบวกของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มองว่าชัตเป็นคนมีความเพียรพยายามตั้งใจเรียนอย่างมากซึ่งเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาคนดังกล่าวไม่สามารถนั่งฟังการบรรยายในห้องเรียนด้วยความตั้งใจได้นานอย่างที่ชัตทำได้ ชัตกล่าวว่ารู้สึกดีกับสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่มากขึ้น และยินดีพอใจที่ได้รับรู้ว่าตนเองสามารถเป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีให้เพื่อนได้นำไปเป็นแบบอย่างในการพัฒนาตนเองได้

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

ซัดได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองและเพื่อนสมาชิกกลุ่มการ
 ปรีक्षाเชิงจิตวิทยา คือ เมย์ ว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรีक्षाเชิงจิตวิทยา ซัดพูดคุย
 โทรศัพท์ติดต่อกับเมย์มากขึ้น รู้สึกเข้าใจและสนิทสนมกับเมย์มากขึ้น จากการที่ตนเข้าใจถึงที่มา
 เบื้องลึกของพฤติกรรมกรรมการช่างสังสรรค์พบปะเพื่อนของเมย์มากขึ้น ร่วมกับได้รับรู้เรื่องราวในชีวิต
 ของเมย์ จากการร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในกลุ่มการปรีक्षाเชิงจิตวิทยาดังกล่าว การได้ฟัง
 เรื่องราวของเมย์ ได้ทำให้ซัดมองเห็นและรู้สึกชื่นชมเมย์ที่สามารถยืนหยัดระดับปกครองตนเอง
 ให้เติบโตมีอนาคตที่ดีเช่นปัจจุบัน แม้ว่าจะเจอกับปัญหาความขัดแย้งต่างๆระหว่างตนเองและพ่อ
 แม่ นอกจากนี้ซัดยังได้กล่าวการที่เมย์และซัดมีประสบการณ์การมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง
 เหมือนกัน ทำให้ตนรู้สึกว่ามีความใกล้ชิดกับเมย์มากขึ้นจากเดิมอีกด้วย

ในส่วนของสัมพันธ์ภาพกับคนในครอบครัว การได้ฟังเรื่องราวของเมย์ที่เคยมีความ
 ขัดแย้งกับพ่อแม่ ทั้งพ่อแม่ยังช่วยสนับสนุนค่าเล่าเรียนเพียงบางส่วน ทำให้ต้องทำงานหาเงินส่ง
 ตัวเองเรียน ทำให้ซัดได้มองย้อนกลับมาที่ครอบครัวของตนเองและรู้สึกซาบซึ้งในการกระทำของ
 แม่ตนเองที่พยายามรับผิดชอบเรื่องค่าใช้จ่ายในการเรียนต่างๆของซัดอย่างเต็มที่ โดยที่ซัดไม่ต้อง
 ทำงานระหว่างเรียนเพื่อส่งตัวเอง และให้เวลากับการเรียนได้อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ แม่ยังได้ให้
 ความรักความเข้าใจตนเอง ทำให้ตนสามารถพูดคุยเรื่องราวต่างๆกับแม่ได้เสมอมา

ซัดยังได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของซัดในช่วงภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรีक्षाเชิง
 จิตวิทยา ว่า ตนเองมีมุมมองเปิดกว้างต่อเพื่อนและคนรอบข้างในชีวิตประจำวันมากขึ้น โดยมอง
 และทำความเข้าใจเพื่อนอย่างที่เป็นหรือผู้อื่นเป็น และไม่เอาความคิดของตัวเองไปตัดสินเพื่อน
 และผู้อื่นได้มากขึ้น นอกจากนี้ซัดได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจนในตนเอง ที่ซัดใส่ใจคน
 รอบข้างมากขึ้น จากเดิมที่มุ่งสนใจแต่เรื่องการเรียนและการงาน สนใจใส่ใจผู้อื่นน้อย ทั้งยังใส่ใจที่
 จะรับฟังเพื่อนด้วยความเข้าใจอย่างที่เพื่อนเป็นมากขึ้นด้วย

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

ภายหลังจากการหย่าร้าง ซัดแทบไม่ได้เจอกับพ่อ และอาศัยอยู่กับแม่และน้องๆ การที่
 เติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง โดยมีแม่เป็นผู้เลี้ยงดูลำพังนั้นได้ทำให้ซัดได้ร่วมฟันฝ่าปัญหา
 ด้านการเงินในครอบครัวด้วย โดยซัดได้กล่าว ในฐานะที่ตนเป็นลูกคนโต การที่พ่อไม่อยู่ได้ผลักดัน
 ให้ตนเองตั้งต้นที่จะทำงานหรือสิ่งต่างๆเพื่อกลับมาเติมเต็มครอบครัวของตนเอง แม้ด้วยเพียงการ
 ทำงานพิเศษเพื่อแบ่งเบาค่าใช้จ่ายในบ้านเล็กๆน้อยๆ และด้วยการตั้งใจเรียนเพื่อให้สามารถเอา
 ไปใช้ในการทำงานได้จริง และได้มีโอกาสมีงานที่ตีมีรายได้ มีความรู้ต่างๆที่เป็นประโยชน์กับ
 ตนเองและมาเติมเต็มให้กับครอบครัว นอกจากนี้ซัดยังได้รายงานถึงการรับรู้ความตั้งใจของตนเอง

ที่จะพยายามไม่ให้ครอบครัวของตนเองต้องเกิดการหย่าร้างชั่วคราวเหมือนพ่อกับแม่ ชัดตั้งใจที่จะเลือกศึกษาดูใจกับคู่รักนานๆ และ เลือคนรักที่สามารถเข้ากันได้จริงๆมาเป็นคู่ครอง จากการทำตนได้ตระหนักชัดในประสบการณ์ของตนเองว่าการหย่าร้างจะมีผลกระทบในแง่ลบกับเด็กอย่างไรบ้าง

มุมมองต่ออุปสรรคปัญหา

เมื่อย้อนกลับไปประสบการณ์ต่างๆที่ตนได้ประสบมาในชีวิต ทำให้ชัดได้มองเห็นคุณค่าของการฟันฝ่าอุปสรรคปัญหาต่างในชีวิตของตนที่ช่วยทำให้ตนเองได้เติบโตมากขึ้น และแม้อุปสรรคเหล่านั้นจะสร้างความรู้สึที่แย่ให้กับตัวเอง แต่ชัดก็เชื่อว่าท้ายที่สุดตนก็จะสามารถผ่านพ้นเรื่องราวอุปสรรคนั้นๆไปได้ เช่นในอดีต

ผู้ให้ข้อมูลคนที่4(Info4)

ข้อมูลพื้นฐาน

เพลง(นามสมมุติ) เป็นนิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 22ปี ผิวสองสี รูปร่างสมส่วน สไลด์ผมสั้น มีบุคลิกภาพสุภาพเรียบร้อย พูดน้อย มักหยุดเรียบเรียงความคิดก่อนพูด พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความจริงใจ บางครั้งใช้เวลาในการถ่ายทอดสื่อสารกับผู้วิจัย

ครอบครัวเกิดการหย่าร้าง เมื่อตอนอายุประมาณ 6 ปี หรือเมื่อประมาณ 15-16 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยกับแม่ญาติๆ และอยู่ร่วมกับภรรยาคนใหม่ของพ่อ

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 24 มกราคม 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 120 นาที จากการสัมภาษณ์ เพลงได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

เพลงได้กล่าวถึงการยอมรับในสภาพครอบครัวที่หย่าร้างของตนเอง ว่าเพลงมีความเข้าใจถึงความเป็นไปที่ครอบครัวต้องเกิดการหย่าร้าง จากการได้ฟังเรื่องราวที่เกิดขึ้นจากแม่ เพลงเห็นด้วยกับการตัดสินใจของแม่ที่เลือกที่จะยุติการทะเลาะหรือความขัดแย้ง ด้วยการหย่าร้าง เพลงเคยมีโอกาได้ระบายเรื่องราวในครอบครัวกับเพื่อน ซึ่งทำให้เพลงได้มองเห็นตัวเองตนยอมรับและเข้าใจการหย่าร้างในครอบครัวของตนเอง ได้มากกว่าเพื่อนที่เป็นผู้ฟังและเพื่อนบางคน

นอกจากนี้การที่เพลงบังเอิญได้มาเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ร่วมกับเพื่อนสนิทที่มีเรื่องผิดใจกันคือพิม และเพลงไม่ยอมกลับไปพูดคุยด้วยมาเป็นเวลา5เดือนแล้ว การได้รับฟังความรู้สึกผิดของพิมที่มีต่อเพลงจนถึงปัจจุบันในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทำให้เพลงได้

ใคร่ครวญตนเอง และยอมรับว่าที่ผ่านมามีมานะทึกับเพื่อนมากเกินไป และตั้งใจที่จะทิ้งเรื่องราวที่เกิดขึ้นเหล่านั้น

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

ในส่วนของการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพลงกล่าวถึงความตั้งใจที่อยากทำให้สัมพันธ์ภาพของเพลงกับเพื่อนสนิทคือ พิม มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นกว่าเก่า จากการที่ได้ฟังความรู้สึกผิดของเพื่อน ทำให้เห็นใจและพยายามลดทิวฐิของตลง ด้วยการเปิดใจรับความรู้สึกดีๆที่ตลอดเวลาพิมพยายามขอโทษและกอบกู้สัมพันธ์ภาพให้ดีขึ้น โดยเพลงกล่าวว่าตนเองตอบรับข้อความทางโทรศัพท์ต่างๆที่พิมส่งมาให้มากขึ้น จากเดิมที่จะทำเพิกเฉยไม่สนใจ นอกจากนี้ชื่นชมเคียว คือ เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอีกคนที่สามารถส่งตนเองและช่วยเลี้ยงดูคนในครอบครัวตนได้ในระหว่างที่ตนต้องเรียนไปด้วย

เพลงได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธ์ภาพของเพลงกับคนในครอบครัว ว่าตนเองรู้สึกใส่ใจนึกถึงพ่อมากขึ้น จากการได้รับรู้จากพี่สาวว่าพ่อยังคงใส่ใจตนเองและครอบครัว ขณะเดียวกันการได้เล่าเรื่องราวในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ทำให้ตนตระหนักในความรู้สึกที่มีต่อพ่อมากขึ้น เพลงกล่าวว่าตนเองพยายามมองข้ามและไม่สนใจภรรยาใหม่ของพ่อซึ่ง ต้องใช้ชีวิตได้ขายคาบ้านเดียวกันมากขึ้น จากเดิมเมื่อรับรู้การกระทำที่ไม่ดีของภรรยาใหม่กับญาติของตน แล้วรู้สึกไม่พอใจและขยายความรู้สึกนั้นไปยังคนในครอบครัว การที่เพลงนึกถึงความรู้สึกของพ่อมากขึ้นทำให้เพลงพยายามปล่อยวางกับการกระทำของภรรยาใหม่มากขึ้น และเลือกที่จะไม่ขยายความรู้สึกไม่พอใจต่างๆ ซึ่งอาจทำให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัวรุนแรงขึ้นและสร้างความยากลำบากใจแก่พ่อ

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

เพลงได้กล่าวว่าการที่ตนเองเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างนั้น นัยหนึ่งอาจทำให้ตนเองได้ทำสิ่งต่างๆมากขึ้นเมื่อเทียบกับคนอื่น กล่าวคือตนตั้งใจเรียนต่อบริญาโทตามความตั้งใจของแม่ และเตรียมตัวช่วยดูแลกิจการที่บ้านตามความตั้งใจของพ่อ และเมื่อมองย้อนกลับไปถึงการเติบโตมาในครอบครัวที่หย่าร้าง เพลงมีทัศนคติต่อการสร้างครอบครัวของตัวเองต่อไปในอนาคตว่า หากการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันแล้วทะเลาะกัน หรือไม่มีความสุข ตนอยากเลือกที่จะแยกทางกันเพื่อที่จะไม่ต้องวนเวียนอยู่กับความทุกข์ดังกล่าวเช่นเดียวกับที่แม่ของตนได้ทำ

ผู้ให้ข้อมูลคนที่5(Info5)

ข้อมูลพื้นฐาน

พิม(นามสมมุติ) เป็นนิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 22ปี ผิวขาว รูปร่างสมส่วน สไลด์ผมยาวปะบ่า มีบุคลิกภาพห้าาๆ ทะมัดทะแมง ใส่ใจคนรอบข้าง พูดคุยกับผู้อื่นด้วยความรู้สึกเป็นกันเอง เป็นนักกิจกรรม

ครอบครัวเกิดการหย่าร้าง เมื่อตอนอายุประมาณ 6 ปี หรือเมื่อประมาณ 15-16 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยกับแม่

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 75 นาที จากการสัมภาษณ์ พิมได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

พิมกล่าวถึงการยอมรับตนเองที่ แม่ตนเองมีสภาพครอบครัวที่หย่าร้างไม่ใช่ครอบครัวที่มีทั้งพ่อและแม่อยู่ร่วมด้วย แต่พิมเชื่อว่าการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างของพิมร่วมกับประสบการณ์ต่างจากผู้ที่เกี่ยวข้องในชีวิตของพิม ได้ช่วยหล่อหลอมให้พิมเป็นพิมเช่นทุกวันนี้ ซึ่งพิมรู้สึกดีและพึงพอใจในแบบที่ตนเองเป็นอยู่

ประมาณ 5เดือน ก่อนการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาที่ผ่านมา พิมกับเพื่อนสนิทคือเพลงที่บังเอิญมาเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาด้วยกันมีความรู้สึกผิดใจกัน การเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาได้เอื้อให้พิมได้ใคร่ครวญและเรียนรู้เติบโตจากความรู้สึกผิดที่ได้ทำร้ายความรู้สึกของเพลงในครั้งนั้น โดยพิมได้ยอมรับความผิดพลาดของตนที่เกิดขึ้นและนำเอาความผิดพลาดนี้เป็นบทเรียนให้ตนได้ตระหนักและใส่ใจที่จะไม่ให้เกิดเหตุการณ์กลับมาทำร้ายความรู้สึกของคนที่คุณเองรักอีก

สัมพันธภาพกับผู้อื่น

ในส่วนของคุณมองงามในสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาแม้กับ เพลง พิมจะไม่ได้รายงานถึงความรู้สึกที่ดีขึ้นระหว่างพิมกับเพลง แต่พิมได้กล่าวถึงความเข้าใจของตนที่มีต่อเคียวเพื่อนร่วมการศึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีมากขึ้น โดยพิมได้รู้และเข้าใจความเป็นไปในชีวิตของเคียวมากขึ้น ทำให้พิมได้เข้าใจเห็นใจและชื่นชม ที่เคียวมีภาระหน้าที่ต้องทำงานส่งเสีย น้อง และที่บ้านทั้งหมด 4 คน ขณะที่ต้องรับผิดชอบตัวเองไปด้วย ความเข้าใจนี้ยังได้ขยายให้พิมมองคนรอบข้างอย่างเปิดกว้างและไม่รีบตัดสินคนอื่นตามความคิดความเข้าใจที่ตนเองมีเช่นเดียวกันที่ตน เคยมองว่าเคียวทำงานและไม่ค่อยได้ช่วยทำงานคณะ

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

พิมได้กล่าวถึงความรู้สึกของตนเองที่มาจากครอบครัวหย่าร้างว่าตนเองไม่มีความรู้สึกว่ามีปัญหาขาดหรือเกินแต่อย่างใด แม้จะเติบโตมาจากการเลี้ยงของแม่เพียงลำพัง แต่นั่นกลับทำให้พิมได้เห็นถึงความเข้มแข็งของแม่ที่สามารถประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานจากศูนย์ให้กลายเป็นหนึ่งร้อยได้ พิมกล่าวถึงความเข้มแข็งอดทนของแม่ที่พิมได้มองเห็นตลอดมา ทำให้พิมได้รับความเข้มแข็งบางส่วนเหล่านั้นมาจากแม่ด้วย โดยพิมกล่าวตนเองเป็นผู้หญิงที่ถือทำอะไรได้หลายอย่างแม้ในงานช่างต่างๆที่ผู้หญิงบางคนอาจทำไม่ได้ แต่เป็นสิ่งที่พิมทำเพื่อดูแลความเรียบร้อยในบ้านทั่วไปให้กับครอบครัว ขณะเดียวกันก็ทำให้พิมเป็นคนที่มีมักจะพยายามพึ่งตนเองและทำอะไรด้วยตนเองอย่างเต็มที่ก่อนขอความช่วยเหลือเสมอ และเมื่อมองย้อนกลับไปยังอดีตพิมมองการหย่าร้างว่าเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตครอบครัว แม้ว่าคนส่วนใหญ่จะไม่ต้องการให้เกิดขึ้นก็ตาม และหากเกิดขึ้นกับตน ตนก็จะเลี้ยงดูลูก เช่นเดียวกับที่แม่ของตนได้เลี้ยงตนมา ขณะเดียวกันด้วยประสบการณ์การเติบโตมาจากรอบครอบครัวที่หย่าร้างดังกล่าวก็ได้ทำให้เห็นว่าหากเกิดการหย่าร้างขึ้นจริง เรายังสามารถเลือกที่จะเป็นสุขกับสิ่งที่เกิดขึ้นนี้ได้เหมือนกัน

ความรู้สึกสงบสุข

พิมกล่าวถึงความรู้สึกโล่งผ่อนคลายมากขึ้นจากการ ผู้นำกลุ่มได้เอื้อให้ตนได้ใคร่ครวญความรู้สึกผิดในใจที่มีต่อเพลง และเลือกที่จะสลัดความรู้สึกผิด และความผิดพลาดนั้น เป็นบทเรียนให้เติบโตและก้าวต่อไป เช่นไปไม่ที่ย่อมมีการผลัดใบเพื่อผลิใบใหม่ ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวพิมรู้สึกว่าคุณรู้สึกผิดที่มีในใจต่อเพลงมากกว่า 5 เดือน ได้ลดน้อยลงไป

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 (Info6)

ข้อมูลพื้นฐาน

เคียว (นามสมมุติ) นิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 22 ปี ผิวคล้ำ รูปร่างสูงและเจ้าเนื้อ ไร้ผมยาวครึ่งหลัง มีบุคลิกภาพกระฉับกระเฉง คล่องแคล่ว สุขภาพ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ช่างพูดคุย พูดจาฉะฉาน น้ำเสียงหนักแน่น เสียงดังฟังชัด พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความตั้งใจและตรงประเด็น ไม่เยิ่นเย้อ มีประสบการณ์การทำงานต่างๆในระหว่างการเรียนหนังสือเพื่อรับผิดชอบตัวเองมาโดยตลอด

ครอบครัวเกิดการหย่าร้าง เมื่อตอนอายุประมาณ 1 เดือน หรือเมื่อประมาณ 21-22 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยญาติ

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 27 มกราคม 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 110 นาที

จากการสัมภาษณ์ เคียวได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง
ปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

เคียวกล่าวตนเป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีกับตนเองค่อนข้างมาก การได้รับฟังเรื่องราวของ
เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ทำให้ตนเองได้มองเห็นความแตกต่างของแต่ละคนมาก
ขึ้น ทั้งยังยอมรับในข้อเด่นของตนที่มีในประสบการณ์การทำงานมากกว่าเพื่อน และยอมรับในข้อ
พร่องที่ตนอาจมีทักษะทางสังคมได้ไม่ดีเท่าเพื่อน

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

กับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เคียวกล่าวว่า การได้แบ่งปันประสบการณ์
เรื่องราวร่วมกัน ได้ทำให้ตนมีความเข้าใจและทัศนคติที่ดีต่อ เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
คือ พิม มากขึ้น โดยเคียวได้เข้าใจถึงความรู้สึกของพิมที่มองคนรอบข้าง และคณะว่าเป็น
ครอบครัวของตนเอง ทำให้ตลอดเวลาการเรียน 4 ปีที่ผ่านมา พิมเสียสละเพื่อนคณะด้วยความ
จริงใจมาโดยตลอด ความเข้าใจดังกล่าวทำให้เคียวได้มองย้อนกลับมาที่ตนเองและมีโลกทัศน์เปิด
กว้างมากขึ้น ว่าในชีวิตของคนเรายังต้องการการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีซึ่งกับคนรอบข้าง คนใน
ครอบครัว นอกเหนือไปจากเงินทองที่จะต้องใช้ในการดำรงชีวิตอยู่ เคียวได้ตระหนักถึงคุณค่า
ความสำคัญในสัมพันธ์ภาพกับคนรอบข้างมากขึ้น ได้มองเห็นตนเองชัดขึ้นว่า ความเข้าใจที่ว่า
ตนเองมีความสามารถและพึ่งตนเองได้ อยู่ตัวคนเดียวได้นั้นเป็นความเข้าใจยังไม่ถูกต้อง เพราะใน
เวลาที่ตนมีความสุข เงินไม่สามารถที่จะมาช่วยปลดปล่อยหรือพูดคุยกับตนได้ ขณะที่เพื่อนที่
ดีหนึ่งคนสามารถทำได้ ความเข้าใจเล็กๆ จากคำว่าครอบครัวที่พิมได้แบ่งปันในประสบการณ์ของ
กลุ่ม ได้ทำให้เคียวได้ใคร่ครวญคำว่า ครอบครัวที่ตนมีอยู่ในมหาวิทยาลัย เช่นเพื่อนที่หอ ที่คณะ
และครอบครัวที่มีส่วนเลี้ยงดูตนเองมาแต่เกิด มากขึ้น ได้มองเห็นคุณค่าของการมีคนเหล่านี้อยู่ และ
ใส่ใจ เอาใจใส่คนรอบข้าง คนในครอบครัวมากยิ่งขึ้น ด้วยการใส่ใจสนใจรับฟัง และรู้สึกเข้าใจคน
รอบข้างมากขึ้น เริ่มมีเพื่อนที่หอที่รู้สึกดีต่อกันมากขึ้น และได้ดูแลเอาใจใส่สารทุกข์สุกดิบของน้อง
ย่า ป้าลุง พ่อและแม่ในครอบครัวมากขึ้นโดยที่แตกต่างไปจากเดิม

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

การที่เคียวต้องอาศัยอยู่กับลุงป้าตั้งแต่เด็กได้เพียงอายุเกือบเดือน เคียวกล่าวว่าการ
หย่าร้างของพ่อแม่ไม่ได้ทำให้ตนรู้สึกว่าตนมีปัญหาหรือไม่มีพ่อหรือแม่ครบถ้วนเหมือนครอบครัว
คนอื่น โดยส่วนตัว เคียวมองว่าตนเองก็มีพ่อและแม่ครบเช่นครอบครัวอื่น หากแต่ทำทั้งสองและ
เคียวอยู่กับคนละที่ ซึ่งในความรู้สึกของเคียวคิดว่าไม่จำเป็นเลยที่เคียว พ่อและแม่จะต้องอยู่ที่
เดียวกัน เมื่อมองย้อนกลับไปในอดีตการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง เคียวมองเห็น

แรงผลักดันที่ผลักดันให้ตนมีความเข้มแข็ง มานะอดทนต่อความยากลำบาก สามารถพึ่งพาตนเองได้ และกลายเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นและรู้สึกดีกับตนเองอย่างมาก

มุมมองต่ออุปสรรคปัญหา

เคียวได้กล่าวว่า ด้วยประสบการณ์การเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างตนต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่างๆของตนเองตั้งแต่เด็ก ทำให้ตนได้เรียนรู้ที่จะพึ่งตนเอง ตัดสินใจเรื่องต่างๆด้วยตนเอง รวมถึงยังต้องรับผิดชอบน้องที่กำลังเรียนอยู่การทำงานและเรียนไปพร้อมกับประสบการณ์เหล่านี้ได้ทำให้เคียวเติบโต เข้มแข็ง อดทนต่อความยากลำบาก สามารถฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆมาได้ และมีความเชื่อมั่นว่าสิ่งเดียวที่เป็นอุปสรรคให้ตนไม่สามารถก้าวพ้นปัญหาต่างๆเหล่านั้นไปได้คือความคิดความรู้สึกที่เชื่อว่าตนเองทำไม่ได้เท่านั้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่7(Info7)

ข้อมูลพื้นฐาน

ส้ม(นามสมมุติ)นิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ19 ปี ผิวสองสี รูปร่างเล็ก ค่อนข้างผอม ใฝ่ฝันยาวประมาณอก มีบุคลิกภาพสุภาพเรียบร้อย ไม่ช่างพูด พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความตั้งใจ

ครอบครัวเกิดการหย่าร้าง(แยกทางโดยพฤตินัย) เมื่อตอนอายุประมาณ 6 ปี หรือเมื่อประมาณ 13 ปีที่แล้ว ภายหลังจากการหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ110 นาที จากการสัมภาษณ์ ส้มได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

ส้มกล่าวการยอมรับสภาพการหย่าร้างที่เกิดขึ้นในครอบครัวของตนด้วยความเข้าใจ และไม่จมปลักกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นกล่าวคือไม่ได้นำกรณีพื้นฐานครอบครัวที่หย่าร้างเป็นปมด้อย

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

ส้มได้รายงานถึงสัมพันธ์ภาพที่ดีขึ้นระหว่างตนเองกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยตนรู้สึกสนิทใกล้ชิดกับเพื่อนร่วมกลุ่มคือ พี่ก้อง(นามสมมุติ) มากขึ้น ได้เข้าใจเรื่องในชีวิตของเพื่อนมากขึ้น ขณะเดียวกันก็รู้สึกชื่นชมในความสามารถของก้องที่ประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมต่าง และได้รับรางวัลกตัญญูแห่งชาติ โดยที่พี่ก้องเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง เช่นเดียวกับตน สำหรับความสัมพันธ์กับพ่อ ซึ่งเดิมส้มมีความรู้สึกน้อยใจไม่พอใจที่หลังการหย่าร้าง พ่อไม่ได้กอดตนเหมือนเดิม และดูห่างเหินไปจากเดิม ภายหลังจากเข้ากลุ่มการปรึกษา

เชิงจิตวิทยา ตนมีมุมมองที่เปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อจากมุมมองของพ่อมากขึ้น ว่าพ่ออาจต้องคำนึงถึงครอบครัวใหม่ซึ่งเป็นภาระหน้าที่ของพ่อเช่น ทั้งนี้สัมผัสได้กล่าวเดิมตนมองพ่อจากเพียงมุมมองของตนเท่านั้น

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

การได้รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทำให้ตนมีความรู้สึกดีมากยิ่งขึ้น ไม่น้อยใจหรือเสียใจว่าตนต้องประสบเหตุการณ์ดังกล่าวคนเดียว นอกจากนี้สัมผัสได้กล่าวการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างไม่ได้ทำให้ตนรู้สึกว่าเป็นอุปสรรคหรือเป็นปมด้อยต่อการที่ตนจะพัฒนาตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่8(Info8)

ข้อมูลพื้นฐาน

ก้อง(นามสมมุติ) นิสิตนักศึกษาเพศชาย ชั้นปีที่ 2 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 21ปี ผิวคล้ำ รูปร่างค่อนข้างสูงใหญ่ ไร้ผมคล้ายทรงรองทรงนักเรียน มีบุคลิกภาพเรียบร้อย ไม่ช่างพูด เป็นนักกิจกรรม พูดคุยผู้วิจัยด้วยความตั้งใจ

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ 13 ปี หรือเมื่อประมาณ 8 ปีที่แล้ว ภายหลังจากหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่ จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 70 นาที จากการสัมภาษณ์ ก้องได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

ก้องได้กล่าวถึงความรู้สึกชื่นชมภาคภูมิใจในตนเองที่แม้จะมีครอบครัวที่หย่าร้าง มีปัญหาทางการเงิน แต่ตนเองก็สามารถที่จะเติบโตเป็นคนที่ดี ได้มีการศึกษาที่ดี ได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมได้มากกว่า บางคนซึ่งเติบโตมาจากครอบครัวที่สมบูรณ์พร้อม นอกจากนี้การได้ร่วมฟันฝ่าปัญหาการเงินภายในครอบครัว ด้วยการหางานหาเงินส่งตัวเอง และส่งให้แม่ใช้เป็นต้นทุนในการซื้อมาขาย ทำให้ตนรู้สึกภูมิใจที่ได้ทำให้แม่คลายความเครียดกังวลเรื่องเงิน และได้แบ่งเบาตอบแทนพระคุณที่ได้เลี้ยงมาอีกด้วย

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

ในสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ก้องได้กล่าวถึงความรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนม ตลอดจนความเข้าใจในความเป็นไปในชีวิตของเพื่อน คือ สัม มากยิ่งขึ้น กับคนในครอบครัวก้องได้กล่าวถึงว่าภายหลังจากเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตนมีความใส่ใจความรู้สึก

นี่ถึงแม่ของตนมากยิ่งขึ้นจากเดิมที่มีอยู่แล้ว และได้พยายามดูแลแม่อย่างดีที่สุดมาโดยตลอด สำหรับพ่อซึ่งเดิมก็องมีความรู้สึกที่ไม่ดีจากการได้เห็นพฤติกรรมของพ่อที่ใส่ใจตนเองน้อยลงหลังการหย่าร้าง ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ทำให้ตนเองมีมุมมองเปิดกว้างในการมองพ่อด้วยความเข้าใจในมุมมองของพ่อมากขึ้นว่าพ่ออาจจะรู้สึกอึดอัดและไม่สามารถอยู่ด้วยได้จริงๆ จึงไม่อยากจะอยู่กับแม่

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

เมื่อมองย้อนกลับไปในอดีต ก็องได้มองเห็นแรงผลักดันจากการที่ตนเติบโตมาจากครอบครัวหย่าร้างว่าได้ทำให้ตน เข้มแข็งอดทน และได้เรียนรู้ที่จะพยายามพึ่งตนเอง ขวนขวายหาสิ่งต่างด้วยตนเองตั้งแต่วัยเด็ก ขณะเดียวกันก็องก็ไม่มีความรู้สึกว่าการมาจากครอบครัวที่หย่าร้างนี้จะเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง สิ่งหนึ่งที่ก็องได้มองเห็นคือประสบการณ์นี้ได้ทำให้ตนเห็นภาพน้ำใจของญาติ อาจารย์และคนอื่นในสังคมที่ได้หยิบยื่นโอกาสและสิ่งดีๆ ต่างๆ ให้กับตนเอง จนตนได้มาถึงทุกวันนี้

มุมมองต่ออุปสรรคปัญหา

ก็องมองอุปสรรคต่างอาจเกิดขึ้นต่อไปในอนาคตว่าเป็นเรื่องที่จะช่วยให้ตนได้เติบโต และเรียนรู้การแก้ปัญหาต่างๆ มากขึ้น ขณะเดียวกันได้ฟันฝ่าความยากลำบากต่างๆ ที่ผ่านมาทำให้ตนมีความเชื่อจะสามารถก้าวข้ามอุปสรรคต่างๆ ไปได้ในที่สุด

ผู้ให้ข้อมูลคนที่9(Info9)

ข้อมูลพื้นฐาน

ฟ้า(นามสมมุติ) นิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 2 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 20ปี ผิวขาวเหลือง รูปร่างเล็ก สไลด์ผมยาวปะบ่า ยิ้มแย้มแจ่มใส มีบุคลิกภาพที่เป็นมิตรกับคนรอบข้าง ช่างพูดคุย ผู้คุยกับผู้วิจัยด้วยความตั้งใจ

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ 9 ปี หรือเมื่อประมาณ 11-12 ปีที่แล้ว ภายหลังจากการหย่าร้างอาศัยอยู่กับยาย จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 90 นาที จากการสัมภาษณ์ ฟ้าได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

ฟ้าได้กล่าวว่าการยอมรับพื้นฐานครอบครัวหย่าร้างที่ตนเองมี ที่แม้ตนจะต้องดิ้นรนไม่ได้ สะดวกสบายเช่นครอบครัวที่พร้อมบางครอบครัว แต่ความไม่มี ไม่พร้อมเหล่านั้น ได้ทำให้ฟ้า

เติบโตแข็งแรงมากขึ้น ฟ้ายอมรับการที่ตนเองมีครอบครัวหย่าร้าง และมองว่าประสบการณ์เหล่านี้ได้หล่อหลอมให้ตนเป็นคนที่ดีเช่นทุกวันนี้ได้

สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

ฟ้าได้รายงานถึงความรู้สึกใกล้คุ้นเคยที่มีต่อ เพื่อนร่วมกลุ่มคือ ขวัญกับมนมากขึ้น ตลอดจนได้รับรู้และเข้าใจเรื่องราวในชีวิตเพื่อนเพื่อนแต่ละคน สำหรับสัมพันธ์ภาพกับคนในครอบครัว ฟ้าได้มีมุมมองที่เปิดกว้างต่อการแยกทางกันของพ่อแม่ โดยมองมุมมองของพ่อแม่ที่อาจเข้ากันไม่ได้จริงๆมากขึ้น นอกเหนือไปจากความรู้สึกที่อยากเห็นพ่อแม่อยู่ด้วยกันของตนเอง จากการที่ได้ฟังเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษา ทั้งนี้ฟ้าเล่าว่าตนเคยรู้สึกโกรธพ่อแม่ที่ทำให้ตนเองผิดหวังอยู่ซ้าๆ จนได้ไปอ่านหนังสือเล่มที่ให้ฟ้าลองเขียนข้อดีของคนที่ไม่ชอบ ทำให้ฟ้าได้มองเห็นมุมดีที่พ่อกับแม่ได้ทำให้กับตนเองอีกมากมายซึ่งเดิมตนมองข้ามและทำให้ตนมีความรู้สึกที่ดีต่อพ่อแม่มากขึ้นนับจากวันนี้เรื่อยมา

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

การได้รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้าง ทำให้ฟ้ารู้สึกดีที่ไม่ได้มีแค่คนที่ต้องเจอเหตุการณ์ ซึ่งเดิมแทบไม่มีโอกาสได้รู้ และแม้ว่าจะเติบโตมาจากครอบครัวที่ไม่ได้มีความพร้อมทางการเงิน แต่ฟ้าก็ได้มองเห็นความมั่งคั่งที่ตนได้เรียนรู้ที่จะขวนขวายทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง ฟังพาตนเองตั้งแต่เอง ขณะเดียวกันด้วยไม่พร้อมจากพื้นฐานครอบครัวที่มี ก็ทำให้ฟ้าเห็นคุณค่าของเงินและสิ่งๆต่างที่ตนได้รับมาในชีวิตมากขึ้น ซึ่งหากไม่มีความพร้อมเหล่านี้เป็นฐานฟ้ากลัวว่าตนอาจไม่เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆที่มีซัดขึ้นเช่นนี้

มุมมองต่ออุปสรรคปัญหา

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ฟ้ากล่าวกระบวนการกลุ่มได้ช่วยย้ำให้ตนได้มองเห็นสิ่งดีที่มีอยู่ในปัญหาอุปสรรคต่างๆมากขึ้น และภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ฟ้าได้มองเห็นความรักความห่วงใยที่เพื่อนเข้ามาปลอบประโลมตนหลังจากที่ตนเสียใจกับเรื่องที่ทำข้อสอบไม่ค่อยได้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่10(Info10)

ข้อมูลพื้นฐาน

ขวัญ(นามสมมุติ)นิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 3 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 21 ปีผิวขาวเหลือง รูปร่างสูงโปร่งสมส่วน มีผมดัดยาว สีหน้าสดชื่นแจ่มใส มีบุคลิกภาพที่เป็นมิตรและใส่ใจคนรอบข้าง พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความรู้สึกเป็นกันเอง และจริงใจ

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ 19 ปี หรือเมื่อประมาณ 3 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่ จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 120 นาที จากการสัมภาษณ์ ขวัญได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ปრაภาณในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

สัมพันธภาพกับผู้อื่น

ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ขวัญได้กล่าวถึงการมุมมองที่เข้าใจพ่อแม่ ของตนเองในฐานะที่เป็นมนุษย์ธรรมดาคนหนึ่ง ที่อาจต้องมีการทะเลาะกัน และเป็นไปได้ที่จะเลิกกัน ขณะเดียวกันก็ได้ตระหนักถึงคุณค่าในการมีอยู่ของคนในครอบครัวคือพ่อและแม่มากขึ้น ขวัญใส่ใจในการใช้เวลาพูดคุยกับพ่อและแม่มากขึ้นกว่าเดิม

ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

เมื่อมองไปถึงการหย่าร้างในอดีต ขวัญได้มองเห็นแรงผลักดันที่ทำให้ตนเกิดความคิด ความพยายามที่จะเติมเต็มครอบครัว เข้ามาทำหน้าที่พี่ในการที่จะช่วยรับผิดชอบน้อง และตนเอง ให้เป็นภาระพ่อแม่น้อยลง ตลอดจนประสบความสำเร็จในการเรียนและมีงานที่ดีเพื่อช่วยเติมเต็มครอบครัว โดยขวัญกล่าวหลังการหย่าร้างตนเริ่มทำงานพิเศษและส่งเงินให้แม่บ้างเล็กน้อย ขวัญยังได้มองเห็นอีกมุมหนึ่งว่าการหย่าร้างได้ช่วยให้ภาพการทะเลาะกันในครอบครัวซึ่งยังคงมีอยู่ในความทรงจำ เลือนหายไปด้วย ขวัญกล่าวรู้สึกอย่างหนึ่งที่ได้เห็นพ่อกับแม่ทะเลาะกันน้อยลง ทำให้ตนไม่ต้องรู้สึกแค้นเหมือนเช่นในอดีต

ความรู้สึกสงบสุข

ขวัญได้กล่าวว่าภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตนรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น จากเดิมที่ตนมองหาความรัก และมักสับสนกังวลกับการพิจารณาคนที่เข้ามาสนใจคบหาว่า เหมาะสมไปกันได้กับตนเองจริงหรือไม่ เนื่องจากตนรู้สึกเซ็ดที่จะต้องเผชิญกับความรู้สึกเสียใจเมื่อ เลิกสัมพันธ์เช่นที่ตนเพิ่งผ่านมา ขวัญกล่าวว่าการได้พูดคุยแลกเปลี่ยนถึงเรื่องราวความสัมพันธ์กับ แฟนที่เพิ่งจบไป ร่วมกับเพื่อนในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ทำให้ทัศนคติที่ดีต่อการเลิก ความสัมพันธ์ว่าไม่จำเป็นที่ต้องจบลงด้วยความรู้สึกไม่ดีเช่นเดิม และตนเองมีส่วนที่สามารถจะ กำหนดให้เลิกกันด้วยความรู้สึกที่ดีได้ ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษา ขวัญได้กล่าวว่า ตนเอง รู้สึกผ่อนคลายขึ้นจากการที่ตนหยุดมองหาความรักและปล่อยให้สัมพันธภาพที่มีค่อยๆ เติบโตไป โดยไม่ต้องรีบตัดสินใจว่าคนที่เข้ามาหาตนนั้นเป็นคนที่ใช่สำหรับตนแล้วหรือไม่ ทั้งนี้จาก ประสบการณ์ภายในกลุ่มยังได้ทำให้ตนได้มองเห็นความสุขจากสิ่งอื่นที่ตนเองทำได้เช่นการเล่น กีตาร์ นอกเหนือไปจากการได้มีคนรักเช่นเดิม

ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง

ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ขวัญกล่าวว่าตนสามารถมีวินัยในการอ่านหนังสือได้อย่างที่เคยคิดไว้มากขึ้น เป็นความสอดคล้องระหว่างความคิดที่ตั้งใจไว้กับการกระทำที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก

ผู้ให้ข้อมูลคนที่11(Info11)

มน(นามสมมุติ) นิสิตนักศึกษาเพศหญิง ชั้นปีที่ 2 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง อายุ 20 ปี ฆราวาส รูปร่างเล็ก ผอมยาว มีบุคลิกภาพสุภาพ เรียบร้อย สดใส พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยความจริงใจ และเป็นกันเอง

ครอบครัวเกิดการหย่าร้างเมื่อตอนอายุประมาณ 7-8 ปี หรือเมื่อประมาณ 13 ปีที่แล้ว ภายหลังการหย่าร้างอาศัยอยู่กับแม่ ญาติๆ และพ่อใหม่ของแม่ จนปัจจุบัน

สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2554 รวมเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ประมาณ 60 นาที จากการสัมภาษณ์ มนได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับตนดังปรากฏในประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

การยอมรับตนเอง

มนได้กล่าวถึงการยอมรับการตัดสินใจเลือกเรียนในคณะปัจจุบันของตนเอง ซึ่งไม่ใช่คณะแพทยอย่างที่ตนตั้งใจไว้ ได้มากขึ้น จากการได้แบ่งปันเรื่องราวดังกล่าวในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากเดิมที่เก็บเรื่องนี้เอาคนเดียวมาตลอด ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มนเลิกมองย้อนกลับไปว่าถ้าตนเลือกเรียนคณะอื่นจะเป็นเช่นไร ควรที่จะเปลี่ยนใจออกจากที่นี่แล้วไปเลือกเรียนที่ใหม่ดีหรือ มนกล่าวการได้ใคร่ครวญในกลุ่มทำให้ตนได้เข้าใจและยอมรับการตัดสินใจดังกล่าวได้ด้วยความจริงใจกับตนเองมากขึ้น

สัมพันธภาพกับผู้อื่น

สำหรับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มนได้กล่าวความรู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมกันมากขึ้นจากที่ได้เข้าใจเรื่องราวในชีวิตของกันและกันเสมือนหนึ่งอยู่บ้านเดียวกันมาก่อน ขณะเดียวในสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว มนกล่าวตนได้ตระหนักคุณค่าในการมีอยู่ของแม่ และในการกระทำที่พ่อใหม่ของตนเองช่วยอุปถัมภ์ตนเองมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้มน ใส่ใจที่จะใช้เวลาพูดคุย กับแม่มากขึ้นกว่าเดิม ทั้งยังพูดคุยกับพ่อใหม่ด้วยความรู้สึกที่เหมือนเป็นครอบครัวเดียวมากขึ้น นอกนี้มนกล่าวผู้นำกลุ่มยังได้เอื้อให้ตนมีความรู้สึกที่ดีและขอบคุณในการจากไปของแฟนเก่าตนเอง จนทำให้ตนมีการติดต่อกับแฟนเก่าด้วยความรู้สึกที่ดีต่างไปจากเดิม

ตารางที่ 2

ตารางสรุปประเด็นหลักและคำจำกัดความในแต่ละหมวดหมู่

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่และหมวดหมู่ย่อย	คำจำกัดความ
1.การยอมรับตนเอง	1.1 ยอมรับในสิ่งที่มีอยู่เป็นอยู่	ยอมรับในสิ่งที่ตนมีอยู่ และเป็นอยู่
	1.2 ขึ้นชมยินดีในตนเอง	ขึ้นชมยินดีในตนเอง
	1.3 ยอมรับความผิดพลาดในอดีต	ยอมรับกับความผิดพลาดในอดีตของตน
2.สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนร่วม กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	2.1 รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่ม การปรึกษามากขึ้น	ได้รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยาในแง่มุมต่างๆมากขึ้น
	2.2 สนุกกับเพื่อนร่วมกลุ่มการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น	ทักทาย พูดคุยด้วยความคุ้นเคยกับเพื่อน สมาชิกในกลุ่มการปรึกษามากขึ้น และอาจ ใช้เวลาร่วมกันมากขึ้น
	2.3 รู้สึกขึ้นชมยินดีกับเรื่องราวของ เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษา	รู้สึกขึ้นชมยินดีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มการ ปรึกษาจากการได้ฟังเรื่องราวของเพื่อน
3.สัมพันธ์ภาพกับคนใน ครอบครัว	3.1 มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนใน ครอบครัวมากขึ้น	มีมุมมองที่เปิดกว้างในการมองและทำ ความเข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น
	3.2 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนใน ครอบครัวมากขึ้น	มีความรู้สึกที่ดีกับคนในครอบครัว ตลอดจนในการอยู่ร่วมกันมากขึ้น
	3.3 ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น	ใส่ใจต่อคนในครอบครัวมากขึ้น เช่น ใส่ใจ รับฟังมากขึ้น ใส่ใจในการสื่อสารต่อกันมาก ขึ้น ดูแลเอาใจใส่ต่อกันมากขึ้น ใช้เวลาต่อ กันมากขึ้น
	3.4 สำนึกคุณค่าของคนใน ครอบครัวมากขึ้น	ตระหนักถึงคุณค่าความสำคัญของคนใน ครอบครัวตลอดจนการกระทำของคนใน ครอบครัวมากขึ้น
4.สัมพันธ์ภาพกับคนรอบข้าง	4.1 ยอมรับผู้อื่นอย่างที่เป็น	ยอมรับผู้อื่นและเปิดกว้างการทำความ เข้าใจผู้อื่นโดยทั่วไปอย่างที่เป็น
	4.2 เข้าใจคนรอบข้างมากขึ้น	เข้าใจผู้อื่น เช่น เพื่อน แฟน หรือ คนอื่นๆที่ อยู่รอบข้างในชีวิตประจำวันมากขึ้น
	4.3 ใส่ใจสื่อสารและรับฟังคนรอบ ข้างมากขึ้น	ใส่ใจในการสื่อสารและรับฟังต่อผู้อื่น เช่น เพื่อน แฟน หรือ คนอื่นๆที่อยู่รอบข้างใน ชีวิตประจำวันมากขึ้น
	4.4 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนรอบ ข้างมากขึ้น	มีความรู้สึกที่ดีในการอยู่ร่วมกับคนรอบ ข้างมากขึ้น เช่น ผ่อนคลายและเป็นมิตร

ตารางที่ 2

ตารางสรุปประเด็นหลักและคำจำกัดความในแต่ละหมวดหมู่ (ต่อ)

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่และหมวดหมู่ย่อย	คำจำกัดความ
5. แรงบันดาลใจจากเรื่องราว ประสบการณ์ภายในกลุ่มการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยา	5.1 แรงบันดาลใจให้พัฒนาตนเอง	มีแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองจาก เรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษา เชิงจิตวิทยา
	5.2 แรงเติมเพิ่มกำลังใจ	มีพลังกำลังใจในการใช้ชีวิตในแง่บวกต่างๆ เพิ่มขึ้นจากเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยา
6. มุมมองต่ออุปสรรค	6.1 อุปสรรคไม่ยากเกินฝ่าฟันไปได้	มองว่าอุปสรรคปัญหาต่างไม่ยากเกิน ศักยภาพของตนที่จะฝ่าฟันผ่านไป
	6.2 อุปสรรคทำให้ได้เติบโตและ เข้มแข็งขึ้น	มองว่าอุปสรรคต่างๆในชีวิตของตนทำให้ ตนได้เรียนรู้พัฒนาตนเอง เข้มแข็งมากขึ้น
	6.3 อุปสรรคนำพาสิ่งดีมาด้วยเสมอ	มองว่าในอุปสรรคย่อมมีสิ่งที่ดีร่วมอยู่ด้วย
7. ร่องรอยประสบการณ์การ หย่าร้างในครอบครัว	7.1 มุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่	มุมมองของคนที่มีการใช้ชีวิตคู่
	7.1.1 ตั้งใจไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำ รอยเหมือนพ่อแม่	มีความตั้งใจที่จะไม่ทำให้ครอบครัวของตน ในอนาคตต้องเกิดการหย่าร้างอีก
	7.2 มุมมองต่อการหย่าร้าง	มุมมองของคนที่มีการหย่าร้างโดยทั่วไป
	7.2.1 การหย่าร้างเป็นเรื่องที่ เกิดขึ้นได้	ยอมรับว่าการหย่าร้างอาจเกิดขึ้นได้ภายใน สัมพันธภาพของแต่ละครอบครัว
	7.2.2 การหย่าร้างไม่ได้ทำให้ลูก กลายเป็นเด็กมีปัญหาเสมอไป	มีความเห็นว่าเด็กที่มาจากครอบครัว หย่าร้างไม่ได้แปลว่าต้องเป็นเด็กมีปัญหา
	7.3 ความรู้สึกนึกคิดของคนที่มาจาก ครอบครัวหย่าร้าง	การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึกของคนที่ ต่อประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้าง ของตน
	7.3.1 ความรู้สึกในใจที่รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์	ความรู้สึกดีที่รับรู้ว่ามีคนเดียวกับที่ ประสบการณ์เหตุการณ์ครอบครัวหย่าร้าง
	7.3.2 ความรู้สึกเพียงพอ	ความรู้สึกเพียงพอ ไม่รู้สึกว่าตนเองขาด พร่อง
	7.3.3 ความรู้สึกโล่งที่ได้พ้นจาก ปัญหาการทะเลาะกันของพ่อแม่	ความรู้สึกดีที่ตนไม่ต้องอยู่ในบรรยากาศ การทะเลาะกันของพ่อแม่เช่นเดิม
	7.3.4 ความรู้สึกว่าการหย่าร้างไม่ เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง	ความรู้สึกว่าสามารถพัฒนาตนเองได้แม้มา จากครอบครัวหย่าร้าง

ตารางที่ 2

ตารางสรุปประเด็นหลักและคำจำกัดความในแต่ละหมวดหมู่ (ต่อ)

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่และหมวดหมู่ย่อย	คำจำกัดความ
7. ร่องรอยประสบการณ์การ หย่าร้างในครอบครัว(ต่อ)	7.4 แรงผลักดันจากครอบครัว	แรงผลักดันในประสบการณ์การมาจาก ครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อตนเอง
	หย่าร้าง	ผลักดันให้ฮึดสู้มาทำสิ่งต่างๆเพื่อชดเชย เติมเต็มให้ครอบครัวในส่วนที่พร่องไป
	7.4.1 แรงผลักดันให้ลุกขึ้นมาเติม เต็มครอบครัว	ผลักดันให้สามารถจัดการดูแลรับผิดชอบ ตนเองมากขึ้น
	7.4.2 แรงผลักดันให้พึ่งพาตนเอง	ผลักดันให้มีความเข้มแข็งอดทนในการทำ สิ่งต่างๆมากขึ้น
	7.4.3 แรงผลักดันให้มีความอดทน เข้มแข็ง	ผลักดันให้ได้มองเห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆ ในชีวิตมากขึ้น
8. มีสติรู้เท่าทัน	8.1 รับรู้ความรู้สึกตนเองมากขึ้น	รับรู้ถึงความรู้สึกของตนที่เปลี่ยนแปลงไป
	8.2 มีสติจัดการกับอารมณ์ของตน	รับรู้ถึงการจัดการกับอารมณ์ของตนอย่าง เหมาะสม
9. ความรู้สึกสงบสุข	9.1 จิตใจสงบมากขึ้น	รู้สึกจิตใจสงบมากขึ้น
	9.2 รู้สึกผ่อนคลาย สดใสปลอดโปร่ง มากขึ้น	รู้สึกโล่ง ปลอดโปร่งผ่อนคลาย และสดใส มากขึ้น
10. ความรู้สึกสอดคล้อง กลมกลืนในตนเอง	10.1 ความสอดคล้องกลมกลืนใน ตนเอง	ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนกันระหว่าง ความความคิดกับรู้สึกหรือกับการกระทำ ของตนเอง
11. ความเข้าใจในสังขาร ของชีวิต	11.1 ตระหนักถึงความไม่แน่นอนใน ชีวิต	ตระหนักถึงสังขารที่ทุกสิ่งในชีวิตของตน ล้วนอยู่บนความไม่แน่นอน
	11.2 ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วย กุหลาบเสมอไป	ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วยกุหลาบ เสมอไป

จากการรายงานการรับรู้ถึงประสบการณ์ความงอกงามในช่วงเวลาภายหลังการเข้าร่วม
กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลได้รายงาน
ถึงการเปลี่ยนแปลงหลายประการ ทั้งในส่วนของ การเปลี่ยนแปลงทางบวกในสัมพันธภาพของ
ตนเองกับผู้อื่น อันได้แก่ การเปลี่ยนแปลงในสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับเพื่อนร่วมกลุ่มการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยา สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว ตลอดจนสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง และ

การเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในตนเอง อันได้แก่ การยอมรับตนเอง การได้รับแรงบันดาลใจต่างๆ จากประสบการณ์เรื่องราวภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ความเติบโตในมุมมองของตนต่ออุปสรรคปัญหา และความเติบโตในประสบการณ์อันเป็นร่องรอยจากการหย่าร้างของครอบครัวในอดีต การมีสติรู้เท่าทันตนเอง การมีความรู้สึกสงบสุข การมีความสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง ความเข้าใจในสังขารของชีวิต โดยมีรายละเอียดในแต่ละประเด็นหลัก และแต่ละหมวดหมู่สาระสำคัญดังนี้

ประเด็นหลักที่ 1: การยอมรับตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึง การเปลี่ยนแปลงในแง่ของการให้เกียรติ เคารพนับถือ ยอมรับตนเองตามความเป็นจริงของตนเองที่มีเพิ่มมากขึ้น ในแง่มุมต่าง ได้แก่ 1.1 การยอมรับในสิ่งที่ตนมี และเป็นอยู่ 1.2 การชื่นชมยินดีในตนเอง และ 1.3 การยอมรับความผิดพลาดในอดีตของตนเอง

1.1 ยอมรับในสิ่งที่มียู่เป็นอยู่

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาว่า มีการยอมรับในสิ่งที่ตนมีอยู่และเป็นอยู่มากขึ้น อาทิ ยอมรับในการที่ตนมีสภาพพื้นฐานครอบครัวที่หย่าร้าง และมีข้อจำกัดในกำลังการสนับสนุนด้านต่างๆ จากครอบครัว รวมถึง ยอมรับในสิ่งที่ตนเป็น กล่าวคือเคารพยอมรับในคุณลักษณะความสามารถเฉพาะตนที่ตนมี และยอมรับในความ เป็นอยู่ในปัจจุบันของตนได้มากขึ้น ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลส่วนมากได้รายงานว่าการยอมรับอันเป็น ความมองอกงามเหล่านี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ค่อยๆ เกิดขึ้นจากการสั่งสมประสบการณ์ในชีวิตของ ตนเอง อย่างไรก็ตามในบางประเด็นผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าเป็นประสบการณ์การเปลี่ยนแปลงที่เพิ่ง เกิดขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

“ตอนนี้นั้นเริ่มที่จะเหมือนกับอยู่กับสิ่งที่เรามีมากขึ้นอยู่กับความที่เรามี ต้นทุนเท่านี้เนี่ย ครอบครัวที่เป็นพื้นฐานเรามีเท่านี้ เราก็ยอมรับมันมากขึ้นเปลี่ยนไปมอง ว่า ด้วยต้นทุนของเราเท่านี้ background เราเท่านี้ ความมองอกงามของเรามันจะเป็น อย่างไร เราไปอยู่ ไปชื่นชมกับความมองอกงามที่มันจะเกิดดีกว่า” (Info1)

“เลิกไปย่ำคิดกับการต้องมาหาเหตุผลว่าทำไมเราถึงไม่มีอะไร เหมือนคนอื่น ที่ เขามีครอบครัวกันครบ พ่อแม่สามารถสร้างทรัพยากรได้เต็มที่ สามารถเอามาให้ลูกได้เต็มที่ ตอนนี่คือก็รู้แล้วพื้นฐานครอบครัวเราได้เท่านี้ ด้วยการที่แม่เราคิดแบบนี้ทำแบบนี้ เลือกลงชีวิตแบบนี้เนี่ยมันก็ได้เท่านี้” (Info1)

“ก็ยอมรับในสิ่งที่มันเป็น ไม่มีก็ไม่มี แต่ถ้าเกิดเราเข้าไปนั่งหาสิ่งที่ขาด เราก็เป็นคนขาด แต่ถ้าเราคิดแต่อะไรที่สร้างสรรค์ เราก็เป็นคนที่ได้มจบ ไม่มีอะไรมาก” (Info2)

“เหมือนเวลาที่แบบมีปัญหา(ครอบครัว)แล้วเล่าให้เพื่อนฟัง เพื่อนก็จะแบบพูดว่ามีเรื่องขนาดนี้เลยหรอ เจออะไรขนาดนี้เลยหรอ คือคนอื่นเค้าจะมองว่ามันเป็นปัญหาชีวิตที่แบบมันมีแบบนี้ในชีวิตเกิดขึ้นจริงด้วยหรอ ...มันเป็นเรื่องใหญ่มากสำหรับคนอื่น ๆ คนที่เค้ามาจากครอบครัวที่ปกติ ที่แบบสมบูรณ์แบบ แต่สำหรับเราที่เราเล่าไปอย่างนี้เราไม่ได้แบบอยู่กับมัน เราพร้อมที่จะแชร์เออมันเป็นปัญหาที่ที่มันใหญ่ ก็เหมือนเรารับมันได้” (Info4)

“เมื่อก่อนพอเราเจอจุดที่แบบ คือมันที่พ่อแม่เลิกกันอะไรอย่างนี้ คือเราไม่ได้จมอยู่กับมันเราสามารถแบบเข้าใจมันแล้วก็อยู่กับมันแล้วก็ผ่านมันมาได้ ผ่านมันมาได้ก็คือแบบเหมือนคือเข้าใจมันแล้วแบบไม่จมอยู่กับมันคะ ผ่านมันมาได้...เกิดขึ้น เกิดขึ้นยังไง ก็เหมือนแบบคือเราเข้าใจว่า เข้าใจว่ามันเป็นอย่างนั้นแล้วก็ยอมรับมัน” (Info7)

ในการกล่าวถึงการเคารพยอมรับในคุณลักษณะความสามารถเฉพาะตนที่ตนมีและเป็นอยู่ ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งรายงานถึงการเปิดใจกว้างยอมรับการเป็น คนยึดติดกับความสมบูรณ์แบบของตนมากขึ้น ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลอีกคนหนึ่งรายงานถึงการยอมรับตัวเองทั้งในด้านที่พร่องและพูน กล่าวคือแม้ตนจะมีมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคมน้อยกว่าเพื่อนคนหนึ่งในกลุ่ม แต่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถประสิทธิภาพการทำงานที่สั่งสมมาโดดเด่นกว่าเพื่อน

“อย่างถ้าช่วงที่ผ่านมาอย่างนี้จะครับ อย่างถ้าบางที เราก็รู้สึกไม่ดีกับการที่เราเป็นคนดี perfect หรืออะไร แต่ตอนนี้เหมือนเรายอมรับข้อเท็จจริง ในด้าน ตรงนี้ของเราได้แล้วนะ เอมเหมือนในความที่เป็นเราแบบนี้ ในความเป็นศูนย์หัว มันอาจจะมีทั้งด้านที่เรียกว่าดี และด้านที่อาจจะเรียกว่าพร่อง ซึ่งตอนนี้เราอยู่กับด้านที่เป็นความดี ความพร่อง โดยที่แบบไม่ต้องรู้สึกอึดอัดใจว่า ทำไมแบบไม่เป็นแบบนี้” (Info1)

“คนเรามันเกิดมา มันมีอะไร คือแต่ละคนมันดีไม่เหมือนกันอะ เคียวว่ายังงั้นนะ วันนี้พิมเค้าโอเคเลย ถ้าเรื่องปฏิสัมพันธ์ ในเรื่องเข้าสังคมนะ เค้าชัวร์กว่าเคียวแน่นอนนะ แต่เคียวเชื่ออย่างนึงในเรื่องวันนี้เนี่ยนะ อายุเท่ากันในขณะนั้นะ การหารายได้พิเศษ หรือหางานหรือจ๊อบพิเศษ เค้าสู้เคียวไม่ได้แน่นอน” (Info6)

ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งได้เล่าถึงความรู้สึกติดค้างใจที่ต้องการเข้าเรียนในคณะแพทยซึ่งเกิดขึ้นกับตนนับตั้งแต่ตอนเข้าเรียนในปีที่1 ภายหลังจากช่วงระยะเวลาการเข้ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลยอมรับการเลือกและการตัดสินใจเข้าเรียนในคณะปัจจุบันด้วยความรู้สึกที่จริงใจต่อตนเองมากขึ้น

“ก็เราเลือกมาแล้ว มันเป็นปัจจุบันที่เราเผชิญอยู่ มันไม่ใช่ภาพที่เราคิดว่าเราอยากเรียนแพทย์แล้วอะ เราก็ต้องทำให้มันดีที่สุดคะ” (Info11)

“เหมือนที่ผ่านๆมาที่เรายอมรับได้เหมือนคิดถึงแต่คนอื่น คิดถึงแต่ครอบครัวว่าแบบ ถ้าเกิดเราจบมาแล้วก็มีงานทำเลยนะ จะได้ไม่ต้องเป็นภาระต่อ ได้ทำงาน ได้สร้างรายได้ให้ครอบครัว แบบดูแลแม่ได้ แต่พอหลังจากเข้ากลุ่มแล้ว มันมองถึงตัวเราด้วย ไม่ใช่มองถึงแค่คนอื่น...ก็แบบมองควบคู่กันนะคะว่า...ยังไงละ มองถึงตัวเองด้วยว่าจบมาแล้ว ถึงได้เรียนคณะนี้ ก็ดีกว่าคณะอื่นนะคะ (Info11)

“แล้วก็คิดถึงว่าก็ดีแล้วแหละที่เราเลือกเรียนคณะนี้ เพราะถ้าเกิดเลือกสายศิลป์ใช้ใหม่ สายศิลป์เนี่ยจบมาก็หางานยากอยู่” (Info11)

นอกจากนี้ในส่วนของการเคารพและยอมรับตนเองอย่างที่เป็นอยู่และเป็นอยู่นั้น ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้กล่าวถึงการเคารพยอมรับตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องนำตนเองไปเปรียบเทียบกับผู้อื่นว่าดีหรือไม่ดี น้อยกว่าหรือมากกว่าผู้อื่น และมีจุดยืนในการเลือกยอมรับ พอใจอยู่กับความมีและเป็นอยู่ของตนเอง แทนการไขว่คว้าหาความสุขความพอใจในแบบของคนอื่น เช่นที่คนอื่นมี เป็นซึ่งไม่คล้อยกับสภาพการณ์ต่างๆของตนเองตามจริง อาทิ การมีสภาพพื้นฐานครอบครัวเป็นครอบครัวหย่าร้าง และข้อจำกัดเฉพาะตน

“มันอาจจะเป็นการที่ปอ(นามสมมุติ) อยากจะมีดีเหมือนคนอื่น อยากได้เหมือนคนอื่น ก็เลยต้องเกิดคำถามว่าแล้วทำไมฉันถึงไม่ได้ การที่อยากมีเหมือนคนอื่น ก็คือเราอยากจะมีความสุขในแบบของคนอื่น อยากจะเห็นชีวิตในแบบของคนอื่น แต่คราวนี้เนี่ย ใ้การจะเปลี่ยนแปลงความคิดมาเป็นแบบนี้ได้มันก็ต้องเริ่มที่จจะรู้แล้วละว่า ชีวิตที่เพียงพอเนี่ยมันต้องเป็นชีวิตจากมุมมองของตัวเอง มันไม่ใช่ชีวิตที่เราต้องยึดคนอื่นไว้เป็นแบบ” (Info1)

“ชื่นชมกับการองงามในแบบของเราดีกว่า ดีกว่าที่จะต้องไปชื่นชมได้ก็ต่อเมื่อเราองงามได้ ต่อเมื่อเราเหมือนคนอื่น ในแบบคนอื่นว่าจะต้องคิดได้อย่างนั้น คิดได้อย่างนี้ หรือมีอย่างนั้น มีอย่างนี้” (Info1)

“พิมพ์ (นามสมมุติ) อาจจะไม่ได้มีครอบครัวที่อบอุ่น ถ้ามองว่าตอนนี้อบอุ่นใหม่ อบอุ่น แต่อาจจะไม่ได้มีครอบครัวที่แบบสมบูรณ์ ดีพร้อม ทีนี้ ถ้าสมมติว่า พิมพ์มีครอบครัวที่สมบูรณ์ดีพร้อม พิมพ์ก็อาจจะไม่ได้สิ่งนี้ ไม่ได้เป็นแบบนี้ แต่ที่พิมพ์มีก็จะเป็น

แบบนี้ ก็จะได้ อย่างนี้ อย่างนั้น ...มันก็จะเหมือนกับแบบมาเทียบกันไม่ได้ว่าอะไรดีกว่าอะไร คือมันดี อย่างน้อยสิ่งนี้มันดีกับเรา มันไม่จำเป็นต้องไปคิดถึงสิ่งอื่นว่าจะเป็นอย่างนี้เนอะ แต่ว่าสิ่งที่เรามีมันก็ดีที่สุดแล้วสำหรับเราตอนนี้” (Info5)

1.2 ชื่นชมยินดีในตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงการเคารพและยอมรับตนเองตามความเป็นจริงในทางบวกมากขึ้นในช่วงระยะเวลาภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง อย่างไรก็ตามก็ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้รายงานว่าการยอมรับชื่นชมยินดีในตนเองดังกล่าวนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการสังมประสบการณ์ภายหลังการหย่าร้างของครอบครัวเป็นต้นมา และยังคงมีอยู่ในประสบการณ์ช่วงระยะเวลาหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งได้รายงานถึงการได้รับมุมมองทางบวกจากสายตาเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาที่มีต่อตนเองเพิ่มเติม และการยอมรับและชื่นชมยินดีในตนเองในทางบวกมากขึ้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรายงานเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ดังกล่าว

“ก็รู้สึกดีว่า เออ แสดงว่าเค้าก็ใส่ใจที่ตรงนี้ของเรา เขาอาจจะเอาเราเป็นโมเดลถึงเป็นตัวแบบก็ได้ต่อไป...เหมือนกับว่าตัวเราก็คือเป็นสิ่งแวดล้อมให้คนอื่นได้ ...รู้สึกดีขึ้นกับสิ่งที่เราเป็นอยู่” (Info3)

ตัวอย่างการรายงานถึงการยอมรับและชื่นชมยินดีในตนเองในทางบวกมากขึ้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรายงานเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ชีวิตนับแต่ก่อนการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและมีความชัดเจนมากยิ่งขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ดังกล่าว ขณะที่ในผู้ให้ข้อมูลบางคนรายงานการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ยังคงมีอยู่เช่นเดิมไม่ได้เพิ่มขึ้นหรือลดลง ความรู้สึกชื่นชมยินดีที่ปรากฏจากการรายงานเหล่านี้โดยมากกล่าวอ้างถึงประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้หล่อหลอมตนมาภายหลังการหย่าร้างของครอบครัวในอดีต

“แต่เมื่อคิดถึงแล้วว่า ณ จุดๆนี้เราทำได้มากกว่าคนอื่นแล้วเรา เราถึงแม้ว่าครอบครัวเราไม่พร้อมแต่เราทำได้มากกว่าคนที่พร้อมทำให้คนบางคนเค้าแบบทุกอย่างพร้อมแล้วเค้ามามองเราอย่างนี้ เค้าก็บอกทำไมเค้าทำได้ ปัญหาเค้าก็เยอะทำไมเค้าทำได้เค้าก็ยังมีแรง คือเหมือนกับเราเป็นแรงดันให้คนอื่นเค้าอีกคือเหมือน กับตรงนี้ก็อ้อ(นามสมมุติ)ก็เจอหลายๆคนที่ชื่นชมในตัวก้องที่ทำได้ ณ ตอนนี่ คือแบบแล้วเค้าก็เอาไปเป็นแบบอย่างก็มีเวลาแบบมี 24 ชม.แต่เค้าทำอะไรไม่ได้เท่าเรา เราทำกิจกรรม แบ่งทั้งการ

เรียน การทำงานคือทุกอย่างเราทำได้หมดอะไรอย่างนี้ เรายังรับมือกับตรงนี้ได้ อดทนกับมันแล้วก็สู้กับมัน แต่บางคนไม่สู้ พอเจออะ เรียนมา เรียนเครียดอยู่แล้ว พองานเข้ามา ต้องไป ทำงานแล้ว ทุกอย่างตัดหมดอะไรอย่างนี้” (Info8)

“เราได้รางวัลมาเยอะมาก คือแบบลูกกตัญญู ลูกกตัญญูแห่งชาติ เรายังทำอะไรได้เพื่อสังคมอีกมาก แต่คนอื่นนะที่เค้าพร้อมร้อยเปอร์เซ็นต์เค้าทำไม่ได้” (Info8)

“ก็สอบัติมาไม่ได้เรียนพิเศษอย่างนี้คะ มันก็ภูมิใจอะ เอ้ยไม่เคยเรียนพิเศษนะ เหมือนกับเวลาบอกใครอย่างนี้ ไม่เคยเรียนพิเศษไม่ได้รู้สึกแยที่ไม่ได้เรียนพิเศษ แต่รู้สึกดีที่แบบไม่เคยเรียนพิเศษอะไรอย่างนี้” (Info9)

“แล้วก็เหมือนได้เป็นคนที่คุณคิดแบบนี้แล้วเป็นคนที่คุณแบบเคยทำอะไรเป็นแบบนี้ที่แบบเคย เคยทำอะไรหลายอย่างที่คุณอื่นไม่ได้ทำอย่างนี้” (Info9)

“ก็รู้สึกว่าคุณดีแบบว่าทำอะไรเยอะคืออย่างนี้” (Info9)

“ทุกอย่างการที่เราได้เจอใคร คุณครู เพื่อน ประสบการณ์ทุกอย่างในชีวิตที่ผ่านมา เข้ามา 22 ปีอะไรอย่างนี้ มันทำให้พิมพ์(นามสมมุติ) เป็นพิมพ์ทุกวันนี่ซึ่งพิมพ์รู้สึกชอบมากที่พิมพ์เป็น แบบนี้” (Info5)

“เคียว(นามสมมุติ) สังเกตนะ ง่ายๆ คนอื่น สมมติ ถ้าไม่แน่ใจเรื่องนี้จะเริ่มถามคนอื่นแล้วเอ้ยว่าไฉนะ เดี่ยวกูโทรถามแม่ก่อนว่าจะเอายังไงดีไหม แต่เคียวไม่ เคียวจะตัดสินใจ ดีคือดี ไม่ดีคือไม่ดี คือเคียวจะตัดสินใจเองไม่ต้องรอกถามใคร” (Info6)

ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งได้รายงานถึงความรู้สึกชื่นชมยินดีในตอนที่ได้เป็นกำลังสำคัญในการแบ่งเบาภาระและดูแลแม่ ในสถานการณ์ปัจจุบันที่ตนยังคงต้องรับภาระรับผิดชอบปัญหาด้านการเงินอยู่เนื่องจากมีแม่เป็นผู้เลี้ยงดูเพียงคนเดียว อีกมุมผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าเป็นความรู้สึกภาคภูมิใจที่ได้ตอบแทนพระคุณแม่ ทำให้แม่เป็นสุขในช่วงเวลาที่ยากลำบากในปัจจุบัน

“เราไปได้ทำงานมาแล้วได้เงินมาส่งให้แม่ แม่ก็ได้มีเงินตรงนี้ที่จะไม่ต้องเป็นหนี้ เครียดคือแบบเออลูกยังส่งมาให้ ให้มีตรงนี้ไปทำอีกได้ต่อยอดค้าขายต่ออะไรอย่างนี้” (Info 8)

1.3 ยอมรับความผิดพลาดในอดีต

ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงความพลาดพลั้งในประสบการณ์สำคัญที่ผ่านมา ด้วยความรู้สึกยอมรับในความผิดพลาดนั้น นับเป็นประสบการณ์ความงอกงามจากการที่ผู้ให้ข้อมูลได้ย้อนมองเห็นและยอมรับความพลาดพลั้งของตนเอง ในช่วงระยะเวลาหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

“คือตอนนี้เวลามองกลับไป ผมจะมองในองครวมนะ ผมไม่ได้แยกส่วนแล้วละว่า ส่วนไหน ส่วนไหน แต่จำได้ว่าตอนนั้นนะ สิ่งหนึ่งที่ทำให้ผมสังเกตว่าในใจผมยังคับแคบอยู่ ก็คือความหวาดระแวง เรื่องที่ผมตั้งมาตรฐานเอาไว้ว่า ความสัมพันธ์ที่ดี เราควรจะไม่ปิดบังกันนะ” (Info1)

“สมมุติถ้าเกิดว่า คนที่เราแคร์ คนที่เราต้องการหรือว่ายังผูกพันอยู่ การปิดประตูใส่เขาสุดท้ายเราเองก็ต้องกลับมาเสียใจ นี่คือมุมหนึ่งที่ผมเห็น คือ ผมเองก็จะเสียโอกาสที่จะเรียนรู้ เสียโอกาสที่จะได้มีสัมพันธภาพต่อไป ด้วยความคิดความรู้สึกที่เรามีอยู่ ช่วงหนึ่งชั่วคราวที่เราปิดประตูใส่ มันก็มีผลเสียหลายอย่าง” (Info1)

“เราใจร้อนมั้ง เราเป็นคนหาเรื่องเล็กเคঁาก่อนเอง ...ที่ส่งข้อความไปด้วยแหละ เราไม่น่าส่งไปอย่างนั้น เพราะว่าที่เราส่งไปเพราะว่าเค้าไม่มีเวลาให้เรา แล้วเค้าก็เปลี่ยนไป เราก็บอกเค้าด้วยแหละ ระวังกลัวมีกิ๊กใหม่อะไรอย่างงี้ แต่ความจริงก็ไม่มีหรอก” (Info11)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูล 2 คน ได้รายงานว่าเป็นเพื่อนที่สนิทกันมาก แต่มีเรื่องผิดใจกันจนทำให้เสียความรู้สึกและแทบไม่ได้คุยกันมาประมาณ 5 เดือน และผู้ให้ข้อมูลทั้งคู่บังเอิญที่ได้มาเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตั้งกล่าวพร้อมกันโดยไม่ทราบล่วงหน้าว่าจะได้มาร่วมเข้ากลุ่มการปรึกษาดังกล่าวกับใครบ้าง การได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาครั้งนี้ ได้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งซึ่งตลอดเวลาพยายามหลีกเลี่ยงที่จะแสดงความสนิทสนมกับเพื่อนดั้งเดิม ได้เข้าใจความรู้สึกของเพื่อน และย้อนมองเห็นและยอมรับว่าตนเองเดิมมีมานะทูลีสูงมากเกินไป

“พอได้มาทำกลุ่มด้วยกันก็รู้สึกว่เคঁาก็ยังพูดถึงเรื่องนั้นอยู่ ความรู้สึกเคঁาก็ยังเหมือนกับยังรู้สึกเหมือนเดิมอยู่ เราก็บอกเค้าว่าเราก็คงทูลีมากไปอะไรอย่างงี้ ก็ลดๆ ที่ผ่านมาก็จบไป ความคิดความรู้สึกอย่างงี้มันก็ผ่านไปแล้ว เพราะเวลา ด้วยมั้งคะ” (Info4)

ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลอีกคนได้แบ่งปันความรู้สึกเศร้าใจที่ยังคงอยู่กับเรื่องที่ทำให้เพื่อนสนิทหรือผู้ให้ข้อมูลคนดังกล่าวเสียใจ ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการยอมรับความพลั้งพลาดของตนในอดีต และยังได้รายงานถึงกระบวนการในกลุ่มว่าได้ช่วยเอื้อให้ตนได้นำความผิดพลาดมาเป็นบทเรียนตลอดจนได้เอื้อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ต่อยก้ากับตนเองให้ได้เรียนรู้ที่จะเติบโตจากเรื่องที่พลั้งพลาดในอดีต

“ที่Counselorคำถามคำถามนี้มา พิมพ์ (นามสมมุติ) จะนึกถึงเรื่องเพื่อนคนนี้ขึ้นมาอะไรอย่างนี้ก็จะพยายามไม่คิดมาก แต่ก็ไม่รู้ว่าจะพยายามได้มากน้อยแค่ไหน อย่าให้เรื่องนี้ ทำให้ พิมพ์แบบไม่เดินกลับมาเพื่อทำร้ายคนที่พิมพ์รักหรือคนที่รักพิมพ์อีก หลังจากเป็นไปไม่ที่ผลัดใบ ทำให้รู้ว่าเออ สิ่งนี้จะเป็นบทเรียนไม่เดินกลับมาซ้ำรอยอีก มีความรู้สึกที่ว่า อันนี้ที่พูด มีความรู้สึกแบบย้ำเตือนตัวเองว่าจะไม่ทำอย่างนี้อีกก็แบบรู้สึกดี ขึ้น รู้สึกเป็นไปไม่ที่ผลัดใบ” (Info5)

ประเด็นหลักที่ 2 : สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ในประสบการณ์ภายหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลง ด้านสัมพันธภาพที่มีต่อเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากการได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวร่วมกัน และได้ร่วมใช้เวลาแบ่งปันเรื่องราวประสบการณ์ซึ่งกันและกันกับผู้ให้ข้อมูลคนอื่นเป็นระยะเวลาหนึ่ง การเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ปรากฏได้แก่ 2.1 รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น 2.2 รู้สึกชื่นชมยินดีกับเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และ 2.3 รู้สึกสนิทกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษามากขึ้นจากเดิมก่อนการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.1 รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นโอกาสที่ทำให้ได้รู้จักและเข้าใจเพื่อนหรือผู้ให้ข้อมูลที่เข้าร่วมในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวพร้อมกับตนในแง่มุมต่างๆ มากยิ่งขึ้น ความเข้าใจและได้รู้จักเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวจึงมีปรากฏอยู่ในประสบการณ์ช่วงระยะเวลาหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวด้วย

“คนเรามันไม่ได้มีแค่ด้านๆเดียว อย่างซัดเท่าที่เมย์ (นามสมมุติ)เคยเห็นมา คือเป็นเด็กเรียน ตั้งใจเรียนมาตลอด เราจะไม่เห็นความคิดของเขากับที่บ้านว่าเขาเป็นคนกตัญญูอย่างนี้ เขาเป็นคนที่แบบรักที่บ้านมาก” (Info2)

“ก็คงได้เข้าใจเพื่อนในกลุ่มคนนั้นมากขึ้น เพราะว่าบางทีเราไม่ค่อยเข้าใจว่าทำไมเขา อาจจะเครียดง่ายกว่าปกติ หรือว่าทำไมเขาจะชอบคุณนะ ชอบสังสรรค์อะไรอย่างเนี่ย บางทีเราไม่เข้าใจว่า เขาทำไมอะไรอย่างเงี้ย พออยู่กับเราปุ๊บ เราก็เข้าใจว่า เขาอยู่หอ

เขาอยู่คนเดียว เขาไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เขาก็จะชอบเหมือนนอยากมีเพื่อนอะไรอย่างเนี่ย
สังสรรค์มากกว่า” (Info3)

“พิมพ์ู้สึกว่าคนเรา คนในคณะเราอย่าง ป.ตรี มี 400 คน ชีวิตเราก็มีสี่ร้อยแบบ
ไม่มีใครซ้ำใคร เรามองว่า เราทำงานคณะเยอะมาก รู้สึกเหนื่อยหรืออะไรอย่างนี้ เพื่อน
ทำงานคณะเยอะมาก รู้สึกเหนื่อยหรืออะไรอย่างนี้ ก็มีเพื่อนคนหนึ่งเค้าไม่ได้เข้าคณะ
อะไรบ่อย เค้าไม่ได้ทำงานคณะ อะไรเลย แต่สิ่งที่เค้าทำคือเค้าทำงาน ไปรับจ๊อบทำงาน
เพื่อหาตังค์เลี้ยงดูที่บ้าน (Info5)

“ก็เหมือนแบบคือตอนแรกก็มองเค้าแบบนี้ ทุกคนก็อาจจะมองว่าเค้าเป็นแบบนี้
แต่คือพอได้คุยจริงๆ เค้าก็มีมุขของเค้า เค้าก็มีเรื่องราวของเค้า มีก็คือได้เห็นเค้า เห็น
ตัวตนของเค้ามากขึ้นอะไรอย่างนี้” (Info7)

“คือปกติก็คุยกันแต่ว่าเหมือนแบบพอยังมาคุยกัน ยิ่งมาเข้ากลุ่มด้วยกัน ได้มา
เข้ากลุ่มด้วยกัน ใช้เวลาร่วมกัน ได้แชร์ประสบการณ์ร่วมกัน เหมือนเราจะเข้าใจกันและ
กันมากขึ้น สามารถคุยกันได้มากขึ้น อะไรอย่างนี้คะ” (Info7)

“พอเค้าเล่ามาใช่ไหมคะก็ได้รู้ว่าเออคนเรากว่าจะโตมาทุกวันนี้นั้นก็ประสบการณ์
มันก็มาจากตอนเด็กๆ ใช่ไหมคะที่ทำให้เราเป็นแบบนี้ใช่ไหมคะ เออมันก็เลยทำให้เค้ารู้ว่า
เออเนี่ยเค้าโตมาแบบนี้เนี่ยเค้าก็เลยเป็นแบบนี้อะไรอย่างนี้” (Info9)

“ตาเค้าก็เป็นภารโรงที่โรงเรียนหนูตอนเด็กๆ ใช่ไหมคะ แล้วเค้าอะก็ต้องตื่นเช้าทุก
วันไปช่วยตาทำความสะอาดที่โรงเรียนแล้วแบบว่าเค้าก็เลยแบบ เค้าก็เลยบอกว่าเค้าก็
เลยเป็นคนรักความสะอาดมาจนถึงทุกวันนี้ อยู่ในที่สกปรกไม่ได้คืออยู่ในที่สะอาดๆอะไร
อย่างนี้ จะอยู่ในที่รกๆไม่ได้” (Info9)

“ถ้ากับคนที่เข้ากลุ่มก็แบบ ก็เหมือนรู้ใจกันมากขึ้น แบบเรารู้เรื่องของคนและกัน
มันเลยแบบเห็นกันอย่างงี้” (Info11)

2.2 สนิทกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น

การได้ใช้เวลาว่างแบ่งปันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ภายในในกลุ่มการปรึกษาสำหรับนิสิต
นักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ได้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกสนิท ใกล้ชิดกับเพื่อนร่วมกลุ่ม
การปรึกษาของตนมากขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากเดิมที่คุ้นเคยกัน
บ้าง รู้จักกันบ้าง และไม่เคยรู้จักกันเลย

“จากที่แบบปกติไปเรียน เราเจอเขาเราก็จะคุยแต่เรื่องเรียน แต่ตอนนี้คือแบบเรา
จะรู้สึกว่าเขาเปิดใจกับเรามากขึ้น” (Info2)

“สิ่งที่เปลี่ยนก็คือ เหมือนว่า คุณกันมากขึ้น สนิทกันมากขึ้น แต่ก่อนก็สนิทกันอยู่ แล้ว แต่พอดอนนี่ เหมือนกับ พอคนเรามันมีอะไรเหมือนกันอย่างเนี่ย มันก็จะสนิทกันมากขึ้น” (Info3)

“เพื่อนที่เค้าไปคุยด้วยมันมีเพื่อนคนหนึ่งแบบว่าเค้าก่อนหน้านี้ไม่คุยกันอะไรอย่างนี้ เหมือนกับก็มีเรื่องผิดใจกันมา แล้ววันนั้นก็เหมือนได้คุยกันอย่างนี้คะ เรียกว่า ความตั้งใจก็ได้ ก็พยายามจะให้มันแบบดีขึ้น ให้ความสัมพันธ์มันดีขึ้นแบบไม่มีเรื่องมาผิดใจกันเหมือนก็เคลียร์ความรู้สึกเก่าๆไป อะไรอย่างนี้คะ ก็ทำให้มันดีขึ้น” (Info4)

“ก็คุยมากขึ้น ก็ให้ความสนใจ ก็มองเค้าในแง่ดีมากขึ้น ให้โอกาส คือก่อนหน้านี้ก็มีที่เค้าแบบ มาเข้าหาแบบมาพูดคุยอะไรอย่างนี้ แต่เราก็เหมือนยังทำเฉยๆไป แต่พอมาหลังจากวันนั้นก็รู้สึกก็ไม่มี ความที่ จะแบบนิ่ง ก็เห็นเค้ามีความ พยายามที่จะแบบว่าทำดีกับเรา อากาการนิ่งๆมันก็น้อยลง ก็เลยรู้สึกว่ายิ้มกับเค้าได้มากขึ้น” (Info4)

“แตกต่างกันแต่ว่าอาจจะไม่เท่าเดิมตั้งแต่แรกก็แบบว่าเต็มร้อย แต่ก็คุยมากขึ้น อย่างแบบจะชอบส่ง messege กันอย่างนี้ก็ส่งกลับบ้างจากแต่ก่อนก็แบบไม่ได้อะไร หรือแบบคุย” (Info4)

“คือเจอกันก็ทักกันมากกว่า แต่ปกติก็ไม่ค่อยเจอกันอยู่แล้ว แต่พอเจอกันก็มีเรื่อง พูดกันมากขึ้น คุยกันมากขึ้น” (Info7)

“เพราะมีน้องในกลุ่มคนหนึ่งอะ เพราะว่าตอนที่เค้าเข้ามาตอนแรกอะก็เป็นพี่สอน แล้วนอกจากนั้นคือน้องเห็นหน้าแล้วแบบไม่กล้าเข้ามาคุยด้วยเพราะว่ากลัวอะไรอย่างนี้ เพราะว่า เป็นพี่อะไรอย่างนี้ด้วยน้องก็ไม่กล้าถาม แต่เมื่อมาเข้ากลุ่มแล้วอะน้องเข้ามาถามมากขึ้นมาคุยมากขึ้น” (Info8)

“กับเพื่อนก็แบบๆยิ้มให้กันแบบบ่อยขึ้นอะไรอย่างนี้ ส่วนใหญ่คือจะแบบว่าก็จะไม่ค่อยเจอกันอยู่แล้วอะไรแบบนี้ พอหลังจากเข้ากลุ่มไปก็แบบเจอกันก็มีทักทายกันบ้าง” (Info9)

“เวลามาเจอ มันก็เหมือนมีความใกล้ชิดกันมากขึ้นนะคะ เราได้ไปคุยด้วยกัน ได้เรียนรู้นเดียวกัน ได้ระบายความรู้สึกด้วยกัน มันเหมือนกับเคยอยู่บ้านเดียวกันมาก่อน แบบได้รู้เรื่องราวของกันและกัน เวลาเดินผ่าน เราก็ทักทายกัน ด้วยความที่แบบ มันต่างไปจากเดิมอะ” (Info11)

“ทั้งสองคนเลยคะ ก็ได้ทักทายกัน ได้พูดคุยกัน ได้ใกล้ชิดกันมากขึ้น” (Info11)

2.3 รู้สึกชื่นชมยินดีกับเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

นอกเหนือจากการได้รู้จักเข้าใจและสนิทกับเพื่อนหรือผู้ให้ข้อมูลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างพร้อมกับตนมากยิ่งขึ้น ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงความรู้สึกชื่นชมยินดีที่มีต่อเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้นในประสบการณ์ช่วงระยะเวลาหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ดังกล่าวด้วย

“ซัดเป็นคนน่าชื่นชมมากเวลาซัดคุยถึงเรื่องครอบครัว ซัดเขาจะเป็นคนที่แบบถ้ามีอะไรที่ไม่ดี แทนที่เขาจะเลือกมองกลับไปทีครอบครัว เขาเป็นคนที่อยากจะทุ่มเทพลังให้กับครอบครัวซึ่งตัวเราแบบคงทำไม่ได้ขนาดนั้น คนใกล้ๆตัวขนาดนี้ยังไม่รู้เลยว่าเขามีเรื่องน่าชื่นชมขนาดนี้ ถ้าเราไม่ได้มีเวลาให้กันไม่ได้พูดคุยกันในtopic นี้ต่อให้เราอยู่ด้วยกันอีกสิบปีเราก็คงไม่รู้จักกันขนาดนี้เลยก็ได้” (Info2)

“เพื่อนบางคนที่เขาเล่าในกลุ่มบอกว่า โดนพ่อแม่เขา Anti สุดๆ ที่แบบไปอยู่เมืองนอกแล้วต้องมาอยู่เมืองไทย อืม อย่างน้อยเขาก็มีความคิดที่เป็นผู้ใหญ่มีความคิดที่หนักแน่น คือเป็นเด็กคนอื่นก็คงแบบทำตัวกลับแรงไปเลย แต่แสดงว่าเขาก็ต้องแบบ มีอะไรซักอย่างหนึ่งที่ทำให้เขาแบบว่า ... ไม่ใช่อารมณ์ แล้วก็ทำให้เขาเติบโตมาจนถึงขั้นนี้ แล้วก็เรียนหนังสือเก่งได้ แล้วก็ทำให้พ่อแม่เขาภูมิใจได้” (Info3)

“เหมือนพอได้ฟังเรื่องของเพื่อนที่เค้ามีปัญหาในชีวิต เค้ามีความพยายาม เค้าไม่รู้สึกรู้สึกว่าเค้ามีความลำบากในชีวิต กับเพื่อนคนนี้รู้สึกชื่นชมเค้า” (Info4)

“ฟังเพื่อนคนนี้พูด แล้วเรารู้สึกว่าเค้าเก่งมาก เค้าสามารถที่จะรับมือกับชีวิตคน 4 คน เค้าได้แล้วในขณะที่เค้าอายุ 21 เออเก่งนะ ดูแลเรื่องค่าใช้จ่ายเรื่องครอบครัวทุกอย่างเนี่ย เค้าเป็นที่พึ่งให้กับพ่อแม่แล้ว” (Info5)

“ก็เหมือนพี่ก็องเค้าก็ได้รับรางวัลอะไรอย่างนี้ ได้รางวัลเยาวชนดีเด่น ได้รับหน้าที่จากคณะอะไรอย่างนี้เห็นความสำคัญให้ช่วยจัดงาน แบบทำโครงการอะไรอย่างนี้คะ ซึ่งมันก็เหมือนแบบว่า ก็เป็นแรง อืม พี่เค้าเก่ง” (Info7)

ประเด็นหลักที่ 3 : สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคนในครอบครัวในสาระสำคัญ 4 ประเด็นด้วยกัน อันได้แก่ 3.1 การมีมุมมองเปิดกว้างเข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น

3.2 ความรู้สึกดีในการอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวมากขึ้น 3.3 ใส่ใจสื่อสารและรับฟังคนในครอบครัวมากขึ้น 3.4 เห็นคุณค่าคนในครอบครัวมากขึ้น

3.1 มิมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่ากระบวนการภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ทำให้ตนเองได้มองเห็นคนในครอบครัวของตนเองในภาพรวมมากขึ้น เข้าใจตนเองได้มองและพิจารณาคนในครอบครัวลึกซึ้งขึ้น ครอบครัวหลากหลายมากกว่าเดิม ทั้งยังได้มองเห็น มากกว่าด้านที่ตนรู้สึกเป็นอคติด้วย ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงในมุมมองของตนทำให้มีทัศนคติที่ดีกับคนในครอบครัวมากขึ้น

“มองสิ่งต่างๆในแง่ดีมากขึ้น แล้วก็ทัศนคติต่อคุณแม่ที่ดีมากขึ้น”(Info2)

“ก็ทำเหมือนเดิมละคะ แต่ว่าเราแค่เปลี่ยนมุมมองเราให้ดีขึ้น แล้วอะไรอะไรมันก็ดีขึ้นไปด้วยกัน เขาก็เหมือนเดิมเขาก็เป็นอย่างงี้มาแต่ไหน แต่ไร” (Info2)

“เห็นในความเสียสละของเค้าที่แบบเค้าไม่ได้คิดถึงแต่ตัวเองนะ อย่างเราเป็นน้องเราแบบต้องได้ อันนี้ต้องเป็นของเรา เพราะมีคนให้มาตลอดอย่างนี้ แต่เหมือนเค้าเป็นพี่เค้าก็เป็นลูกคนหนึ่งเหมือนกันแต่เค้ามีความรู้สึกที่ว่าเค้าต้องทำให้คนในครอบครัว ให้น้องด้วย เหมือนเค้าแบ่งมาให้น้องด้วย มันก็เลยรู้สึกว่าเค้ามีความเสียสละในตรงนี้” (Info5)

“คือเห็นเพื่อนสองคนเค้าก็ทำด้วยใจคะ เราก็มองเห็นเออที่เราเค้าก็มีส่วนของความ เป็นพี่อย่างนั้น” (Info5)

“แต่พอหลังจากนั้น เคียวเปลี่ยนมุมมองเลย รู้สึกว่าที่เค้าโทรมา ไม่ได้เป็นเพราะเค้าจะกวนเราหรือจะอะไรเราหรอก แต่เป็นเพราะเค้าเป็นห่วงเราอะ” (Info6)

“หนูมานั่งเขียน เค้าก็ให้มานั่งเขียนความดีของคนที่เรา เหมือนเหมือนใครเหมือนคิดไม่ดี...พอมานั่งเขียนมันก็เยอะ มันก็มีอะไรประมาณนี้ ไม่ใช่ไม่มีเลยที่เค้าเคยทำดีกับเราอะไรประมาณนี้” (Info9)

“มุมมองของการค้นจากคำถามว่าทำไม ทำไมเขาถึงไม่เลือกที่จะรักษาเอาไว้ ก็ตอนนี้ก็เข้าใจแล้วว่า วิธีของความสัมพันธ์นั้นมันเป็นไปได้ทุกแบบ และในแต่ละทางที่เดินไปมันคงมีทั้งข้อดีข้อเสีย เขาได้เลือกแล้ว” (Info1)

“เขาเป็นคนอย่างงั้นจริงๆ แต่แบบพอ เราได้clear หลายๆstag แล้ว เราก็รู้สึกว่า ต่อให้เขามีด้านหนึ่งที่มีมันเป็นด้านไม่ดี แต่ถ้าเรามองคนสักคนนึงโดยองค์รวมแล้ว เขาก็ยังมีด้านดีเยอะกว่า เยอะมาก” (Info2)

“ตอนแรกเหมือนกับเรามองแต่ด้านเดียว มองอคติมากเกินไป อย่างงี้ อย่างงี้ ฉันท
อย่างงี้ แม่อย่างงี้ ทะเลาะกันบ่อยมากก็อยากงี้อย่างงี้ แต่ว่าพอได้คุยแล้ว investigate
แล้วแล้วก็ได้พูดหลายๆอย่างออกมา clear ตัวเองไปเรื่อยๆ แล้วเรารู้สึกว่า เขาก็มีด้าน
ดีเยอะนะถ้าเอาจริงๆ” (Info2)

“อย่างวันแม่เค้าก็จะแบบเหมือนเราเข้าไปหา ไหว้ กราบ เค้าก็ไม่ว่าเค้าก็เขินรี
เปล่า เค้าก็จะบอก เออก็เหมือนกันทุกวัน เป็นอย่างนี้มาสองสามปี แล้ว เหมือนช่วงที่
แบบเข้ามาหลายไม่รู้ทำไมเหมือนดูห่างๆแบบ อ้อเป็นอย่างนี้ เค้าก็จะบอกวาก็เหมือนกัน
ทุกวัน วันแม่หรือวันอะไรอย่างนี้ เราก็คงรู้สึกที่เราเข้ามาแล้วทำไม ไม่แบบลูก... ก็แอบ
น้อยใจเหมือนแบบพอมานี่ที่แบบก็เจอเหตุการณ์อย่างนี้อีก ก็รู้สึกว่ ไม่ได้คิดอย่างนั้น
แล้วไม่รู้เพราะอะไร แต่รู้สึกว่าแบบ เธอจะแบบ มันก็เป็นหน้าที่ของเราที่แสดงความรักต่อ
แม่เหมือนใส่ใจรายละเอียดมากขึ้น” (Info4)

“เหมือนตอนแรกหนูไม่ได้คิดถึงว่าเออพ่อก็มีเหตุผลของพ่อนะ พ่อก็มี ก็คือคิดแต่
แบบเออทำไมเวลาเจอหน้ากันไม่กอดกันเหมือนเดิม ไม่อะไรอย่างนี้เหมือนเดิม คือ
เหมือนเวลาเจอกันก็น้อยใจอย่างนี้แต่หนูไม่ได้คิดพ่อเค้าก็คงมีเหตุผลของเค้าเหมือนกัน
ว่าแบบเออเค้าต้องดูแลทางนู้นเหมือนกันแล้วเหมือนแบบ ด้วยระยะเวลาที่ห่างเหินทำให้
เรายังห่างเหินกันไป พ่อเค้าก็ยังคงรักเราเหมือนเดิมแหละแต่ด้วยการแสดงออกเหมือนกับ
หรือแบบเหตุผล หรือสถานการณ์บางอย่างอาจจะไม่เอื้ออำนวย ให้เราคิดถึงตรงนี้มากขึ้น
โดยที่แบบตอนแรกก็ไม่ได้คิดถึง” (Info7)

“เข้าใจมากขึ้นว่า เค้าต้องมีปัญหา เค้าต้องมีเหตุผลบางอย่างที่เค้าต้องไป เข้าใจ
ว่าเค้าจะอยู่ไม่ได้หรือเค้าจะแบบอึดอัด เค้ายังต้องการบางอย่างแต่เค้ายังไม่ได้อะไรอย่าง
นี้ เราเข้าใจว่า ไม่ใช่ว่าอัย แต่ครอบครัวว่า เป็นอันว่ามันอาจจะจะเป็นเหตุผลหนึ่งของเค้าที่
เค้าจะต้องไปก็ได้คือแบบว่าอาจจะแบบอึดอัดใจที่จะต้องอยู่อะไรอย่างนี้” (Info8)

“ก็ไม่อยากให้พ่อแม่เลิกกันก็อยากให้อยู่ด้วยกันอะไรอย่างนี้แต่เหมือน พ่อเค้า
มองอีกแง่หนึ่งแบบว่าถ้าเค้าอยู่ด้วยกันแล้วเข้ากันไม่ได้ อยู่ด้วยกันไม่ได้อะไรอย่างนี้ คือ
ถ้าเค้าอยู่ด้วยกันแล้วไม่มีความสุข เออเราก็คงไม่มีความสุขไปด้วย ถ้าแบบทะเลาะกันทุก
วันอะไรอย่างนี้มันก็จะแบบ คงไม่ใช่แล้วมันก็ไม่มีความสุข” (Info9)

“เมื่อเรามาคิดถึงของเราก็คงอัยเค้าก็มีเหตุผลที่เค้าจะ ทำไมเค้าถึงเป็นยังงี้ อาจจะ
ไม่พอใจ เราก็คงคิดถึงตัวเราบ้างว่า เออเราก็คงต้องเข้าใจว่าผู้ใหญ่เค้าก็ต้องมีเหตุผล
บางอย่างที่เค้าจะเป็นอย่างนี้อะไรอย่างนี้” (Info9)

“เหมือนแบบ เข้าใจว่ามัน เข้าใจว่า เออ มนุษย์ก็เป็นอย่างเนี้ยแหละ เหมือนพ่อก็เป็นอย่างเนี้ยแหละนะ เหมือนความสัมพันธ์มันก็ต้องมีการ.. มันก็ต้องมีแบบการไม่ลงรอยกันบ้างเงี้ย มันเหมือน ประมาณนี้คะ” (Info10)

3.2 รู้สึกเป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวมากขึ้น

จากการรายงานการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นด้านสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในแง่ของความรู้สึกดีที่มีมากขึ้นในการใช้เวลาอยู่กับคนในครอบครัว

“เราสามารถพูดคุยกับเขาในอย่างที่เราารู้สึกดีมากขึ้น มีความสุขในการที่จะพูดคุย” (Info1)

“แต่ใน moment ที่ได้พูดคุยกัน หรือว่าเขามาพูดมาแล้วอะไรก็จะฟัง ก็จะมองหน้าตรงนั้นเราก็จะรู้สึกดีแล้วที่ทำให้กับเขา” (Info1)

ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าจากประสบการณ์ต่างๆภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ เปิดกว้างมุมมองของตนต่อคนในครอบครัวและทำให้มีความรู้สึกดีกับคนในครอบครัวในแง่มุมมองมากขึ้น

“ต่อให้แม่เมย์มีอะไรที่เมย์ไม่ชอบมาก แต่ถ้าในส่วนรวมแล้ว เมย์ก็ค่อนข้างจะชื่นชมเขานะ เป็นความขยัน ความมุ่งมั่น อะไรอย่างเนี้ย แม้ว่าจะไม่ได้เอาแรงพยายามมาใช้กับเรา แต่เขาก็มีแรงมุ่งมั่นของเขาซึ่งเอาจริงๆแล้วมันก็น่าชื่นชม” (Info2)

“รู้สึกดีเหมือนกับแบบเขาแบบ เขามีทัศนคติที่บวก ดีกับลูก กับตัวเขา เขาถึงเลี้ยงดูเรา เพราะอย่างบ้านเพื่อนอย่างเงี้ย เขาจะรู้สึกไม่ดีกับลูก อืมจะพูดว่าไงดีอะ เหมือนประเมินเขาเลยอะ เหมือนกับแบบปล่อยๆ” (Info3)

“จริงๆที่เห็นได้ก็คือจากครอบครัวนะครับที่เหมือนกับเรามีกำลังใจแล้วเราได้ช่วยแก้ปัญหาตรงนี้ ได้เห็นรอยยิ้มของแม่” (Info8)

“ได้เรียนรู้การที่จะให้อภัยพ่อกับแม่ คือหนูรู้ว่ามันอะไรที่แบบมันพุดง่ายแต่มันทำยากเรื่องการให้อภัยคนอื่นอะไรประมาณนี้ คือเหมือนกับว่า หนูเคยโกรธ โกรธมากโกรธจนแบบไม่พูดด้วย ไม่คุยด้วยเป็นปีๆได้อย่างนั้นเลยประมาณนี้ แล้วตอนนั้นเราแบบเลือกแต่แบบว่าเค้าทำให้เราเสียใจเค้าทำให้เราผิดหวังอะไรอย่างนี้ คือเราลืมนึกถึงไปว่า เออ ข้อดีของเค้าแค่ข้อเดียวของพ่อกับแม่เอาก็ทำให้เค้าควรที่จะให้อภัยเค้าแล้วอะไรอย่างนี้” (Info9)

3.3 ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น

ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่ามีใส่ใจรับฟังคนในครอบครัวมากขึ้นเช่นเดียวกับที่รับฟังเพื่อน คนรอบข้างมากขึ้น นอกจากนี้ยัง ใส่ใจคนในครอบครัวในด้านความรู้สึกมากขึ้น ผู้ให้ข้อมูลใส่ในพูด หรือกระทำการต่าง เพื่อถนอมรักษาดูแลความรู้สึกของคนในครอบครัวมากขึ้น

“ตอนนี้คือ เราก็กังในสิ่งที่เขาต้องการ แล้วเราก็กคิดว่าเออเราตรงนี้ให้ได้ ในวันนี้เราให้ได้เราก็กัง เราก็กังตอบไป และเวลาเขาถาม เราก็กังจะมีการตอบไปว่า จ๊ะ เจ๊อะ อะไรรอย่างงี้” (Info1)

“2-3 วันมานี้ พอลกลับบ้านไป เออเขาจะพูด นี่น้ำรีดเลือดให้แล้วน้ำ หรือว่าจะพูดถึงเรื่องคนอื่นอะไร เราก็กัง เออเราก็กังนะ สมมุติถ้าเป็นเรื่องเกี่ยวกับเขาทำให้เรา เราก็กังจะขอบคุณนะ เหมือนกับว่าไอ้ใจที่เราจะรีบไปปิดประตูใส่มันน้อยลงไป เหมือนกับว่าเราพยายามที่จะเข้าไปในสิ่งที่ป่าเรากำลังทำอยู่ ในสิ่งที่ป่าเรากำลังจะพูด” (Info1)

“มันชัดขึ้นกว่าเดิม ก็คือเหมือนก็เริ่มรู้หน้าที่ของเราแล้วว่า ควรที่จะเรียนเป้าหมายมันหมายถึงมันชัดเจนนั่นว่า เรียนจบ เรียนต่อ ก็ต้องหาเป้าหมายว่าจะเรียนอะไรต่อแล้วเรียนต่อเพื่อใคร แบบไม่ใช่เพื่อใคร เพื่อคนในครอบครัวให้มันชัดขึ้น จากที่แบบแต่ก่อนก็เออไม่รู้จะเรียนต่อ หรือทำงานดีหรืออะไรอย่างนี้คะ ตอนนั้นก็แบบเค้าก็แบบก็เรียนต่อไปเลย หนูก็แบบออกปากแล้วว่าอยากให้เรียนต่อนะ เค้าก็มาทำตรงนี้แล้ว เราก็กังเลยแบบโอเคมีเป้าหมายชัดขึ้นว่าจะเรียนต่อ” (Info4)

“ไม่ว่าอะไรก็ตามสิ่งที่เราจะเลือกทำมันควรทำใหม่ มันคุ้มค่า มันสมกับการรอคอยที่เค้ากำลังรอเราอยู่ริเปล่า” (Info5)

“จากการที่เราแชร์ คือเคย คำพูดนี้ ทำให้ผมพึกคิดได้ เลือกสิ่งที่จำเป็นก่อนที่จะเข้ากลุ่ม เพื่อนก็พูดคำนี้ มันทำให้ผมพึกคิดได้ แล้วเพื่อนคนนี้ก็เป็นคนขยันทำงาน เขาก็ทำให้คิดได้เออก็จริงนะ คนเราเลือกสิ่งที่จำเป็นก่อนสิ่งที่ชอบ ถ้าหากว่าในขณะที่เราโตขึ้น มีรายได้เพิ่มมากขึ้น แต่คนที่รอเราอยู่เค้ากำลังลดลง เค้าแก่มากขึ้น เวลาเค้าเหลือน้อยลงเพราะฉะนั้นเราควรจะทำอะไรให้เค้ารู้สึกสบายใจก่อนไหม ให้เค้ารู้สึกว่าเราดูแลตัวเองได้แบบไม่ต้องเป็นห่วงแล้ว เค้าอยากทำอะไรก็ได้ในสิ่งที่เค้าอยากทำ โดยที่ไม่จำเป็นต้องเป็นห่วงเราอีก” (Info5)

“จากเดิมเราไม่พอใจ อย่างนี้ก็จะคิด เออ ถ้าแบบทำอย่างนี้ไป พ่อเค้าจะรู้สึกยังไง” (Info5)

ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงจากการที่ตนได้ตระหนักความสำคัญ

ของคนในครอบครัวมากขึ้น จากการได้รับฟังความรู้สึกนึกคิดของเพื่อนที่มีต่อคำว่าครอบครัว ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ผู้ให้ข้อมูลให้ความสำคัญและใส่ใจที่จะใช้เวลาของตนดูแลเอาใจใส่คนในครอบครัวของตนที่มีอยู่มากขึ้น เช่น ยินดีที่จะดูแลเอาใจใส่น้องมากขึ้น ติดตามสารทุกข์สุกดิบของน้องมากขึ้น ตลอดจนใส่ใจที่จะพูดคุยสารทุกข์สุกดิบกับย่า ซึ่งเดิมเคยรู้สึกกังวลรำคาญ

“ในส่วนของครอบครัว สิ่งที่เคยทำเพิ่มเติมขึ้นมาเลยก็คือ คือเคยโทรศัพทหา น้องเนี่ย แบบวันเว้นวันเลยนะ” (Info6)

“แต่หลังจากนั้น คือ เคยก็จะโทรกลับไปหาน้องมากกว่าว่าบางที เฮ้ยเป็นไง เหนื่อยเปล่า แอดมินชั้น.. แล้วอยากเรียนอะไร แล้วคิดยังไงอะ คือจะได้คุยกับเค้ามากขึ้น แล้วจะได้คุยกับย่า แต่กับย่าเนี่ย! โทรทุกวันเลย แต่ก่อนจะไม่ค่อยได้โทรอะ แต่เดี๋ยวนี้คือ โทรทุกวัน ” (Info6)

“พอได้เข้ากลุ่มมันทำให้เราคิดถึงแม่มากขึ้น ทำให้เรารู้สึกยังไงอะ คิดถึงแม่มากขึ้นคิดถึงเค้ามากขึ้นบางครั้งอาจจะลืมเลือนไปบ้างอะไรอย่างนี้ บางทีก็อาจจะเล่นๆไป บ้างไรๆ ก็คือรู้ว่าตัวเองทำอะไรมากขึ้น เหมือนแบบคือตอนแรกคือตั้งใจอยู่แล้วว่าจะทำ เพื่อแม่ใช่ไหมคะ แต่เหมือนแบบบางครั้งเราก็แบบเออก็เล่นๆไป ใช้ชีวิตไปเรื่อยๆ” (Info7)

“อืม รู้สึกว่าแบบต่อให้เราต้องอ่านหนังสือสอบอะไรอย่างเนี่ย แต่เดี๋ยวเนี่ยสองทุ่ม โทรไปคุยดีกว่า...เหมือนเมื่อก่อนแบบ เหมือนเมื่อก่อนไม่โทรหาที่ไม่เป็นไรหรอก ก็เราอยู่ อยู่เนี่ยอะไรยังเงี้ย เดี่ยวค่อยแบบเสร็จแล้วเราค่อยคุยก็ได้” (Info10)

“เหมือนแบบว่า ถ้าคิดว่าทำไปตอนนี้ก็ทำไปเลยดีกว่า เดี่ยวมันสายไป” (Info10)

“รู้สึกเหมือนอยากคุยกับแม่มากขึ้น เพราะว่าก่อนหน้านั้น ถ้าแม่ไม่โทรมาวันหนึ่ง ก็ไม่เป็นไรหรอกเดี๋ยวพรุ่งนี้ก็โทรมา” (Info11)

“ใช่ แต่ว่าหลังจากนี้ก็อยากคุยกับแม่ทุกวัน เหมือนมีวันหนึ่งแม่ไม่โทรมาก็เอ๊ะ ทำไม่ไม่โทรมา เราก็บ่นๆทั้งวันนะ แม่ก็ไม่โทรมา จนอีกวันหนึ่งเราก็โทรไปว่าเนี่ยแม่ ทำไม่ไม่โทรหาบ้างเมื่อวานเป็นอะไร ทำไม่ไม่โทรมา แม่ก็ว่าเห็นสอบอยู่เดี๋ยวกลัวรบกวน เราก็เข้าจะรบกวนอะไรมากมาย แค่ว่าโทรศัพทไม่กินที่เอง แม่กลัวรบกวนอ่านหนังสือสอบ แล้วก็คุยกับแม่นานนะ” (Info11)

3.4 สำนึกคุณค่าของคนในครอบครัวมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการเห็นคุณค่าของคนในครอบครัวตนมากขึ้น ทั้งในส่วนของ การตระหนักถึงคุณค่าในการมีอยู่ของคนในครอบครัวมากขึ้น จากการได้รับรู้ว่าเพื่อนร่วมกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาของตนบางคนไม่มีโอกาสที่จะได้อยู่กับพ่อและแม่เลย ต้องอยู่กับญาติ หรืออยู่คนเดียวระหว่างการศึกษา

“ก็อย่างที่แบบเพื่อนบางคน เหมือนเกิดความรู้สึกว่าแบบพ่อแม่ไม่รัก เขาจะรู้สึกเหมือนโดดเดี่ยว เหงาๆ ไปอยู่หอคนเดียวอะไรอย่างเงี้ย แต่สำหรับซัด ซัดรู้สึกว่ เออ อย่างน้อยก็ยังอยู่กับผู้ปกครองซักคนนึง ก็ยังได้อยู่ที่บ้านอยู่ ถึงแม้มีแค่คนเดียว เราก็ไม่ได้เหมือนกับเขาอะที่ขาดไปทั้ง2คน” (Info3)

“อย่างเพื่อนอย่างนี้เสียคุณพ่อไปอะไรอย่างนี้คะ เราก็ยังรู้สึกว่เออเราก็ยังมีพ่ออยู่อะไรอย่างนี้” (Info7)

ผู้ให้ข้อมูลยังรายงานถึงการตระหนักในคุณค่าการกระทำต่างๆของคนในครอบครัวมากขึ้นด้วย แม้ว่าจะเป็นการกระทำเพียงเล็กน้อย เช่น รู้สึกชื่นชมและเห็นคุณค่าที่ได้รับคำอวยพรเล็กๆน้อยๆเนื่องในวันเกิดมากขึ้น จากเดิมที่คาดหวังจะได้รับของขวัญวันเกิดจากพ่อแม่ซึ่งเป็นคนที่ตนเองรักเป็นสำคัญ

“อย่างเช่นวันเกิดอะคะ ก็โทรมาก็ดีแล้ว ปกติก็ไม่ค่อยได้โทรมาเท่าไร”(Info2)

“ก็แบบปกติจะต้องเอาเรื่องนี่มาคิดเป็นปกติ ว่าแบบ หืมไม่ค่อยทำอะไรให้เลยเนอะ นี่ฉันแอบจะโชคร้ายเหลือเกิน แบบปล่อยให้วางว่าแบบเขาทำให้ก็ดีแล้ว ไม่ได้ปล่อยให้วางในแง่ลบ แต่แบบเอาก็ทำอะไรให้แล้วนะ ก็ดีใจ” (Info2)

ขณะเดียวกันการแบ่งปันเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทำให้ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้ตระหนักถึงความสำคัญหรือคุณค่าในการกระทำต่างของคนในครอบครัวที่มีต่อตนเองมากขึ้น เช่น การที่ตลอดเวลาแม่เป็นผู้รับผิดชอบส่งเสียให้ตนเองได้เรียน โดยไม่ต้องลำบากทำงานไปด้วย การที่พ่อแม่ของตนได้อุปการะส่งเสียให้ตนเองได้เล่าเรียนมาโดยตลอด รวมถึงการที่พ่อแม่ได้เป็นผู้ให้กำเนิดชีวิตของตนด้วย

“คือเหมือนอย่างบางคนอย่างเงี้ย เขาต้องแบบไปทำงานเอง คือพ่อแม่ก็แบบให้เงินเดือนมาแต่ไม่พอใช้ แต่ตอนนี้ซัดคือรู้สึกว่ซัดไม่ได้ทำงานอะไรเลย แล้วก็ แบบว่า ก็แค่มาเรียน แล้วก็ ไม่ต้องทำงานไป เหมือนกับที่เพื่อนเขาเรียนไปทำงานไป” (Info3)

“มันก็มีความคิดอย่างนั้นะมาตั้งนานแล้ว แต่ว่า ไม่รู้ว่าได้มาคุยอะไรอย่างนี้ด้วยรีเปลา ทำให้มองเหมือนกับว่ามองให้ความสำคัญครอบครัวมากขึ้น ไม่รู้ว่าเพราะอะไรเหมือนกัน” (Info4)

“เหมือนมองเค้าว่าเค้าเป็นครอบครัวของเราจริงๆ เพราะเหมือนก่อนหน้านี้รู้สึกเกรงใจ รู้สึกยังไงอะ ไม่ค่อยสัมพันธ์กันเท่าไร ก็ป้า ก็จริงอยู่ก็ป้าเป็นคนส่งมเรียน” (Info11)

ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งรายงานว่าการได้รับฟังความรู้สึกและความหมายของคำว่าครอบครัวจากเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาได้ขยายความหมายมุมมองที่ตนมีต่อคนในครอบครัวมากขึ้น ทำให้ตนได้ตระหนัก และสำนึกถึงคุณค่าและความหมายของพ่อแม่และความเป็นครอบครัวมากยิ่งขึ้น จากเดิมที่ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกที่ไม่มีความรู้สึกผูกพันกับพ่อแม่ เนื่องจากตนไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ ตั้งแต่อายุเพียงเกือบ1เดือนเท่านั้น ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลได้ตระหนักถึงพระคุณ หรือ คุณค่าของการที่พ่อแม่ได้เป็นผู้ให้กำเนิดให้ชีวิตกับตนเอง และมีความตั้งใจที่อยากจะได้ใกล้ชิดดูแลพ่อและแม่มากขึ้น

“ฟังจากเพื่อนอย่างพิมอะ เค้าพูดถึงแม่ แม่เค้าก็ทำงานหนักนะ บางที่เราอาจจะไม่รู้ก็ได้ ว่าเค้ารักเรามากแค่ไหน เราอาจจะไม่รู้ก็ได้ว่าเค้าทำเพื่อเรามากแค่ไหน ซึ่งเคยรู้สึกถ้าเราลองตั้งสติแล้วกลับไปนั่งคิดดีๆอะ ก็โชคดีแค่ไหนแล้ว มีบุญล้นฟ้าขนาดไหนแล้วที่เค้าทำให้เราเกิดมาอะ ก็เลยรู้สึกว่า อยากกลับไปดูแลเค้า ซึ่งก็นัดเจอ อย่างแม่คะ ซึ่งอีก2วัน เคียวก็น่าจะไปจังหวัด...แล้ว ก็จะไปหาแม่ซักแป๊บหนึ่ง แล้วก็เดี๋ยวช่วงตรุษจีนก็จะกลับจังหวัด...ไปหาพ่อซักเล็กน้อย” (Info6)

ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่ง ได้รายงานถึงการที่ตนมีมุมมองเปิดกว้างและเห็นคุณค่าในการกระทำของพ่อแม่ที่มีต่อตนมากขึ้น จากเดิมที่ตนรู้สึกโกรธและผิดหวังที่พ่อแม่ทำให้ตนผิดหวังอยู่ซ้ำๆ จนเมื่อมีโอกาสได้อ่านหนังสือเรื่อง กฎแห่งกระจก เมื่อประมาณ1ปีที่ผ่านมา และได้ลองเขียนข้อดีของคนที่คุณรู้สึกไม่ชอบตามคำแนะนำของหนังสือ ทำให้ตนได้มองเห็นความพยายามความตั้งใจในการกระทำต่างๆที่พ่อแม่มีต่อตน ทั้งยังสำนึกในพระคุณของการที่พ่อแม่ได้เป็นผู้ให้กำเนิดและให้ชีวิตที่มีค่าแก่ตน

“เค้าก็ทำเหมือนพ่อ ก็ทำเหมือนพ่อแม่ทั่วไป ก็หาเท่าที่เค้าจะให้เราได้ แต่คือเราไม่สนใจเองเรามองแต่สิ่งที่เค้าทำให้เราผิดหวังอย่างนี้คะ เค้าก็พยายามเต็มที่แล้วคะ ก็เหมือนกับว่ามองพ่อกับแม่ว่าเป็นแค่แบบคนธรรมดาคนหนึ่งที่เป็นแบบว่าผิดพลาดได้อะไรประมาณนี้คะ แล้วก็เออออย่างมองแต่ส่วนไม่ดีให้มองส่วนดีบ้างอะไรอย่างนี้คะ” (Info9)

“แค่เค้าให้ชีวิตเรามา มันก็คือเรากี่ คือเหมือนกับว่าหนูคิดว่าที่หนูหายใจคือเค้า เพราะหนูคิดแค่เค้าให้ชีวิตหนูมา เพราะว่าชีวิตมันคือจุดเริ่มต้นของทุกสิ่งทุกอย่างอะ เออถ้าเราไม่มีชีวิตเรากี่ทำอะไรไม่ได้ เรากี่คิดอะไรไม่ได้ เรากี่ทำอะไรไม่ได้ อย่างเนี่ยะ”

(Info9)

“เหมือนอะไรที่เป็นแบบ ความรู้สึกที่แบบมีตอนนี้แล้วแบบวันข้างหน้ามันอาจจะไม่มีหรืออะไรอย่างนี้ เหมือนผ่านไปแล้วผ่านไปเลย ถ้าคิดอยากจะคุยตอนนี้แล้วก็คุย”

(Info10)

“เหมือนรู้สึก ว่า ถ้าเป็นคนที่เรารัก หรือคนใกล้ตัวเนี่ย เราแบบอย่างคิดว่าแบบ เอาไว้ที่หลังก็ได้ เพราะมันก็ไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ถ้าเป็นแบบ เรื่องพวกที่แบบไม่ใช่ ความรู้สึกเรื่องความสัมพันธ์กับคนอื่น เหมือนเรากี่แบบเอาไว้คร่าวหลังก็ได้” (Info10)

ประเด็นหลักที่ 4 : สัมพันธภาพกับคนรอบข้าง

จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล ในช่วงระยะเวลาภายหลังจากที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จัดขึ้นสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโดยเฉพาะ ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน ในด้านการมีใจที่เปิดกว้างในการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ผู้อื่นที่นี้ หมายความว่ารวมถึง ผู้อื่นในภาพรวมที่นอกเหนือไปจากตนเอง เช่น เพื่อน แฟน คนในครอบครัว และคนอื่นทั่วไปที่พบปะได้ในชีวิตประจำวัน

4.1 ยอมรับผู้อื่นอย่างไรที่เป็น

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน ในด้านการยอมรับและเข้าใจคนรอบข้างอย่างไรที่เป็นมากขึ้น หมายความว่ารวมถึง ผู้อื่นในภาพรวมที่นอกเหนือไปจากตนเอง เช่น การยอมรับเพื่อน แฟน คนในครอบครัว และคนอื่นทั่วไปในชีวิตประจำวันของตนทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก ผู้ให้ข้อมูลได้อธิบายว่ายอมรับผู้อื่นอย่างไรที่เป็นมากขึ้น โดยเฉพาะในด้านที่ไม่ตรงกับกรอบความคิดของตนเอง หรือเป็นสิ่งที่ตนไม่ชอบ ด้วยความเข้าใจในสิทธิและความแตกต่างของผู้อื่น ตลอดจนเปิดกว้างมุมมองในการพิจารณาผู้อื่นจากบริบทของผู้อื่นเอง ไม่ใช่จากบริบทของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าการยอมรับและทำความเข้าใจผู้อื่นอย่างไรที่เป็นมากขึ้นนี้ เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เริ่มเกิดขึ้นกับตนในช่วงระยะเวลาของการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ขณะที่ให้ข้อมูลบางส่วนรายงานถึงประสบการณ์ความงอกงามเหล่านี้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของการ

เปลี่ยนแปลงในตนเอง จากการสังสมประสบการณ์ต่างๆของตนร่วมกับประสบการณ์ภายในกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยา

“คือเหมือนเรามองออกกว่า คนมันมีสิทธิที่จะเป็นอะไรแบบที่ไม่ใช่เหมือนกับที่เรา คิด ตั้งเป้า ตั้งความหวังไว้ว่าจะคนนี่ต้องเป็นอย่างนี้ เหมือนความยอมรับ ความเข้าใจ เนอะ” (Info1)

“เรารู้สึกกระแสดความคิดมันสั้นลง มันอาจจะผุดมาบ้าง แต่มันก็จะวางลงไปด้วย ความที่เรารู้ว่า ทุกคนมีสิทธิจะเลือกแบบของเขา เขาอาจไม่จำเป็นต้องเลือกเป็นคนดี อย่างที่ทุกคนคาดหวัง”(Info1)

“การเรียนรู้ของเรามันคงจะกว้างขึ้นถ้าเราเปิดรับทุกคนอย่างที่เขาคือเขา เรา อาจจะทะเลาะบรรทัดฐานบางอย่างที่เราสร้างขึ้นไว้ป้องกันตัวเอง แล้วก็เรียนรู้ที่จะอยู่กับ สิ่งๆนั้นในรูปแบบของเขา” (Info1)

“เหมือนกับว่า กรอบที่เราตีเอาไว้มันบางลง แต่มันไม่ได้แทนที่ด้วยการที่เราไม่ สนใจคนอื่น แต่หมายถึงว่าเรายังสนใจ แต่เราอยู่กับสิ่งที่มันเป็นไปได้มากขึ้น ในตอนนี้มัน เป็นแบบนี้” (Info1)

“เราก็ไม่ใช่ขอคิส่วนตัวของเราไปตัดสินคนอื่นเหมือนกัน ...เราก็จะไม่เอา มาตรฐานของเรา แบบทุกอย่างมันต้องดี ทำไม่เด็กคนนี้ถึงไม่มองอย่างนี้ ทำไม่เด็กคนนี้ ไม่ตั้งใจเรียนเอาเวลาไปเล่นเกมอย่างนี้ ก็ไม่ใช่เอาความอคติตรงนั้นของตัวเองไปตัดสิน คนอื่น” (Info2)

“ก็รู้สึกว่าแบบทำไมมาสาย คือบางทีนัดตอนเช้าว่าให้อางานมาให้หน่อย แล้ว เขาก็มาสาย ... รู้สึกแบบลบบๆนิดนึง แต่เออตอนนี้ก็คือรู้สึก เขาอาจจะเจอเหตุการณ์อะไร มาที่แบบทำให้เขามาสาย” (Info3)

“เราไม่ควร judge ใครจากการที่เค้าแบบไม่ได้มาช่วยงานตรงนี้ เค้าก็มีหน้าที่มี ความรับผิดชอบของเค้าเหมือนกัน” (Info5)

“คือถ้าเป็นอย่างอื่นตอนแต่ก่อน ถ้าคิดแบบว่ามึงไม่มีทางเป็นไปได้หรือแบบนี้ ไม่มีทางได้ดีกว่านี้ แต่พอหลังจากนั้น มันมีความรู้สึกที่มึงไม่มีทางเป็นไปได้ แต่คิดว่ามึง น่าจะเป็นไปได้นะ ถ้าสมมติเพราะว่าคนเราอะ เวลาเปลี่ยน สถานการณ์เปลี่ยน อาจจะ เปลี่ยนก็ได้ หรืออะไรอย่างนี้ ก็แค่มีความเชื่อกับเค้ามากขึ้น จริงๆแล้วคนเราอาจจะมีการ เปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น เพราะว่าแต่ก่อนเดี๋ยวก็นึกคิดว่าคนเรามันจะเปลี่ยนแปลงอะไร กันหนัก กันหนา สันดาน เบื้องลึกมันเป็นอย่างนี้ มันจะเป็นอย่างนั้น ความรู้สึกเดี๋ยวมัน จะคิดว่าอย่างนั้นมากกว่า ในว่าทุกวันนี้ก็คือ เชื่อว่า เค้าเปลี่ยนแปลงได้” (Info6)

“เคยรู้สึกบ้างที่เริ่มมองว่าคนอื่นว่าเค้าก็มีข้อดีหว่าะ เราก็มีข้อดี อะไรอย่างนั้น ก็เลยมองอย่างนั้นมากขึ้น” (Info6)

“ต้องรู้จักต้องได้คุยกันก่อนอะไรอย่างนี้ ถึงจะรู้ ถึงจะรู้จักว่าเค้าเพิ่มขึ้นว่าเค้าเป็นคนยังไงแล้วก็แบบได้รู้จักทั้งหมดอะไรประมาณนี้คะ” (Info9)

อย่างไรก็ดีในบางตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลได้อธิบายว่าเป็นความยอมรับและเข้าใจที่เกิดจากการมองประสบการณ์ของตนเองเชื่อมโยงกับผู้อื่นด้วย

“บางที ชัด นั่งรถเมล์ผ่าน นั่งกลับบ้านกับเพื่อนอย่างนี้ ช้างถนนอย่างนี้ผิวเมียเขาทะเลาะกันเสียงดัง แล้วพวกนั้นก็พูดขึ้นมาว่า ทำไมไม่อายเขาบ้างหรือ ทะเลาะกันอยู่ได้เสียงดังบนรถ ไม่อายชาวบ้านเขาหรือ แต่เราก็มองว่าแบบ มันก็เป็นเรื่องปกติ ถ้าเราโมโหคงมาให้เสียงเบาๆก็คงเป็นไปไม่ได้ คนรักกันมันก็ทะเลาะกันได้อะ ต่อให้รักกันแบบเพื่อนสนิทกันยังทนกันได้เลย ถ้าคนรักกันต่างคนต่างทนก็ทะเลาะกันบ้าง” (Info3)

4.2 ได้รู้จักและเข้าใจคนรอบข้างมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการได้รู้จักและเข้าใจเพื่อนรอบตัวมากขึ้น เมื่อกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในด้านของสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง

“แม้แต่เรา รู้สึกว่า เราสนิทกับเขาก็จริง แต่เขาก็มีมิติอีกมิติหนึ่งที่เรายังมองไม่เห็น แล้วประสาอะไรกับคนที่แบบเราเพิ่งเห็นเขาแค่แป๊บๆแล้วเราจะไปตัดสินเขาด้วยแค่เหตุการณ์ เหตุการณ์หนึ่ง ตัดสินเขาด้วยมุมมองหนึ่งของเรา โดยที่เราไม่ได้มองในอีกแง่ของเขาเลย” (Info2)

“เหมือนเรา empathy คนอื่นมากขึ้น จากเดิมที่เราแบบมุ่งแต่งงาน ไม่ค่อยได้สนใจคนอื่น แต่เรา empathy เข้าใจคนอื่นมากขึ้น” (Info3)

“ก็อาจจะเป็นเพราะช่วงนี้คุยกันเรื่องฝึกงานเยอะขึ้นด้วยมั้ง เราก็เลยได้เข้าใจเพื่อนมากขึ้นด้วยหลายๆอย่างด้วย ได้เข้าใจอารมณ์ของคนด้วย ก็เพื่อนบางคนเขาก็กลัวเพราะปี3 เริ่มฝึกงานแล้ว เราก็เข้าใจเพื่อนมากขึ้น” (Info3)

“การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเคียวหรือ เคียวเข้าใจความรู้สึกของคนรอบข้างมากขึ้นนะ” (Info6)

“ก็รู้สึกแบบว่า ก็เหมือนกับว่าก็มองมันแบบ ก็คือเหมือนกับว่าก็ไม่คิดว่ามันไร้สาระอะไรอย่างนี้คือเหมือนกับว่ามันเป็นความรู้สึก มันเป็นความรู้สึกปกติของคนเราที่มันแบบถ้าเจอเหตุการณ์แบบนี้เค้าก็ต้องเป็นแบบนี้ไม่ใช่ว่าแบบจะเข้มแข็งอะไรมาจากไหน

แต่แบบพอเจอเหตุการณ์แบบนี้มันก็แบบมันก็เป็นได้เหมือนกันหมดอะไรประมาณนี้คะ”
(Info9)

“เหมือนกับว่า ก็ทำให้ได้เข้าใจว่าแบบว่า มันเป็นอารมณ์ปกติที่มันเกิดขึ้นกับคนที่มีความรักอะไรอย่างนี้” (Info9)

“แล้วเหมือนกับว่าที่บอกว่าอกหักแล้วเศร้าแล้วคิดฆ่าตัวตายอะไรอย่างนี้ใช่ไหมคะ คือเหมือนกับว่าไม่ใช่แค่เฉพาะคนอกหักใช่ไหมคะ เหมือนกับคนที่แบบผิดหวังอะไรอย่างนี้ใช่ไหมคะ การผิดหวังมันก็เหมือนกับการอกหัก อกหักมันก็คือการผิดหวังอย่างหนึ่ง ถูกมั้ยคะ มันก็ทำให้เราเศร้าแล้วเราก็แบบคือทุกอย่าง มันคิด มันผุดขึ้นมาได้หมดเลย คือความคิดมันแบบ มันจะแบบมันคิด ยังไงละคำก็เล่า มันผุดขึ้นมาหมดเลยอะไรอย่างนี้ ความคิดแบบเรื่องไม่ดีอะไรอย่างนี้มันก็ผุดขึ้นมาหมดเลย อยู่ที่เราจะสามารถยับยั้งตัวเองได้รึเปล่าหรือว่าเราจะทำตามความคิดนั้นอะไรอย่างนี้” (Info9)

“เข้าใจ เออ เขาพูดออกมามันก็เข้าใจเขามากขึ้น...ก็ตอนรู้สึกที่ว่าเขาคิดแบบนั้นนะ บางทีเหมือนเขาต้องการจะบอกเราว่า เออ เราไม่เจอแบบเขาอ่า เราก็ไม่รู้หรอก อะไรเงี้ย ได้เข้าใจตรงเนี่ย เหมือนแบบเมื่อก่อนถ้าเราฟังไป ก็เราไม่ได้เจอแบบเขาอ่า เราก็แบบคิดนี้ในแบบของเรา แต่พอที่เราฟังเรื่อยๆก็ เออ ที่เขาเจออะมันก็อาจจะแบบไม่เป็น อย่างที่เราคิดอะ ที่เขาทำลงไปมันอาจจะไม่เป็นอย่างที่เรต้องการ มันก็เลยรู้สึกขัดแย้ง”
(Info10)

4.3 ใสใจสื่อสารและรับฟังคนรอบข้างมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างว่า เขาใสใจในการสื่อสารกับคนรอบข้าง และรับฟังคนรอบข้างมากขึ้น ด้วยความเข้าใจในโลกของเพื่อนมากขึ้น

“เพื่อนคนที่เคยเรียนด้วยกันมาเมื่อตอนมัธยม คือเขาไม่เคยโทรมาคุยกันนานแล้ว เขาก็โทรมาแล้ว ตอนนี่ก็คือเขาอกหัก แล้วเขาก็จะระบาย จะพูดอะไรก็แล้วแต่ เราก็สังเกตการณ์ฟังการโต้ตอบกลับไปของเรา เราารู้สึกว่าเราฟังเขามากขึ้น เราฟังคนรอบข้างมากขึ้น” (Info1)

“คือฟังแล้วเหมือนกับว่า ลงไปในหัวใจเขาจริงอะครับ เหมือนกับว่าในmoment เนี่ย เขากำลังอยู่กับอะไร เมื่อก่อนเหมือนเราแค่จับว่า เออนี่คือความเสียใจ เออ มันเป็นแค่ข้อมูล แต่ตอนนี้คือ เหมือนมันเป็นการยอมรับ มันพูดได้ไม่ขัดนะ คือมันละเอียดซะจนไม่รู้จะใช้คำว่าอะไร แต่เหมือนกับว่า ถ้าจะพูดกันในเชิงปรึกษาแล้วเนี่ย ผมรู้สึกว่ามัน ได้ก้าวเข้ามาสู่การฟังแบบปรึกษามากขึ้น คือฟังไปถึงหัวใจของเขาอะ” (Info1)

“แล้วก็คือแบบถ้าเขามีปัญหาอะไร เราก็จะฟังเขามากขึ้น พอแบบตะกอนเราจะ เป็นแบบ ไม่ค่อยชอบฟังใคร ความใส่ใจต่ำ แบบฟังนานๆแล้วจะหลับ เราก็ฟังเพื่อนมาก ขึ้น” (Info3)

“พอเรามาฟังแล้ว เข้ากลุ่มแล้วเรารู้สึกว่า เรื่องที่ฟังมันก็ของชีวิตของแต่ละคน มันก็ให้แง่คิดดี เราก็แบบว่า เหมือนกับเป็นการเปิดใจคุยกันในกลุ่มแล้วทำให้เรารู้แบบ รายละเอียดของเพื่อนลึกซึ้งขึ้น ซึ่งถ้าเราลดกรอบของตัวเองลง แล้วเราฟังคนอื่นมากขึ้น เราจะเข้าใจเพื่อนจริงๆมากขึ้น ถ้าเดิม เพื่อนพูดอะไรเราก็เอ๋อๆ ไปอย่างนั้น แล้วเราก็ ไม่เข้าใจเขาเลย จนเพื่อนบอกว่า เธอทำไมไม่เข้าใจเลยวะ” (Info3)

“มันทำให้เรารู้สึกอยากฟังคนอื่น มันเหมือนกับติดนิสัยจากในกลุ่มอะ เวลาเรามา คุยกับคนอื่น เราก็จะฟังคนอื่นด้วย ซึ่งปกติเราจะชอบพูดมากกว่า คำไม่ต้องพูด เราจะไม่ ค่อยชอบฟังใคร” (Info6)

“คือเหมือนกับว่าเค้าตั้งใจฟังเราพูดแล้วใช้ใหม่คะ เราก็ต้องพยายามค่อยๆเรียบ เรียงว่าเนี่ยต้องคิดว่าเออเราจะสื่อสารอะไรกะเค้า เราก็ต้องแบบว่าเออเนี่ยต้องพยายาม พูดให้เค้ารู้เรื่องให้ได้เหมือนกับว่ามันเป็นหน้าที่เราที่เราต้องพูดให้เค้ารู้เรื่องอย่างนี้คะ อะไรประมาณนี้คะ ไม่ใช่หน้าที่เค้าที่ต้องมาฟังพยายามฟังเราให้รู้เรื่องอะไรอย่างนี้” (Info9)

“คือเหมือนกับว่าเวลาฟังใช้ใหม่ เราก็ต้องสังเกตเค้าใช้ใหม่คะ ประมาณว่าก็คือ เหมือนตอนที่เรารู้สึกอยู่อย่างนี้เราก็ต้องสังเกตเค้าไปด้วยอย่างนี้แบบว่า ไม่ใช่มัน เปรียบเทียบการฟังอย่างตั้งใจอะไรประมาณนี้ สมมติว่าถ้าเราอยากรู้ใช้ใหม่เราก็ตั้งใจฟัง คิดถึงตัวเองเวลาฟังอย่างนี้ ถ้ามีคนมาเล่าเรื่องอะไรเรื่องหนึ่งให้เราฟังอย่างนี้แล้วเราไม่ อยากฟังใช้ใหม่คะ ถ้าเราไม่ตั้งใจฟังเค้าก็คงไม่อยากจะให้เราฟังต่อใช้ใหม่คะ ก็คือเราก็ ต้องแบบเหมือนกับเวลาเราเล่าอะไรให้เราฟังอย่างนี้เราก็ต้องสังเกตเค้าด้วยว่าเออเค้า อยากฟังเราพูดใหม่ เออถ้าเค้าไม่อยากจะฟังอย่างนี้เราก็ไม่เล่าต่อ ถ้ามีใครมาเล่าอะไรให้เรา ฟังอย่างนี้เค้าคงอยากเล่าให้เราฟังจริงๆ เหมือนที่เราอยากเล่าให้คนอื่นฟังอย่างนี้คะ” (Info9)

“คือเหมือนกับว่าเวลาฟังใช้ใหม่ เราก็ต้องสังเกตเค้าใช้ใหม่คะ ประมาณว่าก็คือ เหมือนตอนที่เรารู้สึกอยู่อย่างนี้เราก็ต้องสังเกตเค้าไปด้วยอย่างนี้แบบว่า ไม่ใช่มัน เปรียบเทียบการฟังอย่างตั้งใจอะไรประมาณนี้ สมมติว่าถ้าเราอยากรู้ใช้ใหม่เราก็ตั้งใจฟัง คิดถึงตัวเองเวลาฟังอย่างนี้ ถ้ามีคนมาเล่าเรื่องอะไรเรื่องหนึ่งให้เราฟังอย่างนี้แล้วเราไม่ อยากฟังใช้ใหม่คะ ถ้าเราไม่ตั้งใจฟังเค้าก็คงไม่อยากจะให้เราฟังต่อใช้ใหม่คะ ก็คือเราก็ ต้องแบบเหมือนกับเวลาเราเล่าอะไรให้เราฟังอย่างนี้เราก็ต้องสังเกตเค้าด้วยว่าเออเค้า

อยากฟังเราพูดใหม่ เออถ้าเค้าไม่อยากฟังอย่างนี้เราก็ไม่เล่าต่อ ถ้ามีใครมาเล่าอะไรให้เรา ฟังอย่างนี้เค้าคงอยากเล่าให้เราฟังจริงๆ เหมือนที่เราอยากเล่าให้คนอื่นฟังอย่างนี้คะ” (Info9)

“เหมือนกับว่ามีคนเข้าไปในกลุ่มใช้ใหม่คะ เค้าเล่าอะไรไปอย่างนี้ เค้าก็จะตั้งใจ ฟังอะไรอย่างนี้ก็เหมือนกับว่าให้เราแบบว่าคิดว่าทุกเรื่องที่เค้าเล่าให้เราฟังอย่างนี้มันก็ เหมือนกับว่าเค้าคงอยากให้เรารับรู้ด้วยจริงๆก็แบบก็น่าจะตั้งใจฟังอะไรอย่างนี้” (Info9)

“เรื่องรับฟังคนอื่นมากขึ้นเหมือนกับว่า ต้องฟังจริงๆงะ” (Info10)

“เหมือนแบบพอแบบฟังไปแล้วมันขัดกับใจเรา มันก็เป็น อ้อ มันก็ขัดอยู่ในใจ แต่ เหมือนตอนนั้นก็แบบ พอฟังไปแล้วก็แบบ พอมันรู้สึกแอบขัดแย้งขึ้นมาปุ๊บ เราก็แบบ เหมือนมันวางความขัดแย้งออกไปได้ละ แล้วเราก็ เออๆ ฟังเขาไปก่อนนะ” (Info10)

4.4 รู้สึกเป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนรอบข้างมากขึ้น

ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงสัมพันธภาพกับคนรอบข้างของตนเองในแง่ของการอยู่ร่วมกับผู้อื่นว่ามีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น อาทิ รู้สึกผ่อนคลายเวลา อยู่กับเพื่อนมากขึ้น รู้สึกเป็นมิตรกับเพื่อนมากขึ้น รวมถึงรับรู้ว่าคุณค่าที่คุยด้วยรู้สึกดีขึ้น

“กับเพื่อนๆเนี่ย บางทีก็มีนั่งคุยนั่งกินข้าวแล้วก็คุยๆกัน เราก็รู้สึกได้ว่าเราก็ผ่อนคลายเวลาที่เราได้อยู่กับเพื่อนจริงๆ” (Info1)

“มันเหมือนเรารู้สึกเป็นมิตรกับทุกคน เราก็ก็ลื่นกับสิ่งที่มีอยู่ อยู่กับปัจจุบันมากขึ้น” (Info1)

“สัมพันธภาพมันไม่รู้หรือครับ แต่สิ่งที่รู้ได้ก็คือคนที่คุยอยู่กับเรารู้สึกดี” (Info1)

“(รู้สึก)ดีขึ้น เพราะเรารู้สึกเป็นตัวเรา เหมือนกับถ้าเวลาเราคุยกับใคร แล้วจะชอบอยากรู้ว่าเค้าคิดกับเรายังไง ถ้าเค้าคิดดีกับเรา เราก็จะดีกับเค้า แต่ตอนนี้เราพยายามลดความคิดนี้ลงไป” (Info3)

“เคยรู้สึกว้าว เคยเข้ากับสังคมได้ง่ายขึ้นนะ” (Info6)

“จนได้กลับมา จนได้ลงมาข้างล่างแล้วก็ได้ไปเจอเพื่อน แล้วก็รู้สึกเหมือนติดอารมณ์คะ ก็อยากคุยกับเพื่อนก็ลงมาเลย ก็ชอบอะ รู้สึกเหมือนได้ปฏิสัมพันธ์กันยังนั่นอะ ก็ชอบ ก็ได้ลองพูดคุยกับเพื่อนมากขึ้น มันก็เลยทำให้เกิดความรู้สึกดีอะ” (Info6)

“เหมือนแบบเรายังไงหละ ปล่อยให้มันค่อยๆเป็นไปอะ ไม่ค่อยได้ชวนขวยหา มันเหมือนก่อนหน้าเนี่ยใช่มะ มันจะเป็นแบบ บางทีมันก็เป็นแบบ ก็มองหาอยู่เนอะอย่างนี้ ก็แบบกังวล เหมือนบางทีมันก็มีคนเข้ามาอย่างเนี่ย เหมือนยังแบบกังวลกับเรื่องแบบนี้

อยู่อะ แบบ เอี้ยจะเอายังไงดีนะ คนนี้ก็ไม่ใช่ เหมือนแบบ ทำให้มันเป็นเรื่องยุ่งยาก” (Info10)

“อะไรประมาณเนี่ย เหมือนพอดอนนี่ใช่ปะ อาจจะมีรู้สึกดีกับคนนี่ แต่อาจจะแบบก็ ปล่อยอะ ไม่ได้ไปคาดหวังอะไรมาก เออ ค่อยๆไปดีกว่าไม่รีบร้อน เป็นเมื่อก่อนก็แบบ หงุดหงิดกับความรู้สึกว่า อี้ย เอายังดีวะ เอายังไงดีอะไรอย่างเนี่ย” (Info10)

“ปล่อยวางมากขึ้น หลายๆอย่างมันจะรู้สึกว่าตัวเองก็ปล่อยวางมากขึ้น” (Info10)

“ถ้าก่อนหน้านี้ เออ ก็อยากจะมีใครสักคนคุยให้รู้สึกดีอะไรอย่างเนี่ย แต่พอดอนนี่ ก็คือแบบ ก็ไม่จำเป็นต้องมีอย่างนั้นง่า เออก็คุยกันแบบเป็นเพื่อนไปดี ไม่เห็นต้องไปแบบ ทำให้มันเป็นแบบต้องเป็นอย่างนั้นอ่า เหมือนแบบ อธิบายไม่ถูก เหมือนประมาณว่า ถ้า เขาเข้ามาคุย เราก็คุย ก็เป็นเพื่อนไป อย่าเพิ่งคิดอะไรได้มัย” (Info10)

“ใช่เหมือนแบบ อาจยกตัวอย่างคนหนึ่งเลยที่แบบก็เจออยู่บ่อยๆอะไรอย่างนี้ เออ แบบรู้สึกดีด้วย เมื่อก่อนก็แอบพิจารณาว่า อี้ย เราจะแบบ ชอบคนนี่ดีมัยน้า อะไรอย่างเงี้ยจะชอบเขาแบบเหมือนอย่างแฟนดีมัย แต่พอดอนนี่อะ ไม่เห็นเป็นไรเลยอะ เรา คุยกับเขาแบบนี้ดีกว่า ไม่เห็นต้องไปคิดถึงตรงนั้นเลย มันทำให้เรารู้สึกเครียดไปเปล่าๆ แล้วแบบบางที่ ถ้าเกิดว่าเขาทำอะไรที่แบบ รู้สึกเหมือนแบบไม่สนใจอะไรอย่างนี้ เราก็อาจจะน้อยใจก็ได้ อะไรประมาณนี้” (Info10)

“เหมือนมันไม่ได้มองหา คนที่แบบไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิด เหมือนตอนนี้นั้นมันค่อนข้างอะ เหมือนมันเป็นสิ่งที่เราแบบ คิดอยู่ในใจ แต่เราไม่ได้ทำให้เป็นเรื่องเครียดเงี้ยเหมือนไม่ได้มองหาแบบ อืม” (Info10)

“เมื่อก่อนอาจจะมองแบบพอเลิกกันไปแล้ว มันก็จะมีความรู้สึกที่ไม่ดีอยู่อะตลอดไรเงี้ย แต่พอเข้ากลุ่มแล้วแบบ บางทีมันก็เลิกกันแบบดีก็มีนี่น้า เป็นเพื่อนกันก็มีนี่น้า หรือบางที่แบบก็คิดว่าถ้าไม่อยากเลิกนะ ก็อย่ารีบร้อนสิ อะไรอย่างนี้ ก็เลยใช้เวลาในการดูแบบปล่อยให้มันเป็นไปตามธรรมชาติ” (Info10)

“มันเกิดขึ้นเพราะว่า เราได้เล่าเรื่องถึงคนนี่ แฟนใหม่ใช่ปะ คือพี่ๆเค้าถามว่าอยากขอบคุณ เอี้ยไม่ใช่ เออ อยากขอบคุณใครในชีวิต ก็พูดถึงแฟนนะคะ ก็พ่อแม่ พูดถึงครอบครัวแล้วก็พูดถึงแฟนใหม่ใช่ไหม แล้วพี่counselorก็ว่า เออ ถ้าอย่างงี้ก็ต้องขอบคุณแฟนเก่าด้วยใช่ไหม ที่แบบว่าเลิก ที่ยอมให้เราได้คบกับคนใหม่ ได้เจออะไรที่ดีกว่า เราก็เลยเอ่อ มันก็จริงนะอะ ก็เลย ถึงแบบก็ดีที่ไปก็เลยทำให้เราได้เจออะไรที่ดีกว่า ก็เลยอยากแบบอะไรบ้าง” (Info11)

“มนแบบ ก็อยากเข้าหาเค้ามากขึ้น อยากเข้าไปคุยด้วย ไม่อยากตัดขาดการอย่างงี้ เพราะว่าแฟนเก่าเค้าเป็นรุ่นเดียวกัน เป็นเพื่อนกัน ถึงแม้จะไม่ได้เป็นแฟนกัน ก็

อยากให้กลับมาเป็นเพื่อนกันแล้วก็มีมองหน้ากันมากขึ้น มองหน้ากันได้บ้าง เพราะว่าก่อนหน้านี่เหมือนมันขาดหมดเลยอะ แบบ” (Info11)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่ง ยังได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างมากของตนระหว่างสัมพันธภาพของตนกับคนรอบข้าง ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาว่า การได้รับรู้ความหมายของคำว่า “ครอบครัว” ทำให้ตนได้มองย้อนสำรวจในชีวิตของตนเอง และได้ให้ความหมายคำว่าครอบครัวในชีวิตของตนใหม่ว่า ครอบครัวและบุคคลในครอบครัวไม่ได้หมายความถึงเฉพาะบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องทางสายโลหิตเท่านั้น แต่ยังหมายความรวมถึงเพื่อนผู้คนที่อยู่รอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนพี่น้องที่อยู่ร่วมหอพัก หรือเพื่อนพี่น้องที่อยู่ร่วมคณะ ก็อาจเป็นครอบครัวของตนได้เช่นเดียวกัน การให้ความหมายที่เปลี่ยนแปลงไปดังกล่าว ทำให้ตนได้มองเห็นคุณค่าของคนรอบข้างมากขึ้น ใช้เวลากับคนรอบข้างมากขึ้นจากเดิมที่เคยมองว่าเป็นเรื่องไม่มีสาระประโยชน์อะไร สู้เอาเวลาไปใช้ทำงานเลี้ยงตนเองและครอบครัวดีกว่า แต่จากการที่ผู้ให้ข้อมูลได้ใช้ส่วนหนึ่งกับเพื่อนหรือคนรอบข้างมากขึ้น และมีความรู้สึกที่เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับผู้คนรอบข้างของตนเองมากขึ้น

“การกระทำที่เปลี่ยนไปด้วย ซึ่งบางที คือช่วงจับเคียวมันว่าง ตอนเช้าเคียวเอาบทรายการวิทยุไปอ่านยังเสี่ยะ ช่วงประมาณ 9 โมงครึ่ง ถึงเออประมาณเที่ยงครึ่งเคียวว่าง เคียวก็จะมาแล้ว บางทีก็จะอยู่ชั้นบนค่ะ แล้วก็มาเจอเพื่อนมานั่งทำงาน ก็จะมานั่งคุย นั่งเล่นสนุกสนานกัน แล้วเคียวก็จะกลับไปทำงานต่อ” (Info6)

“บางที่เราต้องออกไปทำธุระ 10 โมงอย่างนี้ แทนที่เราจะอยู่บนห้อง แล้วค่อยลงมาตอน 10 โมง เราก็จะลงมาเล่นข้างล่างก่อน เมื่อจะได้เจอเพื่อน เราจะได้คุยได้อะไรก่อน ซึ่งแต่ก่อน ความคิดของเคียวที่อยู่ในหัวก็คือ เราไปคุยกับเพื่อนไปเล่นกับเพื่อนเราคงไม่ได้ อะไร สู้ไปทำงานดีกว่า ซึ่งมันก็อาจจะทำให้เคียวแลดูเป็นคนที่ไม่แข็งแรงอย่างนี้นิดหนึ่ง” (Info6)

ประเด็นหลักที่ 5 : แรงบันดาลใจจากเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าด้วยเรื่องราวจากการได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ซึ่งกันและกันในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีการเปลี่ยนแปลงจากแรงผลักดันที่ได้รับในการร่วมแบ่งปันประสบการณ์ดังกล่าว กล่าวคือ 5.1 เกิดแรงบันดาลใจให้พัฒนาตน 5.2 ได้รับแรง

เดิมเพิ่มพลังใจ 5.3 ข้อคิดจากเพื่อนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงตนเอง ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว และยังคงมีปรากฏอยู่ในประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของผู้ให้ข้อมูล

5.1 แรงบันดาลใจให้พัฒนาตน

การได้รับฟังเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว เป็นแรงจูงใจประกายให้ผู้ให้ข้อมูล เกิดแรงบันดาลใจให้พัฒนาตนเองมากขึ้นบ้างไม่มากก็น้อย เช่น พัฒนาให้ตนเองมีความรับผิดชอบเรื่องการเงินของตนเองมากขึ้นและเป็นภาระของทางครอบครัวน้อยลง พัฒนาให้ตนเองได้มีความสุขในการอยู่และเป็นส่วนหนึ่งร่วมกับคนรอบข้างมากขึ้นจากเดิมที่มีความสุขจากชีวิตการทำงานของตนเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งได้กล่าวว่าหากเพื่อนสมาชิกร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาซึ่งมีพื้นฐานครอบครัวมาจากครอบครัวหย่าร้างสามารถทำในสิ่งที่ตัวผู้ให้ข้อมูลเองรู้สึกชื่นชมได้ ตัวผู้ให้ข้อมูลเองก็เชื่อว่าตนก็สามารถทำได้เช่นกัน

“ก็คือ บางทีถ้าเราคิดเรื่องนี้คิดมา เราก็จะมีเพื่อนเป็นแบบ คือมีเขาเป็นภาพขึ้นมาเลย เออแบบ เขายังทำได้เลยเราก็ต้องทำได้เหมือนเขา” (Info3)

“ตอนที่คุยกันในกลุ่มเราบอกว่า เราอยากดูโตในสายตาของคนในครอบครัว เพราะว่าเป็นน้องคนเล็ก คนในครอบครัวจะมองว่าเหมือนแบบยังเด็กอยู่ ยังทำอะไรได้ไม่เท่าพี่ เราก็เลยรู้สึกอย่างนั้นก็เลยทำให้ตัวเองไม่กล้าที่จะทำอะไร แต่พอมาเห็นเพื่อนคนนี้เค้าเหมือน เค้าเป็นที่คนโตนะ แต่ว่าเค้าเหมือน เค้าสามารถดูแลตัวเองได้ในเรื่องค่าใช้จ่ายรวมถึงดูคนอื่นในครอบครัวได้ด้วย ถึงเราไม่ได้มีหน้าที่ต้องทำขนาดเค้าแต่แบบพอเห็นอย่างนั้นแล้ว เราก็น่าจะทำได้” (Info4)

“เคียว(นามสมมุติ)ก็รู้สึกว่าเคียวอะเจ๋งแล้ว จริงๆแล้วเคียวรู้สึกว่ามันยังไม่ใช่เพราะหลังจากที่เราฟังเพื่อนมากขึ้น มันทำให้เรามีประสบการณ์ก็คือ ที่ได้คือ เรามีมุมมองใหม่ๆ มุมมองใหม่ๆ เช่น บางทีชีวิตเรามันอาจไม่ต้องการแค่เงินอย่างเดียวก็ได้นะ ใช่ไหมคะ เนี่ยคือ มุมมองอันหนึ่งเลย...จริงๆแล้วเราสามารถมีอะไรอย่างอื่นเข้ามาในชีวิตเราได้ ที่นอกจากไอ้ สิ่งที่เรา เป็นอยู่อะ เช่น วันนี้เคียวโอเคแหละ เคียวอาจจะทำงานเก่ง ไอ้เรื่องหาเงิน หาจ๊อบหาอะไรเนี่ยโอเคอะ แต่กับเพื่อนบางคนเค้าอาจจะไม่เก่งเท่าเคียวอะ ไอ้เรื่องหาจ๊อบช้อกแซ็กหางานอะไรอย่างเนี่ย แต่เค้ามีเพื่อนเยอะแยะเต็มไปหมดเลยอะ แต่เคียวก็รู้สึกว่าวันนี้เคียวก็มีความสุขนะ กับงาน กับอะไรอย่างเนี่ย แต่เคียวรู้สึกว่าในมิติอีกมิติหนึ่งอะ ความสุขที่ได้รับอย่างเค้าก็มีความสุขอะ แล้วเคียวก็รู้สึกว่าจริงๆแล้วมัน

น่าที่จะจอยกันได้ด้วย มันจะเจ๋งมากเลย เราไม่จำเป็นต้องได้อย่างหนึ่ง แล้วเสียอย่างหนึ่งอะ เคียวรู้สึกที่เราได้ทุกอย่างก็ได้” (Info6)

“มองโลกในแง่ดีขึ้นว่าทุกคนที่เค้าเจอสถานการณ์มาเหมือนเรา เค้าก็สามารถทำตัวเองพัฒนาตัวเองให้ผ่านจุดนั้นมาได้ แล้วก็พัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น ซึ่งบางทีเค้าอาจจะดีกว่าเขาก็เหมือนเป็นแรงบันดาลใจให้เราทำตาม” (Info7)

“ก็คือพัฒนาตัวเอง คือแบบเหมือนพีคอง(นามสมมุติ) คือเค้าแบบครบครวนเค้าก็หย่าร้างเหมือนกัน เค้าก็ดูแลตัวเอง ดูแลแม่ เรียน แล้วก็ทำกิจกรรม ให้ตัวเองมีชีวิตที่ดีขึ้น มาจากจุดเดิมเลยอะคะ ซึ่งอย่างหนูเนี่ยก็คือ ก็ดีขึ้น แต่ยังไม่ถึงระดับที่พีคเ้าเป็นยังงี้คะ ก็เหมือนกับว่าเป็นแรงบันดาลใจว่าคือ เราน่าจะทำได้ให้มากกว่านี้เพื่อที่ชีวิตจะได้ดีขึ้นอาจจะไม่เท่าพีคเ้าแต่ก็คืออยากให้ได้มากกว่านี้” (Info7)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งยังได้กล่าวอีกว่าการได้แบ่งปันความฝันความตั้งใจในอนาคตของตนให้เพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวได้ร่วมรับรู้ได้ทำให้ตนมีความรู้สึกมุ่งมั่นตั้งใจที่จะพัฒนาตนเองอยากที่ได้พูดเอาไว้ ด้วยความรู้สึกว่าเมื่อได้พูดไปแล้วก็ควรที่จะทำให้ได้ ทั้งนี้พูดให้ข้อมูลได้รายงานว่าเป็นเรื่องที่ได้แบ่งปันดังกล่าวนี้เป็นเรื่องที่ปกติไม่ได้บอกให้คนทั่วไปรับรู้

“เหมือนแบบว่าตัวเอง แบบ เวลาเป็นคนทีพูดอะไรออกไปแล้วเจ็ย ก็แบบอยากทำให้ได้ แล้วยิ่งแบบถ้าคุยกับคนอื่นเจ็ย ก็ยิ่งอยากทำให้ได้ใหญ่เลย เหมือนพอมันได้พูดออกมาแล้วก็แบบ ประกาศออกไปแล้วหนิ เออ ก็ต้องมุ่งมั่นสิ ต้องพยายามสิ” (Info10)

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าตนได้มีการเปลี่ยนแปลงด้านการกระทำ ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว โดยได้จัดการกับเรื่องที่เกี่ยวข้องอยู่ตามคำแนะนำของเพื่อนสมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หลังจากที่ได้นำเรื่องดังกล่าวไปแบ่งปันในกลุ่ม

“แต่มาเข้ากลุ่มแล้วอย่างนี้มันก็เราก็น้องก็ลองแชร์เค้าก็บอกว่าในส่วนของพีคเ้าก็เห็นว่าเออในเรื่องของกิจกรรมเราทำเยอะไปอะไรอย่างนี้ก็แบบอยากให้ลดลงบ้าง ซึ่งตอนนี้เราก็ตกลงมาแล้ว ในส่วนนี้เพราะว่าเหมือนกับมีผลต่อการเรียน ณ ตอนนี้” (Info8)

“แล้วก็เหมือนแบบได้เล่าๆไปซะมี้ย แล้วก็เหมือนแบบ แล้วพอมี feedback ว่าเออถ้าเราหยุดอะไรอย่างนี้ มันก็ดีกว่าอะไรอย่างเจ็ย เหมือนเราก้ พอบแบบได้ทวนตรงนี้ออกมาก็แบบ ทำให้เราได้คิดว่า เออเนาะ ครั้งต่อไปเราก้ลองหยุดดูมั่งสิ ตอนนั้นที่ขวัญชัย ขวัญก็คิดอย่างเนี่ย เออใช่ แล้วทำไมเมื่อก่อนเราไม่หยุดอะ ครั้งต่อไปลองหยุดดีกว่ามี้ย”(Info10)

5.2 แรงแติมเพิ่มพลังใจ

ผู้ให้ข้อมูลบางคนยังได้รายงานว่าการแบ่งปันเรื่องราวภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตั้งกล่าวนั้น ยังได้ช่วยต่อเติมเสริมกำลังใจให้ตนมีกำลังใจในการใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น เช่นมีกำลังใจที่จะต่อสู้ฟันฝ่าปัญหาการเงินของครอบครัวมากยิ่งขึ้น จากการได้รับรู้ว่าเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยารุ่นน้องเคยฟันฝ่าปัญหาที่ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกว่าเป็นเรื่องหนักสำหรับเด็กในช่วงวัยนั้น ทำให้ตนมีกำลังใจที่จะต่อสู้ฟันฝ่ามากขึ้น

“มีกำลังใจที่จะฟันฝ่ากับอุปสรรคที่กำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้มากขึ้น” (Info8)

“ทำให้เรามีเหมือนกับมีกำลังใจสู้ต่อกับสิ่งที่จะต้องเจอต่อไป กับสิ่งที่เราเคยเจอมาแล้วเราคิดถึงมันแล้วมันท้อเหมือนกับเรื่องที่เคยเจออันนี้ แต่น้องเค้าเหมือนกับมาเปรียบเทียบกับเราแล้ว น้องเค้าได้รับ โดนเค้ามากกว่าเราในช่วงวัยขณะนั้นกับในช่วงที่ต้องเป็นเราอย่างนี้” (Info8)

“เหมือนกับมันก็มีบางจุดที่เราคิดไม่ถึงว่ายังมีคนที่ได้รับผลกระทบหรือเหมือนกับได้รับความรู้สึกที่กดดันมากกว่าเราก็มีซึ่งเมื่อเราท้อเนี่ย เราก็มาคิดถึงเรื่องที่ผ่านมาที่น้องเค้าเล่ายิ่งกว่าเรื่องของเราทำให้เรามีกำลังใจหรือมีแรงสู้ต่อไป” (Info8)

“จากการที่ได้แชร์กันเราก็เจอมาเจอมาเรื่อยๆ เหมือนกับปัญหามันสอนให้เราแข็งแกร่งขึ้นแต่เมื่อเราได้เจอปัญหาคนอื่นมาก็คุยกับเค้าก็แก้มาได้ทำให้เราแข็งแกร่งขึ้นแข็งแกร่งขึ้นมากกว่าเพราะว่ายังมีคนทำได้ เราก็ต้องทำสิ่งนั้นได้” (Info8)

ผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่ง ได้รายงานว่าการได้รับรู้ตนเองในทางบวกจากการร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในกลุ่ม ได้ช่วยเน้นย้ำสิ่งที่ดีเกี่ยวกับตนเองดังกล่าว และเสริมให้ผู้ให้ข้อมูลมีจุดยืนที่สร้างสรรค์กับตนเองจากการเน้นย้ำภายในกลุ่มนั้น

“ไม่รู้่อ่า เหมือนวันแรกๆที่เราคุยกันคือ เราจะพูดว่า ไม่รู้เหมือนกันอะไรแต่ว่าวันนั้นเหมือนแบบขวัญก็อารมณ์ดีมั้ง แล้วขวัญก็จะชอบยิ้มๆอย่างเนี่ย ยิ้มอยู่ตลอด แล้วพี่เขาก็จะแบบว่าขวัญแบบ เป็นคนมีความสุขกับชีวิตนะ แล้วพอได้ฟังอย่างนี้ แล้วขวัญรู้สึกว่ามันเป็นสิ่งที่ดีอ่า ที่เรามี ที่เรายิ้มแล้วมีความสุขกับชีวิตอย่างเนี่ย ขวัญก็เลยอ่า เออ มันดีที่เราเป็นอย่างเนี่ย เราก็เป็นต่อไปสิ” (Info10)

ประเด็นหลักที่ 6 : มุมมองต่ออุปสรรค

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงมุมมองต่อปัญหาและอุปสรรคในเชิงสร้างสรรค์ เป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างเอาไว้ใน 3 สาระสำคัญ ได้แก่ 6.1 อุปสรรคไม่ยากเกินพินิจไปได้ 6.2 อุปสรรคทำให้ได้เติบโตและเข้มแข็งขึ้น 6.3 อุปสรรคนำพาสิ่งดีมาด้วยเสมอ

6.1 อุปสรรคไม่ยากเกินพินิจไปได้

ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงมุมมองต่ออุปสรรคปัญหาว่า เป็นสิ่งที่แก้ไขได้และตนมีความสามารถที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ เหล่านี้ไปได้ในที่สุด

“เคยรู้สึกว่ามีวันนี้ อย่างเดียวที่เราทำอะไรไม่ได้ สิ่งประสบการณ์ที่เคียวได้เรียนรู้จากเหตุการณ์นี้ คือ อย่างเดียวที่เราทำไม่ได้ คือเราคิดว่าเราทำไม่ได้อะ” (Info6)

“เมื่อเวลาเราเจอปัญหาอีกเราก็สามารถผ่านมันไปได้อีก...เราเชื่อว่าเราจะผ่านมันไปได้แล้วก็แบบพยายามทำให้มันก้าวผ่านปัญหาต่างๆไป” (Info7)

“ความรู้สึกของการเข้ากลุ่ม รู้สึกว่าปกติถ้าให้คุยเรื่องปัญหาอะคุยกับเพื่อนอะไรอย่างเงี้ยก็คุยได้ แต่พอเราเข้ากลุ่ม เราก็รู้สึกว่าเราได้พิจารณากับปัญหาอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้นว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมันคืออะไร เรารู้สึกกับมันยังไง คนอื่นให้ความเห็นยังไง ในการแก้ปัญหาต่างๆ ซึ่งมันจะทำให้รู้สึกว่าทุกอย่างมันมีทางแก้ไข” (Info2)

“ประมาณว่าพอมีปัญหาเข้ามาอย่างเงี้ย เราไม่ได้เข้าไปอยู่ในปัญหา แต่เราลืมนองมันอยู่ข้างนอกอย่างเงี้ย มองว่าปัญหามันเป็นยังไง มันจะทำให้เราจัดการกับปัญหาได้ดีกว่า” (Info10)

6.2 อุปสรรคทำให้ได้เติบโตและเข้มแข็งขึ้น

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงมุมมองต่ออุปสรรคปัญหาว่าปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ช่วยทำให้ตนเติบโตขึ้นได้ โดยในข้อมูลส่วนนี้ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้กล่าวเพิ่มเติมว่ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้เอื้อให้ตนได้พิจารณาปัญหาต่างๆ ที่ตนเผชิญอยู่อย่างลึกซึ้งขึ้น และทำให้รู้สึกว่าปัญหาเหล่านั้นมีทางแก้ไขได้

“ก็อาจจะเข้าใจว่า เหตุการณ์ทุกอย่างมันผ่านมาแล้ว แล้วเราย้อนกลับไปแก้มันไม่ได้ แต่ว่าเหตุการณ์ต่างๆ ที่มันผ่านไปแล้วอะ ต่อให้มันทำให้เรารู้สึกแย่กับมันขนาดไหน แต่มันก็ทำให้เรารู้สึกเติบโตขึ้น แล้วสักวันนึงเราก็จะสามารถก้าวผ่านตรงนี้อุดออกมาได้

เอง คือถึงแม้ว่ามันอาจจะเหลือความรู้สึกแบบค้างอยู่ รู้สึกแบบ อาจจะรู้สึกไม่ดีบ้างกับตรงนั้น แต่ท้ายที่สุดเราก็จะสามารถเติบโตขึ้นมาได้ ผ่านจุดนั้นมาได้” (Info3)

“ถ้าไม่มีอุปสรรคก็จะมีคนที่แข็งแกร่ง เหมือนกับประมาณว่า เหมือนกับมีดถ้าเราไม่ได้ลับอะมันก็จะไม่คม ถ้าชีวิตเราไม่มีปัญหามันก็ ชีวิตที่แบบราบเรียบเกินไปไม่เจอปัญหาอะไรอย่างนี้ แต่เมื่อเราเจอปัญหาทำให้เราแข็งแกร่งขึ้นต่อผู้ได้หลายๆอย่างขึ้น เพราะเวลาเราเจอปัญหาอะไรแล้วแบบแฮ้ยเราก็เจอมาหรือเราเคยผ่านมาได้ เราต้องผ่านมันไปให้ได้ เหมือนกับว่าเรายังเจออะไรมันยิ่งทำให้เราสอนให้เราเรียนรู้ในชีวิตมากขึ้น เราจะต้องเจออันนี้เราจะต้องเจออย่างนี้ ถ้าเจออย่างนี้แล้วเราแก้อย่างไรต่อ มันเหมือนกับว่าเป็นบทเรียนที่มีค่าสำหรับเราที่ว่ามันต้องสู้กันต่อไปเมื่อเจอปัญหาอย่างนี้” (Info8)

“แต่คราวนี้ในมุมมองใหม่ เราเริ่มรู้สึกว่าสิ่งที่มันไม่ได้ตรงตามความต้องการของเรา มันเป็นเรื่องที่เหมือนเราถูกบังคับให้ต้องเผชิญ ฟังแล้วมันไม่sound นะ แต่มันไม่รู้สึกเหมือนมันไม่บีบคั้นนะ มันไม่ต้องตั้งคำถามว่าทำไม เพราะว่ามันมีอยู่แล้ว มันอาจจะมียู่แล้วในระหว่างการเดินทาง ถ้ามันต้องเจอก็อยู่กับมัน เพราะสิ่งเหล่านั้นมันก็ทำให้เราได้เติบโตไม่ต่างจากสิ่งที่ดีหรอก อาจจะผลักดันให้เราได้เรียนรู้ไวขึ้นด้วยซ้ำ” (Info9)

6.3 อุปสรรคนำพาสิ่งดีมาด้วยเสมอ

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้รายงานถึงมุมมองของตนว่า ในมุมมองหนึ่งของอุปสรรคปัญหามีสิ่งดีอยู่ด้วย

“ก็เหมือนกับว่าให้เราเจอเรื่องอะไรที่แบบมันไม่ดีอะไรอย่างนี้ใช่ไหมคะ ให้เรามองอีกมุมหนึ่งอะว่ามันก็มีเรื่องดี ๆ อยู่อะไรอย่างนี้ แบบว่า อย่างแบบเมื่อวานทำข้อสอบไม่ได้ทำข้อสอบไม่ได้ใช่ไหมคะก็แบบออกมาก็ร้องไห้อะไรอย่างนี้ ...แล้วก็แต่ก็แบบมาเจอเพื่อนแล้วเพื่อนก็ปลอบ ให้กำลังใจอะไรอย่างนี้ มันรู้สึกแย่ที่ทำข้อสอบไม่ได้ แต่มันรู้สึกดีที่เพื่อนมาปลอบเราอะ” (Info9)

“ความคิดในทางที่ดี ในสิ่งที่ดี คือเราไม่คิดร้าย ไม่มองไปในแง่ร้าย ถึงปัญหาที่เราพบว่ามันจะทำให้เราร้ายไปด้วย ให้มองมันเป็นแง่ดีหรือว่ายังไง แบบไม่คิดว่ามันร้ายเสมอไปนะคะ” (Info11)

ประเด็นหลักที่ 7 : ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว

แม้การหย่าร้างภายในครอบครัวจะเกิดขึ้นก่อนหน้าเป็นเวลานานแล้ว แต่ประสบการณ์อันเป็นร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัวยังคงมีอยู่ และมีหลายประเด็นที่ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงความงอกงามที่เกิดขึ้นในประเด็นเหล่านี้ โดยมีสาระสำคัญตามลำดับดังนี้ 7.1 ความรู้สึกของคนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 7.2 มุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่ 7.3 มุมมองต่อการหย่าร้าง และ 7.4 แรงผลักดันจากครอบครัวหย่าร้าง

7.1 ความรู้สึกของคนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

ภายหลังการเข้ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าการได้เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ร่วมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มที่มาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกันครั้งนี้ ได้ช่วยทำให้ตนรู้สึกอบอุ่นใจ ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลบางคนรายงานว่าการรับรู้ดังกล่าวได้ช่วยคลายความรู้สึกเชิงลบต่างๆที่ตนมีครอบครัวที่หย่าร้าง อาทิ คลายความรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อยจากการมีครอบครัวหย่าร้าง และคลายความรู้สึกว่าตนเองมีปัญหา เนื่องจากการเข้ากลุ่มได้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลตระหนักว่า การมีครอบครัวที่หย่าร้างนั้น ไม่ใช่ปัญหาที่ใหญ่โต และเป็นปัญหาที่เพื่อนคนอื่นๆก็ได้ประสบเหมือนกัน

7.1.1 รู้สึกอบอุ่นใจที่รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงความรู้สึกอบอุ่นใจที่รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้าง ซึ่งก่อนหน้าการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตนแทบไม่เคยมีโอกาสได้รับรู้

“ก็คงเป็นความรู้สึก ก็คือก่อนหน้านี้ก็คือแบบ เออเหมือนแบบบางที่เข้ากลุ่มอย่างเนี่ย การรวมคนที่มีปัญหาอย่างเงี้ย มันทำให้เรารู้สึกเหมือนกับว่าเราไม่ได้มีปัญหาอยู่คนเดียว แล้วก็ทำให้เรารู้สึกว่าปัญหาของเราไม่ได้เป็นเรื่องที่แบบใหญ่โตอะไรมาก ก็คือเป็นเรื่องปกติในชีวิตที่เราแบบ ถึงเราจะเจอเรื่องนี้มา มันเป็นเรื่องแอดลอมที่เราเปลี่ยนไม่ได้ แต่เราสามารถที่จะเปลี่ยนตัวเองได้” (Info3)

“เหมือนแบบตอนแรกเราก็ไม่เคยฟังเรื่องของคนอื่นใช้ไหมคะเวลาเข้ากลุ่มเราก็จะได้รับฟังความรู้สึก หรือไม่ก็แบบเรื่องราวของผู้ร่วมกลุ่ม เพื่อนที่เข้ามาร่วมเหมือนกันแล้วแบบบางอย่าง ประสบการณ์บางอย่างมันคล้ายคลึงกันอย่างนี้คะ มันก็ทำให้เรารู้สึกว่าเราก็ไม่ได้เป็นคนเดียวที่แบบเจอสถานการณ์แบบนี้” (Info7)

“มันก็เหมือนกับว่าคิดว่าเวลาครอบครัวที่พ่อแม่เลิกกันอย่างนี้ใช้ไหมคะเราก็จะคิดแบบว่าครอบครัวคนอื่นเค้าแบบสมบูรณ์แบบดีพร้อมพ่อแม่อยู่ด้วยกันหมดอะไรอย่าง

นี้ แต่แบบพอมมาเจอคนที่พ่อแม่แบบเล็กกันเหมือนกันแล้วก็แบบเป็นคนที่ใกล้ชิดตัวกัน
อะไรประมาณนี้ก็เลยคิดว่าแบบว่าเออแบบ ครอบครัวคนอื่นเค้าไม่ได้สมบูรณ์แบบไปกัน
ทุกคนก็มีคนเหมือนเรา” (Info9)

ขณะเดียวกัน นอกเหนือไปจากความรู้สึกอบอุ่นใจผู้ให้ข้อมูลบางคนยังได้รายงานถึง
ความรู้สึกคลายความทุกข์ คลายความรู้สึกเป็นปมด้อยที่ตนได้เติบโตมาจากครอบครัวที่ย่ำแย่

“ความรู้สึกก็คงรู้สึก ถ้าถามหลังเข้ากลุ่มก็คงรู้สึกดีขึ้น ว่าแบบ เรื่องหย่ามัน..
ปัญหามันไม่ใช่เฉพาะเราคนเดียวที่เจอ ซึ่งบางที คือชัดจะเป็นคนที่อยู่ในกลุ่มพ่อแม่ครบ
บางทีอาจจะรู้สึกเป็นปมด้อยบ้าง พอถึงวันพ่อวันแม่ เราก็จะรู้สึกบ้าง แต่พอถึงตอนนี้ เรา
ก็รู้สึกพอเพื่อนเค้ามีปัญหา เค้าก็ผ่านมันไปได้ แล้วเค้าก็ไม่ได้ถือว่าการนั้นเป็นเรื่อง
สำคัญเลยด้วย แล้วเราก็ต้องทำอย่างเค้าได้”(Info3)

“เหมือนแบบที่เค้าก็เจอเรื่องแบบนี้มาเหมือนกันอย่างนี้ละ ไม่ใช่เราคนเดียวที่เจอ
แบบนี้ ไม่รู้ว่าคนอื่นก็มีอะไรแบบนี้เหมือนกัน เราจะได้ไม่ต้องน้อยใจหรือเสียใจอยู่คน
เดียวอะไรอย่างนี้” (Info7)

7.1.2 รู้สึกเพียงพอ

ขณะเดียวกันผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งยังได้กล่าวถึงความรู้สึก ที่แม้ตนจะไม่ได้ได้อยู่กับ
พ่อและแม่เช่นครอบครัวอื่น แต่ก็ไม่ได้ทำให้ตนรู้สึกว่าตนเองมีส่วนที่ขาดพร่อง หรือขาด
ความอบอุ่นจากพ่อแต่อย่างใด ตรงกันข้ามแม้จะได้อยู่กับแม่เพียงคนเดียว ได้เป็นอยู่เช่น
ในวิถีในปัจจุบันนี้ ก็เพียงพอ แล้วสำหรับความรักความอบอุ่นที่ได้รับ และโอกาสที่จะได้มี
อนาคตที่ดีต่อไปได้

“รู้สึกว่าการที่ ไม่รู้สึกว่าเขา ไม่รู้สึกว่าเขาเกิน ไม่รู้สึกว่าเป็นปัญหา” (Info5)

“ก็เหมือนก็คือแม่ดูแลหนูมาคนเดียวอย่างนี้ใช่ไหมคะ การที่แบบ ถ้าแม่ดูแลหนู
มาคนเดียวอย่างนี้หนูก็แบบตั้งใจเรียน ทำงาน กลับไปช่วยแม่ได้ หนูแบบแค่แม่คนเดียวก็
ดูแลหนูได้ หนูก็สามารถกลับไปดูแลแม่ได้คะ มันไม่เหมือนคนอื่นที่มีทั้งพ่อและแม่ดูแล
มาแล้วกลับไป แค่แม่คนเดียวมันก็สามารถทำให้หนูเป็นคนที่ดีได้ ทำงานที่ดีได้” (Info7)

“ในช่วงแรกๆเรารู้สึกว่าเราขาด ขาดหมายความว่าทำไมเราไม่พร้อมเหมือนคน
อื่นเหมือนกับทำไมเราต้องมีปัญหาอะไรอย่างนี้ด้วย แต่เมื่อมีปัญหาชัดเข้ามาแล้วอัยเรา
อยู่กับแม่เราก็อยู่ได้นะ เรายังมีความอบอุ่นดี” (Info8)

“ก็อย่างเช่นบางครั้งเรายังขาดความอบอุ่นจากพ่อนะ แต่เมื่อมาดูแลแล้วแม่เนี่ยแม่
คือเป็นทั้งพ่อและแม่ คือเหมือนกับถึงแม่จะไม่มีพ่อแต่แม่ก็ยังที่จะดูแลเราได้ ยังจะอ่า

คอยที่จะเป็นห่วงเป็นใยเราคือแบบแม่จะโทร เหมือนแบบขนาดเราอยู่ ณ ตอนนี่ คือแบบ ก้องเพิ่งกลับบ้านไปเมื่อวาน เพิ่งกลับมาเมื่อเช้าแม่ก็แบบคือแบบไปเที่ยวแม่โทรตามว่า อยู่ไหนอะไรอย่างนี้ คือยังมีความห่วงใยที่แบบว่าเออแม่ก็ยังห่วงเรา ไม่ใช่ว่าไม่มีพ่อแล้ว แม่จะแบบทิ้งเราไม่ดูแลไม่มีอะไร เหมือนกับมันยังมีความรักความห่วงใยที่แบบ แม่ที่ที่แบบมันเพิ่มมากขึ้น จากใจที่แบบเอาไว้ให้ความอบอุ่นแก่พ่อแม่ แต่แม่นี้เป็นทั้งพ่อทั้งแม่ ที่จะคอยดูแลเรา” (Info8)

“มันก็ไม่สุขสบายเหมือนเดิม คือจะต้องมาหาเงินซื้อน้ำประปาก็ไม่มีจะต้องหาน้ำ จากบ่อ ไฟ คือเหมือนกับทุกอย่างเราไม่พร้อมหมดเลยแล้วจะต้องมาเจออะไรอย่างนี้ ซึ่งว่าพอเราไปเรียนแล้วเรากลับมา แม่ยังมีรอยยิ้มยังมีอะไรบางอย่างที่ทำให้เราแบบฮือเรา ยังมีแม่ที่เรายังอยู่ ถึงแม้ว่าเราจะไม่มีพ่อ ไม่มีครอบครัวพร้อมเหมือนคนอื่น เราก็กยังมีแม่ ที่คอยเป็นกำลังใจให้เรา คอยมีความอบอุ่นให้เราอะไรอย่างนี้” (Info8)

“แล้วแบบมันให้ความรู้สึกขาดอะไรมัยที่เราไม่มีพ่อใช้มัย มนรู้สึกว่ามันไม่ขาด เพราะว่ามนมีแม่ มียาย แล้วตอนนั้นก็มิตาอยู่ด้วย ก็มีตามีน้ำ แบบมีคนอื่นๆอยู่ด้วยซึ่ง คนเหล่านี้เค้าดูแลเราเค้าให้อะไรมากกว่าพ่อของเราอีก เพราะว่ามนเหมือนเป็นคนที่อยู่ ห่างไกลพ่ออะ เพราะรู้สึกห่างไกลกันไม่ค่อยรู้สึกสนิทกันเท่าไหร่มั้ง มันเลยไม่ค่อย อะไรถึงจะมีไม่มีมันก็ได้แต่คิดถึงอะไร” (Info11)

7.1.3 รู้สึกโง่งที่ได้พ้นจากปัญหาการทะเลาะกันของพ่อแม่

“ที่จริง ขวัญว่ามันก็ดีนะ เพราะว่าตอนที่เขาอยู่ด้วยกัน เขาก็ทะเลาะกันอย่างเนี่ย มันรู้สึกแยกว่าตอนที่เขาแบบ มันรู้สึกแยอะ เพราะเราอยู่ตรงนั้น อยู่ในเหตุการณ์ พอแยกกันไปแล้วเหมือนมันไม่มีปัญหาเรื่องการทะเลาะกันของคนสองคน” (Info10)

“แค่พ่อแม่หย่าร้างกัน ก็แค่นั้น ไม่มีพ่อก็ดีกว่ามี มนคิดว่าอย่างงั้นนะ เพราะว่า มีแล้วมันมีปัญหาเยอะมากนะ ไม่มีดีกว่า ไปเลยไป ไม่อยากอยู่ก็ไม่ต้องอยู่อะไรประมาณ นั้น อยู่กับแม่คนเดียวก็มีความสุขแล้ว บ้านก็จะได้สงบลงด้วย ไม่มีปัญหารบกวนทางจิตใจ” (Info11)

7.1.4 ไม่รู้สึกว่าอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงความรู้สึกนึกคิดของตนในฐานะที่เติบโตมาจากครอบครัว ที่หย่าร้างว่าการที่ตนเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง ไม่ใช่ครอบครัวที่สมบูรณ์เช่น ครอบครัวทั่วไป ว่าไม่ได้เป็นข้อจำกัดต่อการที่ตนเองจะพัฒนาตนเองเช่นผู้อื่น

“เข้าใจว่าทำไมมันต้องเป็นแบบนี้ คือเวลาที่เจอปัญหาที่จะไม่คิดว่าแบบ เพราะว่าเราเกิดมาในครอบครัวแบบนี้...ปัญหาที่มันเกี่ยวกับตัวเรา เป็นเพราะตัวเรา ถ้าอย่างปัญหาในครอบครัวเรื่องต่างๆอย่างนี้ก็จะไม่เคยคิดว่าเป็นเพราะว่าเราเกิดมาด้วย ครอบครัวที่แบบแตกแยกเลยทำให้เราเป็นแบบนี้” (Info4)

“ก็คือไม่ได้มองว่าตัวเองเกิดมาแล้วมีปมด้อยอะไรอย่างนี้คะ คือเหมือนทุกคนก็มีเหมือนกัน มีปมเป็นของตัวเองซึ่งบางอย่างอาจจะมากกว่าเราด้วยซ้ำอะไรอย่างนี้ ตอนแรกเราก็จะได้ไม่ต้องเก็บอันนี้มาเป็นสิ่งที่จะทำแบบขัดขวางใจหรือแบบเก็บอยู่ในใจให้เราเครียดอย่างนี้คะ ก็คือปล่อยมันไปมันไม่ใช่สิ่งที่จะทำให้เราไม่สามารถก้าวไปข้างหน้าได้ อะไรอย่างนี้ มันเป็นแรงผลักดันมากกว่า” (Info7)

“เหมือนกับเราเลือกเกิดไม่ได้แต่เราเลือกที่จะทำสิ่งต่างๆได้เหมือนกับถ้าเราต้องเจอตรงนี้เราจะเลือกยังไงเราจะถอยหรือเราจะสู้ต่อ” (Info8)

“อืมอย่างน้อยคนเราจะเป็นอย่างที่ตัวเราเองใช่ไหมคะ อืมก็เหมือนกับว่าถ้าเรารู้แล้วว่าทางเนี่ยอะไรที่มันไม่ดี เราไม่จำเป็นต้องทำเองอะ เราก็เรียนรู้จากประสบการณ์ของคนอื่นอย่างนี้คะ ว่าเอ้ยทำแบบนี้แล้วมันไม่ดีนะ แคนี่เราก็ไม่ต้องทำเราก็ไม่ต้องเอาตัวเราไปเสี่ยงกับเรื่องนั้นแล้วอะไรอย่างนี้” (Info9)

“เหมือนคิดประมาณว่าไม่ต้องยึดติดกับเรื่องนี้นะ ชีวิตเราเนอะ จะดีหรือไม่ดีไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่าเราเติบโตมาในครอบครัวที่ดีอะไรแบบนี้ เราเลือกที่จะให้ชีวิตเราดีขึ้นได้คะ” (Info11)

“แม้จะเกิดมาในครอบครัว ที่เป็นอย่างนี้นะ แต่เราก็จะสร้างชีวิตเราให้มันดีขึ้นได้ ซึ่งก็มีคนมองมาว่า คนที่เกิดมาในครอบครัวที่ไม่ดี ก็จะทำให้เด็กมีปัญหาไปด้วย ตาคนที่เกิดมาในครอบครัวที่ดี เด็กก็จะดีใช่ไหม เราก็จะมองว่ามันไม่จริงเสมอไปหรอก เราคนหนึ่งแหละที่รู้สึก ว่า ก็ไม่ได้มีปัญหาอะไร” (Info11)

7.2 มุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่

ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงมุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่ของตนในอนาคต แม้ตอนนี้ผู้ให้ข้อมูลจะยังไม่ได้มีครอบครัว แต่จากประสบการณ์การมีครอบครัวหย่าร้าง ได้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงผลกระทบทางลบที่จะมีต่อลูก หากมีการหย่าร้าง การพิจารณาเลือกคู่ครองคู่ครองอย่างรอบคอบ โดยการเลือกคนที่เข้ากันได้ดี และใช้เวลาในการศึกษาคนรักนานๆ จึงเป็นมุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่ที่ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานไว้ ขณะเดียวกัน เมื่อได้ตัดสินใจเลือกคู่ครองแล้ว ก็ควรจะทำหน้าที่หนุนเสริมดูแลครอบครัวของตนให้ดีที่สุด โดยผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงความรู้สึกที่ไม่ต้องการที่จะให้ต้องเกิดเหตุการณ์หย่าร้างขึ้นอีกในการสร้างครอบครัวของตนเองต่อไป ดังปรากฏในสาระสำคัญย่อย

7.2.1 ตั้งใจไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยเหมือนพ่อแม่ ดังนี้

7.2.1 ตั้งใจไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยเหมือนพ่อแม่

“เวลาเราตัดสินใจเลือกนะ ให้เราเลือกดีๆ แล้วเวลาเลือกแล้วก็ต้องทำให้มันดีด้วยลำบาก แต่มันก็ต้องเป็นอย่างนั้นจริงๆแหละ” (Info2)

“ซัดก็คงจะคบแล้วก็คงดูแบบประเภทที่ว่าคงเข้ากันได้มากกว่าจริงๆ คงศึกษานานอะ พอสมควร”(Info3)

“แล้วแบบไม่อยากจะให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยอะไรอย่างเนี่ย” (Info3)

“เพราะว่า ถ้าหากว่ามีลูกต่อไป แล้วแบบถ้าเหมือนเข้ากันไม่ได้ มันเหมือนจะมีผลกระทบต่อลูกมากกว่า” (Info2)

“เหมือนกับว่าเราก็เห็นบางตัวอย่างที่ไม่ดีแบบว่าที่พ่อแม่ทำอะไรอย่างนี้ใช้ใหม่คะคือเรารู้อยู่แล้ว เรียนรู้จากที่เค้าผิดพลาดคะ เออเรารู้นะว่าเค้าทำแบบนี้ไม่ดี เราก็ไม่ต้องทำตามที่เค้าเคยทำอย่างนี้คะ” (Info9)

“การใช้ชีวิตคู่หรือ...(หัวเราะ) ไม่คะ ไม่อยากคิด ปล่อยให้มันไปเรื่อยๆดีกว่า อ้อก็คิดไว้คือ ไม่อยากให้มันซ้ำกับที่เราเคยเป็น ..ก็คือหย่าร้าง ไม่อยากให้เราเป็นครอบครัวหย่าร้าง แต่ถ้าเกิดมันเกิดขึ้นมาจริงๆนะ เรายังจะทำเหมือนแม่เนี่ยแหละ” (Info11)

7.3 มุมมองต่อการหย่าร้าง

เมื่อถามถึงการเปลี่ยนแปลงที่เป็นความมองอกงามจากประสบการณ์การมาจากครอบครัวที่หย่าร้างผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึง ความเข้าใจในความเป็นไปได้ที่หลากหลายของสัมพันธภาพระหว่างสามีภรรยา หรือคนรัก และยังมีมุมมองต่อการหย่าร้างว่าอาจเป็นทางเลือกหนึ่งที่ดีแล้วสำหรับคนแต่ละคู่ ณ เหตุการณ์ขณะนั้น และจากประสบการณ์การเติบโตมาจากครอบครัวหย่าร้าง และการได้พบเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มาจากครอบครัวและกลายเป็นนิสิตนักศึกษาที่น่าชื่นชมในแง่มุมมองต่างๆ ไม่แพ้บัณฑิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์ปกติทั่วไป โดยมีรายละเอียดตามสาระสำคัญย่อยดังนี้ 7.3.1 การหย่าร้างเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ 7.3.2 การหย่าร้างไม่ได้ทำให้ลูกกลายเป็นเด็กมีปัญหาเสมอไป

7.3.1 การหย่าร้างเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้

ด้วยประสบการณ์การเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้รายงานถึงการรับรู้ว่าการหย่าร้างเป็นเหตุการณ์ย่อมเกิดขึ้นได้ในการใช้ชีวิตคู่ นับเป็นความมอก

งามหรือมุมมองเชิงสร้างสรรค์จากประสบการณ์ดังกล่าวที่ทำให้ได้ตระหนัก และเปิดใจยอมรับความเป็นไปได้จริงในชีวิต ขณะที่ผู้อื่นอาจมองข้ามและความเป็นไปได้จริงในชีวิตดังกล่าว

“ความมั่งคั่งของผมในจุดที่การที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มันคือการที่ผมไม่ต้องพยายามไปตอบว่าทำไม ทำไมล่ะ ทำไมคนต้องหย่าร้าง คนแยกทางกัน เหมือนมันไม่ต้องไปตอบคำถามแล้วละ แต่มันเป็นข้อความหนึ่งที่มาแทนที่ว่าในความสัมพันธ์อะไร โดยเฉพาะกับครอบครัวหรือคนรักอย่างเงี้ย มันสามารถเป็นไปได้ทุกรูปแบบ แล้วก็การที่เขาจะหย่าร้างมันก็เป็นทางเลือกหนึ่งของเขา เป็นสิ่งที่ เขาเลือกแล้วว่าเออจะให้มันเป็นแบบนี้ แล้วก็อาจจะดีแล้ว สำหรับเขา สำหรับคนแต่ละคู่ที่หย่าร้างกัน” (Info1)

“ชีวิตทุกคนเวลาแต่งงาน มีคู่อะไรอย่างนี้ เคื่อก็แบบอยากให้ชีวิตคู่เค้าแบบ success นะ เออ เป็นครอบครัวที่อบอุ่นเป็นพื้นฐานที่ดีให้กับลูกหลานในอนาคต แต่ว่ามันไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิดแล้วอย่างนี้ เราก็สามารถใช้ชีวิตที่ไม่ไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิดให้มีความสุขได้เหมือนกัน” (Info5)

7.3.2 การหย่าร้างไม่ได้ทำให้ลูกเป็นเด็กมีปัญหาเสมอไป

ผู้ให้ข้อมูลบางคนยังได้กล่าวอีกว่าการได้ร่วมเข้ากลุ่มการปรึกษากับเพื่อนนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ยังได้ทำให้ตนเองมีมุมมองต่อการหย่าร้างที่ชัดเจนมากขึ้นกว่าเดิมว่า เด็กที่มาจากครอบครัวไม่จำเป็นต้องเป็นเด็กที่มีปัญหาเช่นที่ตนเคยได้รับรู้

“เราก็ไม่คิดอะไรเรื่องนี้อยู่แล้ว ยิ่งเราได้ฟังเรื่องของคนอื่นมากขึ้นยิ่งรู้ประสบการณ์ชีวิตที่เค้าผ่านมาอะไรอย่างนี้แล้วก็ยิ่งทำให้เรามีมุมมองชีวิตดีขึ้นอะไรอย่างนี้ มองว่ามันไม่ได้เลวร้ายอะไรแบบนั้น” (Info7)

“เราก็ไม่มีทางรู้ได้เลยว่าเค้ามาจากครอบครัวหย่าร้างรึเปล่า ก็เลย ก็ถ้าเหมือนกับว่าพอเข้ากลุ่มอย่างนี้ พอได้เจอคนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกันซะใหม่ ค่ะมันก็เลยทำให้แบบว่าภาพตรงนี้ชัดเจนขึ้นด้วยว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างไม่จำเป็นต้องเป็นแบบนั้นเสมอไปอะไรอย่างนี้” (Info9)

7.4 แรงผลักดันจากครอบครัวหย่าร้าง

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าการมาจากการหย่าร้างนั้น เป็นแรงผลักดันให้ตนเองลุกขึ้นมาทำหน้าที่แทนพ่อที่หย่าร้างไป ลุกขึ้นมาทำหน้าที่ช่วยจุนเจือรายได้ครอบครัวตามกำลังของตนที่จะทำได้ เนื่องจากแม่เป็นผู้เลี้ยงดูครอบครัวคนเดียว ประสบการณ์ที่มีครอบครัวหย่าร้างจึงผลักดันให้ผู้ให้ข้อมูลมีแรงจูงใจที่จะชวนชวรายทำสิ่งต่างๆ เพื่อชดเชยและเติมเต็มสิ่งที่

ครอบครัวหรือตนเองพร้อมไป นอกจากนี้ด้วยความพร้อมไม่พร้อมสรรพของครอบครัวยังเป็นแรงผลักดันให้ผู้ให้ข้อมูลบางคน เรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเอง และอดทนเข้มแข็งต่อความยากลำบากต่างๆนับแต่ยังเด็ก ขณะเดียวกันในวิถีที่ผู้ให้ข้อมูลได้เติบโตและฟันฝ่าความยากลำบากต่างๆ ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานว่าคุณภาพไม่พร้อมเหล่านี้เป็นแรงผลักดันที่ทำให้ตนได้เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆที่เข้ามาในชีวิตมากขึ้น ทั้งนี้จะขอกล่าวถึงในรายละเอียดของแต่ละสาระสำคัญย่อตามลำดับดังนี้

7.4.1แรงผลักดันให้ลุกขึ้นมาเติมเต็มครอบครัว 7.4.2แรงผลักดันให้พึ่งพาตนเอง
7.4.3 แรงผลักดันให้ได้อดทนเข้มแข็ง 7.4.4 แรงผลักดันให้ได้เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆมากขึ้น

7.4.1แรงผลักดันให้ลุกขึ้นมาเติมเต็มครอบครัว

“คือเหมือนแบบว่า ดึงดันที่จะออกไปทำโน่นทำนี่ คือ ชัด รู้สึกว่าถ้าเขาไม่อยู่เราก็ต้องทำแทนเขาได้ก็ต้องทำแทนเขาได้ ต่อให้เขาไม่อยู่ ต่อให้ถึงไม่มีเขาเราก็ต้องอยู่ได้” (Info3)

“ก็คงแบบ เหมือนกับแบบว่า เติมเต็มในส่วนที่แบบว่า อาจจะเป็นรายได้ บางอย่าง ที่แบบว่า เอ่อ ความหมายคนอื่น ถ้าเขามีพ่อแม่ พ่อแม่ก็มีทั้งคู่ ก็มีรายได้ทั้งคู่ คือแต่ชัดมีแม่มีรายได้อยู่คนเดียว แล้วพ่อไม่ได้เลี้ยงดูเราก็ต้องแบบ แต่เราสามารถ หา รายได้มาเติมเต็มส่วนตรงนี้ได้ ที่ขาดไป” (Info3)

“ก็คือขยัน คือตั้งใจเรียนมาก ขยันกว่าคนอื่น คือพยายามเรียนให้ได้มากที่สุด เพื่อที่จะถีบตัวเองขึ้นมา จะได้เรียนในที่ดีๆมีงานทำอะไรอย่างนี้คะ” (Info7)

“ทุกที่ๆก็ทำอยู่แล้ว คือแบบหลังจากต้องทำงานเพื่อส่งตัวเองด้วยแบบคือ เหมือนกับว่าเก็บเงินถ้าเราอยากได้อะไรอย่างนี้เราก็ไม่ต้องขอทางบ้านคือแบบก็อยากจะทำงานด้วยตัวของเราเองอย่างนี้ แต่ ณ ตอนนี้เราต้องทำงานเพื่อตัวเองและเพื่อครอบครัว” (Info8)

“เหมือนกับว่าพอกับแม่ตอนนี้ก็ยังไม่มีย่านแม่ก็ยังไม่อยู่ห้องเช่าอยู่พอก็ไปอยู่กับพี่ชายอะไรประมาณนี้ เราก็แบบว่าอีย แต่ฟ้าอยากมีบ้านอะไรอย่างนี้ใช้ไหมคะ อยากมีบ้านแบบว่าให้ทุกคนในครอบครัวมาอยู่ด้วยกันอะไรแบบนี้เออเราก็รู้ว่าเราควรจะต้องทำไงเอออย่างแรกก็คืออยากเรียนต่อเพื่อที่จะได้มีงานดีๆทำใช้ไหมคะ จะได้แบบมีเงินสร้างบ้านอะไรอย่างนี้” (Info9)

“มันทำให้เราอยากมีความมั่นคงในชีวิตอะ ถ้าอยากมีเรา มันเหมือนมันก็คิดต่อมาเรื่อยๆอะว่าถ้าเราอยากมีความมั่นคงในชีวิตเราต้องมีอะไรบางอย่างนี้ มันก็ต้องแบบว่าเออถ้าอยากมีความมั่นคงในชีวิตใช้ไหมก็ต้องมีงานดีๆทำอย่างนี้ใช้ไหมคะ” (Info9)

“ครั้งแรกที่แบบรู้เรื่องอะ เรารู้สึกว่าจะไม่ได้และ เราต้องแบบ คราวนี้เราต้องดูแลแม่ กับน้องแล้วอะไรอย่างเนี่ย เหมือนแบบพอหลังจากนั้นก็เริ่มแบบหาอะไรทำที่แบบ หางาน ที่แบบได้เงินอะไรเงี้ย” (Info10)

“ก็ทำงานทำ ไม่เหมือนเมื่อก่อนที่แบบใช้ชีวิตตอนปีหนึ่งเงี้ย ก็ใช้เงินพ่อแม่” (Info10)

“ก็แจกแบบสอบถามอะไรอย่างเนี่ย มีแบบเพื่อนชวนทำ ก็เพื่อนชวนทำธุรกิจ เครือข่ายอะไรเงี้ย ตอนแรกก็ไม่ได้สนใจหรอก แต่พอแบบแยกกันอยู่ ปัญหาเรื่องเงินมันก็มีด้วย ก็เลยแบบเออลองเข้าไปศึกษาดู เพราะเพื่อนก็ลองพิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า เออ เขาก็ทำได้นะ อะไรอย่างเนี่ย อิม ก็เลยเข้าไปทำตรงนั้นด้วย” (Info10)

“เพื่อแบ่งเบา แบ่งเบาภาระพ่อแม่ เงินรายเดือนอย่างเนี่ย เราก็อยากใช้เงินของตัวเอง หรือบางทีเราหาได้เออะเงี้ย ก็แบ่งไปให้น้อง เอาไปให้แม่ด้วย” (Info10)

“เหมือนเราจะเป็นแบบมุ่งเผื่อครอบครัว แต่เหมือนมันจะเป็นเป้าหมายที่มีมานานแล้ว แต่เหมือนมันมากขึ้น เหมือนเราเป็นพี่คนโตของครอบครัว ยิ่งพ่อแม่ยังเป็นอยู่ อย่างเนี่ย เออ ยิ่งแบบทำไงให้เรียนจบปริญญาตรีแล้วแบบ จบไปแล้วแบบน้องก็ต้องขึ้น มหาลัย ส่งน้องเรียนต่อได้เออะไรเงี้ย ทำไงก็ได้ให้เลี้ยงพ่อแม่เลี้ยงแม่ให้ได้เร็วที่สุดไรเงี้ย” (Info10)

7.4.2 แรงผลักดันให้พึ่งพาตนเอง

“ประมาณอยู่ป.1 แล้วก็คือหลังจากนั้นหนูได้มาอยู่กับแม่ หนูเริ่มทำงานพิเศษ ตั้งแต่ ป.6 คือช่วยแม่ทำงาน ช่วยหาเงินเอามาใช้กับตัวเอง แบบซื้อของ ซื้ออุปกรณ์การเรียนอะไรอย่างนี้คะ โดยไม่ต้องลำบากแม่มาก” (Info7)

“คือเราไม่พร้อม เราไม่ได้พร้อมเหมือนคนอื่นคือเราต้องเริ่ม เราต้องสู้แบบเราต้องเริ่มทำอะไรด้วยตัวเองเพื่อช่วยแบ่งเบาภาระแม่ อย่างคนอื่นเค้าครอบครัวเค้าพร้อมเค้ามี เค้าก็ไม่ต้องมาดิ้นรนอะไรแบบนี้ แต่คือเราจำเป็นต้องดิ้นรนตรงนี้เพื่อที่จะได้ไม่เป็นการลำบากแม่จนเกินไป” (Info7)

“คือเหมือนกับว่าอยากได้ก็ต้องหา อยากได้อะไรคือแบบเหมือนกับช่วงนั้นนะ ช่วงที่ม.4 ตอนม.3 ม.4 ที่จะต้องทำงานแล้วแบบอยากได้คอมพิวเตอร์อย่างนี้ต้องมาเก็บ ตั้งค์ซื้อคอมพิวเตอร์เอง เก็บเงินจนซื้อคอมพิวเตอร์ได้เองโดยที่เป็นเงินที่เราทำเอง” (Info8)

“ก็ทำให้เราแบบว่า ที่บอกไปแล้วที่ต้องรู้จักช่วยตัวเองอะคะ” (Info9)

“เหมือนกับว่าเราไปอยู่กับน้ำกับยายอย่างนี้ใช่ไหมคะแล้วต้องดูแลตัวเองใช่ไหมคะตั้งแต่ ป.2 แล้วก็เหมือนกับซักผ้าเอง หุงข้าว ล้างจานอะไรอย่างนี้คะ...โตหน่อยก็ได้ทำกับข้าวบ้างอะไรอย่างนี้” (Info9)

“ได้ลองทำงาน ได้ลองทำนา เกี่ยวข้าว ดำนา ถอนกล้า อะไรประมาณนี้คะ ได้ไปจับปลาที่อยู่ในน้ำจริงๆ ในสระเลยอะไรอย่างนี้คะ มันสนุกมากเลย” (Info9)

“มันต้องทำเองเพราะไม่มีใครทำให้เราอย่างนี้” (Info9)

“อย่างแรกก็เหมือนกับว่าเราจะทำอะไรเราก็ทำด้วยตัวเองใช่ไหมคะ ไม่มีใครมาทำให้เราอย่างนี้ใช่ไหมคะ ก็เหมือนกับว่าทำให้เราต้องทำอะไรได้อย่างนี้คะ อันนี้ก็เป็นเรื่องเล็กๆน้อยๆก็คือเราดูแลตัวเองอย่างนี้คะ” (Info9)

“เรื่องใหญ่ๆที่แบบมันสำคัญเลยก็คือ เรียนต่อใช่ไหมคะ เหมือนกับว่าพ่อแม่เค้าเล็กกันใช่ไหมคะเค้าก็ไม่สามารถแบบว่าช่วยกันดูแลเรื่องเรียนเราได้ยังงี้คะ แล้วแบบว่าเออฟ้าก็มีแผ่นดินด้วยอย่างนี้คะ เออเราก็มีน้องอีกคนหนึ่งใช่ไหมคะ ถ้าจะเรียนต่อก็ต้องสอบทุนให้ได้อย่างนี้คะ” (Info9)

“ก็เหมือนกับว่า มันเหมือนกับว่าเรารู้ว่าเค้าเอ๋ยช่วยเราไม่ได้นะอะไรประมาณนี้ เออเหมือนแบบว่าเราต้องช่วยตัวเองให้ได้นะ” (Info9)

“ก็เหมือนกับว่า มันเหมือนกับว่าเรารู้ว่าเค้าเอ๋ยช่วยเราไม่ได้นะอะไรประมาณนี้ เออเหมือนแบบว่าเราต้องช่วยตัวเองให้ได้นะ” (Info9)

“เหมือนกับว่าก็คิดอยากเรียนยังงี้เค้าก็ให้เราเรียนไม่ได้มันก็ต้องแบบ มันก็ต้องอ่านเองอะไรประมาณนี้ เห็นคนอื่นไปเรียนยังงี้ เห็นคนอื่นไปตีวไปเรียนอย่างเนี่ย ก็ไปเรียนกับเค้าไม่ได้ต้องอ่านเองอย่างนี้” (Info9)

“ก็อ่านหนังสือ อ่านเอง เจี๋ยคะ ก็แบบตอนม.5 ปิดเทอม มามาอยู่กับแม่ใช่ไหมคะ พอกินข้าวทำงานบ้านอะไรเสร็จ ซักผ้าอะไรเสร็จเรียบร้อยแล้วก็ไปนั่งอ่านหนังสืออยู่หลังห้องอะไรอย่างนี้คะ เออก็จะแบบทำสรุปไว้อย่างนี้ แล้วพอแบบว่าก็เอากลับไปอ่าน ตอนเรียนม.6 ใช่ไหมคะ พอเรียนม.5 ต่อมาเรียนม.6 ก็แบบเพื่อนเห็นมั่งเพื่อนบอกว่าทำได้ไงวะอะไรอย่างนี้ เพื่อนเค้าจะแบบมีแต่จะแบบหนังสือตีวอะไรอย่างนี้” (Info9)

7.4.3 แรงผลักดันให้มีความอดทนเข้มแข็ง

“พิมพ์ว่าพิมพ์ก็ได้ความถึกมาจากแม่” (Info5)

“พิมพ์จะไม่ขอความช่วยเหลือใครก่อน คือจะลองทำเองก่อนทุกครั้ง ถ้าทำไม่ได้จริงๆค่อยขอความช่วยเหลือ เหมือนกับว่าจะฟังตัวเองก่อนค่อยฟังคนอื่นจะไม่ค่อยฟังใครก่อน ยืนด้วยตัวเองก่อน ค่อยแบบไม่ได้จริงๆก็แบบช่วยหน่อยนะ” (Info5)

“คือมันทำให้เราเป็นคนทีอดทน เดียวเป็นผู้หญิงที่ถือมาก ยอมรับเลยว่าเดี๋ยวก็เจอปัญหาอะไรไม่ค่อยสะทกสะท้าน เพราะที่เดี๋ยวเจอมามันหนักแล้วไง หมายความว่าเราอดทน เพราะเราไม่ได้มีใครมาปลอบ วันนี้ ถ้าคนหลายๆคนมีปัญหาเค้าจะมองกลับไปหาพ่อแม่ นะ แต่วันนี้ ถ้าเป็นคนอื่น ถ้าเจอปัญหาจะมองย้อนกลับเอ้ย กลับไปหาพ่อแม่ แต่เดี๋ยวอะ กลับไปแล้วไม่เจอใครอะ เพราะฉะนั้นก็ ทุกอย่างมาก็มา เพราะเดี๋ยวจะเป็นคนที่ถือมาก อดทนแล้วจะรู้สึกเหมือนกับว่า มันทำให้เรารู้สึกเชื่อมั่นกับตนเองตั้งแต่เด็กๆ หลายคน อันนี้มันเป็นสิ่งสำคัญนะ” (Info6)

“เราอดทนต่อความลำบากที่เราต้องเจอ” (Info7)

“อดทน พุดไม่ถูก (หัวเราะ) สมมติว่าถ้าสมมติว่าอยากเรียนพิเศษอะไรอย่างนี้ ก็อดทนที่เราต้องทำงานนะ อดทนทำงานหาเงินเพื่อที่จะเก็บเงินแล้วค่อยไปเรียนเอง ไม่ใช่เหมือนคนอื่นขอตั้งค์พ่อไปเรียน ขอตั้งค์แม่แล้วไปเรียน แต่คือเราก็จิตใจเราก้เราทำงานก่อนนะ แล้วพอได้ตั้งค์มาเราก้ค่อยไปเรียนอย่างนี้คะ” (Info7)

“คือเหมือนแบบอย่างไปทำงานอย่างนี้คะ คือเหมือนก็แบบไปทำงานกับป้าคนหนึ่งที่เค้าขายของ คือเหมือนแบบคนอื่น คือเหมือนแบบป้าเค้าจะแบบเป็นคนเจ้าอารมณ์อะไรอย่างนี้บางทีก็แต่คือเค้าก็ใจดี แต่คือเหมือนบางครั้งเหมือนถ้าทำอะไรไม่ถูกใจเค้าก็จะว่า เค้าก็จะอะไรอย่างนี้ งานก็ค่อนข้างหนักก็ทำตั้งแต่ 8 โมง เลิก 4-5 ทุ่มอะไรอย่างนี้” (Info7)

“ตอนปิดเทอม ตอนเสาร์อาทิตย์อะไรอย่างนี้คะ ก็เหมือนแบบคือเราก้เหนื่อยก็นาน ค่าแรงก็ไม่ได้เยอะ เหมือนวันละ 150 วันละ 200 อะไรอย่างนี้ คนอื่นเค้าอาจจะทนไม่ได้ หนูทนความลำบากนี้ได้ หนูทำได้ อะไรอย่างนี้” (Info7)

“เรามีความอดทนมากกว่าคนอื่น เราเหมือนแบบว่าคือถ้าคนที่ไม่เคยเจอปัญหาอะไรอย่างนี้คือเค้าก็ไม่สามารถ ก็ไม่รู้ว่าจะก้าวผ่าน เมื่อเจอปัญหาของตัวเองก็ไม่สามารถจะก้าวผ่านไปยังไงแต่เหมือนเรามีภูมิคุ้มกันว่าเออเราเคยผ่านประสบการณ์แบบนี้มาถึงแม้เราจะไปเจอปัญหาอะไรที่มันหนักกว่านี้ก็สามารถก้าวข้ามมันไปได้แบบค่อยๆทำไปเพราะเราก้เคยผ่านสถานการณ์แบบที่มันแย่มากมาแล้ว เราก้เอาอันนั้นเป็นบทเรียนแล้วก็แบบเหมือนแบบทำให้เรามีอะไร เรียกว่าภูมิคุ้มกันหรือ” (Info7)

“เข้มแข็งขึ้นก็คือเหมือนกับปัญหาที่เราจะตรงนี้เราเป็นแบบเด็กคนหนึ่งก็คือเหมือนกับว่าคนในวัยเดียวกัน ในช่วงแบบม.ปลายอะเค้ายังวิ่งเล่นไปเที่ยวไรปกติ แต่เราไม่ใช่เราต้องทำงาน เราต้องทำงานคือแบบช่วยเหลือครอบครัวต้องดูแลแม่จะต้องทำทุกอย่างคือมันต่างจากคนอื่นที่เค้าไม่เคยเจอปัญหาแต่เมื่อเค้ามาเจอแล้วอะบางคนก็บางคนแบบไม่นั่นเลย เหมือนกับพอมารเรียนมหาลัยอย่างนี้แล้วเวลาเจอ คือมันมี

บางครั้งจะก้องเจอปัญหาที่ร้องไห้ก็มี แต่เมื่อคิดถึงแม่ชีวิตปัญหาที่เจอมาแล้วจะ เหมือนกับว่าเราต้องเข้มแข็งเพื่อสู้กับปัญหา ถ้าเราไม่เข้มแข็งปัญหามันเข้ามาเท่าไรเราก็ จะจมกับปัญหานั้นเรื่อยๆแต่เมื่อเราที่ผ่านมันมาได้แล้วจะปัญหาที่เราเจอมันเราก็จะ เหยียบมันลงไปอีกเรื่อยๆทำให้เราก้าวกระโดดขึ้นมาเรื่อยๆเหมือนกับปัญหาทำให้เรา เข้มแข็งแล้วเราเอาปัญหานั้นมาเป็นตัวแรงผลักดันแล้วแก้ปัญหาปมนั้นนะ” (Info8)

7.4.4 แรงผลักดันให้ได้เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆมากขึ้น

“ถ้าเราไม่ได้เจอครอบครัวหย่าร้างเราก็ไม่ได้เจอปัญหาอะไร เมื่อเหมือนกับว่าเวลา เราไม่มีเงินอย่างนี้เราได้เห็นน้ำใจของคนรอบข้าง” (Info8)

“ความเมตตาที่แบบว่าอัยเด็กคนหนึ่งมันต้องเจอปัญหาแบบนี้ที่จะต้องช่วยเหลือ ครอบครัวจะต้องทำอะไรหลายๆอย่างให้ครอบครัวนี้มันก็มีผู้ใหญ่ที่คอยเกื้อหนุนเราคือ แบบว่าเห็นเด็กแบบนี้มันน่าจะช่วยเหลือมากกว่าคนบางคนที่ได้แต่แบบมือขอทานโดยไม่ทำ อะไร แต่เป็นเด็กคนนี่คือต่อสู้ตลอด ทำให้เราได้แบบอิมในโลกละมันยังมีความเมตตา มี น้ำใจให้กับคนที่ยังต่อสู้ชีวิตที่ยังต้องสู้กันนะ” (Info8)

“ทำให้เราแบบว่าเห็นคุณค่าของสิ่งที่แบบว่าที่ตัวเองมีอยู่แล้วก็ไม่อยู่อย่างนี้คะ” (Info9)

“เพราะว่าหนูเห็นว่าคนที่เรียนพิเศษบางที่เค้าก็ไม่ได้ตั้งใจจริงๆไปเที่ยวไปเล่น อะไรอย่างนี้มากกว่า เสียหายตั้งค์พ่อแม่ หนูแบบถ้าพ่อแม่หนูมีตั้งค์หนูจะตั้งใจเรียน ก็ไม่ แน่ใจเพราะว่าเราไม่มีด้วยรีเปลาเราก็เลยคิดว่าที่เค้ามีอะมันมีค่านะแต่เค้ามีอยู่แล้วเค้าก็ เลยอาจจะไม่เห็นค่า” (Info9)

“อย่างที่บอกว่าเออเราเห็นคุณค่าที่เราได้ไปอยู่ต่างจังหวัดนะเออ ได้ไปอยู่กับยาย นะ เออได้ไปทำอะไรเยอะเยอะได้เจอน้ำที่แบบเออสอน สอนให้เราคิดเป็นคนแบบนี้อะไร ประมาณนี้ก็คือได้เห็นค่าของสิ่งที่เรามีใช้ใหม่คะ เห็นคุณค่าของเราที่เราได้ไปอยู่ ต่างจังหวัดได้ประสบการณ์ของเด็กต่างจังหวัดว่ามันเป็นยังไงมันไม่ใช่แบบแล้วกับแล้วก็ได้ เห็นของทุกๆสิ่งอัยเห็นค่าของที่เราไม่มีอัยเราไม่มีตั้งค์ไปเรียนพิเศษนะอัยเราก็เลย เหมือนกับว่า เหมือนกับว่าอัยถ้าเราไปเรียนพิเศษนะเราจะตั้งใจเรียนนะอะไรประมาณนี้ คะ ได้เห็นคุณค่าของสิ่งที่เราไม่มี” (Info9)

“แล้วแบบการที่เราได้รับทุนอย่างนี้ มันทำให้เรานึกถึงเงินที่เราได้มาด้วย ก็ทำให้ เราตั้งใจเรียนมากขึ้น ก็ทำให้เรากลายเป็นคนเรียนดีไปด้วย เรามองถึงสิ่งที่เราได้มาแล้ว เราต้อง อือ มันทำให้เราได้คิดว่ามันต้องไม่เสียประโยชน์อะไรประมาณนี้ เราต้องทำให้

คนที่เค้าให้มานั้น รู้สึกภูมิใจมากที่สุด ว่าที่เราให้มาเนี่ยเด็กเค้าก็ตั้งใจเรียนนะ ก็เรียนดี สมกับที่เค้าหวังไว้ประมาณนี้นะคะ” (Info11)

ประเด็นหลักที่ 8 : มีสติรู้เท่าทัน

การมีสติรู้เท่าทันตนเอง เป็นอีกหนึ่งประเด็นหลักที่ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง โดยผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงการมีสติรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึกของตนเอง และการมีสติจัดการกับอารมณ์ของตนเองมากขึ้นในประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว มีสาระสำคัญดังนี้ 8.1 รับรู้ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น 8.2 มีสติจัดการกับอารมณ์ของตน

8.1 รับรู้ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึกของตนเองในช่วงระยะเวลาของการได้เข้าร่วมและแบ่งปันประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งได้กล่าวถึงการรับรู้ความรู้สึกตนเองที่เพิ่มขึ้นมากขึ้น จากการได้ต่อย้าความคิดความรู้สึกของตนเอง

“มันเป็นเรื่องที่เราเคยเห็นมาก่อนแล้ว แต่การได้พูดเนี่ย มันทำให้บางเรื่องที่เราไม่ตระหนัก หรือว่าเราตระหนักน้อยอะ ทำให้เราได้ตระหนัก กับสิ่งที่เราเป็นอยู่หรือว่าพูดมากขึ้น พอเราคิดมากขึ้นเราก็จะ เออมองเห็นคุณค่าของสิ่งนั้นมากขึ้น...มันก็เหมือนจุดเทียนในห้องมืดอะ แล้วมันก็ชดอยู่แล้ว ก็มันก็เหมือนมีเทียนอีกเล่มหนึ่งมาจุดเพิ่มแล้วมันก็ชัดขึ้นอีก แต่ว่ามันก็ไม่ชัดเท่ากับเทียนเล่มแรกที่สุด” (Info 3)

“แบบทำให้เราตระหนักได้กับสิ่งที่เราเคยทำอะไรอย่างนี้” (Info6)

“พอได้เข้ากลุ่ม ได้พูดถึงแม่มากขึ้นทำให้เราแน่นๆกับตัวเองมากขึ้นว่าสิ่งที่เราต้องทำ เราต้องทำวันนี้จะอย่างไร” (Info7)

“ก็เหมือนกับว่าตอนก่อนหน้าเข้ากลุ่มเราเคยคิดยังไงใช่ไหมคะ แล้วเวลาเราเอามาเล่าให้คนในกลุ่มฟังอย่างนี้ใช่ไหมคะเราก็เหมือนเพิ่มความรูสึกนั้น เหมือนต่อย้าความรู้สึกนั้น” (Info9)

“ทุกวันนี้จะพูดเรื่องความรักมากบ้างน้อยบ้างแต่ก็พูดอะไรอย่างนี้คะแล้วพอวันสุดท้ายที่เค้าให้พูดอะไรสักอย่างมันไม่ได้เกี่ยวกับความรักเลยนะคะ แต่สุดท้ายมันก็ไปตกในเรื่องความรักอะ สุดท้ายหนูมองไปถึงปัญหาแถวที่บ้านอะคะ เออแถวที่บ้านปัญหาเด็ก

วัยรุ่นที่แบบว่ารีบแต่งงานแล้วมีลูกอะไรประมาณนี้คะ เธอแล้วหนูก็พูดชะยาว ปัญหา ลูกโซ่ที่ตามมาว่าแบบแต่งงานตั้งแต่เด็กแล้วมีลูกมีอะไรต้องไปอยู่ในครอบครัวผู้ชายแล้ว จะเป็นยังไง ต้องไปดูแลครอบครัวเข้าต้องแบบต้องตื่นแต่เช้า ทำอะไรที่อยากทำก็ไม่ได้ อะไรอย่างนี้คะ หนูก็ร้ายไปชะยาวเลยใช้ใหม่คะ แล้วพี่counselor ก็หัวเราะแล้วก็เลยบอกว่าอย่างนี้ต้องแต่งงานช้าแน่ๆเลยอะไรอย่างนี้ แล้วหนูก็กลับมาคิดว่าเออโง่ เราคิดว่าเราอยากมีความรักในใจแต่พอพูดถึงเรื่องจะมีครอบครัว อ้อเหมือนพี่counselorพูดถึงเรื่อง เป้าหมายในชีวิตอะไรอย่างนี้ คำก็อยากทำอะไรอย่างนี้ แล้วหนูก็เลยบอก เขี่ยก็ลองมา คิดดูดีๆ ที่จริงหนูก็แบบรู้ว่าตัวเองเพิ่งแน่ใจจริงๆว่าคิดว่าตัวเองน่าจะกลัวการมีความรัก อะไรอย่างนี้” (Info9)

“มันเหมือนแบบมันนานกว่า มันอยู่ในความเครียดนานกว่า แต่เหมือนแบบว่า แป๊ปปเดียวอะ เหมือนกับ เหมือนกับยังงั้นแหละ...เหมือนหยิบมันออกไปอะไรอย่างนี้ เหมือนแบบแค่เปลี่ยนจากหน้าแบบเฉยๆเปลี่ยนเป็นยิ้มขึ้นมาอะไรอย่างนี้” (Info10)

“เมื่อก่อนนี้แบบพอเครียดแล้วก็แบบยิ่งอยากทำให้ตัวเองเครียดอะ เครียดๆไปเลยอะไรอย่างนี้ แต่พอเมื่อไม่นานที่ผ่านมามันก็เป็นแบบ เธอจะเครียดไปทำไม ก็คิดอย่างนี้ มันไม่รู้อะ มันเป็นความคิดที่แบบประมาณแบบว่า เธอจะเครียดทำไมอะ อะไรอย่างนี้ก็มีความสุขไปชะลืออะไรอย่างนี้ ...หรือไม่ก็แบบไปหาอะไรทำคลายเครียดดีกว่า อะไรอย่างเนี่ย เหมือนแบบชอบเล่นกีตาร์อย่างเนี่ย ก็ลงไปนั่งเล่นกีตาร์ แค่นั้นเอง” (Info10)

8.2 มีสติจัดการกับอารมณ์ของตน

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงการจัดการกับอารมณ์ของตนในสถานการณ์ต่างๆอย่างเหมาะสมมากขึ้น

“ช่วงที่ผ่านมาก็ได้คุยกับพี่counselor ถึงเรื่องของการมองโลกอะไรอย่างเงี้ยอะคะ พี่counselorจะเน้นเอาธรรมะมาใส่เข้าไปด้วย ช่วงที่ผ่านมาก็ได้ไปอ่านงานของท่าน ดิชนัทธันท์บ้าง ชื่อ *peace in every step of mind* ก็รู้สึกว่าจะเวลาจะโกรธอะไรอย่างเงี้ย มันเหมือนมีสติยี่ดึนดิหนึ่ง มันเหมือนมีสติมาเกี่ยวไว้มากขึ้น ” (Info2)

“ก่อนที่เราจะแบบฉุนเฉียว ปล่อยอะไรออกไป มันแบบเหมือนมีจุดอันหนึ่งที่เรารู้ว่าตอนนี้อารมณ์เรามันอยู่ตรงไหน ตอนไหน” (Info2)

“ถ้าแบบเมื่อก่อน ถ้าเครียดก็จะโทรหาเพื่อน ก็แบบคุยเรื่องเครียดอย่างนู้นอย่างนี้ อย่างนี้ เดี่ยวนี้เหมือนอยู่กับตัวเองได้ แบบไม่เห็นต้องไปหาที่พึ่งเลยอะ ก็หายเครียดด้วยตัวเองได้” (Info10)

“เหมือนแบบถ้าตอบได้ไปนี่คือเถียงกัน ก็เลยแบบสงบปากสงบคำได้ ก็ไม่พูดอะไรปล่อยให้เขาพูดไป ทั้งที่มันก็ขัดใจเรา ถ้าเป็นเมื่อก่อนมันจะเกิดการโต้เถียงกันเล็กน้อยเหมือนแบบมันจะสวนกันไปสวนกันมา ไม่ได้ทะเลาะกัน มันคนละความคิดว่าอะไรอย่างเนี่ย” (Info10)

“เมื่อก่อนเธอ จะมีแบบแอบเถียงไป แต่ก่อนหน้าก็มีแบบเถียงไปแล้วแบบนี้ก็คิดว่าเธอ เดี่ยวมันต้องยาวแน่เลย ก็เลยหยุด แต่นี่คือแบบไม่พูดเลยอะ” (Info10)

ประเด็นหลักที่ 9 : มีความรู้สึกสงบ

ภายหลังการร่วมเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลรับรู้การเปลี่ยนแปลงเชิงความรู้สึกที่ตนรับรู้ ได้แก่ 9.1 จิตใจสงบมากขึ้น และ 9.2 รู้สึกได้ผ่อนคลายสดใสปลอดโปร่งมากขึ้นด้วย

9.1 จิตใจสงบมากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งซึ่งได้รายงานว่ภายหลังการได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ตนมีสภาวะใจที่สงบและเป็นสุขมากขึ้น

“จริงๆ ถึงแม้มันจะไม่ได้มีอะไรที่เข้ามาทำให้เรามีความสุข ดีใจ ฟุ้งไปตามมัน แต่เรารู้สึกได้ว่านี่มันคือภาวะแห่งความสงบสุขนะ” (Info1)

แต่เดี๋ยวนี้อะไรเหมือนแบบค่อยๆอ่าน เธอ ให้เข้าใจไปเลย แบบให้เข้าใจไปเลย ซึ่งมันจะใช้เวลานานกว่าใช้มัย ก็เหมือนแบบ เธอทำแบบนี้ น่าจะดีกว่า...ไม่ได้ลน เหมือนครั้งก่อนที่สอบ เนี่ย ช่วงมิดเทอมมาเลยเนี่ย รู้สึกว่าทำได้แย่มากเลย เพราะว่าแบบ มันเหมือนรีบๆๆๆอ่าน หรืออาจจะสอบติดต่อกันหลายวันด้วยมั้ง อ่านไม่ทันอะไรอย่างเนี่ย เหมือนรีบๆอ่านให้มันจบ แล้วมันแบบเหมือนมันไม่ได้อะไรเลยอะ เหมือนอะไรมันก็ไม่เข้าหัวอย่างเนี่ย แล้วแบบ แกรมแบบง่วงก็ง่วง เหนื่อยก็เหนื่อย เดี่ยวแบบไปทวนก่อนเข้าห้องสอบ มันก็ไม่ได้อีก เพราะมันลน (Info10)

9.2 รู้สึกได้ผ่อนคลายสดใสปลอดโปร่ง

ในประสบการณ์ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงสภาวะความรู้สึกโล่งผ่อนคลายในใจที่มีมากขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลเหล่านี้ได้กล่าวถึงความรู้สึกได้ผ่อนคลาย รวมถึงรู้สึกสดใสปลอดโปร่งเหล่านี้ว่าเกิดขึ้นจากการที่ความรู้สึกเชิงลบในใจที่เดิมมีอยู่ อาทิ ความรู้สึกผิดต่อเพื่อนสนิทที่มาเข้าร่วมกลุ่มการ

ปรึกษาเชิงจิตวิทยา ความรู้สึกหมองหม่นในใจจากเรื่องความรัก หรือความรู้สึกอึดอัดคับข้องใจกับการเลือกเรียนในคณะปัจจุบันของตนเอง ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างสร้างสรรค์มากขึ้น จากด้วยกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาก็ดี หรือจากการได้ระบายเรื่องความทุกข์ที่เก็บไว้ในใจมาโดยตลอดก็ดี

“อันนี้ไม่รู้จะเรียกว่าทีกักไปเองได้ไหม แต่รู้สึกเหมือนกับว่าพอไปเข้ากลุ่มแล้วมันรู้สึกว่าช่วงเวลานับจากนั้นมา เราอยู่ในภาวะที่ผ่อนคลาย” (Info1)

“ตอนนี้เราสามารถมองไปในตาผู้คนได้โดยที่เราที่รู้สึกผ่อนคลาย” (Info1)

“มันรู้สึกผ่อนคลายกว่า อิม ผ่อนคลายกว่าเดิม” (Info10)

“มันเป็นความรู้สึกแบบ พอมีปัญหา เรารู้สึกผ่อนคลายที่จะแบบจัดการมันอะเหมือนผ่อนคลายที่จะพิจารณามัน” (Info10)

“มันปลอดโปร่ง มันเหมือนกับว่าหลังจากได้รับการเข้ากลุ่มมา มันสดใสขึ้นเยอะ” (Info1)

“บังเอิญมาก มาอีกครั้งหนึ่งมาเจอเพื่อน เจอเค้าก็เข้ากลุ่มด้วยกันอะไอย่างนี้ตอนนี้ก็คือเจอเค้าก็ยังคุยกันอยู่ คือก็แบบมันก็เหมือนมีติดๆอยู่ในใจ แบบเข้าหาได้แบบไม่เต็มทีอะไรอย่างนี้ เคยคุยกับเค้าแล้วครั้งหนึ่ง มันก็ยังไม่ได้เลิก ไม่ได้ทำให้รู้สึกดีขึ้นหรือว่าเลิกคิดมากเรื่องเพื่อนคนนี้อะไรอย่างนี้ คือครั้งนั้นก็มาเข้ากลุ่มก็ได้คุยกับเค้าอีกครั้งหนึ่งอะไรอย่างนี้ มันทำให้รู้สึกดีขึ้นมานิดนึง รู้สึกแบบ มันเหมือนมันได้พูดละมั้ง ...พอพูดเสร็จปั๊บ ทุกอย่างจบลงแล้วคือแบบ เออแบบ มันเหมือนได้คลายบางอย่างให้มันถูกที่ถูกทางมากขึ้น เหมือนกับครั้งนั้นคือแบบขอคุยหน่อยได้ไหม แล้วก็คุยๆ พูดๆ ไม่มี ไม่เกิดมันไม่ guilt ในใจหรือว่ามันไม่เกิด conflict” (Info5)

“หลังจากที่เข้ากลุ่มมันเหมือนกับใจมันโล่งๆนะ เหมือนได้พูดได้คุย ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันกับเพื่อนๆ อะไอย่างงั้นอะคะ มันได้เล่าเรื่องหลายเรื่อง มันเหมือนเป็นการระบาย บางเรื่องก็เป็นเรื่องที่ไม่เคยเล่าให้ใครฟังมาก่อนก็ไปพูดในกลุ่มอะไรอย่างงี้” (Info11)

ประเด็นหลักที่ 10 : ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในตน

ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้รายงานถึงความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนภายในตนเอง ในประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยกล่าวถึงความรู้สึกสอดคล้องระหว่างความคิดกับความรู้สึกของตน จากเดิม

ที่มีความคิดในเชิงสร้างสรรค์หรือเชิงบวกในการใช้ชีวิต แต่ก็ไม่สามารถที่จะทำให้ตนเกิดความรู้สึกอย่างนั้นขึ้นจริงๆกับตนได้ ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลอีกคนรายงานว่าตนมีการกระทำที่สอดคล้องกลมกลืนกับความคิดหรือความตั้งใจของตนมากขึ้น ในประเด็นหลักสำคัญนี้มีปรากฏเพียงสาระสำคัญเดียว คือ 10.1 ความสอดคล้องกลมกลืนในตน

10.1 ความสอดคล้องกลมกลืนในตน

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงการเปลี่ยนแปลงว่า ตนมีความสอดคล้องกลมกลืนระหว่างความคิดกับความรู้สึกในการทำสิ่งต่างๆมากขึ้น เช่น ตนมีความรู้สึกมากขึ้นจริงเช่นที่คิดว่าทุกคนล้วนมีคุณค่าความงามในแบบของตนเอง นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลอีกคนหนึ่งกล่าวว่าตนเองสามารถทำตามความตั้งใจในการอ่านหนังสือได้มากขึ้นจากเดิมที่เคยได้คิดไว้แต่ไม่สามารถทำได้ในอดีต

“คือช่วงที่ผ่านมาเนี่ย ผมรู้สึกว่าหัวกับใจเนี่ยมันไปด้วยกัน คือเดินตามกันประมาณเนี่ย” (Info1)

“โทรหาแม่หน่อยเนาะ ไร่อย่างเงี้ย แล้วก็โทร พ่อก็เหมือนกัน เออ เดี่ยวโทรไปหาพ่อหน่อยดีกว่า แล้วก็โทรเลย” (Info10)

“เหมือนทำไม่ค่อยได้ เหมือนที่เราวางไว้เราทำไม่ค่อยได้จะไร่อย่างเนี่ย แต่นี่มันเหมือนก็ทำได้โอเคขึ้นเงี้ย เหมือนถ้าเป็นเมื่อก่อนเลิกเล่นเฟสบุ๊คช่วงสอบอะไรอย่างนี้ไปเลย ก็ไม่มีอะไรทำไม่ได้ แต่นี่ก็คือ ก็ทำได้” (Info10)

ประเด็นหลักที่ 11 : เข้าใจสัจธรรมของชีวิต

จากประสบการณ์การได้เรียนรู้และเข้าใจในชีวิตของตนและจากการได้รับฟังเรื่องราวของเพื่อนสมาชิกร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงความเข้าใจในความเที่ยงแท้ในชีวิต ใน 2 สาระสำคัญคือ 11.1 ตระหนักถึงความไม่แน่นอนของชีวิต 11.2 ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบเสมอไป

11.1 ตระหนักถึงความไม่แน่นอนของชีวิต

เมื่อถามผู้ให้ข้อมูลถึงความเข้าใจในชีวิตของผู้ให้ผลด้วยประสบการณ์ที่มีอยู่ทั้งหมดมาจนถึงปัจจุบัน ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงความเข้าใจในความจริงแท้ของชีวิตในแง่มุมต่าง ภายหลังการเข้ากลุ่ม ขณะเดียวกันก็ได้อธิบายเชื่อมโยงถึงประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ภายในกลุ่มการปรึกษา

เชิงจิตวิทยาประกอบ เช่น ความเข้าใจว่าชีวิตคือการเปลี่ยนแปลงภายหลังจากการที่ได้มีใจเปิดกว้างขึ้นหลังการเข้ากลุ่ม

“เมื่อก่อนเนี่ย มันอาจจะติดขัดใจว่า ทำไมต้องเจอแบบนี้ ทำไมต้องเจอแบบนี้ แล้วพอมันผ่านมาได้มันก็เลยความรู้สึก ความคิดแบบนี้ในหัว กลับไปตอบใจทว่า อ้อ เนี่ยแหละคือชีวิต ชีวิตคือการเปลี่ยนแปลง และในการเดินทางมันมีทุกๆสิ่ง” (Info1)

“เหมือนด้วยความที่เราเปิดรับกับสิ่งต่างๆมากขึ้น เราเลยมองชีวิตเป็นการเดินทาง การเดินทางมันคงต้องพบเจออะไร อาจจะมีทั้งที่สอดคล้องกับที่ใจต้องการในตอนนั้น หรืออาจจะไม่ใช่ แต่ทุกอย่างมันก็คือการเรียนรู้” (Info1)

“ทำให้เข้าใจมากขึ้นที่บอกว่าอะไรๆมันก็ไม่แน่นอน” (Info9)

“เหมือนชีวิตเรา มันไม่อยู่นิ่ง มันมีการเปลี่ยนแปลง แล้วเราต้องยอมรับการเปลี่ยนแปลงนั้นให้ได้ เราต้องอยู่กับมันอะไรประมาณนี้” (Info11)

11.2 ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบเสมอไป

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงความเข้าใจในความจริงที่ว่าชีวิตไม่ได้ราบเรียบเสมอไป ย่อมต้องมีทั้งช่วงเวลาที่ชีวิตเป็นไปอย่างที่เราคาดคิด และไม่เป็นไปอย่างที่ตรงกับใจของตน อาจมีอุปสรรคขวากหนามต่างๆเข้ามา หรือต้องเผชิญความยากลำบากต่างๆ จากการได้รับรู้เรื่องราวในชีวิตจากอดีตจนถึงปัจจุบันของเพื่อนสมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ได้เผชิญเรื่องราวต่างๆมามากน้อยต่างกันไป

“การเข้ากลุ่มก็แบบ เหมือนกับทำให้เราฟังเรื่องของคนอื่นมา แล้วเราได้ฟังชีวิตของคนอื่น และเราก็ได้รู้ว่าชีวิตของคนเรานั้นก็ไม่ได้เรียบเสมอไป กว่าเขาจะโตมาจนได้จุดเนี้ย เขาก็เจอปัญหาที่ไม่เหมือนกัน” (Info3)

“เหมือนว่าชีวิตคนเราไม่สามารถทำอะไรตามใจได้ทุกอย่าง เหมือนแบบคือมันต้องประกอบด้วยเหตุผล สถานการณ์อะไรต่างๆมากมายที่จะทำสิ่งนั้นหรือตัดสินใจนั้นได้ คือมันไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่า เราอยากทำแล้วเราทำได้เลย เราต้องอาศัยองค์ประกอบหลายๆอย่าง” (Info7)

“เป็นเหมือนแบบชีวิตคนเราเกิดมาไม่ได้มีพร้อมทุกอย่าง เราสามารถทำให้เราเหมือนชีวิตของคนคนหนึ่งไม่ได้มีพร้อมสวยหรูทุกด้าน ทุกคนย่อมมีด้านอะไรแบบนี้เป็นของตัวเองแล้วแต่ว่าคนคนนั้นจะเอาอันนั้นมาเป็นสิ่งที่บั่นทอนตัวเองหรือว่าผลักดันตัวเองมากกว่า” (Info7)

“ไม่ใช่ว่าทางที่เราไปจะต้องเป็นเส้นทางที่ปูพรมแดงโรยด้วยกลีบกุหลาบเสมอไป มันไม่ใช่บางครั้งมันโรยด้วยเศษแก้วบางครั้งเราต้องใช้ความระมัดระวังที่จะเดินบนพรมนั้น หรือเดินไปอย่างสบาย” (Info8)

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละประเด็นหลักข้างต้นสามารถสรุปผลการวิจัย และการเป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่าง หรือผู้ให้ข้อมูลได้ โดยพิจารณาจากความถี่การปรากฏในแต่ละสาระสำคัญของแต่ละประเด็นหลัก พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 11 คน กล่าวถึง ประสบการณ์ความงอกงามในสาระสำคัญต่างๆ ที่หลากหลายกันไป ดังปรากฏในภาพรวมการกล่าวถึงความงอกงามในสาระสำคัญต่างๆ ในระดับน้อย (2-5 คน) และแม้จะไม่ปรากฏสาระสำคัญในประสบการณ์ความงอกงามที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงในระดับมาก (10-11 คน) กล่าวคือผู้ให้ข้อมูลทุกคน หรือเกือบทุกคน กล่าวถึงร่วมกัน ผลการวิจัยพบว่ามีจำนวน 8 สาระสำคัญที่ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานเป็นประสบการณ์ความงอกงามภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ในระดับปานกลาง (6-9 คน) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เห็นคุณค่าคนในครอบครัวมากขึ้น	8 คน
2. การยอมรับในสิ่งที่ตนมีและเป็นมากขึ้น	7 คน
3. มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น	7 คน
4. ได้รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากยิ่งขึ้น	6 คน
5. สนุกกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น	6 คน
6. ได้รับแรงบันดาลใจจากเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้พัฒนาตน	6 คน
7. ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น	6 คน
8. ยอมรับผู้อื่นอย่างที่เป็นมากขึ้น	6 คน

ศูนย์สุขภาพจิตวิทยา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3

ตารางสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่	ความถี่ ¹ (จำนวนผู้ให้ข้อมูล)
1.การยอมรับตนเอง	1.1 ยอมรับในสิ่งที่มีอยู่เป็นอยู่	ปานกลาง (7)
	1.2 ชื่นชมยินดีในตนเอง	น้อย (5)
	1.3 ยอมรับความผิดพลาดในอดีต	น้อย (4)
2.สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่ม การศึกษาเชิงจิตวิทยา	2.1 รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการ การศึกษาเชิงจิตวิทยามากขึ้น	ปานกลาง (6)
	2.2 สนุกกับเพื่อนร่วมกลุ่มการศึกษา เชิงจิตวิทยามากขึ้น	ปานกลาง (6)
	2.3 รู้สึกชื่นชมยินดีกับเรื่องราวของ เพื่อนร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา	น้อย (5)
3.สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว	3.1 มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนใน ครอบครัวมากขึ้น	ปานกลาง (7)
	3.2 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนใน ครอบครัวมากขึ้น	น้อย (5)
	3.3 ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น	ปานกลาง (6)
	3.4 สำนึกคุณค่าของคนในครอบครัว มากขึ้น	ปานกลาง (8)
4.สัมพันธภาพกับคนรอบข้าง	4.1 ยอมรับผู้อื่นอย่างที่เป็น	ปานกลาง (6)
	4.2 เข้าใจคนรอบข้างมากขึ้น	น้อย (5)
	4.3 ใส่ใจสื่อสารและรับฟังคนรอบข้าง มากขึ้น	น้อย (5)
	4.4 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนรอบ ข้างมากขึ้น	น้อย (4)
5.แรงบันดาลใจจากเรื่องราว ประสบการณ์ภายในกลุ่มการ การศึกษาเชิงจิตวิทยา	5.1 แรงบันดาลใจให้พัฒนาตนเอง	น้อย (4)
	5.2 แรงเติมเพิ่มกำลังใจ	น้อย (3)

¹ หมายเหตุ: มาก หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 10-11 คน กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น ปานกลาง หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 6-9 คน กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น และ น้อย หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 2-5 คน กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น

ตารางที่ 3

ตารางสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล(ต่อ)

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่และหมวดหมู่ย่อย	ความถี่ (จำนวนผู้ให้ข้อมูล)
6. มุมมองต่ออุปสรรค	6.1 อุปสรรคไม่ยากเกินฝ่าฟันไปได้	น้อย (4)
	6.2 อุปสรรคทำให้ได้เติบโตและเข้มแข็งขึ้น	น้อย (3)
	6.3 อุปสรรคนำพาสิ่งดีมาด้วยเสมอ	น้อย (2)
7. ร่องรอยประสบการณ์การหย่าร้างในครอบครัว	7.1 มุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่	
	7.1.1 ตั้งใจไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยเหมือนพ่อแม่	น้อย (4)
	7.2 มุมมองต่อการหย่าร้าง	
	7.2.1 การหย่าร้างเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้	น้อย (2)
	7.2.2 การหย่าร้างไม่ได้ทำให้ลูกกลายเป็นเด็กมีปัญหาเสมอไป	น้อย (2)
	7.3 ความรู้สึกนึกคิดของตนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง	
	7.3.1 ความรู้สึกอุ่นใจที่ได้รับรู้ว่า มีเพื่อนร่วมประสบการณ์	น้อย (3)
	7.3.2 ความรู้สึกเพียงพอ	น้อย (4)
	7.3.3 ความรู้สึกโล่งที่พ้นจากปัญหาการทะเลาะกันของพ่อแม่	น้อย (2)
	7.3.4 ความรู้สึกว่า การหย่าร้างไม่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง	น้อย (5)
	7.4 แรงผลักดันจากครอบครัวหย่าร้าง	
	7.4.1 แรงผลักดันให้ลุกขึ้นมาเต็มเต็มครอบครัว	น้อย (5)
	7.4.2 แรงผลักดันให้พึ่งพาตน	น้อย (3)
	7.4.3 แรงผลักดันให้มีความอดทนเข้มแข็ง	น้อย (4)
7.4.4 แรงผลักดันให้เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆ มากขึ้น	น้อย (3)	
8. มีสติรู้เท่าทัน	8.1 รับรู้ความรู้สึกตนเองมากขึ้น	น้อย (5)
	8.2 มีสติจัดการกับอารมณ์ของตน	น้อย (2)

ตารางที่ 3

ตารางสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล(ต่อ)

ประเด็นหลัก	หมวดหมู่และหมวดหมู่ย่อย	ความถี่ (จำนวนผู้ให้ข้อมูล)
9.ความรู้สึกสงบสุข	9.1 จิตใจสงบมากขึ้น	น้อย (2)
	9.2 รู้สึกผ่อนคลาย สดใสรีบสดโปร่งมากขึ้น	น้อย (4)
10.ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง	10.1 ความสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง	น้อย (2)
11.ความเข้าใจในสังขารมของชีวิต	11.1 ตระหนักถึงความไม่แน่นอนในชีวิต	น้อย (3)
	11.2 ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วยกุหลาบเสมอไป	น้อย (3)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ในช่วงเวลาภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ณ หน่วยบริการปรึกษาทางจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 11 คน และทำได้การวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) สามารถสรุปผลการวิจัย และความถี่การปรากฏในแต่ละสาระสำคัญได้ดังนี้

1. การยอมรับตนเอง

- | | |
|-----------------------------------|-------------|
| 1.1 ยอมรับในสิ่งที่มีอยู่เป็นอยู่ | ปานกลาง (7) |
| 1.2 ชื่นชมยินดีในตนเอง | น้อย (5) |
| 1.3 ยอมรับความผิดพลาดในอดีต | น้อย (4) |

2. สัมพันธภาพ กับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

- | | |
|--|-------------|
| 2.1 รู้จักและเข้าใจเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษามากขึ้น | ปานกลาง (6) |
| 2.2 สนุกกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษามากขึ้น | ปานกลาง (6) |
| 2.3 รู้สึกชื่นชมยินดีกับเรื่องราวของเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา | น้อย (5) |

3. สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว

- | | |
|---|-------------|
| 3.1 มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น | ปานกลาง (7) |
| 3.2 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวมากขึ้น | น้อย (5) |
| 3.3 ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น | ปานกลาง (6) |
| 3.4 สำนึกคุณค่าของคนในครอบครัวมากขึ้น | ปานกลาง (8) |

4. สัมพันธภาพกับคนรอบข้าง

- | | |
|---|-------------|
| 4.1 ยอมรับผู้อื่นอย่างที่เป็น | ปานกลาง (6) |
| 4.2 เข้าใจคนรอบข้างมากขึ้น | น้อย (5) |
| 4.3 ใส่ใจสื่อสารและรับฟังผู้อื่นมากขึ้น | น้อย (5) |
| 4.4 เป็นสุขในการอยู่ร่วมกับคนรอบข้างมากขึ้น | น้อย (4) |

5. แรงบันดาลใจจากเรื่องราวประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
- 5.1 แรงบันดาลใจให้พัฒนาตนเอง ปานกลาง (7)
- 5.2 แรงเติมเพิ่มกำลังใจ น้อย (2)
6. มุมมองต่ออุปสรรค
- 6.1 อุปสรรคไม่ยากเกินฝ่าฟันไปได้ น้อย (4)
- 6.2 อุปสรรคทำให้ได้เติบโตและเข้มแข็งขึ้น น้อย (3)
- 6.3 อุปสรรคนำพาสิ่งดีมาด้วยเสมอ น้อย (2)
7. ร่องรอยจากการหย่าร้างในครอบครัว
- 7.1 ความรู้สึกนึกคิดของตนจากประสบการณ์ครอบครัวหย่าร้าง
- 7.1.1 รู้สึกดีที่ได้รับรู้ว่ามีเพื่อนร่วมประสบการณ์ น้อย (3)
- 7.1.2 รู้สึกเพียงพอ น้อย (4)
- 7.1.3 รู้สึกดีที่พ้นจากการทะเลาะกันของพ่อแม่ น้อย (2)
- 7.2 มุมมองต่อการใช้ชีวิตคู่
- 7.2.1 ตั้งใจไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยเหมือนพ่อแม่ น้อย (4)
- 7.3 มุมมองต่อการหย่าร้าง
- 7.3.1 การหย่าร้างเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ น้อย (2)
- 7.3.2 การหย่าร้างไม่ได้ทำให้ลูกกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาเสมอไป น้อย (2)
- 7.4 แรงผลักดันจากครอบครัวหย่าร้าง
- 7.4.1 แรงผลักดันให้ลุกขึ้นมาเติมเต็มครอบครัว น้อย (4)
- 7.4.2 แรงผลักดันให้พึ่งพาตนเอง น้อย (3)
- 7.4.3 แรงผลักดันให้มีความอดทนเข้มแข็ง น้อย (4)
- 7.4.4 แรงผลักดันให้เห็นคุณค่าสิ่งต่างๆ น้อย (3)
8. มีสติรู้เท่าทัน
- 8.1 รับรู้ความรู้สึกตนเองมากขึ้น น้อย (5)
- 8.2 มีสติจัดการกับอารมณ์ของตน น้อย (2)
9. ความรู้สึกสุขสงบ
- 9.1 จิตใจสงบมากขึ้น น้อย (2)
- 9.2 รู้สึกผ่อนคลายสดใสปลอดโปร่งขึ้น น้อย (4)

10. ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืน

10.1 ความสอดคล้องกลมกลืนในตัวเอง น้อย (2)

11. ความเข้าใจในสังขารของชีวิต

11.1 ตระหนักถึงความไม่แน่นอนในชีวิต น้อย (3)

11.2 ตระหนักว่าชีวิตไม่ได้โรยด้วยกุหลาบเสมอไป น้อย (3)

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้มีความสอดคล้องกับผลงานวิจัยในประเทศ และต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง ในหลายประเด็น ทั้งในส่วนของการศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามภายหลังจากการประสบ เหตุการณ์ที่ตึงเครียดหรือเจ็บปวด อันหมายถึงความรวมถึงประสบการณ์การมีครอบครัวที่ย่ำร้าง ด้วย และในส่วนการศึกษาวินิจฉัยถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในรูปแบบต่างๆที่ต่อผู้ที่มี ครอบครัวย่ำร้าง ขณะเดียวกันบางตัวอย่างของการเปลี่ยนแปลงตามการรายงานของผู้ให้ข้อมูล ยังได้มีความสอดคล้องกับกรอบแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจากการทบทวนวรรณกรรมด้วย

โดยสรุปจากการรายงานของผู้ให้ข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกที่ เกิดขึ้นภายในตนเอง และในความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้อื่น ในช่วงระยะเวลาหลังการเข้าร่วม กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวย่ำร้าง

การเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในตนเอง ได้แก่ การยอมรับตนเอง มีความเติบโตในมุมมอง ของตนต่ออุปสรรคปัญหา ความเข้าใจในสังขารของชีวิต รวมถึงการได้รับแรงบันดาลใจต่างๆ จากประสบการณ์เรื่องราวภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และความเติบโตในประสบการณ์ อันเป็นร่องรอยจากการย่ำร้างของครอบครัวในอดีต นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังแสดงให้เห็นถึงการ เปลี่ยนแปลงทางบวกเบื้องต้นภายในตน ในผู้ให้ข้อมูลบางส่วนที่ได้รายงานว่าประสบการณ์ภายใน กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวได้ทำให้ตนคลายจากเรื่องที่เดิมรู้สึกทุกข์ใจ มีความรู้สึกเป็น สุขสงบขึ้น ทั้งยังมีสติรู้เท่าทันตนเอง และมีความสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง และในส่วนการ เปลี่ยนแปลงทางบวกในสัมพันธภาพของตนเองกับผู้อื่น อันได้แก่ การเปลี่ยนแปลงในสัมพันธภาพ ระหว่างตนเองกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สัมพันธภาพกับคนในครอบครัว ตลอดจนสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง โดยมีรายละเอียดในแต่ละประเด็นหลัก และแต่ละหมวดหมู่ สารสำคัญดังนี้

ด้านการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองนั้น ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าผู้ให้ข้อมูลยอมรับตนเอง ในแง่มุมต่างๆมากขึ้น ทั้งในด้านที่ตัวเองพอใจ และด้านที่รู้สึกว่าขาดไปของตน ขณะที่ผู้ให้ข้อมูล ส่วนน้อยบางคนกล่าวถึงการยอมรับความผิดพลาดในอดีต จากเรื่องราวสำคัญที่มีอยู่ใน

ประสบการณ์ความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลในช่วงก่อนหน้าจนถึงปัจจุบัน เช่น เรื่องผิดใจกับเพื่อนสนิท และการยุติความสัมพันธ์กับแฟน การยอมรับตนเองของผู้ให้ข้อมูลในแต่ละหมวดหมู่สาระสำคัญ ดังกล่าวแสดงถึง การเปิดใจกว้างต่อตนเองด้วยความเคารพยอมรับและให้เกียรติตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับผลการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพถึงผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกึ่งการให้ความรู้ (psycho-educational group) ที่มีต่อนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในมหาวิทยาลัย จำนวน 6 คน โดยรายงานว่านักศึกษามีการเปิดกว้างมากขึ้น ยึดหยุ่นมากขึ้น (Nosanow, Hage & Levin, 1999)

จากการรายงานถึงประสบการณ์ความงอกงามดังกล่าว เราอาจอนุมานได้ว่า ความงอกงามภายในตนของผู้ให้ข้อมูลที่เปิดกว้างและยอมรับตนเองมากขึ้น ได้ขยายไปสู่การเปิดกว้างในการยอมรับผู้อื่นและมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ที่อยู่รายรอบข้าง นับแต่เพื่อนผู้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตลอดจนผู้คนที่อยู่ภายนอกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา อาทิ คนในครอบครัว และ เพื่อนหรือคนรอบข้างทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก

สำหรับประเด็นการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง แม้ผู้ให้ข้อมูลจะไม่ได้รายงานถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันมากจนช่วยเหลือกันอย่างเป็นรูปธรรมในภาพรวม แต่ผู้ให้ข้อมูลก็ได้รายงานถึงการยอมรับซึ่งกันและกัน ความรู้สึกชื่นชม และสนิทสนมใกล้ชิดกันมากขึ้นในด้านความรู้สึกซึ่งอาจพัฒนาให้เพิ่มมากขึ้นได้ สอดคล้องกับข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรมที่พบว่า การจัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่มหาวิทยาลัย เป็นการสร้างเครือข่ายทางสังคมขนาดเล็กที่เข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกันตลอดจนเป็นเครือข่ายกำลังสนับสนุนให้กับเด็กได้ จากการที่เด็กได้แบ่งปันเรื่องราวกับเพื่อนสมาชิกกลุ่มซึ่งต่างผ่านประสบการณ์การหย่าร้างของครอบครัวตนมาเหมือนกัน (Kalter, Alpher, et al., 1988; Pedro-Carroll & Cowen, 1987 อ้างถึงใน Grych & Fincham, 1992)

สำหรับประเด็นการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคนในครอบครัวที่ดีขึ้น มีความสอดคล้องกับการศึกษาของ Tedeschi & Calhoun (1996) ที่ได้รายงานถึงความงอกงามภายหลังจากการประสบเหตุการณ์ที่ตึงเครียดหรือเจ็บปวดด้านจิตใจว่า ผู้ที่พ้นฝ่าเหตุการณ์ตึงเครียดต่างๆเหล่านี้ มีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดมากขึ้นกับเพื่อน คนรอบข้างและคนในครอบครัว

ในส่วนของ การเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงการมีมุมมองที่สร้างสรรค์ต่ออุปสรรคปัญหาตลอดจนความเข้าใจในสัจธรรมของชีวิตตนได้เรียนรู้เข้าใจจากประสบการณ์ที่สั่งสมมาในอดีตร่วมกับประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าอุปสรรคปัญหาต่างที่ตนได้เผชิญหมายรวมถึงการหย่าร้างของพ่อแม่

ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ปัญหาด้านการเงินในครอบครัว ความยากลำบากในการดำรงชีวิตต่าง ๆ ล้วนเป็นบทเรียนที่ช่วยผลักดันให้ตนได้เติบโตเข้มแข็งขึ้น ทั้งยังได้เรียนรู้วิธีการแก้ไขหากต้องเจอกับปัญหาอื่นต่อไปในอนาคต ผู้ให้ข้อมูลบางรายยังกล่าวถึงความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ในอนาคตได้ จากการที่ตนได้ฟันฝ่าและผ่านพ้นอุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ระหว่างการเติบโตมาจากครอบครัวที่ย่ำร้างในอดีตได้ ข้อมูลดังกล่าวมีความสอดคล้องกับการศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามจากการเผชิญฟันฝ่าเหตุการณ์ที่เลวร้ายต่าง ๆ ของ Tedeschi & Calhoun (1996) ที่พบว่าบุคคลกลุ่มดังกล่าวรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงในตนด้านความรู้สึก โดยมีความรู้สึกมั่นใจ ไว้วางใจ และเชื่อถือตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะความเชื่อมั่นในตนเองที่สามารถยอมรับกับความเป็นไปต่าง ๆ ที่ยอมเกิดขึ้นได้ และรับมือจัดการกับอุปสรรคหรือสถานการณ์ที่ยากลำบากต่าง ๆ ได้ (Tedeschi & Calhoun, 1996 ;Carver, 1998; Davis 2002, Davis et al., 1998; Tedeschi & Calhoun, 1998; Smith & Kelly, 2001; Updegraff & Taylor, 2002 อ้างถึงใน Jackson , 2007)

สำหรับประเด็นหลักความเข้าใจในสัจธรรมของชีวิต ผู้ให้ข้อมูลได้มองเห็นและเข้าใจความเป็นจริงอันเที่ยงแท้ในชีวิตที่ไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้ จากความเข้าใจที่มีต่อประสบการณ์ชีวิตของตนเอง และการได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตกับเพื่อนร่วมกลุ่มมากขึ้นซึ่งผู้ให้ข้อมูลบางรายได้รายงานว่าการที่ตนได้แบ่งปันเรื่องราวทำให้ตนได้เห็นการเปลี่ยนแปลงและความไม่แน่นอนที่มีในชีวิตของตนชัดขึ้น ขณะเดียวกันการได้รับฟังเรื่องราวชีวิตของเพื่อนทำให้ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้เห็นสัจธรรมที่คนอื่น ๆ นอกจากตนเองต้องพบประสบเช่นกันด้วย ข้อมูลดังกล่าวสอดคล้องกับข้อค้นพบในการศึกษาของ Tedeschi & Calhoun (1996) ที่ค้นพบว่า บุคคลที่ได้ฟันฝ่าเหตุการณ์ที่เลวร้ายมา ได้เติบโตและมีการเปลี่ยนแปลงในแง่ของปรัชญาของตนในการใช้ชีวิต (Aldwin & Sutton, 1998; Edmonds & Hooker, 1992; Joseph, Williams, & Yule, 1993; Richards, 2002; Tedeschi et al., 1998 อ้างถึงใน Jackson , 2007).

ในแง่ของการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ในเชิงความรู้สึก ซึ่งมีปรากฏอยู่ในประเด็นหลักการมีสติตระหนักรู้เท่าทัน ประเด็นหลักความรู้สึกสุขสงบและ ประเด็นหลักความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนภายในตนเอง ทั้ง 3 ประเด็นดังกล่าวล้วนเป็นการรายงานถึงการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้ได้ถึงถึงการเปลี่ยนแปลงอันละเอียดลออภายในความรู้สึกของตนเอง

ประเด็นการมีสติรู้เท่าทัน ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึง การมีสติรับรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในความรู้สึกของตน อาทิ กล่าวถึงการรับรู้ความรู้สึกที่ตนมีความรู้สึกได้ตระหนักรู้และชัดเจนกับสิ่งที่กำลังพูดมากยิ่งขึ้นในระหว่างการแบ่งปันประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและยังคงมีความรู้สึกนั้นๆ อยู่ในประสบการณ์ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ดังกล่าวด้วย เช่น ผู้ให้ข้อมูล 1 ราย ได้รายงานว่าการได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ช่วยทำให้ตนมองเห็นความรู้สึก ไม่พอใจและกลัวที่จะต้องมีชีวิตหรือประสบปัญหาเหมือนกับคนแถวบ้าน ในการสร้างสัมพันธภาพแบบคนรักหรือแฟนของตนเอง ซึ่งความรู้สึกกลัวที่จะมีสัมพันธภาพดังกล่าวนี้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Wallerstein (2004) ที่พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีปัญหาในการสร้างสัมพันธภาพกับคนรัก

แม้ผลการวิจัยในประเด็นหลักการมีสติตระหนักรู้เท่าทัน ประเด็นหลักความรู้สึกสุขสงบและประเด็นหลักความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนระหว่างความคิดและความรู้สึก หรือ การกระทำภายในตนเอง จะมีความถี่ของการปรากฏในระดับน้อย คือ 2 – 5 ราย แต่จากผลการวิจัยในประเด็นความรู้สึกสงบสุขและประเด็นความสอดคล้องกลมกลืนภายในตนนั้นสะท้อนถึง การที่ผู้ให้ข้อมูลได้ละทิ้งและก้าวข้ามความรู้สึกนึกคิดเดิมบางประการที่ได้รับทวนจิตใจ หรือเป็นอุปสรรคในการพัฒนาตนเอง ให้พ้นผ่านและกลายเป็นคนใหม่ที่มีความรู้สึกและมีการกระทำบางประการเปลี่ยนไปอย่างสร้างสรรค์ได้ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเป็นประสบการณ์ความงอกงามภายในตนในระดับลึกซึ่งอาจไม่ได้เกิดขึ้น หากปราศจากประสบการณ์การเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 รายได้รายงานว่าภายหลังช่วงเวลาการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตนรู้สึกผ่อนคลาย ปล่อยวาง จิตใจสงบมากขึ้น สดใสปลอดโปร่งมากขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่ง รายงานว่า การที่ยอมรับตนเองมากขึ้น ในแง่มุมต่างๆทำให้ตนรู้สึกผ่อนคลายอยู่กับปัจจุบันมากขึ้น ทั้งยังรู้สึกสงบสุข และสดใสปลอดโปร่ง มากกว่าเดิม หลังจากที่ประมาณปีที่ผ่านมาตนตัดสินใจตัดความสัมพันธ์กับแฟน ขณะที่ผู้ให้ข้อมูลอีกคนรายงานในช่วงระยะเวลาก่อนหน้านี้ตนเลิกความสัมพันธ์กับแฟน และรู้สึกเซ็ด และกลัวที่จะต้องเผชิญกับความเศร้าเสียใจเมื่อจบความสัมพันธ์เช่นอดีต ทำให้ตนมีมุมมองต่อการเลิกความสัมพันธ์ว่าเป็นเรื่องที่เลวร้าย ทำให้ตนระแวงครุ่นคิด ใคร่ครวญอย่างมากในการมองคนที่ตนสนใจหรือ เข้ามาสนใจว่าจะสามารถคบหากันได้จริงหรือไม่ ต่อมาในช่วงภายหลังการเข้ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลได้รายงานวาทนมีมุมมองต่อการเลิกความสัมพันธ์กับแฟนหรือคนรักที่ดีขึ้น กล่าวคือ มองเห็นว่าตัวผู้ให้ข้อมูลเองเป็นผู้มีบทบาทที่สามารถช่วยให้การจบความสัมพันธ์กับแฟนหรือคนรักเป็นไปด้วยดีทางความรู้สึกได้ และการยุติความสัมพันธ์กับแฟนหรือคนรัก ไม่ได้เป็นเรื่องที่โหดร้ายเสมอไป ขณะเดียวกัน นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งยังได้รายงานว่าการยอมรับการตัดสินใจเลือกเรียนในคณะของตนเองปัจจุบัน ด้วยความรู้สึกที่จริงใจต่อตนเองมากขึ้นจากเดิมที่ยอมรับการตัดสินใจดังกล่าวจากมุมมองที่เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ทำให้ตนได้รู้สึกโล่ง สดใสปลอดโปร่งขึ้น จากการได้หยิบเรื่องที่ค้างคาใจออกมาใคร่ครวญและให้ความหมายกับเรื่องที่เกิดขึ้นใหม่อีกครั้ง แทนการเก็บเรื่องที่

ค้ำใจนี้ไว้เพียงลำพัง ข้อมูลดังกล่าวนี้สอดคล้องกับผลการศึกษากลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการ
 ปรึกษาแนวพุทธต่อความสามารถในการฟื้นพลังของนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยในส่วนของกร
 รายงานเชิงคุณภาพ พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยมีความรู้สึกโล่ง สดใสรุดอกโปร่งขึ้น ตลอดจนมี
 ใจที่เป็นสุขสงบขึ้น ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (สุภาวดี ดิสโร, 2551)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามี
 ความเชื่อมโยงกับประสบการณ์และเรื่องราวภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยผู้ให้ข้อมูลได้
 รายงานว่าการได้ร่วมแบ่งปันและรับฟังเรื่องราวของเพื่อน จุดประกายให้ผู้ให้ข้อมูลบางคนเกิดแรง
 บันดาลใจที่จะพัฒนาตัวเองมากขึ้นอีก โดยมีมุมมองว่าหากเพื่อนที่มีพื้นฐานครอบครัวหย่าร้าง
 เหมือนตนเองไม่ว่าจะมีความเป็นอยู่ที่ยากลำบากบ้าง ดีบ้าง สามารถทำได้ตนเองก็ทำได้
 เหมือนกัน ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งซึ่งกำลังเผชิญกับปัญหาด้านการเงินจากการที่มีแม่เป็นผู้เลี้ยงเพียง
 ลำพัง ยังได้รายงานว่าประสบการณ์เหล่านั้นได้ทำให้ตนเกิดกำลังใจฟันฝ่าอุปสรรคด้านการเงินที่
 กำลังเผชิญอยู่นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลบางคนกล่าวว่าการได้รับรู้ข้อคิดเพิ่มเติมจากการร่วมแบ่งปัน
 ประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว เป็นแรงบันดาลใจให้ผู้ให้ข้อมูลเกิด
 เปลี่ยนแปลงตน ทั้งนี้จากการรายงานของผู้ให้ข้อมูลพบว่าผู้ให้ข้อมูลบางส่วนได้นำข้อคิดนั้นๆไป
 ปฏิบัติจริงภายหลังในช่วงเวลาของการเข้ากลุ่มอีกด้วย ข้อมูลดังกล่าวสอดคล้องกับการทบทวน
 วรรณกรรมเกี่ยวกับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ของ
 Tomori (1995) โดยกล่าวว่าสมาชิกกลุ่มยังกลายเป็นแรงบันดาลใจให้กับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม
 ด้วยกันในการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตนไปในทางที่ดีขึ้น ขณะเดียวกัน การได้รับแรงบันดาลใจจาก
 เรื่องราวและประสบการณ์ภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้พัฒนาตน ทั้งยังเป็นแรงเติมเพิ่ม
 กำลังใจดังกล่าวนี้ ยังมีความสอดคล้องกับการรายงานของนักศึกษามหาวิทยาลัย ภายหลังจาก
 เข้าร่วมกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธ (สิริกาญจน์ สง่า, 2551; สุภาวดี ดิสโร,
 2551)

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังได้แสดงถึงความมอกงามในประสบการณ์อันเป็นร่องรอยจากการ
 หย่าร้างในครอบครัว

ในประเด็นร่องรอยการเติบโตมาจากครอบครัวหย่าร้างนั้นด้วยประสบการณ์มาจาก
 ครอบครัวหย่าร้าง มีประสบการณ์อันเป็นความมอกงามปรากฏในสาระสำคัญต่างๆ ดังนี้
 ความรู้สึกของคนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง แรงผลักดันที่ตนได้รับจากครอบครัวหย่าร้าง
 ตลอดจนการมีความคิดเห็นเชิงสร้างสรรค์ต่อการใช้ชีวิตคู่ และการหย่าร้างจากการเติบโตมาจาก
 ครอบครัวที่หย่าร้าง

ในด้านความรู้สึกของตนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง พบว่าในช่วงระยะเวลาภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงในส่วนของความรู้สึกในลักษณะที่หลากหลาย ได้แก่ ความรู้สึกอุ่นใจที่ได้รับรู้ว่ามิเพื่อนร่วมประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้าง ความรู้สึกเพียงพอ ความรู้สึกโล่งที่ได้พ้นจากการความขัดแย้งของพ่อแม่ดังมีรายละเอียดดังนี้

สาระสำคัญย่อยความรู้สึกอุ่นใจที่ได้รับรู้ว่ามิเพื่อนร่วมประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้าง การได้รับรู้และพบว่ามีผู้อื่นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เช่นเดียวกับตนในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ทำให้ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่ง มีความรู้สึกที่ปัญหาครอบครัวหย่าร้างที่ตนได้เผชิญและเติบโตขึ้นจากพื้นฐานครอบครัวที่หย่าร้างนี้ มิใช่ปัญหา หรือ ปัญหาใหญ่ในชีวิตที่ทำให้ตนรู้สึกเสียใจ น้อยใจโชคชะตาตน แต่เป็นเพียงเรื่องหนึ่งเรื่องที่คนทั่วไปและตนอาจประสบได้ โดยผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าการได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับเพื่อนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เป็นโอกาสให้ได้พบและรับรู้การมีอยู่ของผู้ที่ประสบการหย่าร้างของครอบครัว เช่นเดียวกับตน เนื่องจากในบริบทของสังคมไทย ประสบการณ์การมาจากครอบครัวที่หย่าร้างนี้นับเป็นเรื่องภายในครอบครัว เป็นเรื่องส่วนตัวที่น้อยคนจะแพร่กระจายให้ผู้อื่นได้รับรู้ โดยเฉพาะผู้ที่ยังคงได้รับความรู้สึกกระทบกระเทือนจากประสบการณ์ดังกล่าวอยู่

การศึกษาประสบการณ์ความมอองงามภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา พบว่าการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึกจากการที่เป็นนิสิตนักศึกษาที่มีครอบครัวหย่าร้างของผู้ให้ข้อมูลดังกล่าว มีความสอดคล้องกับ การรายงานภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกึ่งการให้ความรู้ (psycho-educational group) ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ว่าการได้มาเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวร่วมกับเพื่อนที่มีประสบการณ์มาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกัน ได้ทำให้ตนเองไม่รู้สึกว่าแปลกประหลาดจากคนอื่นเหมือนก่อน และมีความรู้สึกที่ดีที่ได้อยู่ยังมีเพื่อนคนอื่นที่ประสบกับปัญหาการมีครอบครัวหย่าร้างและมีความรู้สึกเช่นเดียวกับตน (Nosanow, Hage & Levin, 1999)

สาระสำคัญย่อยความรู้สึกเพียงพอ

ผลการวิจัยรายงานถึงความรู้สึกเพียงพอ และพอใจแล้วกับประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้างของตน ไม่ได้รู้สึกว่าขาดเกินใด แม้พ่อแม่จะไม่ได้อยู่ครบอย่างสมบูรณ์ เช่น ครอบครัวอื่น การได้เติบโต พิน่ฝ้า และผ่านพ้นความยากลำบากหรืออุปสรรคต่างๆไปได้ ตลอดระยะเวลาการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างด้วยสมาชิกครอบครัวที่มีอยู่ ซึ่งอาจมี เพียงแม่หรือแม่และญาติๆ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งมีความรู้สึกที่เพียงพอใจแล้วกับพื้นฐานครอบครัวของตนเอง เพราะไม่ได้ทำให้ตนเองรู้สึกพร่องขาด หรือขาดความอบอุ่นแต่อย่างใด โดยผู้ให้ข้อมูล

ได้รายงานให้ผู้ให้ข้อมูลมีแม่ที่เลี้ยงดูตน หรือ และญาติที่เข้ามาร่วมดูแลเลี้ยงดูตนเป็นผู้มอบความรักความอบอุ่น และกำลังใจต่างๆตลอดช่วงระยะเวลาการเติบโตที่ผ่านมา

ขณะเดียวกันการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึกดังกล่าวซึ่งผู้ให้ข้อมูลได้รายงานว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการหย่าร้างของครอบครัว ในช่วงเวลาก่อนการเข้ากลุ่มและยังคงดำรงอยู่มาจนในช่วงระยะเวลาภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นี้ มีความสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมกรอบแนวคิดการหย่าร้าง-ความเครียด-การปรับตัว (Amato, 2000) ซึ่ง Kelly & Emery (2003) ได้ขยายความเพิ่มเติมรายละเอียดเกี่ยวกับ ปัจจัยที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่เด็กในครอบครัวหย่าร้าง (ปัจจัยปกป้อง) เอาไว้ว่า ความสามารถของพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวและการดูแลเลี้ยงดูเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ช่วยลดผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างแก่เด็กได้ การที่เด็กในครอบครัวหย่าร้างได้รับความรัก ความอบอุ่น กำลังใจและการสนับสนุนจากพ่อแม่ที่เลี้ยง ตลอดจนได้รับการอบรมขัดเกลาควบคุมอย่างเหมาะสมจากพ่อแม่ จะทำให้เด็กและวัยรุ่นมีการปรับตัวที่ดี โดยจากการรายงานของผู้ให้ข้อมูล พบว่าแม้นจะมีแม่เป็นผู้เลี้ยงดูลำพัง แต่การได้ร่วมกันฟันฝ่าความยากลำบากต่างๆให้ผ่านพ้นไป ประกอบกับการได้รับกำลังใจและความอบอุ่นจากแม่ทำให้ ตนมีความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้ขาดความรักความอบอุ่นจากพ่อที่หย่าร้าง ทั้งยังรู้สึกว่าเรามีเพียงแม่เป็นผู้เลี้ยงดูเพียงลำพังนั้นเพียงพอแล้ว สำหรับความต้องการความรักความอบอุ่นและกำลังใจจากครอบครัวของตน ทั้งยังเพียงพอแล้วแก่การที่ตนจะสามารถเติบโตเป็นคนที่มีความ มีคุณค่า มีภาระงานที่ดีในอนาคตได้

สาระสำคัญย่อยความรู้สึกโล่งที่พ้นจากการทะเลาะกันของพ่อแม่

แม้การหย่าร้างของพ่อแม่จะความรู้สึกสะเทือนใจแก่เด็ก แต่การรายงานของผู้ให้ข้อมูลที่มาจากรครอบครัวหย่าร้างและมีการทะเลาะกันระหว่างพ่อแม่อย่างมากช่วงก่อนการหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูล 2 ราย ในกลุ่มนี้รายงานว่าตนรู้สึกที่ภายหลังการหย่าร้างตนไม่ต้องอยู่ในบรรยากาศการทะเลาะกันของพ่อแม่ เช่นเดิมอีก ทั้งยังได้กล่าวอีกว่าการที่ต้องอยู่ร่วมในเหตุการณ์ที่พ่อแม่ทะเลาะกันนั้น ทำให้ตนรู้สึกไม่มีความสุข ข้อมูลดังกล่าวนี้มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมากกว่าร้อยละ 25 กล่าวถึงการหายไปของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ในครอบครัว โดยเป็นในว่าได้ทำให้ตนบรรเทาความรู้สึกตึงเครียดที่มีจากเดิมได้ (Kurdek & Siesky, 1980 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006)

ผลการวิจัยยังได้รายงานถึงแรงผลักดันจากประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้ผลักดันให้ตน มีแรงฮึดที่จะลุกขึ้นมาเติมเต็มครอบครัว มีความอดทนเข้มแข็ง พึ่งพาตนเองมากขึ้น ข้อมูลดังกล่าวมีความสอดคล้องกับ การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพที่พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความเข้มแข็ง มีบทบาทความรับผิดชอบใหม่เกิดขึ้นภายหลังการหย่าร้างซึ่งทำให้

สามารถพึ่งพาตนเองได้ (Weiss, 1979; Wallerstein, 1985; Hetherington & Elmore, 2003 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังได้รายงานว่า การเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้างผลักดันให้ตนได้เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆ ในชีวิตของตนมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Tedeschi & Calhoun (1996) ที่ได้รายงานถึงความมั่งคั่งภายหลังจากการประสบเหตุการณ์ที่ตึงเครียดหรือเจ็บปวดด้านจิตใจว่า ผู้ที่ฝ่าฟันเหตุการณ์ตึงเครียดต่างๆ เหล่านี้ มีความซาบซึ้งอย่างมากกับสิ่งต่างๆ ในชีวิตมากขึ้น ซึ่งมีความใกล้เคียงกับการตระหนักถึงคุณค่าจากการประสบการณืการมีครอบครัวหย่าร้างในชีวิตของผู้ให้ข้อมูล รวมถึงคุณค่าของปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในประเด็นหลักมุมมองต่ออุปสรรคปัญหาอีกด้วย

นอกจากนี้ในส่วนของความมั่งคั่งในการมีมุมมองเชิงสร้างสรรค์ต่อการหย่าร้างและการใช้ชีวิตคู่ของตน พบว่า ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนมีความตั้งใจที่จะไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำรอยหรือเกิดการหย่าร้างอีก เช่นเดียวกับพ่อแม่ของตน ตลอดจนเรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดข้อผิดพลาดเช่นที่เกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่ ด้วยความเข้าใจถึงความรู้สึกและผลกระทบต่างๆ ที่ลูกจะได้รับ ข้อค้นพบดังกล่าวนี้สอดคล้องกับ การศึกษาของ Harvey & Fine (2004) (Harvey & Fine, 2004 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006) รวมถึงข้อค้นพบที่ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนระบุว่า ตนตระหนักถึงความสำคัญในการเลือกคู่ครองที่เข้ากันได้จริงเป็นหลัก มีความสอดคล้องกับการศึกษาของ Kurdek & Siesky (1980) (Kurdek & Siesky, 1980 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006)

Tomori (1995) กล่าวว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง สามารถใช้เป็นวิธีการในการให้ความช่วยเหลือเด็กที่มีประสิทธิภาพ ทั้งในส่วนของการพัฒนาตน พัฒนาทางสังคม และพัฒนาด้านการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้สมาชิกกลุ่มยังกลายเป็นแรงบันดาลใจให้กับเพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกันในการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ข้อความจากการทบทวนวรรณกรรมดังกล่าวสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่าผู้ให้ข้อมูลมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ทั้งภายในตนเอง และในสัมพันธภาพกับครอบครัว และสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนการที่ผู้ให้ข้อมูลรายงานถึงการได้รับแรงบันดาลใจจากเรื่องราวประสบการณ์ในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้พัฒนาตนเองในแง่มุมต่างๆ อีกด้วย

จากการรายงานถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด พบว่าผู้ให้ข้อมูล 1 ราย ได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงในตนเองและในสัมพันธภาพกับครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวอย่างมาก เพื่อให้การรายงานถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งดังกล่าวของผู้ให้ข้อมูลเป็นไปอย่างครบถ้วนสมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงขอนำมากล่าวถึงในส่วนของการอภิปรายผลเพิ่มเติมดังนี้

เคียว(นามสมมุติ) การเปลี่ยนแปลงในตนเองคนใหม่

ผู้วิจัยขอกล่าวถึงการรายงานของผู้ให้ข้อมูล 1 ราย ที่ได้แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง ตลอดจนถึงคนในครอบครัว จึงได้นำมากล่าวถึงใน ณ ที่นี้ด้วย โดยเดิมที่ผู้ให้ข้อมูลดังกล่าวคิดว่าตนเองมีความสามารถเพียงพอที่จะอยู่ด้วยตนเองได้ และไม่ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง และรายงานว่าการได้ร่วมแบ่งปันและรับฟังประสบการณ์ของเพื่อนได้ช่วยเปิดโลกทัศน์ของตนและทำให้ตนได้ตระหนักเห็นถึงคุณค่าของการมีสัมพันธภาพมากขึ้น นอกเหนือไปจากเงินทองที่ตลอดเวลาผู้ให้ข้อมูลต้องรับผิดชอบ เป็นผู้หารายได้เลี้ยงและดูแลน้องในครอบครัวอีก 2 คน เป็นหน้าที่หลักควบคู่กับการเรียน ผู้ให้ข้อมูลดังกล่าวไม่เพียงได้ตระหนักถึงความสัมพันธ์กับคนรอบข้างมากขึ้นเท่านั้นแต่ยังได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในเชิงของการกระทำว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาผู้ให้ข้อมูลมีความใส่ใจ ให้ความสำคัญที่จะใช้เวลากับคนรอบข้างมากขึ้น จากเดิมที่เคยมองว่าเป็นเรื่องที่ไม่มีความสำคัญกับหน้าที่หลักให้การเรียนและทำงานของตนเองมากกว่า

“การกระทำที่เปลี่ยนไปด้วย ซึ่งบางที คือช่วงจ๊อบเคียวมันว่าง ตอนเช้าเคียวเอาบทรายการวิทยุไปอ่านยังเจียะ ช่วงประมาณ 9 โมงครึ่ง ถึงเอาประมาณเที่ยงครึ่งเคียวว่าง

“เคียวก็จะมาแล้ว บางทีก็จะอยู่ข้างบนคะ แล้วก็มาเจอเพื่อนมานั่งทำงาน ก็จะมานั่งคุย นั่งเล่นสนุกสนานกัน แล้วเคียวก็จะกลับไปทำงานต่อ” (Info6)

“บางทีเราต้องออกไปทำธุระ 10 โมงอย่างนี้ แทนที่เราจะอยู่บนห้อง แล้วค่อยลงมาตอน 10 โมง เราก็จะลงมาเล่นข้างล่างก่อน เมื่อจะได้เจอเพื่อน เราจะได้คุยได้อะไรก่อน ซึ่งแต่ก่อนความคิดของเคียวที่อยู่ในหัวก็คือ เราไปคุยกับเพื่อนไปเล่นกับเพื่อนเราคงไม่ได้อะไร สู้ไปทำงานดีกว่า ซึ่งมันก็จะทำให้เคียวแลดูเป็นคนที่ยังกระด้างอะไรอย่างนี้นิดนึง” (Info6)

เช่นเดียวกัน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว จากเดิมที่เคียวเติบโตมาโดยไม่ได้ใกล้ชิดพ่อแม่ตั้งแต่ยังเด็กทำให้เคียวไม่ค่อยมีความรู้สึกที่ผูกพันกับพ่อและแม่นัก

“ก่อน..นานแล้ว ไม่อะ..ไม่ค่อยปฏิบัติสัมพันธ์เท่าไร เพราะเคียวรู้สึก ถ้าจะพูดตรงๆ แบบไม่รู้ว่ามีมันจะเป็นคำพูดที่หยาบคายหรือเปล่า คือมันเป็นความรู้สึกที่แบบว่า ไม่ได้ผูกพันอะ” (Info6)

และจากประสบการณ์การเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างดังกล่าว เคียวได้รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงที่ตนได้ตระหนัก สำนึก และระลึกในพระคุณของพ่อแม่ ตลอดจนถึงความรักและความเป็นครอบครัวที่เคียวมีส่วนร่วมอยู่กับสมาชิกในครอบครัวคนอื่นๆ อาทิ พ่อแม่ ลุงป้า ย่า และน้อง เคียวกล่าวว่าตนมีความตั้งใจที่จะได้ดูแลเอาใจใส่ อยู่ใกล้ชิดพ่อกับแม่มากขึ้น จากเดิมที่ไม่ค่อยรู้สึกผูกพัน

“ฟังจากเพื่อนอย่างพิมอะ คำพูดถึงแม่ แม่คำก็ทำงานหนักนะ บางที่เราอาจจะไม่รู้ก็ได้ ว่าคำรักเรามากแค่ไหน เราอาจจะไม่รู้ก็ได้ว่าคำทำเพื่อเรามากแค่ไหน ซึ่งเคยรู้สึกถ้าเราลองตั้งสติแล้วกลับไปนั่งคิดดีๆอะ ก็โชคดีแค่ไหนแล้ว มีบุญล้นฟ้าขนาดไหนแล้วที่คำทำให้เราเกิดมาอะ ก็เลยรู้สึกว่า อยากกลับไปดูแลคำ ซึ่งก็นัดเจอ อย่างแม่คะ ซึ่งอีก2วัน เคียวก็จะไปจังหวัด...แล้ว ก็จะไปหาแม่ซึกแป็บนึง แล้วก็เที่ยวช่วงตรุษจีนก็จะกลับจังหวัดไปหาพ่อซึกเล็กน้อย”

หากพิจารณาถึงผลการวิจัยในภาพรวมแล้วจะเห็นได้ว่า ภายหลังจากเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์อันเป็นความเติบโตของงามเกิดขึ้นในตนเองในหลากหลายมิติ ทั้งในส่วนภายในตนเอง และในสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับเพื่อนรอบข้าง และคนในครอบครัว ผลการวิจัยครั้งนี้จึงมีความสอดคล้องกับผลการประเมินผลการใช้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในงานวิจัยที่ผ่านมาในต่างประเทศที่ระบุว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว อาจช่วยสร้างประสบการณ์สำคัญที่จะช่วยเกื้อกูลให้เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ทั้งในวัยเด็กและวัยรุ่นมีสุขภาพจิตที่ดีได้ รวมถึงยังเป็นการช่วยลดผลกระทบระยะยาวที่เกิดขึ้นกับเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างให้ลดลงได้อีกทางหนึ่ง เนื่องจากได้เรียนรู้วิธีการในการรับมือและจัดการกับเรื่องราวของตนเอง (Alpert-Gillis, Pedro-Carroll, & Cowen, 1989; Anderson, Kenney, & Gerler, 1984; Bussey, 1996; Crosbie-Burnett & Newcomer, 1990; Gwynn & Brantley, 1987; Lee, Picard, & Blain, 1994; Roseby & Deutsch, 1985; Sanders & Riestler, 1996; Stolber & Mahler, 1989 อ้างถึงใน Hage & Nosanow, 2010)

นอกจากนี้หากพิจารณาจากตัวอย่างของเคียวซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งได้ ตระหนักและสำนึกถึงคุณค่าความสำคัญของพ่อแม่ คนในครอบครัว และคนรอบข้างมากขึ้น จากเดิมที่ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าไม่มีความรู้สึกผูกพันกับพ่อแม่เช่นคนอื่น ซึ่งอาจเรียกเป็นผลกระทบทางลบระยะยาวประการหนึ่งในแง่การสูญเสียการมีสัมพันธภาพที่สำคัญ (Kelly & Emery, 2003) แม้เคียวจะเป็นเพียงผู้ให้ข้อมูลคนเดียวที่รายงานถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในตนเองและการใช้ชีวิต แต่การรายงานดังกล่าวได้สะท้อนให้เห็นว่า ภายหลังจากเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผู้ให้ข้อมูล 1 ราย ได้กล่าวถึงประสบการณ์ภายในในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ว่าเป็นส่วนหนึ่งในการที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมากในตนเอง โดยตนได้สำนึกถึงความหมายและคุณค่าของคนรอบข้าง และคนในครอบครัวมากขึ้น และเริ่มใส่ใจที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้างและคนในครอบครัว นับเป็นประสบการณ์ที่ได้ช่วยลดผลกระทบทางลบระยะยาวประการหนึ่ง ในแง่การสูญเสียการมีสัมพันธภาพที่สำคัญจาก

การเติบโตมาจากครอบครัวที่ย่ำร้าง (Kelly & Emery, 2003) ขณะที่การพบทบทวนผลของกลุ่มการ
 ปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ที่ย่ำร้างซึ่งโดยมากเป็นแบบกึ่งการให้ความรู้
 (psycho-educational group) พบว่า เป็นประสบการณ์ที่ช่วยลดผลกระทบระยะยาวที่เกิดขึ้นกับ
 เด็กที่มาจากครอบครัวที่ย่ำร้างให้ลดลงได้อีกทางหนึ่ง เนื่องจากได้เรียนรู้วิธีการในการรับมือและ
 จัดการกับเรื่องราวของตนเอง (Alpert-Gillis, Pedro-Carroll, & Cowen, 1989; Anderson,
 Kenney, & Gerler, 1984; Bussey, 1996; Crosbie-Burnett & Newcomer, 1990; Gwynn &
 Brantley, 1987; Lee, Picard, & Blain, 1994; Roseby & Deutsch, 1985; Sanders &
 Riestler, 1996; Stolber & Mahler, 1989 อ้างถึงใน Hage & Nosanow, 2010) ตัวอย่าง
 ประสบการณ์ความงอกงามของเคียวจึงอาจกล่าวได้ว่าเป็นการช่วยลดผลกระทบระยะยาวของผู้
 ที่มาจากครอบครัวที่ย่ำร้าง ซึ่งมีใช้การได้เรียนรู้วิธีการในการรับมือและจัดการกับเรื่องราวของ
 ตนเอง

ประการสุดท้ายเมื่อพิจารณาประสบการณ์อื่นเป็นความงอกงามเหล่านี้ประกอบข้อมูล
 ระยะเวลาภายหลังการประสบการที่ย่ำร้างในครอบครัวซึ่งนับเป็นเหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียด
 และความรู้สึกเจ็บปวด (Holmes & Rahe, 1967 อ้างถึงใน Tashiro, Frazier & Berman, 2006)
 ตั้งแต่ 3- 22 ปีของผู้ให้ข้อมูล ทำให้ ข้อค้นพบอันเป็นประสบการณ์ความงอกงามของนิสิต
 นักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำร้าง ภายหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิต
 นักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำร้าง ได้ช่วยขยายพื้นที่ความเข้าใจในประสบการณ์ความงอกงาม
 ของผู้ที่ประสบเหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียดและความรู้สึกเจ็บปวด (posttraumatic growth)
 นอกเหนือไปจากการทบทวนวรรณกรรมที่พบว่าผู้ที่ประสบเหตุการณ์ที่ตึงเครียดและเจ็บปวด
 สามารถเกิดความงอกงามในช่วงระยะเวลา 2ปี (Frazier, Conlon, & Glaser, 2001 อ้างถึงใน
 Sheikh, 2008) ไปจนถึง 8 ปีภายหลังการประสบเหตุการณ์ที่สร้างความตึงเครียดและความรู้สึก
 เจ็บปวดดังกล่าว (Afeck, Tennen, Croog, & Levine, 1987 อ้างถึงใน Sheikh, 2008) โดยจาก
 การศึกษาในบริบทการศึกษาวิจัยในครั้งนี้พบว่านิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่ย่ำร้างยังคงรับรู้
 ถึงประสบการณ์ความงอกงามจากการเติบโตมาจากครอบครัวที่ย่ำร้างของตนอยู่ แม้เหตุการณ์
 ดังกล่าวจะผ่านมาแล้ว 3 – 22 ปี

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

ประสบการณ์การความงอกงามที่เกิดขึ้น อาจนำไปใช้ประโยชน์ในการทำงานของ นักจิตวิทยาการศึกษา ในการที่จะช่วยเอื้อให้บัณฑิต นักศึกษาตลอดจนผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ได้ตระหนักชัดในคุณค่า ความงอกงามความเข้มแข็งต่างๆที่ตนได้รับจากการฟันฝ่าอุปสรรคปัญหา ต่างๆจากการเติบโตมาจากครอบครัวที่หย่าร้าง เช่น ความอดทนเข้มแข็ง ความสามารถพึ่งพาตนเองได้ เพื่อช่วยเพิ่มมุมมองเชิงสร้างเสริมพลังความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ นอกจากนี้ในส่วนของการเตรียมความพร้อมในการปฏิบัติงานกับผู้มาจากครอบครัวหย่าร้าง นักจิตวิทยาการศึกษาอาจนำความเข้าใจประสบการณ์ความงอกงามดังกล่าว เป็นองค์ความรู้ประกอบในการ ออกแบบการให้บริการกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา ตลอดจนการปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคล สำหรับผู้ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เพื่อให้กระบวนการการศึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ที่มาจาก ครอบครัวหย่าร้างเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับการวิจัยในโอกาสต่อไป ด้วยผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยครั้งนี้จำกัดเฉพาะกลุ่มนิสิต นักศึกษาในมหาวิทยาลัยซึ่งมีช่วงอายุอยู่ในระหว่างกลุ่มวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะให้มีการศึกษาเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในช่วงอายุอื่นๆ โดยเฉพาะ กลุ่มช่วงอายุที่มีอายุมากกว่ากลุ่มผู้ให้ข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ เช่นในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือในวัยผู้ใหญ่ อย่างเฉพาะเจาะจง ทั้งนี้จากการวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ยืนยันว่า เด็กที่มาจากครอบครัว ดังกล่าวได้รับผลกระทบทางลบจากการหย่าร้างของครอบครัวในระยะยาวแม้ในวัยผู้ใหญ่ โดยใน วัยผู้ใหญ่เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างเหล่านี้อาจมีปัญหาในการสร้างความสัมพันธ์อันลึกซึ้งกับ คนรัก ตลอดจนการใช้ชีวิตคู่และในการสร้างครอบครัวของตน (Wallerstein, 2004) การศึกษาถึง ประสบการณ์ความงอกงามของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือในวัยผู้ใหญ่ อันนอกเหนือไปจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในงานวิจัยนี้ จึงอาจช่วยเพิ่มเติมประสบการณ์ความ งอกงามที่เกิดขึ้นจากการฟันฝ่าผลกระทบที่ได้รับจากประสบการณ์จากการมีครอบครัวที่หย่าร้าง ในอดีตและจากประสบการณ์ชีวิตที่มีทั้งหมดในมิติที่หลากหลายมากยิ่งขึ้นด้วย โดยอาจเก็บข้อมูล จากนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาโทบัณฑิต และดุษฎีบัณฑิต หรือเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ บุคคลทั่วไปในวัยทำงานหรือเพิ่งเริ่มต้นทำงาน

สำหรับในเรื่องของเงื่อนไขเวลาในการศึกษาถึงประสบการณ์ความงอกงามที่เกิดขึ้นของเด็ก ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในวัยต่างในโอกาสต่อไป อาจเลือกศึกษาประสบการณ์ความงอกงามที่ เกิดขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มเพื่อให้ได้สะท้อนความงอกงามที่เกิดขึ้นของเด็กที่มาจาก

ครอบครัวหย่าร้างในวัยดังกล่าวในมิติที่หลากหลายขึ้น อย่างไรก็ตามก็ดีกรณีการศึกษาดังกล่าวนี้ อาจต้องมีการการปรับเปลี่ยนเกณฑ์การคัดเลือกที่มีคุณสมบัติเข้าร่วมการวิจัยให้เหมาะสมต่อไปด้วย นอกจากนี้ในการวิจัยครั้งต่อไปอาจมีการสัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งของผู้ให้ข้อมูลเป็นข้อมูลประกอบ เพื่อนำมาตรวจสอบความสอดคล้องของข้อมูลและประกอบกรอภิปรายผล

ข้อจำกัดการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งจากครอบครัวหย่าร้างภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผ่านการรายงานตนเอง (self-report) ของผู้ให้ข้อมูลทำให้ข้อมูลที่ได้ขึ้นอยู่กับความรู้ของผู้ให้ข้อมูลซึ่งอาจมีความสามารถในการสำรวจถึงประสบการณ์ความมั่งคั่งที่เกิดขึ้นเหล่านั้นแตกต่างกันไป ด้วยความสามารถในการสังเกตถึงความมั่งคั่งที่เกิดขึ้นกับตนเองเหล่านั้น นอกจากนี้ด้วยความยากลำบากในการเข้าถึงเพื่อเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูล และเงื่อนไขเวลาทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถรวบรวมข้อมูลการรายงานถึงความมั่งคั่งในประสบการณ์การมาจากครอบครัวหย่าร้างจากนักจิตวิทยาการปรึกษาเชิงจิตวิทยาผู้นำกลุ่มดังกล่าวประกอบได้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. (2552). สถิติการจดทะเบียนหย่าร้างนับแต่ปี พ.ศ.2547 – 2551. <http://www.dopa.go.th>. เข้าถึงวันที่ 9 พฤศจิกายน 2553.
- ดวงพร หิรัญรัตน์ (2543). ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- दारूररण โรจนสุพจน์ (2544). ผลการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อภาวะวิตกกังวล-ซึมเศร้าของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาลัยอุเทนถวาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาสุขภาพจิต คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- รัชณีกรณีย์ ศักดิ์ศรีวัฒนา. (2548). เปรียบเทียบการทำหน้าที่ของครอบครัวและภาวะซึมเศร้าในนักเรียนวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวหย่าร้างกับครอบครัวปกติ. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร์ มหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วัชรวิทย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพฯ: ทบวงมหาวิทยาลัย
- วัชรวิทย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สยามรัฐ. (2552). 2.5 ล้านครอบครัว ไทยสัมพันธ์ง่อนแง่น. <http://www.siamrath.co.th/UIFont/NewsDetail.aspx?cid=39&nid=32494>. เข้าถึงวันที่ 25 ธันวาคม 2553
- สิริกาญจน์ สง่า. (2551). ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการศึกษาแนวพุทธต่อความเข้มแข็งอดทนของนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาวดี จันทวานิช. (2551). วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาวดี ดิสโร. (2551). ผลของกลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตน และการศึกษาแนวพุทธต่อความสามารถในการฟื้นฟูพลังของนักศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (ไม่ระบุปีที่ตีพิมพ์). แนวคิดจิตวิทยาการปรึกษาและทัศนะจากประสบการณ์. ไม่ระบุสถานที่พิมพ์.

- โสริษฐ์ โปธิแก้ว. (2540). จิตวิทยาแห่งธรรมะกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร.
กองบริหารการศึกษ สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย.
- โสริษฐ์ โปธิแก้ว. (2544). การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามหลักพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร: คณะ
จิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสริษฐ์ โปธิแก้ว. (2547). Personal growth and counseling group: A buddhist perspective.
กรุงเทพมหานคร: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อารีย์ ชันติธรรมกุล. (2546). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์
ระหว่างบุคคลต่อสัมพันธภาพกับบิดาหรือมารดาของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง.
วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อุบลรัตน์ ฌวีวงศ์. (2543). กรณีศึกษา : ผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวต่อสัมพันธภาพภายใน
ครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนนิคมวิทยา
จังหวัดระยอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ:
ชั้นต่ำกว่าพิมพ์.

ภาษาอังกฤษ

- Amato, P. R.,(2000). The Consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1267-1287.
- Amato, P.R. & Booth, A. (2001). The legacy of parents' marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 627-638.
- Andrew J. C., Furstenberg, F. F., Lindsay Chase-Lansdale, Jr. P., Kiernan, K. E., Robins, K. E., Morrison, D. R. et al (1991). Longitudinal studies of effects of divorce on children in Great Britain and the United States. *Science*, 252, 1386-1389.
- Ann, M., Heron R. L., McIntyre, M. D., Burton, S. J. & Engler, J. N. (2003). College students from families of divorce: Keys to their resilience. *Applied Developmental Psychology*, 24,17-31.

- Emery, R. E. (1994). *Renegotiating family relationship: Divorce, child custody, and mediation*. Guilford: New York.
- Emery, R. E. & Dillon, P. (1994). Conceptualizing the divorce process. *Family Relations*, 43, 374-379.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. Norton: New York
- Gerald, C. (2008). *Theory and Practice of Group Counseling*. Thomson Corporation : USA.
- Grych, J. H. & Fincham, F. D. (1992). Interventions for children of divorce: Toward greater integration of research and action. *Psychological Bulletin*, 111, 434-454.
- Hage S. M. & Nosanow, M. (2010). Becoming stronger at broken places: A model for group work with young adults from divorced families. *The Journal for Specialists in Group Work*, 25, 50-66.
- Hill, C. E., Knox, S., Thompson, B. J., Williams, E. N., Hess, S. A., & Ladany, N. (2005). Consensual qualitative research: An update. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 196–205.
- Hill, C. E., Thompson, B. J., & Williams, E. N. (1997). A guide to conducting consensual qualitative research. *Counseling Psychologist*, 25, 517 - 572.
- Jackson, C. A. (2007). Posttraumatic Growth: Is there evidence for changing our practice?. *The Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 1.
- Kelly J.B. & Emery R.E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and Resilience Perspectives. *Family Relationship*, 52, 352-362.
- Laumann- Billings, L. & Emery, R. E. (2000). Distress among young adults from divorced families. *Journal of Family Psychology*, 14, 671-687.
- Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: an interactive approach* (2nd edition). Thousand oak, CA: Sage.
- Mark, A. F., John H. H. (2006). *Handbook of divorce and relationship dissolution*. Lawrence Erlbaum: USA.
- Nosanow, M., Hage S. M. & Levin J. S. (1999). Group intervention with college students from divorced families. *Journal of College Student Psychotherapy*, 14, 43-57.

- Seligman, M. E. P. & Csikzentmihalyi, P. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sheikh, A. I. (2008) The theory and practice posttraumatic growth in trauma survivors: Implications for practice. *Counselling Psychology Quarterly*, 21, 85-97.
- StØrksen, I., RØysamb, E., Moum, T. & Tambs, K. (2005). Adolescents with a childhood experience of parental divorce: A longitudinal study of mental health and adjustment. *Journal of Adolescent*, 28, 725-739.
- Tashiro T., Frazier, P. & Berman, M. (2006). Stress-related growth following divorce and relationship dissolution. In M. A. Fine & J. H. Harvey (eds.). *Handbook of divorce and relationship dissolution* (pp. 361-384). Mahwah, N.J. : Lawrence Erlbaum, c2006.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychology Inquiry*, 15, 1-18.
- Tomori, B. (1995). Small group counseling at the elementary level. *Guidance & Counseling*, 10 (3), 24-31.
- Wallerstein, J.S. (2004). The unexpected legacy of divorce report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21, 353-370.



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 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. 074/2553

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 049.1/53 : ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของ
นิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบ
ทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวสมรภัช ทองทรัพย์ นิสิตระดับมหาบัณฑิต

หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

ลงนาม.....*ปรีดา ทัศนประดิษฐ์*

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ์)

ประธาน

ลงนาม.....*นันทริ ชัยชนะวงศาโรจน์*

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทริ ชัยชนะวงศาโรจน์)

กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 30 กรกฎาคม 2553 วันหมดอายุ : 29 กรกฎาคม 2554

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและ ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม



เลขที่โครงการวิจัย 049.1/53
วันที่รับรอง 30 ก.ค. 2553
วันหมดอายุ 29 ก.ค. 2554

เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการคิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น แล้วส่งสำเนาในแรกที่ใช้อีกสำเนาที่คณะกรรมการ
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-11) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

ประชาสัมพันธ์เพื่อเชิญชวนเข้าร่วมการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย	ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน
ชื่อผู้วิจัย	นางสาว สมรภัช ทองทรัพย์ นิสิตระดับปริญญาโท คณะจิตวิทยา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ติดต่อผู้วิจัย	(ที่พัก) 759 ซ.จุฬาฯ 6 หอพักนานาชาติศึกษิตินิเวศน์ ห้อง 301 ถ.บรรทัดทอง แขวง วังใหม่ เขต ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์มือถือ 086-4028085, 084-9150304 E-mail: st_paypae@hotmail.com

ด้วยผู้วิจัยศึกษาหัวข้อวิจัย เรื่อง “ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน” ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิตที่ท่านเป็นผู้หนึ่งของผู้วิจัยคิดว่าสามารถให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้ การที่ท่านมีความยินดีเข้าร่วมการวิจัยและถ่ายทอดประสบการณ์ตรงของท่านถือว่าเป็นประโยชน์และเป็นวิทยาทาน ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเติบโตภายในจิตใจ ของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และข้อมูลที่ได้สามารถนำไปพัฒนาแนวทางการปฏิบัติงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อเอื้อประโยชน์ให้แก่นิสิตนักศึกษาต่อไปได้ ผู้วิจัยใคร่ขอเชิญชวนท่านเข้าร่วมการวิจัยเชิงคุณภาพดังกล่าว โดยมีข้อมูลสาระสำคัญเกี่ยวกับการวิจัย และการเข้าร่วมการวิจัย ดังนี้

1.โครงการนี้คือการวิจัยเรื่อง “ประสบการณ์ความงอกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน” ศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์ของท่าน ทั้งในด้านอารมณ์ และความรู้สึกนึกคิด อันเป็นความเติบโตอย่างสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นกับท่าน หลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาว่า ประสบการณ์ความงอกงามในจิตใจภายหลังจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของท่านนั้นเป็นอย่างไร

3. ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะต้องมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก ดังต่อไปนี้

3.1 เป็นนิสิตนักศึกษา ในระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีต่างๆ และมาจากครอบครัวหย่าร้าง

3.2 ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

3.3 มีความยินดีและสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย

4. ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์ท่านด้วยตัวผู้วิจัยเองในสถานที่ที่ท่านสะดวกใจ ในระหว่างสัมภาษณ์ผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงการสัมภาษณ์และจดบันทึกขณะสัมภาษณ์ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ถูกต้องตรงตามที่ท่านได้ให้ข้อมูล ข้อมูลที่ได้จากท่านจะนำมาถอดเทปเป็นตัวอักษรและจะไม่มีการบันทึกชื่อ นามสกุลที่แท้จริงของท่านลงในแถบบันทึกเสียง ชื่อ นามสกุล ตลอดจนข้อมูลส่วนตัวของท่านและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องจะได้รับการปกปิดเป็น **ความลับ** หากมีการเสนอผลการวิจัยจะนำเสนอเฉพาะเชิงวิชาการและนำเสนอเป็นภาพรวมเท่านั้น โดยไม่มีข้อมูลใดในรายงานการวิจัยที่จะสามารถระบุถึงตัวท่าน และเมื่อการศึกษาวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำลายแถบบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ทั้งหมด ผู้วิจัยคาดว่าจะใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมงและจะทำการสัมภาษณ์อย่างน้อย 2 ครั้ง เพื่อให้ท่านได้เล่าถึงประสบการณ์ของท่านตามที่ท่านประสบมาให้ครอบคลุมเท่าที่จะทำได้ และผู้วิจัยจะนำข้อสรุปที่ได้จากการสัมภาษณ์กลับไปให้ท่านตรวจสอบความถูกต้องตามที่ท่านได้ให้ข้อมูล และให้ท่านได้เสนอแนะเพิ่มเติมหากข้อมูลยังไม่ครบถ้วน

5. ผู้วิจัยคาดว่าจะงานวิจัยครั้งนี้จะไม่ทำความเสียหายใดๆ ทั้งสิ้นแก่ท่าน ในบางกรณีงานวิจัยนี้อาจมีความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นแก่ท่านอยู่บ้าง เช่น ในบางคำถามอาจทำให้ท่านเกิดความรู้สึกสะเทือนใจ ไม่สบายใจหรือทำให้ท่านลำบากใจในการตอบ ท่านสามารถยุติการสัมภาษณ์หรือปฏิเสธที่จะตอบคำถามหรือพูดคุยในเรื่องนั้นๆ ได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยจะคอยสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของท่านในขณะสนทนาว่าท่านมีความพร้อมในการให้สัมภาษณ์มากน้อยเพียงใด หากท่านไม่พร้อมในการให้สัมภาษณ์ผู้วิจัยจะยุติการสัมภาษณ์ไว้แค่นั้น ทั้งนี้หากภายหลังการเข้าร่วมการวิจัย ท่านไม่ยินดีที่จะให้ข้อมูลอีกต่อไปท่านมีสิทธิ์ถอนตัวจากการวิจัยนี้ได้ โดยไม่ต้องให้เหตุผล และจะไม่มีผลกระทบใดๆต่อท่านทั้งสิ้น

6. การเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความสมัครใจของท่าน ท่านสามารถที่จะปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยแต่หากท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ขอความกรุณาติดต่อกลับทางโทรศัพท์ หรืออีเมลของผู้วิจัย ตามที่ได้ระบุไว้ข้างต้น ทั้งนี้ในการติดต่อทางอีเมล ข้อมูลการติดต่อกลับของผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย หรือผู้ให้ข้อมูลหลักจะได้รับการรักษาเป็นความลับ ด้วยการเข้ารหัสผ่านส่วนตัวเฉพาะของผู้วิจัย เพื่อป้องกันไม่ให้บุคคลอื่นที่ไม่ใช่

ตัวผู้วิจัย สามารถเข้าถึงข้อมูลการติดต่อทางอีเมลดังกล่าวได้ และทันทีที่การศึกษาวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำลายข้อมูลการติดต่อทางอีเมลดังกล่าวทั้งหมด หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ผู้วิจัยมีความยินดีที่จะตอบคำถามให้ท่านเข้าใจ โดยท่านสามารถติดต่อกับผู้วิจัยทางโทรศัพท์มือถือโดยตรงได้ตลอดเวลา หากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมทั้งด้านประโยชน์และโทษที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบอย่างรวดเร็ว

7. ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทนให้แก่ท่านในการเข้าร่วมการวิจัย

8. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่

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

ขอขอบคุณที่ท่านให้ความสนใจในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนเข้าร่วมการวิจัย
 ครั้งนี้ค่ะ ...ผู้วิจัย...

ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เกณฑ์การคัดเลือก คือ

1. ท่านเป็นนิสิตนักศึกษา ในระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีต่างๆ และมาจากครอบครัวหย่าร้าง
2. ท่านได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
3. ท่านมีความยินดีและสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย
- 4.2) จำนวนผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยโดยประมาณ 8- 15 คน หรือขึ้นอยู่กับกรอิมตัวของข้อมูล
- 4.3) ผู้วิจัยได้ดำเนินการคัดกรองผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้
 1. ในการคัดกรองผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ผู้วิจัยจะขอความร่วมมือจากหน่วยบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ โดยขอให้นักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สำหรับนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เป็นผู้ประสานงานเบื้องต้นกับนิสิตนักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว เพื่อประชาสัมพันธ์และเชิญชวนท่านเข้าร่วมการวิจัย อันมีรายชื่อของท่านอยู่ในจำนวนนี้ด้วย
 2. หากท่านมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย ท่านสามารถติดต่อกลับมายังผู้วิจัยทางโทรศัพท์และอีเมลส่วนตัวของผู้วิจัย ทั้งนี้ในการติดต่อทางอีเมล ข้อมูลการติดต่อกลับของผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย หรือผู้ให้ข้อมูลหลักจะได้รับการรักษาเป็นความลับ ด้วยการเข้ารหัสผ่านส่วนตัวเฉพาะของผู้วิจัย เพื่อป้องกันไม่ให้บุคคลอื่นที่ไม่ใช่ตัวผู้วิจัย สามารถเข้าถึงข้อมูลการติดต่อทางอีเมลดังกล่าวได้ และทันทีที่การศึกษาวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำลายข้อมูลการติดต่อทางอีเมลดังกล่าวทั้งหมด หลังจากที่ได้รับ การติดต่อจากท่าน ผู้วิจัยจะติดต่อกลับไปยังท่านด้วยตนเอง พร้อมทั้งอธิบายรายละเอียดของงานวิจัยให้ทราบในเบื้องต้น และขอทราบความสมัครใจจากท่านในการเข้าร่วมงานวิจัย
 3. หากท่านมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะขอนัดพบท่านตามวัน เวลา และสถานที่ ตามที่ท่านสะดวกในการให้สัมภาษณ์ โดยคำนึงถึงความเป็นส่วนตัว และความสะดวกใจของท่านเป็นหลัก จากนั้นผู้วิจัยจะอธิบายรายละเอียดของงานวิจัยและตอบคำถามต่างๆ ให้ท่านเข้าใจ พร้อมทั้งให้ท่านได้อ่านเอกสารข้อมูลสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และผู้วิจัยจะสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยของท่านอีกครั้งหนึ่ง เมื่อท่านมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะขอให้ท่านลงนามแฝงของท่านหรือประทับลายนิ้วมือในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และดำเนินการสัมภาษณ์ต่อไป

4.4) ท่านเป็นผู้หนึ่งที่มีผู้วิจัยคิดว่าสามารถให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้ การที่ท่านมีความยินดีเข้าร่วมการวิจัยและถ่ายทอดประสบการณ์ตรงของท่านถือว่าเป็นประโยชน์และเป็นวิทยาทาน ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเติบโตภายในจิตใจ ของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และข้อมูลที่ได้สามารถนำไปพัฒนาแนวทางการปฏิบัติงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่อไป

5. ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์ท่านด้วยตัวผู้วิจัยเองในสถานที่ที่ท่านสะดวกใจ ในระหว่างสัมภาษณ์ผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงการสัมภาษณ์และจดบันทึกขณะสัมภาษณ์ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ถูกต้องตรงตามที่ท่านได้ให้ข้อมูล ข้อมูลที่ได้จากท่านจะนำมาถอดเทปเป็นตัวอักษรและจะไม่มี การบันทึกชื่อ นามสกุลที่แท้จริงของท่านลงในแถบบันทึกเสียง และเมื่อการศึกษาวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำลายแถบบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ทั้งหมด ผู้วิจัยคาดว่าจะใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 1 ชั่วโมงและจะทำการสัมภาษณ์อย่างน้อย 2 ครั้ง เพื่อให้ท่านได้เล่าถึงประสบการณ์ของท่านตามที่ท่านประสบมาให้ครอบคลุมเท่าที่จะทำได้ และผู้วิจัยจะนำข้อสรุปที่ได้จากการสัมภาษณ์กลับไปให้ท่านตรวจสอบความถูกต้องตรงตามที่ท่านได้ให้ข้อมูล และให้ท่านได้เสนอแนะเพิ่มเติมหากข้อมูลยังไม่ครบถ้วน

6. หากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมทั้งด้านประโยชน์และโทษเกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบอย่างรวดเร็ว

7. ในการคัดกรองนี้ หากพบว่าท่านไม่อยู่ในเกณฑ์คัดเข้า และขณะนี้ท่านเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ สมควรได้รับการช่วยเหลือแนะนำ ผู้วิจัยจะส่งต่อไปกับหน่วยงานที่ให้บริการช่วยเหลือปรึกษาด้านจิตใจต่อไป

8. ผู้วิจัยคาดหวังงานวิจัยครั้งนี้จะไม่ทำความเสียหายใดๆ ทั้งสิ้นแก่ท่าน ในบางกรณีงานวิจัยนี้อาจมีความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นแก่ท่านอยู่บ้าง เช่น ในบางคำถามอาจทำให้ท่านเกิดความรู้สึกสะเทือนใจ ไม่สบายใจหรือทำให้ท่านลำบากใจในการตอบ ท่านสามารถยุติการสัมภาษณ์หรือปฏิเสธที่จะตอบคำถามหรือพูดคุยในเรื่องนั้นๆ ได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยจะคอยสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของท่านในขณะสนทนาว่าท่านมีความพร้อมในการให้สัมภาษณ์มากน้อยเพียงใด หากท่านไม่พร้อมในการให้สัมภาษณ์ผู้วิจัยจะยุติการสัมภาษณ์ไว้แค่นั้น

ในกรณีที่ผู้วิจัยพบว่าขณะทำการสัมภาษณ์ ท่านเกิดความรู้สึกสะเทือนใจหรือไม่สบายใจใด ๆ อันเนื่องมาจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะส่งต่อท่านไปยังหน่วยงานที่ให้บริการช่วยเหลือการปรึกษาด้านจิตใจ เช่น โรงพยาบาลของรัฐหรือเอกชน สถานีนอนามัย หรือ หน่วยงานต่างๆ ที่ให้บริการการปรึกษาด้านจิตใจใกล้บ้านท่าน เป็นต้น

9. การเข้าร่วมเป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยครั้งนี้ถือเป็น**ความสมัครใจ**ของท่าน ท่านสามารถที่จะ**ปฏิเสธ**ที่จะเข้าร่วมการวิจัย หรือหากท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ท่านก็ยังมีสิทธิ์**ถอนตัว**จากการวิจัยนี้ได้ทุกขณะที่ท่านต้องการ**โดยไม่ต้องให้เหตุผล** และการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยหรือการถอนตัวออกจากการวิจัยไม่มีผลกระทบใดๆต่อท่านทั้งสิ้น

10. หากท่านมีข้อสงสัยใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความยินดีที่จะตอบคำถามให้ท่านเข้าใจ โดยท่านสามารถติดต่อกับผู้วิจัยตามโทรศัพท์มือถือตามที่ได้ระบุไว้ข้างต้นได้ตลอดเวลา หากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมทั้งด้านประโยชน์และโทษที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบอย่างรวดเร็ว

11. ชื่อ นามสกุล ตลอดจนข้อมูลส่วนตัวของท่านและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องจะได้รับการ**ปกปิดเป็นความลับ** โดยผู้วิจัยจะไม่มี การพิมพ์เผยแพร่หรือเปิดเผย ชื่อ นามสกุล ตลอดจนข้อมูลส่วนตัวอื่นๆ ที่จะเปิดเผยถึงตัวท่านหรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องแก่สาธารณชน ชื่อของท่านจะไม่ถูกบันทึกในแถบบันทึกเสียงหรือบันทึกอยู่ในข้อมูลแต่จะใช้รหัสตัวเลขหรือนามสมมติแทนตัวท่าน และผู้วิจัยจะเป็นผู้เก็บแถบบันทึกเสียงและข้อมูลเหล่านั้นไว้ในตู้เหล็กปิดกุญแจเพื่อไม่ให้ผู้อื่นเข้าถึงได้ และทำลายแถบบันทึกเสียงทันทีเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัย หากมีการเสนอผลการวิจัยจะนำเสนอเฉพาะเชิงวิชาการและนำเสนอเป็นภาพรวมเท่านั้น โดยไม่มีข้อมูลใดในรายงานการวิจัยที่จะสามารถระบุถึงตัวท่าน

12. ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทนให้แก่ท่านในการเข้าร่วมการวิจัย

13. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ 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

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

(สำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษา)

ทำที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามทำหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย **ประสบการณ์ความอวกงามหลังการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา**

ของนิสิตนักศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : การศึกษาเชิงคุณภาพแบบ

ทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน

ชื่อผู้วิจัย

นางสาว สมรภัช ทองทรัพย์

ที่อยู่ติดต่อกับผู้วิจัย

(ที่ทำงาน)

คณะจิตวิทยา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารวิทยกิตติ
ชั้น 16 ถ.พญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

(ที่พัก)

759 ซ.จุฬาฯ 6 หอพักนานาชาติศึกษิตินิเวศน์ ห้อง 301 ถ.บรรทัดทอง
แขวงวังใหม่ เขต ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทรศัพท์

086-402-8085, 084-9150304

ข้าพเจ้า **ได้รับทราบ**รายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย
รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยง/อันตราย และประโยชน์
ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่านรายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดย
ตลอด และ**ได้รับคำอธิบาย**จากผู้วิจัย **จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว**

ข้าพเจ้าจึง**สมัครใจ**เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการ
วิจัย โดยข้าพเจ้ายินดีให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ 2 ครั้ง เป็นเวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง และยินยอมให้
บันทึกเสียงการสนทนาและการสัมภาษณ์ได้

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ **โดยไม่ต้องแจ้ง
เหตุผล** ซึ่งการถอนตัวออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจง
ผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะ**เก็บรักษาเป็นความลับ** โดยจะ
นำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัว
ข้าพเจ้า แถบบันทึกเสียงจะ**ไม่มีการระบุชื่อ**แต่ใช้เป็นรหัสในการวิจัย และจะมีการทำลายแถบ
บันทึกเสียงเมื่อจบการวิจัยแล้ว

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน 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

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้วิจัยหลัก

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ.....

(.....)

พยาน

ศูนย์วิทยพัชการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างการลงรหัสข้อมูลในประเด็นหลักสัมพันธ์ภาพกับคนในครอบครัว

Info	Data	Core idea	Comment
Info 1	เหมือนเราก็รู้สึกผ่อนคลาย คือช่วงก่อนเข้ากลุ่ม แบบบางทีผมก็กอดเล่นกับแม่แล้วนะ ก็เล่น เวลาเขาพูดอะไรก็คือฟัง ช่วงก่อนหน้าก็คือ ก็เริ่มฟัง ก็ฟังแล้วแหละ แต่ช่วง3-4 วันที่ผ่านมาเนี่ย มันเหมือนมันพูดไม่ถูก มันละเอียดนะ คือมันละเอียดจนเราไม่รู้ว่ามันเปลี่ยนแปลงตรงไหนอย่างไรบ้าง แต่รู้สึกได้ถึงกาเปลี่ยนแปลง (L.647-652, P.28)	-รู้สึกผ่อนคลายเมื่ออยู่กับครอบครัว -มีความรู้สึกที่ละเอียดอ่อนกับแม่มากขึ้น	โอเค
Info 1	ปอยยังไม่รู้จะว่า ในมุมมองของแม่จะเป็นยังไง หมายถึงว่ามันจะดีขึ้นมากมาเยอะอะไรขนาดไหน คือเรารู้สึกได้ว่าช่วงหลังๆ มาเนี่ย ความสัมพันธ์มันดีขึ้น แต่ใน 3-4 วันเนี่ย มันก็ดีอะ มันก็ดีอยู่นะ จะใช้คำดี นั้นแหละ แต่เรารู้สึกว่าในความดีนั้นนะ มันมีบางอย่างได้เปลี่ยนแปลงไปอะ เป็นความละเอียดอ่อนนะ (L.686-690, P.29)	ความรู้สึกที่ละเอียดอ่อนมากขึ้นกับแม่	รู้สึกตนเองเปลี่ยนไป มีความรู้สึกละเอียดอ่อน
Info 1	ผมรู้สึกได้ว่าในความละเอียดอ่อนที่จะมีต่อกัน โดยเฉพาะสิ่งที่ผมจะมีต่อเขาเนี่ย มันเหมือนมันเริ่มมีมากขึ้น (L.695-697, P.30)	มีความรู้สึกที่ละเอียดอ่อนกับแม่มากขึ้น	โอเค
Info 2	ก็ทำเหมือนเดิมละคะ แต่ว่าเราแค่เปลี่ยนมุมมองเราให้ดีขึ้น แล้วอะไรจะไรมันก็ดีขึ้นไปด้วยกัน เขาก็เหมือนเดิมเขาก็เป็นอย่างงี้มาแต่ไหน แต่ไร (L.258-260, P.11)	- กลุ่มทำให้เปลี่ยนมุมมองที่มีต่อแม่เป็นดีขึ้นG	มีทัศนคติที่ดีกับคนในครอบครัวมากขึ้น
Info 2	... มองสิ่งต่างๆในแง่ดีมากขึ้น แล้วก็ มีทัศนคติต่อคุณแม่ที่ดีมากขึ้น (L.270-271, P.12)	- กลุ่มทำให้มีทัศนคติต่อแม่ดีขึ้นG	มีทัศนคติที่ดีกับคนในครอบครัวมากขึ้น
Info 2	ควบคุมสติตัวเองดีขึ้น มองสิ่งต่างๆในแง่ดีมากขึ้น แล้วก็ มีทัศนคติต่อคุณแม่ที่ดีมากขึ้น (L.270-271, P.12)	- มีสติขึ้นG - มีทัศนคติต่อแม่ดีขึ้นG	โอเค
Info 2	ขยัน แบบ สามารถทำงานได้ 7 วันในเวลา 3 ปี ไม่หยุดเลย มันหนักจริงๆนะแบบ 9 โมงเช้า ถึงตี 2 อะ เป็นเวลา 3 ปี แล้วที่ไม่หยุดทำงาน ก็แบบเอาจริงๆ เราก็คงขยันไม่ได้ มันก็เป็นลักษณะที่น่าชื่นชม อาจจะมีด้านหนึ่งที่คือ ไม่มีเหตุผลไปบ้าง บางครั้งมันเป็นเรื่องของ โอกาสนะ แม้ว่าเขาจะไม่ทำโน่นทำนี้ให้เรา เดียวนี้ เขาไม่ได้จ่ายค่าเทอมให้เรา เขาก็เสียโอกาสไปเพื่อให้เราได้โอกาสมาในชีวิต	-ชื่นชมแม่ในความขยัน อดทนทำงานหนัก(เพื่อเก็บเงิน) จนไม่สามารถไปทำอะไรอย่างอื่นได้เลยG	-ชื่นชมแม่ - แม่ยอมเสียโอกาสเพื่อให้ตนเองได้รับโอกาส (เห็นคุณค่าการกระทำของแม่)

	หลายๆไปเหมือนกัน (L.83-86, P.4)		
Info 2	แต่แม่เป็นคนเก็บเงินเก่งมาก เหมือนจะซุดฝั่ง ในตุ่มได้ (L.124-126, P.6)	-ชื่นชมแม่ที่เป็นคนเก็บเงินเก่งG	ตัดทิ้งก็ได้นะ ไม่ค่อยขัด เท่าไร เป็น ประโยชน์ๆ
Info 2	คืออย่างเช่นที่เล่าให้พี่counselorฟังก็คือ ประมาณว่าเนี่ย เมย์มีจุดที่ไม่ชอบแม่อย่างงี้ อย่างงี้ แล้วพี่counselorkiถามว่า ถ้าเมย์เป็นเขา เมย์คิดว่าเขาทำอย่างนี้ เพราะอะไร มันก็ทำให้เรามอง backward ต่อให้แม่เมย์มีอะไรที่เมย์ไม่ชอบมาก แต่ถ้าในส่วนรวมแล้ว เมย์ก็ค่อนข้างจะชื่นชมเขาเนาะ เป็นความขยัน ความมุมานะ อะไรอย่างเนี่ย แม้ว่า จะไม่ได้เอาแรงพยายามมาใช้กับเรา แต่เขาก็มีแรงมุมานะของเขาซึ่งเอาจริงๆแล้วมันก็น่าชื่นชม (L.68-75, P.3-4)	-ชื่นชมแม่อย่างที่ว่า เป็นมากขึ้น -ชื่นชมในความขยัน มุมานะของแม่	
Info 6	แต่พอหลังจากนั้น เคียวเปลี่ยนมุมมองเลย รู้สึกว่าที่เค้าโทรมา ไม่ได้เป็นเพราะเค้าจะกวนเราหรือจะอะไรเราหรอก แต่เป็นเพราะเค้าเป็นห่วงเราอะ (Info6 L.357-362, P.16) แล้วเคียวรู้สึก ว่า เฮ้ย..วันนี้เราโชคดีมากเลย ที่วันนี้ อย่างน้อยอะ เค้าก็นึกถึงเราอะ (Info6 L.362-364, P.16)	-มีทัศนคติที่ดีกับย่า มากขึ้นG -เห็นคุณค่าจากการกระทำของย่าG	
Info 6	ฟังจากเพื่อนอย่างพิมอะ เค้าพูดถึงแม่ แม่เค้าก็ทำงานหนักนะ บางทีเราอาจจะไม่รู้ก็ได้ ว่าเค้ารักเรามากแค่ไหน เราอาจจะไม่รู้ก็ได้ว่าเค้าทำเพื่อเรามามากแค่ไหน ซึ่งเคียวรู้สึก ว่าถ้าเราลองตั้งสติแล้วกลับไปนั่งคิดดีๆอะ ก็โชคดีแค่นั้นแล้ว มีบุญล้นฟ้าขนาดไหนแล้วที่เค้าทำให้เราเกิดมาอะ ก็เลยรู้สึก ว่า อยากกลับไปดูแลเค้า ซึ่งก็นัดเจออย่างแม่คะ ซึ่งอีก2วัน เคียวก็จะไปอ่างทองแล้ว ก็แวะไปหาแม่ซักแป๊บหนึ่ง แล้วก็เที่ยวช่วงตรุษจีนก็จะกลับโคราชไปหาพ่อซักเล็กน้อย (Info6 L.422-429, P.19)	-มีทัศนคติที่ดีกับพ่อ แม่มากขึ้นG -เห็นคุณค่าจากการกระทำของพ่อแม่ มากขึ้น (แยกไป7 ใหม่) -ติดต่อพ่อแม่มากขึ้น(นัดเจอกัน)	
Info 6	มันก็เกิดความรู้สึกแบบว่า บางทีอย่างฟังจากเพลงอีกคนหนึ่งที่อยู่ในกลุ่มอะ ไรอย่างเนี่ย ซึ่งมันทำให้เคียวรู้สึก เหมือนกับว่า..จริงๆแล้ว เคียวมีความรู้สึก ว่า พ่อแม่วันนี้ จะอยู่ที่ไหนก็ตามแต่ ยังไงเค้าก็รักเรา เค้าก็ดูแลเรา คือดูแลเราตั้งแต่เราเกิดมาจนถึงวันนี้แหละ คือเคียวไม่ได้มีความรู้สึก ว่าครอบครั้ว พ่อต้องอยู่ตรงนี้ แม่ต้องอยู่ด้วยกัน	-มีทัศนคติที่ดีกับพ่อแม่ มากขึ้นG -เห็นคุณค่าความรักของพ่อแม่	

	แล้วก็มีลูกอยู่ในบ้านเดียวกัน ถือซะว่าอยู่ตรงไหนก็ได้ ถ้า!! (Info6 L.405-411, P.18-19)		
Info 4	เค้าพูดมาก็แบบ ก็ไม่ต้องห่วงก็เรียนไป ทำก็จะเหมือนให้ เราได้เรียนต่อ ก็รู้สึกนับถือเค้ามากขึ้น แต่ก่อนก็มี ความสัมพันธ์ที่ดีกันนะคะ แต่ว่าตอนนี้ก็รู้สึกดีกับเค้ามาก ขึ้น เอะเป็นพี่ที่ดีนะ (Info.4 L.283-285, P.12)	ด้วยปัญหาภายใน ครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้า กลุ่ม → รู้สึกดีกับ พี่สาวมากขึ้น(ขยาย ความ) BG/G(more realize)	มีทัศนคติที่ดี กับคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น เพราะ รู้สึกดี กับการอยู่ ร่วมกับคนใน ครอบครัว เน้น การอยู่ร่วมกัน มากกว่านะ
Info 4	มันเกิดขึ้น ก็รู้สึกอย่างนี้มาตั้งนานแล้วนะ เพราะเค้าเป็นพี่ เราอะใช้อย่างนี้คะ แต่พอมาเหมือนเห็นเค้าเข้ามา รับผิดชอบอะไรขนาดนี้มันแบบมีผลในครอบครัว (Info.4 L.289-291, P.13)	ด้วยปัญหาภายใน ครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้า กลุ่ม → รู้สึกดีกับ พี่สาวมากขึ้น(ขยาย ความ) BG/G(more realize)	มีทัศนคติที่ดี กับคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 4	อืมเค้ากลายเป็นแบบเป็นหัวเรี่ยวหัวแรง อะไรแบบนี้ เลยรู้สึกว่ เอะเค้าพร้อมที่จะเป็นพี่จริงๆอะไรอย่างนี้ เค้า ดูเหมือนแบบ เป็นคนดีพี่ด้วยมั้งคะ อย่างตอนเด็กๆ อย่างนี้ ถ้าทำอะไรก็จะเหมือนแบบทำตามแบบเลียนแบบ บ้างอะไรอย่างนี้ก็เลยรู้สึกเออถ้าเค้าทำได้ขนาดนี้เราก็คง มีความพยายามที่จะแบบทำได้อย่างเค้าบ้างอะไรอย่างนี้ (Info.4 L.293-298, P.13)	ด้วยปัญหาภายใน ครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้า กลุ่ม → รู้สึกดีกับ พี่สาวมากขึ้น(ขยาย ความ) BG/G(more realize)	มีทัศนคติที่ดี กับคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 4	เห็นในความเสียสละของเค้าที่แบบเค้าไม่ได้คิดถึงแต่ ตัวเองนะ อย่างเราเป็นน้องเราแบบต้องได้ อันนี้ต้องเป็น ของเรา เพราะมีคนให้มาตลอดอย่างนี้ แต่เหมือนเค้าเป็น พี่เค้าก็เป็นลูกคนหนึ่งเหมือนกันแต่เค้ามีความรู้สึกที่ว่า เค้าต้องทำให้คนในครอบครัว ให้น้องด้วย เหมือนเค้าแบ่ง มาให้น้องด้วย มันก็เลยรู้สึกว่เค้ามีความเสียสละในตรงนี้	มองเห็นความเป็นพี่ ของเพื่อนที่มาเข้า กลุ่มทำให้มองเห็น ความเสียสละของ พี่สาวชัดมากขึ้น → รู้สึกดีกับพี่G	มีทัศนคติที่ดี กับคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น

	(Info.4 L.361-366, P.15)		
Info 4	คือเห็นเพื่อนสองคนเค้าก็ทำด้วยใจคะ เราก็มองเห็นเออพี่ เราเค้าก็มีส่วนของความเป็นพี่อย่างนั้น(Info.4 L.368- 369, P.15)	มองเห็นความเป็นพี่ ของเพื่อนที่มาเข้า กลุ่มทำให้มองเห็น ความเสียสละของ พี่สาวชัดมากขึ้น →รู้สึกดีกับพี่G	มีทัศนคติที่ดี กับคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 3	แต่พอเราโตขึ้นมาเราก็จะรู้ เราจะยึดหยุ่นขึ้น เราก็จะรู้ อะไรควรไม่ควรมากขึ้น แล้วเราก็จะรู้ เหมือนกับแบบว่า ทุกสิ่งทุกอย่าง คนเราแบบมัน เหมือนแบบว่า ถ้าเขาไม่ดี แต่เค้าก็ต้องมีด้านดีบ้าง แต่เพียงแต่ว่าด้านไม่ดีของเขา เราอาจจะไปเห็นพอดี แล้วเราเอาด้านไม่ดีของเขา แต่ที่ เราเห็นแค่ไม่กี่ครั้งมาตัดสินของกรรมของเขาหมดเลย (L.358-363, P.16)	สัมพันธ์ภาพใน ครอบครัว (ญาติ ฝ่ายพ่อ) - โตแล้วมีความ ผู้คนเข้าใจมากขึ้น - มองเห็นทั้งด้านที่ดี และไม่ดีของญาติ	
Info 2	คะ เขาเป็นคนอย่างนั้นจริงๆ แต่แบบพอ เราได้clear หลายstag แล้ว เราก็รู้สึก ว่า ต่อให้เขามีด้านหนึ่งที่มี เป็นด้านไม่ดี แต่ถ้าเรามองคนสักคนนึงโดยองกรรมแล้ว เขาก็ยังมีด้านดีเยอะกว่า เยอะมาก(L.88-91, P.4)	- กลุ่มเอื้อให้มองคน ในองกรรม ทำให้ เห็นด้านดีด้วย(ของ แม่)G	เปิดกว้างการ มองคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 2	คะ ตอนแรกเหมือนกับเรามองแต่ด้านเดียว มองอคติมาก เลยนะ อย่างนี้ อย่างนี้ ฉนั้นอย่างนี้ แม่อย่างนี้ ทะเลาะกัน บ่อยมากก็อย่างนี้ อย่างนี้ แต่ว่าพอได้คุยแล้ว investigate แล้ว แล้วก็ได้พูดหลายๆอย่างออกมา clear ตัวเองไป เรื่อยๆ แล้วเราก็รู้สึกว่า เขาก็มีด้านดีเยอะนะถ้าเขาจริงๆ (L.95-99, P.4)	- กลุ่มเอื้อให้มองคน ในองกรรม ทำให้ เห็นด้านดีด้วย(ของ แม่)G	เปิดกว้างการ มองคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 2	ตอนนี้พอเราได้มาฟังแง่คิดของเราหลายอย่างมากขึ้น คือ ทั้งในแง่ที่เราคิดยังไง ตรงกลางเป็นยังไง แล้วเขา คิด ยังไง แล้วก็ทำให้มองภาพรวมได้ง่ายกว่า รู้สึกแยะ รู้สึก โกรธแล้วกระพืดกระพืดใส่อะไรอย่างเงี้ยก็จะน้อยลงไป เห็นค่าของสิ่งเล็กๆที่เขาทำให้มากขึ้น (L.216-220, P.9)	- กลุ่มเอื้อให้มองคน ในองกรรม ทำให้ เห็นด้านดีด้วย(ของ แม่)G - เห็นคุณค่าของสิ่ง ที่แม่ทำให้มากขึ้นG	
Info 2	อาจจะเกินไปบ้าง แต่ถ้าเราไม่อคติ เราก็จะมองเห็นน้ำใจ ความตั้งใจของเขา แต่ส่วนมากก็จะอคติกับเขา (หัวเราะ เล็กๆ) (L.124-126, P.6)	- กลุ่มเอื้อให้มองคน ในองกรรม ทำให้ เห็นด้านดีด้วย(ของ	

		แม่)G	
Info 2	เราก็พยายามคิดว่าเขากำลังรู้สึกยังไงอยู่ด้วย เหมือนเขาทำเรื่องๆหนึ่งมาส่วนมากก็จะมองว่าเรารู้สึกยังไง แต่เราไม่ได้มองว่าที่เขาทำตอนนั้น เขารู้สึกยังไง เขามีความเครียดเปล่า ความกดดันอะไรของเขาได้ไปคิดหลังจากที่แบบได้เข้ากลุ่มแล้วก็รู้สึกว่า เรามองความรู้สึกของเรา และมองความรู้สึกของเขา คราวนี้เวลาที่เรามองความรู้สึกของเราเราจะไม่มองแค่ด้านเดียว เราจะมองในหลายๆด้าน (L.460-466, P.20)	- คำนึงถึงความรู้สึกของแม่มากขึ้นG - มองแม่ในหลายด้านมากขึ้นG	
Info 2	ถ้าเราไม่ออกดี เราก็จะมองเห็นน้ำใจ ความตั้งใจของเขา แต่ส่วนมากก็จะออกดีกับเขา (หัวเราะเล็กๆ) (L.124-126, P.6)	- มองแบบไม่มีอคติ จะเห็นด้านดี G(แม่)	
Info 2	คะก็มีด้านความชื่นชม ก็มี พยายามมองจากหลายด้านมากขึ้น มองทั้งด้านที่เป็นข้อดีและเป็นข้อเสีย เราจะว่าเขาไม่ฟังเหตุผลเราก็ไม่ได้ เพราะว่าเราค่อนข้างไม่ฟังเหตุผลเขาเหมือนกัน (L.213-216, P.9)	- มองแม่หลายด้านมากขึ้น ไม่ใช่แค่ด้านที่เป็นข้อเสีย G	
Info 2	เออ คือประมาณว่า คุณแม่จะชอบว่าคุณพ่อ พ่อชอบแบบทำงานน้อย ไม่ยอมเตรียม ปิดร้านแล้วก็แบบไม่เคยหันของเตรียมของ แม่ทำงานเสร็จก็ต้องมานั่งเซ็ดตรงนั้นตรงนั้นตลอดเลยจะไม่ให้หวังได้ยังไง เราก็แบบ ไม่อยากจะฟังบ่น เราก็แบบไม่รู้จะบ่นไปทำไม พอได้เห็นพฤติกรรมพ่อ ก็แบบ เราก็เข้าใจว่าทำไมแม่ถึงบ่น แม้ว่าเราจะเข้าใจในจุดนั้น แต่แบบหนึ่งก็แบบเข้าใจคุณแม่ สองก็คือพ่อก็ไม่ได้ผิดนะ แบบเอาจริงๆ ถ้าเรามองให้มันbeyond กว่านั้น มันก็แบบ มีปัจจัยที่ทำให้เกิดว่าเขาอยากหยุดพัก อยากจะหยุดดูทีวีบ้าง แต่ก็เฉยๆอย่างนี้ ก็หลายๆอย่าง (L.501-510, P.21-22)	เข้าใจพ่อ และแม่G	
Info 2	ไม่ได้มองในด้านอคติของเราเพียงอย่างเดียว ใช้ความคิดในหลายมิติมาพิจารณาด้วย (L.501-510, P.21-22)	-มองแม่จากหลายมิติขึ้น ไม่ใช่แค่อคติในการตัดสินG	
Info 2	ส่วนเรื่องกับพ่อแม่ก็ทำให้เรารู้สึกชื่นชมเขามากขึ้น เข้าใจเขามากขึ้น และชื่นชมในสิ่งเล็กๆมากขึ้น (L.418-420, P.18)	- ชื่นชมพ่อแม่มากขึ้นG - เข้าใจมากขึ้นG	
Info	ช่วงนี้ก็แบบ จากเมื่อก่อนเห็นคุณพ่อเป็นฮีโร่ เป็นคนที่	-เข้าใจว่าพ่อยอมมี	

2	แบบปกป้องเราตลอดเวลา แต่เดี๋ยวนี้ก็อาจจะลดน้อยลง เห็นเขาชี้แจงทำงานบ้าง อะไรอย่างนี้บ้าง แต่มันก็ไม่ใช่ว่าความรู้สึกที่จะไปเกี้ยวเขาที่เขาเปลี่ยนไป ที่เขาไม่...เรารู้สึกว่าคนเรามันก็เป็นอย่างนี้แหละมีทั้งด้านบวกและด้านลบเราก็เลือกไม่ได้อย่างที่ฟันด์พูดจริงๆ (L.335-340, P.14-15)	ทั้งด้านบวกและลบ BG+G	
Info 2	เมื่อก่อนคุณพ่อเป็นฮีโร่ในใจเราอย่างมาก คุณพ่อเป็นเหมือนต้นฉบับ อยากรจะเป็นเหมือนคุณพ่อ คุณพ่อเป็นเพื่อนสนิท มีอะไรก็จะคุยกับคุณพ่อ มีปัญหาอะไรก็คุยกับคุณพ่อ ยากได้อะไรก็คุยกับคุณพ่อ แต่ว่าเราเห็นเขาweak มากขึ้น มันจะมีช่วงเป็นลูปๆอะคะ ตอนไปเจอแม่ เขาไม่เถียงแม่ เขาสามารถไม่มีเหตุผลไม่เหมือนแม่ เพื่อให้แม่รู้สึก ทำฟอร์ม แต่ทำให้เรารู้สึกว่าคนเราบางครั้งเวลาเราซึมเศร้าใครสักคน เราจะซึมเศร้า เพราะเขามีแต่อะไรที่ดีๆแต่ถ้าเราเข้าใจใครสักคนแบบที่เขาเป็นแล้วด้วย moment ด้วยสิ่งกระตุ้น คนเราสามารถเป็นได้ทั้งดีและร้าย ถ้าเราสามารถรักใครสักคนได้จริงๆก็ควรจะรักอย่างที่เขาคือ (L.325-335, P.14)	-ยอมรับและรักพ่อ อย่างที่พ่อเป็น (พ่อมีทั้งด้านที่เป็นฮีโร่และด้านอ่อนแอ)G	
Info 2	ก็มีอารมณ์หนึ่งที่ตะกอนแบบ พ่อแบบนี้ๆๆๆนะ ใ้โห้ ชี้แจงมากไม่น่าแปลกใจเลยที่แม่จะด่า แต่ก็แบบ เขาก็เหนื่อยเนอะ ทำงานจนถึงดึกขนาดนั้น ใครจะมีปัญญาอยากจะทำอะไรหรือมัน ทำงานอีกจะผิดมั้ยละ ถ้าเขาก็อยากจะทำมันดูการตัดสินใจบ้าง พ่อติดการตัดสินใจมาก (L.482-486, P.20-21)	ยอมรับพ่ออย่างที่เป็นG	
Info 4	คะก็เลยรู้สึกว่า คิดถึงเค้ามากขึ้น จากที่แต่ก่อนนะ เค้าก็คงโอเคแหละ เพราะมีคนอยู่กับเค้า อะไรอย่างนี้ แต่ว่าพอเหมือนหลังจากวันนั้น พี่ได้เข้ามาช่วยแก้ปัญหาด้วยแล้ว เค้าก็ช่วยแก้ปัญหาตรงนั้นแล้วเค้าก็มาเล่าให้เราฟัง หลังจากที่เคลียร์ปัญหาแล้ว เค้าก็พูดถึงพ่อให้ฟัง เราก็เลยรู้สึกว่าเออ เห็นใจพ่อมากขึ้น (Info.4 L.445-450, P.19)	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่มและหลังการเข้ากลุ่ม → การที่พี่สาวมาเล่าเรื่องเกี่ยวกับพ่อทำให้ -เข้าใจพ่อมากขึ้น	

Info 4	ก็เข้าใจพ่อมากขึ้น เหมือนว่า เรื่องแต่ก่อนที่เกิดขึ้นนะคะ เรื่องปัญหาอะคะ ที่แต่ก่อนเราคิดว่าเค้าเมินเฉย ไม่ถึงกับเมินเฉย แต่เหมือนแบบดูนิ่งๆ แต่เหมือนเค้าจะแบกรับปัญหานั้นไว้อยู่คนเดียว แต่พอมาถึงคราวนี้ที่เข้ามาแล้ว เค้าก็คุยปัญหานี้กับพี่แล้วเค้าก็ช่วยกันหาทางออก ก็เหมือนเค้าให้โอกาสพี่เราแล้วมามีส่วนตรงนี้ก็รู้สึกที่เค้าก็ให้ความสำคัญ แล้วก็เห็นว่าพี่เราโตขึ้นแล้ว งงไหมคะ (Info.4 L.455-461, P.20)	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้ากลุ่ม → การที่พี่สาวมาเล่าเรื่องเกี่ยวกับพ่อทำให้ -เข้าใจพ่อมากขึ้น	
Info 4	ตั้งใจอะไรอย่างนี้ เค้าชอบเป็นอย่างนี้ อย่างวันแม่เค้าก็จะแบบเหมือนเราเข้าไปหา ไหว้ กราบ เค้าก็ไม่รู้เค้าแก่เงินรีเปลา เค้าก็จะบอก เออกก็เหมือนกันทุกวัน เป็นอย่างนี้มาสองสามปี แล้ว เหมือนช่วงที่แบบเข้ามาหาเลยไม่รู้ทำไม เหมือนดูห่างๆแบบ อ้อเป็นอย่างนี้ เค้าก็จะบอกว่าก็เหมือนกันทุกวัน วันแม่หรือวันอะไรอย่างนี้ เราก็จะรู้สึกว่าเราเข้าไปหาแล้วทำไม ไม่แบบลูก... ก็แอบน้อยใจ เหมือนแบบพอมานี้ที่แบบก็เจอเหตุการณ์อย่างนี้อีก ก็รู้สึกว่าไม่ได้คิดอย่างนั้นแล้วไม่รู้เพราะอะไร แต่รู้สึกว่าแบบ เออจะแบบ มันก็เป็นหน้าที่ของเราที่แสดงความรักต่อแม่ เหมือนใส่ใจรายละเอียดมากขึ้น (Info.4 L.558-567, P.24)	เดิมรู้สึกน้อยใจบ้าง ที่แม่ไม่ตอบรับเวลาที่เข้าไปแสดงความรักกับแม่ -รู้สึกดีในการอยู่กับแม่มากขึ้น (ไม่รู้สึกน้อยใจกับแม่) รู้สึกว่าเป็นหน้าที่ของตนที่จะต้องแสดงความรักกับแม่	มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น
Info 4	กับพี่เรา กับอาเราอย่างนี้คะ เค้าก็จะเจอตรงนั้นแล้วเราเหมือนคิดแค่นั้นเอง แต่เมื่อแบบพอมาคิดดูยังงี้คะ ก็คิดว่าเออ เค้าก็คงเป็นคนอย่างนั้น ก็ไปแก้ ไปปรับอะไรเค้าไม่ได้ก็เวลาเจอก็นิ่งๆเฉยๆไป ถ้าเอามาคิดอะไรแยๆก็มีแต่ตัวเราที่แบบแยลง เค้าทำอะไรที่มันไม่ดี ถ้าเราไม่เอามาคิดเดี่ยวมันก็จะจบไป แล้วเค้าก็คงแบบนิ่งๆของเค้าเองแหละ	เดิมคิดแค่นั้นกับภรรยาใหม่ของพ่อ ในสิ่งที่เขาทำไม่ดี เข้าใจภรรยาใหม่ของพ่ออย่างที่ป็น G	อันนี้ชัดกว่า

	เพราะถ้าเราไม่ตอบโต้กลับไป(Info.4 L.625-631, P.27)		
Info 4 EX	เค้าก็เป็นของเค้าอย่างนั้น แล้วก็มองว่าเหมือนเราก็ไปทำอะไรเค้าไม่ได้ ไปเปลี่ยนเค้าไม่ได้ ในเมื่อต้องอยู่ร่วมกันก็คิดถึงพ่อด้วยอย่างนี้ คิดถึงพ่อมากขึ้นก็เลยปล่อยหนึ่งเฉยไปอย่างนี้ (Info.4 L.636-638, P.27)	คิดถึงความรู้สึกของพ่อมากขึ้นทำให้พยายามยอมรับเข้าใจภรรยาใหม่ของพ่ออย่างที่เป็น G	มากกว่านะ
Info 4	ช่วยเบรกเหมือนกับคอยพูดให้พี่กับอาแบบว่า เออ มองว่าสิ่งที่ผู้หญิงคนนั้น ทำเพราะว่า เค้าเป็นคนแบบนั้น ไม่ต้องเก็บเอามาคิด อย่างนี้คะ คอยพูดเตือนๆ เพราะว่าตอนนั้นอากับพี่เค้าก็จะอยู่กับเค้าไปคะ เราชี้เหมือนคอยแบบพูดว่าเค้าเป็นคนอย่างนั้นแหละ แต่แบบคอยเตือนให้เค้าใจเย็นๆ แล้วเราก็แบบมีอารมณ์ร่วมด้วย ก็แบบนิ่งๆจะทำให้เค้าเย็นลง อย่างนี้ สถานการณ์มันก็แบบ เบาลงไปหน่อย (Info.4 L.657-664, P.28)		มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น
Info 2	ที่เขาจะได้ไป หมายถึงว่า ที่เขาจะได้หยุดงานบ้าง เพื่อไปเที่ยวของตัวเอง หรือจะได้แบบดูแลตัวเอง ได้หยุดงานเพื่อตัวเองบ้าง เขากลับแบบ เลือกทางที่จะต้องแบบทำงานทุกวัน ซึ่งถ้าเขาไม่ทำทางร้านก็อาจจะไม่มีปัญหา แต่ก็ยังมีส่วนที่เขาทำให้เรารู้สึกว่าเขาพยายามสร้างความมั่นคงสร้างอะไรหลายๆอย่างให้เราเหมือนกัน ดังนั้น มันก็เป็นเรื่องของการเสียโอกาส ถ้าเรามองในแง่ว่าคนคนหนึ่ง อาจจะมีด้านไม่ดีบ้าง แต่ในแง่ของ opportunity course อะ เขาก็ยอมเสียหลายๆอย่างไปให้ เพื่อเราได้มากเหมือนกัน (L.105-115, P.5)	- เห็นความเสียสละของแม่เพื่อตนเองG	ประโยชน์นี้เอาไว้คิดคะแนนนะ ถ้าเอามาเป็นตัวอย่างมันยังเห็นไม่ค่อยชัดเท่าไร
Info 1	เหมือนมันละเอียดอ่อนขึ้น มันเหมือนมันตระหนกในการมีอยู่ของเขา (L.623-624, P.27)	เห็นคุณค่าของการมีแม่อยู่ด้วย	
Info 1	อยู่กับแม่ แล้วก็การมีอยู่ของเขามันก็มีความหมาย (L.627, P.27)	เห็นคุณค่าของการมีแม่อยู่ด้วย	
Info 3	ก็อย่างที่แบบเพื่อนบางคน เหมือนเกิดความรู้สึกว่าแบบ พ่อแม่ไม่รัก เขาจะรู้สึกเหมือนโดดเดี่ยว เหนงๆ ไปอยู่หอคนเดียวอะไรอย่างเงี้ย แต่สำหรับซัด ซัดรู้สึกว่าเขาอย่างน้อยก็ยังอยู่กับผู้ปกครองซักคนนึง ก็ยังได้อยู่ที่บ้านอยู่ถึงแม้มีแค่คนเดียว เรายังไม่ได้เหมือนกับเขาอะที่ขาดไปทั้ง	เห็นคุณค่าของการมีอยู่ของคนในครอบครัว (แม่)	เห็นคุณค่าของคนในครอบครัวมากขึ้น เห็นคุณค่าในการ

	2คน (L.39-42, P.2)		มีอยู่ของคน ในครอบครัว
Info 3	อาจจะเป็นเพราะว่าเราแบบว่า ค่อนข้างโตค่อนข้าง จะโตในบ้านด้วย แล้วก็มัน้องด้วย แล้วก็ต้องดูแล น้องด้วย (L.318-319, P.14)	รู้สึกดีกับครอบครัว มากก่อนหน้านี้แล้ว BG(แม่) อธิบาย how	
Info 2	ที่เขาจะได้ไป หมายถึงว่า ที่เขาจะได้หยุดงานบ้าง เพื่อไป เที่ยวของตัวเอง หรือจะได้แบบดูแลตัวเอง ได้หยุดงานเพื่อ ตัวเองบ้าง เขากลับแบบ เลือกทางที่จะต้องแบบทำงานทุก วัน ซึ่งถ้าเขาไม่ทำทางร้านก็อาจจะไม่มีปัญหา แต่ก็ยังมี ส่วนที่เขาทำให้เรารู้สึกว่าเขาพยายามสร้างความมั่นคง สร้างอะไรหลายๆอย่างให้เราเหมือนกัน ดังนั้น มันก็เป็น เรื่องของการเสียโอกาส ถ้าเรามองในแง่ของคนหนึ่ง อาจจะมิด้านไม่ดีบ้าง แต่ในแง่ของ opportunity course อะ เขาก็ยอมเสียหลายๆอย่างไปให้ เพื่อเราได้มาก เหมือนกัน (L.105-115, P.5)	- เห็นความเสียสละ ของแม่เพื่อตนเองG	
Info 6	วันนี้้ออ.. เดียวว่าวันนี้ต่อให้เวลาเรามีปัญหา นั่งคุยกับ เงินคงไม่รู้เรื่องหรอก แต่ถ้านั่งคุยเพื่อนอาจจะดีขึ้นก็ได้ จริงปะ มีแต่เงินไม่มีเพื่อนก็คงไม่มีประโยชน์ แต่ก่อนเคย คิดว่าเงินมันคงได้ทุกอย่างแหละ จริงปะ มันก็คงสำคัญอะ แต่หลังจากนั้น เฮ้ย.. ที่จริงแล้วมีเงินก็ดี...แต่ต้องมีเพื่อน ด้วย อะไรอย่างเนี่ย (Info6 L.44-50,P.44)คือ เนี่ย ประสบการณ์ใหญ่ๆมากๆ	-เห็นคุณค่าของของ สัมพันธ์ภาพกับ เพื่อนมากขึ้น (G) -เดิมเห็น ความสำคัญของเงิน อย่างเดียว	
Info 2	ก็แบบปกติจะต้องเอาเรื่องนี้มาคิดเป็นปกติ ว่าแบบ หืมไม่ ค่อยทำอะไรให้เลยเนอะ นี่ฉันแอบจะโชคร้ายเหลือเกิน แบบปล่อยวางว่าแบบเขาทำให้ก็ดีแล้ว ไม่ได้ปล่อยวางใน แง่ลบ แต่แบบเขาก็ทำอะไรให้แล้วนะ ก็ดีใจ (L.248-251, P.11)	เห็นคุณค่าในสิ่ง เล็กน้อยที่พ่อแม่ทำ ให้มากขึ้น G	
Info 2	ก็แบบปกติจะต้องเอาเรื่องนี้มาคิดเป็นปกติ ว่าแบบ หืมไม่ ค่อยทำอะไรให้เลยเนอะ นี่ฉันแอบจะโชคร้ายเหลือเกิน แบบปล่อยวางว่าแบบเขาทำให้ก็ดีแล้ว ไม่ได้ปล่อยวางใน แง่ลบ แต่แบบเขาก็ทำอะไรให้แล้วนะ ก็ดีใจ (L.248-251, P.11)	-ยอมรับกับสิ่งที่พ่อแม่ทำให้แม้จะไม่ได้ เป็นไปตามที่ คาดหวัง G - ปล่อยวางด้วย ความเข้าใจ G -เห็นคุณค่าในสิ่งที่	เห็น คุณค่าของคน ในครอบครัว มากขึ้น เห็น คุณค่าในการ กระทำของคน ในครอบครัว

		ได้รับG	
Info 6	มันเลยทำให้เรามองย้อนกลับไปมองครอบครัวเราว่า เอี้ยจริงๆแล้ว ใช้อ้คำว่าครอบครัวนะจริงๆเราก็อยู่กับมันมาตั้งแต่เด็กๆแล้วแหละ เพียงแต่แค่เราไม่เข้าใจเฉยๆว่ามันเป็นอย่างนี้. (Info6 L.286-298, P.13-14)	ตระหนักถึงความสำคัญของครอบครัว/ ตระหนักถึงการมีอยู่ของครอบครัว	
Info 4	เปลี่ยนแปลงก็อย่าง พี่สาวใกล้จะจบแล้วคะ ช่วงที่ทำกลุ่มอาทิตย์ที่แล้ว ที่บ้านเหมือนมีปัญหาหนึ่ง เหมือนกับว่าทางบ้านฝ่ายพ่อ เหมือนทำกิจการขายวัสดุแล้วเหมือนกับว่า อาเป็นคนดูแลคนเดียวอย่างนี้คะ แล้วที่นี้เหมือนมีเรื่องเครียด เรื่องกิจการด้วย ในบ้านด้วย แล้วที่นี้พี่เค้าแต่ก่อนเหมือนเรียนๆอย่างเดียวเหมือนกับเรา เรื่องอนาคตก็แบบยังไม่ได้ตั้งใจไว้ว่าเรียนจบแล้วจะกลับมาทำงานที่บ้าน แต่จนพอมีปัญหาแล้วเค้าใกล้จะจบแล้ว เค้าก็มีเวลาที่จะกลับไปอยู่ที่บ้านจนเค้าได้อยู่แก้ปัญหาตรงนั้น ได้อยู่ ได้คุยกับผู้ใหญ่ที่บ้านอะไรอย่างนี้ จนสุดท้ายแบบ การตัดสินใจของเค้า เค้าตัดสินใจที่จะทำงานที่บ้าน เพื่อคนในครอบครัว เพื่ออา เพื่อพ่อ เพื่อเรา ก็ทำให้เรารู้สึกดี กับเค้ามาก นับถือในความคิดเค้า เหมือน (Info.4 L.260-272, P.11-12)	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้ากลุ่ม → รู้สึกดีกับพี่สาวมากขึ้น BG/G(more realize)	เหมือนที่รู้สึกดีกับพี่สาวไม่เกี่ยวกับการเข้ากลุ่มปะ แต่เป็นเพราะการกระทำของพี่สาวเอง
Info 4	มองเห็นว่าเค้าโตขึ้นมาก กับปัญหาอย่างนี้เค้าพูดถึงมันได้แบบว่าเค้าแก้มันได้ เค้ารับมือกับมันได้ อายุเค้ามากกว่าเพลงแค่สองปีอย่างนี้คือ เค้าโตขึ้นมาก เลยยิ่งเหมือนทำให้เราคิดว่า เราก็น่าจะคิดอะไรอย่างนี้ได้แล้ว (Info.4 L.274-277, P.12)	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้ากลุ่ม → รู้สึกดีกับพี่สาวมากขึ้น(ขยายความ) BG/G(more realize)	ประโยคนี้น่าจะสื่อว่าได้แรงบันดาลใจจากพี่สาว หรือเห็นพี่สาวเป็นต้นแบบมากกว่าการรู้สึกดีกับพี่สาวอะ
Info 4	เค้ามองเห็นความสำคัญของครอบครัวมากขึ้น ต่างที่จากตอนเรียนฉันจะเรียน ฉันทำกิจกรรมของฉัน แต่พี่เค้าจบเค้าก็พร้อมกลับมาทำกิจการที่บ้าน มาทำเพื่อครอบครัว (Info.4 L.279-281, P.12)	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้น ระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้ากลุ่ม → รู้สึกดีกับ	

		พี่สาวมากขึ้น(ขยาย ความ) BG/G(more realize)	
Info 1	แต่ 2-3 วันมานี้ พอลบ้บ้านไป เออเขาจะพูด นี่น้ำรีด เลือดให้แล้วน้ำ หรือว่าจะพูดถึงเรื่องคนอื่นอะไร เราก็ เออ เราก็ฟังนะ สมมุติถ้าเป็นเรื่องเกี่ยวกับเขาทำให้เรา เราก็จะขอบคุณนะ (L.564-569, P.24)	ใส่ใจรับฟังป่ามาก ขึ้น รู้สึกขอบคุณในสิ่งที่ ป่าทำให้	ใส่ใจคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 1	เหมือนกับว่าใส่ใจที่เราจะรีบไปปิดประตูใส่มัน น้อยลงไป เหมือนกับที่เราพยายามที่จะเข้าไปในสิ่ง ที่ป่าเรากำลังทำอยู่ ในสิ่งที่ป่าเรากำลังจะพูด มองไปถึง อันนี้อาจจะเป็นการตีความและ มองไปถึงเจตนาที่เขา ต้องการจากการที่เขาอยากจะทำกับเรา เขาอาจจะอยาก มีเพื่อนคุย เราก็รู้สึกว่าเขามีตรงนั้นมากขึ้นนะ ในช่วงเวลา 3-4วันมานี้ (L.571-576, P.25)	สัมพันธ์ภาพใน ครอบครัว กับ ป่า ใส่ใจรับฟัง ทำ ความเข้าใจป่ามาก ขึ้น	ใส่ใจคนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 1	เหมือนความรู้สึกมันยังไม่กลืนนะ แต่ตอนนี้เหมือน ความรู้สึกมันกลืนมากขึ้น กลับการที่เรา เขาเป็น อย่างนี้ เขามีความต้องการแบบนี้ เราทำให้เขา ได้ไหม เราตอบสนองให้เขาได้ไหม ฟังเขาหน่อย อะไรอย่างนี้ มันก็ทำได้ (L.586-589, P.25)	-ใส่ใจรับฟังป่า -ทำความเข้าใจป่า มากขึ้น - ใส่ใจความรู้สึกป่า มากขึ้น	
Info 1	ทั้งป่าทั้งแม่ เราสามารถที่จะตอบรับความต้องการ ของเขาได้ (L.611-612, P.26)	รับฟังคนใน ครอบครัวมากขึ้น	
Info 1	แต่ใน moment ที่ได้พูดคุยกัน หรือว่าเขามาพูดมา เล่าอะไรก็จะฟัง ก็จะมองหน้า ตรงนั้นเราก็จะรู้สึกดี แล้วที่ทำให้กับเขา (L.637-639, P.27)	รับฟังคนใน ครอบครัวมากขึ้น - รู้สึกดีในการอยู่ ด้วยกัน	
Info 1	มันก็มีนะรู้สึกได้ถึงบางอย่างที่เปลี่ยนแปลงไป อาจจะไม่ใช่ในเชิงปริมาณ อาจจะเป็นในเชิงคุณภาพ อาจจะเป็นความละเอียดของมันก็ได้ ซึ่งเรายังตรวจจับ ออกมาเป็นคำพูดไม่ได้ แต่เวลาที่แม่เราคุยอะไรมา แม่เล่า อะไรมา เราจะฟังแม่จริงๆอะ เหมือนกับที่เราฟังคน อื่น บางทีเมื่อก่อนฟังคนอื่น ปอกี้ไม่ได้ฟังเขาหรอก บางทีอาจจะมึนคืดอะไรกัน เราอาจจะฟังในเชิง ข้อมูลไม่ได้ฟังในความรู้สึก ตอนนี่คือเวลาเขาเล่า อะไรมาเราก็จะรู้สึกเหมือนหัวใจเรามันก็ตามไปด้วย	ใส่ใจรับฟัง ความรู้สึกคนใน ครอบครัวมากขึ้น	

	ตามไปฟังด้วย เช่นถ้าเขาจะเล่นนั้นเล่นนี้ก็รู้สึกได้ว่า มิตรชน (L.663-674,P.28-29)		
Info 1	กับการที่เราจะตอบเขาไปด้วยน้ำเสียงที่สนใจ ว่าเนี่ย นะเรารู้สึกดีต่อเรื่องราวของเขา จะ อะไรอย่างเงี้ย (L.699-700, P.30)	ใส่ใจฟังความรู้สึก คนในครอบครัวมาก ขึ้น	
Info 2	คะ ก็เห็นความตั้งใจ เห็นสิ่งเล็กๆมากขึ้น ขึ้นชมกับสิ่ง เล็กๆมากขึ้น (L.243-244, P.10)	เห็นคุณค่า และชื่น ชมกับสิ่งเล็กๆทำให้ มากขึ้น G	
Info 6	ในส่วนของครอบครัว สิ่งที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติมขึ้นมาเลยก็คือ คือเคียวโทรศัพท์ที่หน้าห้องเนี่ย แบบวันเว้นวันเลยนะ (Info6 L.318-319, P.14)	-(ใส่ใจ)คุยกับน้อง มากขึ้นG	“ใช้เวลาคุยกับ ครอบครัวมาก ขึ้น”/“ใส่ใจคุย กับครอบครัว มากขึ้น”/“เอาใจ ใส่คนใน ครอบครัวมาก ขึ้น
Info 6	ตอบสั้นๆ คือจบ เพราะมันเสียเวลา อ่า.. แต่หลังจากนั้น คือ เคียวก็จะโทรกลับไปหาห้องมากกว่าว่าบางที เฮ้ย เป็นไง เหนื่อยเปล่า แอดมินชั้น.. แล้วอยากเรียนอะไร แล้ว คิดยังไงอะ คือจะได้คุยกับเค้ามากขึ้น แล้วจะได้คุยกับย่า แต่กับย่าเนี่ย! โทรทุกวันเลย แต่ก่อนจะไม่ค่อยได้โทรอะ แต่เดี๋ยวนี้คือโทรทุกวัน (Info6 L.327-333, P.15)	-ใส่ใจคุยกับน้อง มากขึ้น -ใช้เวลาคุยกับน้อง มากขึ้น -ใช้เวลาคุยกับย่า มากขึ้น	
Info 6	เพราะปกติไปหาอยู่แล้ว ไปคุยเรื่องงาน ไปคุย ตามเรื่อง นู่นนี่นั่น เรื่องจ๊อบนู่นนี่นั่นอะไรของเคียวไปทั่วอะคะ ก็จะ คุยกันอยู่แล้ว แต่หลังเข้ากลุ่มมีสิ่งที่เพิ่มขึ้นมาอีกนิดนึง ก็ คือ ตามเรื่องเกี่ยวกับตัวเค้า คือปกติเราถ้าจะไปกลับถึงก็ จะถามถึงเฮ้ย..เนี่ย เดียวเค้าจะมีจ๊อบตรงนี้เดี๋ยวเค้ามีรับ งานไอนี้รีเปล่า(Info6 L.450-454, P.20-21)	-ใส่ใจพูดคุยถึงเรื่อง ของลูกกับป้ามาก ขึ้นG ใส่ใจคนใน ครอบครัวมากขึ้น	
Info 6	เรื่องงาน หรือจะไปแนะนำสินค้าคนดีนี้ไม๊ ป้าคนนี้ ก็จะไป คุยเกี่ยวกับเรื่องพวกนี้มากกว่า แต่หลังจากนั้นเราก็จะไป คุย เป็นไงบ้างป้าสบายดีเปล่าเนี่ย อะไรอย่างเนี่ย..ก็จะมี คำถามบ้าง (Info6 L.456-459, P.21)	-ใส่ใจถามถึงป้า มากขึ้นG ใส่ใจคน ในครอบครัวมากขึ้น	

Info 4	<p>มันชัดขึ้น พอตีช่วงที่มีปัญหาแล้วแบบก็เป็นช่วงที่ทำกลุ่มอย่างนี้ แล้วเหมือนพอเราได้ทำกลุ่มมาคุย มาแบบอย่าง ฟังเรื่องของเพื่อนที่เค้าแบบเป็นลูกคนโตแล้วเค้าต้องทำอย่างนี้ ทั้งสองคนเลย มีสามคนใช้ใหม่คะ เค้าเป็นพี่คนโตแล้วเค้ามีหน้าที่ต้องแบบรับผิดชอบอย่างนี้ เป็นพี่คนโตแบบคนหนึ่งอาจจะแบบเหมือนทำงานให้มาฆ่าแทน ส่วนอีกคนหนึ่งก็เลี้ยงดูครอบครัวแบบหาเงินมาจุนเจือครอบครัวแบบนี้ แต่ว่าเราต่างที่ว่าเราเป็นน้อง แต่ว่าเราที่ไม่ได้แบบ ไม่พยายามไม่เป็นน้องที่เอาแต่ใจอย่างนี้แล้ว มันก็เลยโตในระดับที่แบบว่า พี่เค้ามีความเป็นพี่ เค้ามีความรับผิดชอบในหน้าที่ของเค้า เราก็คงแบบเหมือนโตขึ้นนะ(Info.4 L.304-314, P.13-14)</p>	BG/G(more realize) ตระหนักชัดในการกระทำของตนเอง ต่อครอบครัวมากขึ้น	ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น
Info 4	<p>มันชัดขึ้นกว่าเดิม ก็คือเหมือนก็เริ่มรู้หน้าที่ของเราแล้วว่าควรที่จะเรียน เป้าหมายมันหมายถึงมันชัดเจนขึ้นว่า เรียนจบ เรียนต่อ ก็ต้องหาเป้าหมายว่าจะเรียนอะไรต่อ แล้วเรียนต่อเพื่อใคร แบบไม่ใช่เพื่อใคร เพื่อคนในครอบครัวให้มันชัดขึ้น จากที่แบบแต่ก่อนก็เออไม่รู้จะเรียนต่อ หรือทำงานดีหรืออะไรอย่างนี้คะ ตอนนั้นก็แบบเค้าก็แบบก็เรียนต่อไปเลย หนูก็แบบออกปากแล้วว่าอยากให้เรียนต่อนะ เค้าก็มาทำตรงนี้แล้ว เราก็เลยแบบโอเคมีเป้าหมายชัดเจนว่าจะเรียนต่อ (Info.4 L.319-326, P.14)</p>	หลังGวางเป้าหมายในชีวิตได้ชัดเจนมากขึ้นโดยนึกถึงคนในครอบครัวของตนเองมากขึ้นG	
Info 4	<p>หน้าที่ของเราด้วยนะคะ เพราะอย่างแบบว่ากลับบ้านอย่างนี้คะ มันต้องช่วยขายของหน้าร้านเฝ้าหน้าร้านอย่างนี้คะ แล้วก็ จากแต่ก่อนที่แบบว่า รู้สึกว่าแบบขี้เกียจบ้างไม่ค่อยมีส่วนร่วมรับผิดชอบบ้าง ก็เลยรู้สึกว่ายัย ถ้าในเมื่อพี่เค้าก้าวเข้ามา มาดูแลแบบนี้ เติบโตจะเป็นน้อง เราก็ต้องเข้ามามีส่วนร่วมช่วยรับด้วย เหมือนแบบอาจจะช่วยขายแบบเวลากลับไปไม่ได้แบบละเลย จะแบบเกี่ยงอะไรอย่างนี้ เพราะแต่ก่อนจะแบบเกี่ยงออกไปข้างนอกจะแบบไม่ค่อยอยู่ร้านอย่างนี้ ก็จะลดอาการเกี่ยงงานอะไรอย่างนี้บ้าง เค้าก็รับส่วนที่หนักมา(Info.4 L.329-337, P.14-15)</p>	ด้วยปัญหาภายในครอบครัวที่เกิดขึ้นระหว่างการเข้ากลุ่ม และหลังการเข้ากลุ่ม+G → ใส่ใจในบทบาทหน้าที่ของตัวเองที่มีต่อครอบครัวมากขึ้นG	
Info 4	<p>ก่อนมันยังไขว่ไขวไปและแบบระหว่าง เรียนต่อกับทำงานทำงานไปเลยอะไรอย่างนี้คะ ตอนนั้นก็คิดที่จะเรียนต่อไป แล้วก็เริ่มแบบมองหาทางที่แบบว่าเราจะเรียนแล้วแบบ</p>	หลังGวางเป้าหมายในชีวิตได้ชัดเจนมากขึ้นโดยนึกถึง	

	เขาไปใช้กับที่บ้านได้ด้วยอะไรอย่างนี้ (Info.4 L.350-353, P.15)	คนในครอบครัวของตนเองมากขึ้นG	
Info 4	ใช่ แล้วส่วนมากเค้าจะนั่งเฉยๆ แต่เราเป็นฝ่ายที่แบบ แสดงมันออกมาเข้าหาเค้า ไม่ใช่เค้า นั่งปุ๊บ เรายิ่งนั่ง แต่เราก็ตอบแบบว่า เข้าหาเค้าให้มากขึ้นอะไรอย่างนี้ (Info.4 L.574-576, P.25)	เดิมเมื่อแม่ นั่งเฉย เวลาแสดงความรักกับแม่ตนจะนั่งเฉยด้วย -เข้าหาแม่ในการที่จะแสดงความรักมากขึ้น G	
Info 4	ใช่ เพราะรู้สึกว่ามันก็ทำอย่างนั้นได้เลย อะไรอย่างนี้ ก็ยังเป็นลูกเค้า มันก็ไม่เสียหายเลยที่จะแสดงอะไรอย่างนั้น (Info.4 L.578-579, P.25)		
Info 4	ก็พูด ก็แบบพูด สุขสันต์วันเกิดนะคะ แล้วก็เหมือนถ้าเป็นแต่ก่อน ก็คงแบบ เออ เดี่ยวไว้แบบ ไม่รู้ก็จะแบบมันผ่านไป แล้ววันหนึ่ง ทำไงดีหรือ ทำอะไรไม่ถูกอะ แต่ว่าคราวนี้ถึงมันจะผ่านไปแล้วก็โทรไปแบบอย่างนี้แล้วกัน แล้วก็พูดตรงๆเลยว่า วันเกิดเค้าก็แอบลืมอะ ขอโทษอะ (Info.4 L.588-592, P.25)	เป็นฝ่ายเข้าหาแม่ ในการที่จะแสดงความรักกับแม่มากขึ้นG	
Info 4	ถ้าแต่ก่อนหรือคะ ก็จะเหมือนหาเรื่องอื่นใจเหมือนแบบ เออ เนี่ย หาเรื่องอื่นเพื่อที่จะโทรไปหาเค้าแล้วก็พูดแบบ อ้อมๆมากกว่า แล้วพอตอนนี้กับออกไปตรงๆเลยว่า ขอโทษที่หนูลืมนะ (Info.4 L.594-597, P.26)	เป็นฝ่ายเข้าหาแม่ ในการที่จะแสดงความรักกับแม่มากขึ้นG	
Info 4	คิดในมุม ก็ถ้า มีเรื่องทะเลาะกันอย่างนี้ พ่อเค้าก็แบบ เค้าก็ต้องคิดมากเพิ่มมากขึ้นอีกอย่างนี้ (Info.4 L.640-641, P.27)	คิดถึงความรู้สึกของพ่อมากขึ้นG	
Info 4	จากเดิมเราไม่พอใจ อย่างนี้คะก็จะคิด เออ ถ้าแบบทำอย่างนี้ไป พ่อเค้าจะรู้สึกยังไง (Info.4 L.643-644, P.28)	คิดถึงความรู้สึกของพ่อมากขึ้นG	
Info 4	ตอนที่เข้ากลุ่ม เหมือนพี่เค้าพูดประมาณว่า เหมือนได้เห็น ว่า เค้ามองเห็นจากที่เราพูดไป อย่างนี้คะ เล่าเรื่องอะไรอย่างนี้ พี่counsellor เค้าเรียกว่าอะไรอะ สะท้อนมุมมองที่มีต่อตัวเรา ว่าเราสิ่งที่เราคิดที่เราทำ แสดงว่าเราเป็นคนแบบนั้นนะ แบบว่า มองใส่ใจความรู้สึก พี่เค้าพูดให้มันชัดขึ้นนะจากที่เดิมเราอาจจะไม่ได้คิดว่าตัวเราเป็นยังไง	คิดถึงความรู้สึกของพ่อมากขึ้นG	

	เหมือนที่เค้าพูดให้ชัดขึ้น มันช่วยให้เราเวลาทำอะไรอย่างนี้ เออ เราเป็นคนอย่างนั้น ไข่ใหม่ แล้วก็เลย เออ อาจจะใช้ เออ เราเป็นคนอย่างนั้น เราเป็นคนที่ใส่ใจความรู้สึกอย่างนี้ ก็เลยแบบถ้างั้น เราควรที่จะแบบใส่ใจความรู้สึกของพ่อมากขึ้น ก็มีผลด้วยมั้งคะ จากการที่เค้าสะท้อนให้เราเห็น ตัวเราเอง (Info.4 L.691-701, P.30)		
Info 4	อาจจะคิดถึงคุณพ่อกว่า ถ้าจะให้ไปคิดถึงความรู้สึก ผู้หญิงคนนั้นมันก็ อาจจะไม่ได้อะ เพราะที่ผ่านมามีเค้าก็ แบบไม่ได้ดี แต่พ่อก่อนนี่คือแบบปรับใหม่คือว่า คิดถึงพ่อก่อน ก็แบบไปทำกับเค้า ก็จะแบบนึกถึงพ่อว่า พ่อจะแบบเป็นยังไง อย่างนี้คะ (Info.4 L.707-711, P.30)	คิดถึงความรู้สึกของพ่อก่อนG	
Info 1	ครับ เหมือนกับอยู่กับสิ่งที่มันเกิดตรงหน้ามากขึ้นได้ ไม่ใช่แบบพยายามจะปิดกั้นมันไปแล้วไปหาสิ่งอื่น เช่น ทำให้เขาเจ็บแล้วเราก็กอยู่กับเรื่องอื่นของเราอะไรประมาณนี้ (L.597-599, P.26)	- อยู่กับสิ่งตรงหน้าระหว่างอยู่กับป้ามากขึ้น	
Info 1	คือกับที่บ้านเนี่ยเริ่มรู้สึกดีมาช่วงหนึ่งแล้ว แต่3-4 เนี่ย เรา คือด้วยความที่เรารู้สึกดีกับสิ่งต่างๆรอบๆ เวลาเรากลับเข้าบ้าน เราก็กจะรู้สึกว่า บ้านมันก็ดีอะ (L.600-603, P.26)	รู้สึกดีกับครอบครัวมากขึ้น	
Info 1	ครับ ก็คือ เราสามารถมองหน้าเขาด้วยความรู้สึกดีๆ ฟังเขาได้ แต่ อาจจะมีเรื่องราวอะไรก็ได้ เรายังตอบไม่ได้นะว่ามันดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญหรือเปล่า แต่ด้วยสิ่งที่เท่าที่มี ใน3-4 วันเนี่ย เรารู้สึกได้ถึงความรู้สึกดีๆนะ ที่เรามีต่อที่บ้าน (L.606-609, P.26)	รู้สึกดีกับคนในครอบครัวมากขึ้น	
Info 1	อย่างเช่นเขาต้องการอะไร หรือว่าพูดอะไรมา ให้ทำอะไรเล็กน้อยๆเนี่ย เราก็กจะไม่ค่อยมีจิตโต้แย้ง เมื่อก่อนเวลานั้นมันก็เหมือนกับโต้แย้ง ต่อต้าน ไม่อยากทำ ตอนนี้คือเราก็กฟังในสิ่งที่เขาต้องการ แล้วเราก็กคิดว่าเออเราตรงนี้ให้ได้ ในวันนี้เราให้ได้ เราก็กให้ เราก็กตอบไป และเวลาเขาถาม เราก็กจะมีการตอบไปว่า จ๊ะ เจ๊จะอะไรอย่างงี้ คือแบบยังงั้นนะ เราสามารถพูดคุยกับเขาในอย่างที่เรารู้สึกดีมากขึ้น มีความสุขในการที่จะพูดคุย (L.614-621, P.26-27)	- มีความสุขในการพูดคุยอยู่กับป้าแม่มากขึ้น - รับฟังคนในครอบครัวมากขึ้น	ใส่ใจคนในครอบครัวมากขึ้น มีความสุขในการอยู่กับคนในครอบครัวมากขึ้น

Info 1	ใช้ ซึ่งเขาก็รู้สึกได้ ซึ่งตรงนี้นั้นคือความละเอียดอ่อน (L.702, P.30)	มีความรู้สึกที่ ละเอียดอ่อนกับแม่ มากขึ้น	
Info 3	แต่ถ้าเป็นครอบครัวก็คงแบบ รู้สึกดีกับครอบครัว มากขึ้น เพราะว่าถ้าเป็นบางคน พ่อแม่เขาอาจจะไม่ค่อย ดีเท่าไร เหมือนกับความรู้สึกที่ติดลึกว่า ทำไมพ่อแม่ทำ กับเขาอย่างนี้ แต่เรารู้สึกว่าพ่อแม่เราไม่ได้ทำอะไรรุนแรง ขนาดนั้น เป็นจุดข้อดีของเราเนาะ ที่เราเจอมาตั้งแต่เด็ก ๆ ซึ่งเรารู้สึกว่าเรารู้สึกว่าเพื่อน (L.233-2368 P.10)	รู้สึกดีกับครอบครัว มากขึ้น	
Info 3	ก็รู้สึกดีเหมือนกับแบบเขาแบบ เขามีทัศนคติที่บวก ดีกับลูก กับตัวเรา เขาถึงเลี้ยงดูเรา เพราะอย่างบ้าน เพื่อนอย่างเงี้ย เขาจะรู้สึกไม่ดีกับลูก อิมจะพูดว่าเงี้ยอะ เหมือนประเมินเขาเลยอะ เหมือนกับแบบปล่อยๆ(L.252- 257, P.11)	รู้สึกดีกับครอบครัว มากขึ้น	เอามาเพิ่ม รู้สึกดีกับคน ในครอบครัว มากขึ้น
Info 3	เขาก็คง อยากให้เราตั้งใจเรียนมากกว่า เขาเรียนส่งให้เรา ไปเรียน โดยไม่ต้องทำงานอะไรอย่างเงี้ย ในขณะที่เพื่อน ต้องเรียนไปทำงานไป แล้วก็เขาขาดเหลืออะไรอย่างเงี้ย เราสามารถพูดคุยกับเขาได้ทุกเรื่อง เขาเป็นคนรับฟังเรา ได้หมด (L.265-269, P.12)	รับรู้ถึงความรู้สึกดีๆ ของแม่ที่มีต่อตนเอง	เห็นคุณค่าใน การกระทำ ของแม่
Info 3	อย่างน้อยก็มีแม่คนนึง ขณะที่เพื่อนอีกคนนึง พ่อแม่ เขาแยกกัน แล้วก็อยู่ต่างประเทศ ตัวเองอยู่เมืองไทย (L.77-78, P.4)	เห็นคุณค่าการมีอยู่ ของ(แม่)	
Info 2	อย่างเช่นวันเกิดอะคะ ก็โทรมาก็ดีแล้ว ปกติก็ไม่ค่อยได้ โทรมาเท่าไร (L.223-224, P.10)	ชื่นชมในสิ่งเล็กน้อย ที่พ่อแม่ทำให้มาก ขึ้น G	เห็น คุณค่าของคน ในครอบครัว มากขึ้น เห็น คุณค่าในการ กระทำของคน ในครอบครัว
Info 6	เพราะฉะนั้นมันก็เลยไม่มีความรู้สึกผูกพันกันแบบเป็น พิเศษอะไรอย่างเงี้ย แล้วจะไม่ค่อยไปหา อย่างแม่อยู่ อ่างทอง พ่อจะอยู่โคราช แต่อยู่คนละบ้านกัน ก็จะไม่ไป หาเค้า บางทีเดียวกลับไปถึงโคราช เคียวยังไม่ได้ไปหาพ่อ เลย บางทีกลับไปเรื่องงาน ใ้อโห..เร่งบีบๆ กลับมา	-อยากใกล้ชิดพ่อแม่ มากขึ้น	

	กรุงเทพฯแล้ว ซึ่งหลังจากนั้นมา มันก็เป็นความรู้สึกที่เหมือนว่าเราก็อยากกลับไปหาเหมือนกัน (Info6 L.413-418, P.19)		
Info 6	คือ..เป็นความรู้สึกที่อยาก..ที่จะยังงัดใส่ อยากไปดูแลอยากอยู่กับเค้าอะ (Info6 L.432-433, P.20)	-รู้สึกอยากใกล้ชิดพ่อแม่มากขึ้น	
Info 4	มันก็มีความคิดอย่างนั้นะมาตั้งนานแล้ว แต่ว่า ไม่รู้ว่าได้มาคุยอะไรอย่างนี้ด้วยรีเปล่า ทำให้มองเหมือนกับว่ามองให้ความสำคัญครอบครัวมากขึ้น ไม่รู้ว่าเพราะอะไรเหมือนกัน (Info.4 L.581-583, P.25)	เห็นคุณค่า ความสำคัญของคน ในครอบครัวมากขึ้น BG/G(more realise)	
Info 7	เข้าใจในชีวิตมากขึ้น ก็คือก็เหมือนเข้าใจมากขึ้นมั้ง บางทีแบบที่เหมือนแบบคือตอนแรกคือหนูก็น้อยใจพ่ออะไรอย่างนี้ว่าแบบอึม เหมือนกับไม่ค่อยคุยกันเหมือนเมื่อก่อนตั้งแต่แบบอยู่ด้วยกันอะไรอย่างนี้คะ แต่พอเหมือนแบบพอได้มาเข้ากลุ่มอย่างเนี่ยะ คือได้รับคือที่Counselorก็จะพูดให้คิดอะไรอย่างนี้ในมุมที่เราลึมนึกถึงไปอะไรอย่างนี้คือแบบว่าคือตอนแรกหนูอาจจะรู้สึกเอาไม่ได้ใกล้ชิดพ่อเหมือนเดิม ไม่ได้พูดคือไม่ได้กราบพ่เหมือนเมื่อก่อนอย่างนี้คะ แต่คือเหมือนแบบที่เค้าก็ให้คิดว่าเราก็ไปอยู่กับแม่เราก็ห่างพ่อเราเหมือนกัน ทำให้เค้ารู้สึกอย่างนั้นมันอาจจะ... เกินไปทั้งเราและพ่อ ถ้ามว่ายังรักกันอยู่ไหมก็คือ ถ้ามว่าหนูยังรักพ่เหมือนเดิมอย่างนี้ที่เค้าก็บอกว่าพ่ก็อาจจะคิดเหมือนกัน แต่เพราะระยะห่างด้วยแบบเวลาที่นานแล้วก็แบบห่างกันไม่ค่อยได้เจอกันมันก็เลยอาจทำให้ดูห่างเหินกันไปบ้างอะไรอย่างนี้คะ(Info.7 L.480-493, P.21-22)	มีมุมมองเปิดกว้าง ในการทำความเข้าใจ เข้าใจพ่มากขึ้น เดิมรู้สึกน้อยใจพ่	- เข้าใจชีวิตมากขึ้น - มุมมองเปิดกว้างขึ้น - Co เอื้อให้เห็นในมุมที่ไม่เคยคิด - เข้าใจพ่มากขึ้น
Info 7	คือเข้าใจพ่มากขึ้นอะไรอย่างนี้ (Info.7 L.538, P.23)	เข้าใจพ่มากขึ้น	
Info 7	คือเมื่อเรา เมื่อเข้ากลุ่มเมื่อเราเข้าใจพ่แล้วก็ทำให้เราเข้าใจเหตุผลมากขึ้น พูดไม่ถูก (Info.7 L.538, P.23)	กลุ่มทำให้รู้สึก เข้าใจพ่มากขึ้น	
Info 7	ก็ตั้งแต่ ตั้งแต่เด็กๆตั้งแต่ช่วงที่หลังจากพ่แม่เลิกกันได้ซักพักนึง เริ่มเข้าใจมากขึ้น แล้วก็ด้วยประสพ พ่อยิ่งโตมาก็ยิ่งเข้าใจ เข้าใจมันมากขึ้นอะไรอย่างนี้ ด้วยอายุด้วย ยิ่งโตขึ้นมาเราก็ยิ่งเข้าใจเหตุผลของผู้ใหญ่มากขึ้น มองอะไรใน	มีมุมมองเปิดกว้าง ในการทำความเข้าใจ เข้าใจพ่มากขึ้น	เข้าใจโลกมากขึ้น เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น - มุมมองเปิด

	มุมมองที่ดีขึ้น		กว้าง - เข้าใจพ่อมากขึ้น
Info 7	มันเหมือนแบบเราค่อยๆเข้าใจมากขึ้นจนแบบพอถึงตอนนี้เราก็เข้าใจมัน เราพูดไม่ถูก มันไม่ได้มีจุดที่แบบตอนแรกไม่เข้าใจแล้วอยู่ดีๆมาเข้าใจ แต่คือเหมือนแบบมันค่อยๆเก็บมาเรื่อยๆ ค่อยๆทำความเข้าใจมาเรื่อยๆ มันก็เข้าใจ	มีมุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อมากขึ้น	- มุมมองเปิดกว้าง - เข้าใจพ่อมากขึ้น
Info 7	เพราะว่าแม่ลำบากมาก ก็คือแบบอยากทำให้ คือทุกอย่างที่ทำตอนนี้ก็คืออยากให้แม่มีความสุข อยากให้แม่สบาย ไม่อยากให้แม่ลำบาก	ตั้งใจใส่ใจนี้ถึงแม่มากขึ้น(BG/G)	- อยากให้แม่มีความสุข
Info 7	ก็เหมือนแบบก็มีเป้าหมายว่าต้องดูแลแม่จะไฉยอย่างนี้	ตั้งใจใส่ใจนี้ถึงแม่มากขึ้น(BG/G)	ใส่ใจความรู้สึกของแม่ เห็นเป้าหมายชีวิตเพิ่มขึ้น
Info 7	เป้าหมายหลักตอนนี้ก็คือสร้างครอบครัว สร้างฐานะให้แม่อยู่ แค่นี้ก็พอ	ตั้งใจใส่ใจนี้ถึงแม่มากขึ้น(BG/G)	- อยากให้แม่มีความสุข - ใส่ใจความรู้สึกของแม่ เห็นเป้าหมายที่ชัดเจน
Info 7	ก็เข้าใจว่าเค้าก็ยอมมีเหตุผลของเค้า ทั้งสิ่งที่เค้าซึ่งพอมีความรับผิดชอบที่ต้องดูแลเรา หนูก็ต้องอยู่ตรงนี้อยู่แล้วอยู่กับแม่เราก็ต่างมีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบของตัวเอง แล้วหนูแบบสิ่งที่แบบ คือแบบ คืออยากจะทำไม่ถูก คือเหมือนหนูอยากอยู่กับพ่อด้วย เจอพ่ออยากไปนอนกับพ่อ ด้วยสิ่งที่หนูต้องอยู่กับแม่อย่างนี้เหมือนแบบต้องขาดพ่อ คือเหมือนพ่อเค้าก็ต้องมีหน้าที่รับผิดชอบของเค้า ทำให้ตรงนี้นมันเป็นไปไม่ได้ เข้าใจมากขึ้น (Info.7 L.495-502, P.22)	มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อมากขึ้น (BG/G)	เข้าใจพ่อมากขึ้น
Info 7	คือเหมือนตอนแรกหนูไม่ได้คิดถึงว่าเออพ่อก็มีเหตุผลของพ่อนะ พ่อก็มี ก็คือคิดแต่แบบเออทำไมเวลาเจอหน้ากันไม่กอดกันเหมือนเดิม ไม่อะไรอย่างนี้เหมือนเดิม คือเหมือนเวลาเจอกันก็น้อยใจอย่างนี้แต่หนูไม่ได้คิดพ่อก็คงมี	มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อมากขึ้น (G)	เข้าใจพ่อมากขึ้น เข้าใจพ่อมากขึ้น

	<p>เหตุผลของเค้าเหมือนกันว่าแบบเอดเค้าต้องดูแลทางนู่นเหมือนกันแล้วเหมือนแบบ ด้วยระยะเวลาที่ห่างเหินทำให้เรายิ่งห่างเหินกันไป พ่อเค้าก็ยังคงรักเราเหมือนเดิมแหละ แต่ด้วยการแสดงออกเหมือนกับหรือแบบเหตุผล หรือสถานการณ์บางอย่างอาจจะไม่เอื้ออำนวย ให้เราคิดถึงตรงนี้มากขึ้น โดยที่แบบตอนแรกก็ไม่ได้คิดถึง (Info.7 L.509-508, P.22-23)</p>		
Info 7	<p>พ่อก็มีเหตุผลมีหน้าที่จะต้องทำเหมือนกันอาจจะไม่ได้แบบมาดูแลหนูได้อย่างเต็มที่เหมือนเมื่อก่อนตอนที่อยู่ที่ด้วยกันอะไรอย่างนี้คะ เข้าใจพ่อมากขึ้น(Info.7 L.540-542, P.24)</p>	<p>มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อมากขึ้น (G)</p>	<p>เข้าใจพ่อมากขึ้น</p>
Info 7	<p>เหมือนเราคิดแบบทำไมพ่อไม่ดูแลเราเวลาเจอก็น้อยอะไรอย่างนี้ดูห่างเหินอะไรอย่างนี้คะ แต่แบบ ก็คือคิด คิดไปเอง เก็บมาน้อยใจ เก็บมาเครียดอะไรอย่างนี้คะ แต่ก็คือพอได้ฟัง เข้ากลุ่มมันก็เหมือนกับได้ปรับมุมมองว่าแบบหันไปมองในมุมของพ่อบ้าง (Info.7 L.546-550, P.24)</p>	<p>มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อมากขึ้น (G)</p>	<p>เข้าใจพ่อมากขึ้น</p>
Info 7	<p>ก็คือ อย่างเพื่อนอย่างนี้เสียคุณพ่อไปอะไรอย่างนี้คะ เราก็ยังรู้สึกว่าเอดเราก็ยังมีพ่ออยู่อะไรอย่างนี้</p>	<p>เห็นคุณค่าในการมีอยู่ของพ่อมากขึ้น (G)</p>	<p>โอเค</p>
Info 7	<p>คือเหมือนปกติมันก็มีใช้ใหม่คะแต่เหมือนบางครั้งเราอาจจะลืมๆไป ไม่ใช่ลืมสิ เหมือนแบบไม่ได้นึกถึงมันมาก แต่ก็คือไปเรื่อยๆแต่พอได้เข้ากลุ่ม ได้พูดถึงแม่มากขึ้นทำให้เราเน้นย้ำกับตัวเองมากขึ้นว่าสิ่งที่เราต้องทำ เราต้องทำวันนี้อะไรอย่างนี้ (Info.7 L.576-580, P.25)</p>	<p>ตั้งใจใฝ่ใจนึกถึงแม่มากขึ้น(BG/G)</p>	<p>อันนี้เหมือนเป็นการเตือนสติในสิ่งที่สมควรทำ</p>
Info 7	<p>ก็ เหมือนยังงี้ คือเหมือนตอนแรกก็รักแม่อยู่แล้วอยากทำอะไรทุกอย่างเพื่อแม่อยู่แล้ว แต่พอยิ่งได้เข้ากลุ่มมันก็เหมือนยิ่งรู้สึกเวลาเข้ากลุ่มก็จะให้พูดความรู้สึก เราแบบก็ยิ่ง ก็หนูก็จะพูดถึงแม่ก็ทำให้รู้สึกบางทีก็อาจจะลืมนึกถึงแม่ไปบ้างอย่างนี้คะ แต่พอได้เข้ากลุ่มมันทำให้เราคิดถึงแม่มากขึ้น ทำให้เรารู้สึกยังงี้คะ คิดถึงแม่มากขึ้น คิดถึงเค้ามากขึ้นบางครั้งอาจจะลืมเลือนไปบ้างอะไรอย่างนี้ บางทีก็อาจจะเล่นๆไปบ้างไร้ ก็คือรู้ว่าตัวเองทำอะไรมากขึ้น เหมือนแบบคือตอนแรกคือตั้งใจอยู่แล้วว่าจะทำเพื่อแม่ใช้ใหม่คะ แต่เหมือนแบบบางครั้งเราก็แบบเออก็เล่นๆ</p>	<p>ตั้งใจใฝ่ใจนึกถึงแม่มากขึ้น(BG/G)</p>	<p>กลุ่มทำให้คิดถึงแม่มากขึ้น</p>

	ไปใช้ชีวิตไปเรื่อยๆ (Info.7 L.557-566, P.24)		
Info 8	จากการฟังเรื่องของน้องและก็จากพี่counselor เหมือนกับเค้าก็พูดมาในส่วนของประมาณว่าทำไมเรื่องของความมกัตถุญะอะไรอย่างนี้มันควรจะมาก่อน	จุดเปลี่ยนให้ตั้งใจใส่ใจนึกถึงแม่มากขึ้น(BG/G)	ประโยคไม่ค่อยชัดเท่าไรว่ามีผลต่อตัวเขายังไงนะ
Info 9	เออแล้วพ่อก็บอกว่าเออถ้ามันไม่ใช่ออย่างนั้นจริงๆก็เลิกดีกว่าอะไรอย่างนี้ เลิกดีกว่าแต่พี่เค้าก็ผ่านช่วงนั้นได้แล้วใช่ไหมใหม่คะแล้วเราก็ย้อนไปถึง ที่แบบพ่อแม่เลิกกันเอออาจจะเพราะว่าเค้าคงเข้ากันไม่ได้จริงๆอะไรอย่างนี้ถ้าอยู่กันไปแล้วมีปัญหาที่แบบก็จะอยู่ด้วยกันทำไม	มุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อกับแม่มากขึ้น(G)	เข้าใจการหย่าร้างของพ่อแม่
Info 9	ก็ไม่อยากให้พ่อแม่เลิกกันก็อยากให้อยู่ด้วยกันอะไรอย่างนี้แต่เหมือน พ่อเค้ามองอีกแง่หนึ่งแบบว่าถ้าเค้าอยู่ด้วยกันแล้วเข้ากันไม่ได้ อยู่ด้วยกันไม่ได้อะไรอย่างนี้ คือถ้าเค้าอยู่ด้วยกันแล้วไม่มีความสุข เออเราก็คงไม่มีความสุขไปด้วย ถ้าแบบทะเลาะกันทุกวันอะไรอย่างนี้มันก็จะแบบ คงไม่ใช่แล้วมันก็ไม่มีความสุข	มีมุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อกับแม่มากขึ้น(G)	เข้าใจการหย่าร้างของพ่อแม่มากขึ้นหลังจากการเข้ากลุ่ม
Info 9	ก็จะแบบก็ดีขึ้น ก็เคยโกรธพ่อกับแม่ที่แบบว่าเฮ้ยทำไมต้องทำแบบ ทำไม่ต้องทำให้เราเป็นแบบนี้ด้วยอะไรประมาณนี้ แต่แบบพอโตมาก็แบบ ก็ไม่คิดถึงก็คิดถึงเค้าก็คงมีเหตุผลของเค้าอะไรอย่างนี้ ก็ลองมองสิ่งดีๆที่เค้าทำให้เราแทน อย่างเม่ออย่างนี้เวลาไปหาแม่แม่ก็จะแบบว่าคือแม่ก็จะแบบทำกับข้าวให้กินตลอดคือกำลังจะไปหาแล้วโทรไปบอกว่ายากกินอะไรอย่างนี้เค้าก็จะเตรียมไว้ให้เราเลยอย่างนี้ ทุกครั้งอย่างนี้	มีมุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อกับแม่มากขึ้น(BG/G)	
Info 9	พอมานั่งเขียนมันก็เยอะ มันก็มีอะไรประมาณนี้ ไม่ใช่ว่าไม่มีเลยที่เค้าเคยทำดีกับเราอะไรประมาณนี้... ก็ เราได้เห็นว่าเหมือนเราเองข้ามส่วนดีๆไปเลยอะคือเราคิดถึงแต่เรื่องไม่ดีอย่างเดียวเลยอย่างนี้คะ เค้าเคยทำเรื่องดีอะไรให้เราเราไม่คิดถึงเลยอะ คิดถึงแต่เรื่องไม่ดีอะไรอย่างนี้	มีมุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อกับแม่มากขึ้นจากเดิมที่โกรธไม่พอใจพ่อกับแม่(BG)	เปลี่ยนมุมมองที่ดี
Info 9	ก็เยอะ ก็เค้าก็ทำเหมือนพ่อ ก็ทำเหมือนพ่อแม่ทั่วไป ก็ทำเท่าที่เค้าจะให้เราได้ แต่คือเราไม่สนใจเองเราเองแต่สิ่งที่เค้าทำให้เราผิดหวังอย่างนี้คะ เค้าก็พยายามเต็มที่แล้วคะ	มีมุมมองเปิดกว้างในการทำความเข้าใจพ่อกับแม่	- เห็นส่วนดีของพ่อแม่ - เข้าใจพ่อแม่

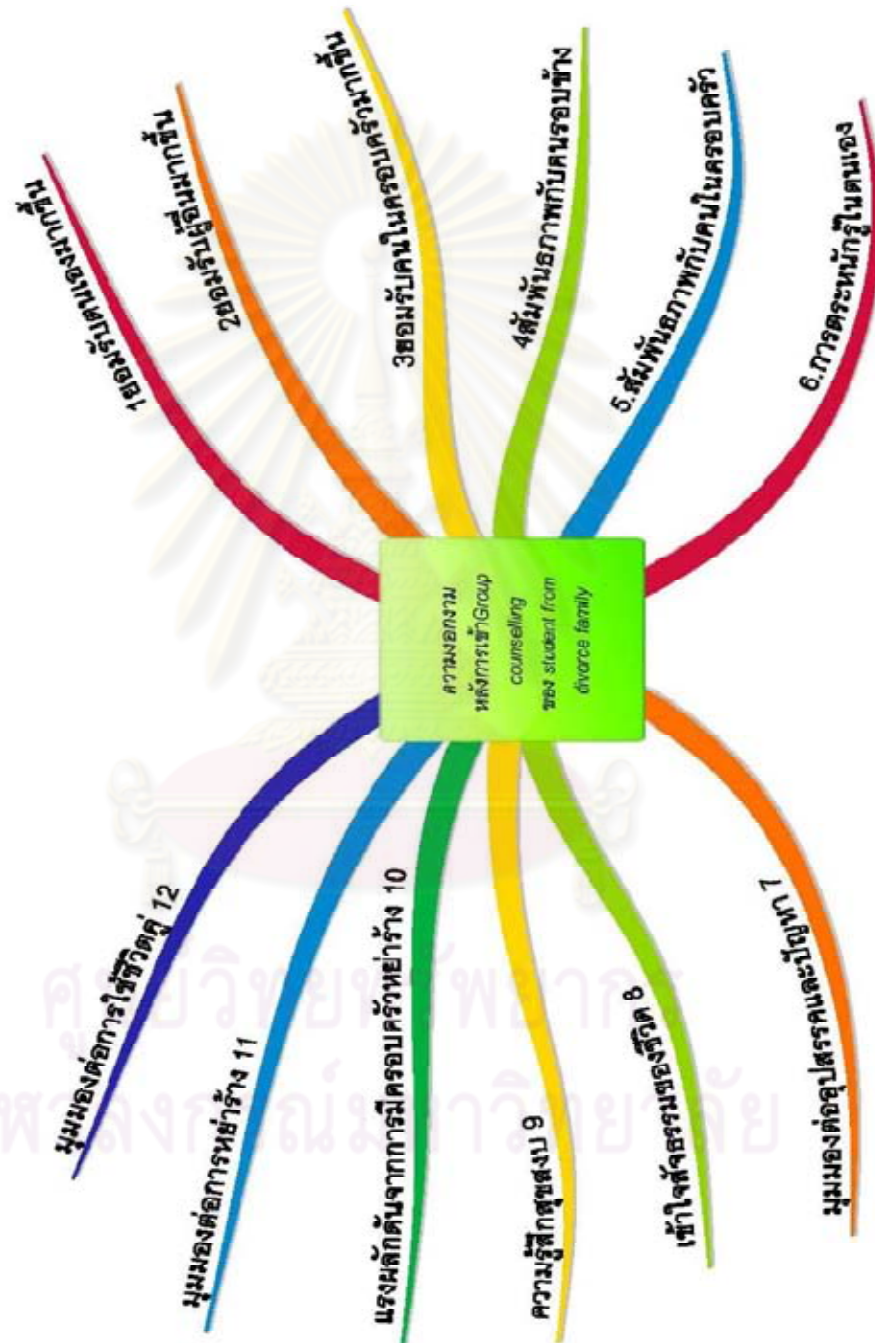
	ก็เหมือนกับว่ามองพ่อกับแม่ว่าเป็นแค่แบบคนธรรมดาคนหนึ่ง หนึ่งที่แบบว่าผิดพลาดได้อะไรประมาณนี้คะ แล้วก็เออ อย่างมองแต่ส่วนไม่ดีให้มองส่วนดีๆบ้างอะไรอย่างนี้คะ	ขึ้นจากเดิมที่โกรธ ไม่พอใจพ่อกับแม่ (BG)	มากขึ้น
Info 9	ก็เหมือนกับว่าตอนก่อนหน้าเข้ากลุ่มเราเคยคิดยังไงใช้ไหม คะ แล้วเวลาเราเอามาเล่าให้คนในกลุ่มฟังอย่างนี้ใช้ไหม คะเราก็เหมือนเพิ่มความรูสึกนั้น เหมือนตอกย้ำความรู้สึก นั้น	มีมุมมองเปิดกว้าง ในการทำความเข้าใจ เข้าใจพ่อกับแม่มากขึ้น ขึ้นจากเดิมที่โกรธ ไม่พอใจพ่อกับแม่ (BG/G feel it more)	ประโยชน์นี้เหมือน ไม่ชัดเท่าไร (ประโยชน์มันไม่ สื่ออะ) เข้าใจความรู้สึก ของตัวเอง ชัดเจนขึ้น
Info 9	แค่เค้าให้ชีวิตเรามันก็คือเราก็คือเหมือนกับว่าหนูคิด ว่าที่หนูหายโกรธเค้าเพราะหนูคิดแค่ว่าเค้าให้ชีวิตหนูมา เพราะว่าชีวิตมันคือจุดเริ่มต้นของทุกสิ่งทุกอย่างอะ เออ ถ้าเราไม่มีชีวิตเราก็ทำอะไรไม่ได้ เราก็คิดอะไรไม่ได้ เราก็ ทำอะไรไม่ได้ อย่างเนี่ยะ	ตระหนักถึงคุณค่า ในการกระทำของ พ่อแม่ ที่ได้ให้ชีวิต ตนมา (BG จากD)	น่าจะประมาณ เป็นการนึกถึง บุญคุณพ่อแม่ มากกว่ามั๊ย
Info 9	แต่มันก็เลยยังไม่รู้สึกจริงๆ แต่พอที่ให้เขียนความดีของเค้า ออกมาอย่างนี้ พอมานเจอข้อหนึ่งบอกว่าเอ๊ยเค้าให้ชีวิตเรา มานะ เออแค่นั้นนะ มันก็แบบมันก็คลายได้ทุกอย่างเลย ลองคิดดูถ้าแบบมันไม่มีชีวิตมันก็คงทำอะไรไม่ได้อะไรอย่าง นี้ประมาณนี้	ตระถึงคุณค่าในการ กระทำของพ่อแม่ ที่ ได้ให้ชีวิตตนมา (BG จากD)	น่าจะประมาณ เป็นการนึกถึง บุญคุณพ่อแม่ มากกว่ามั๊ย
Info 10	แต่ตอนที่เขาเลิกกัน ก็เหมือนกับว่าเราเรียนจิตวิทยามา ด้วย เราก็พอรู้ พอเราเรียนจิตวิทยามาด้วย อันดับแรกที่ รู้สึกก็คือ เหมือนแบบเออเรามองคนเริ่มเข้าใจมากขึ้น เริ่ม เข้าใจมนุษย์มากขึ้นอะไรอย่างเนี่ย เริ่มเอาสิ่งที่เรียนมาไป พิจารณาเรื่องการเลิกกันของพ่อแม่ไรเงี้ย เรื่องใน ครอบครัว ปัญหาต่างๆในชีวิต มันก็ทำให้เราแบบเริ่ม เข้าใจมากขึ้น	มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อแม่อย่างที่ เป็นมากขึ้น(BG)	โอเค
Info 10	เหมือนแบบ เข้าใจว่ามัน เข้าใจว่า เออ มนุษย์ก็เป็นอย่าง เนี่ยแหละ เหมือนพ่อก็เป็นอย่างเนี่ยแหละนะ เหมือน ความสัมพันธ์มันก็ต้องมีการ.. มันก็ต้องมีแบบการไม่ลง รอยกันบ้างเงี้ย มันเหมือน ประมาณนี้คะ	มีมุมมองเปิดกว้าง เข้าใจพ่อแม่อย่างที่ เป็นมากขึ้น(BG)	
Info 10	อืม รู้สึกว่าแบบต่อให้เราต้องอ่านหนังสือสอบอะไรอย่าง เนี่ย แต่เดี๋ยวนี้อย่างงุ่มง่ามไปคุยดีกว่า		ประโยชน์นี้ไม่ สื่ออะ

Info 10	เหมือนรู้สึก ว่า ถ้าเป็นคนที่เรารัก หรือคนใกล้ตัวเนี่ย เราแบบอย่าคิดว่าแบบเอาไว้ทีหลังก็ได้ เพราะมันก็ไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ถ้าเป็นแบบ เรื่องพวกที่แบบไม่ใช่ความรู้สึก เรื่องความสัมพันธ์กับคนอื่น เหมือนเราก็แบบเอาไว้คราวหลังก็ได้	ตระหนักถึงคุณค่าในการมีอยู่ของพ่อแม่มากขึ้น(BG/G)	ตระหนักในการให้ความสำคัญกับคนในครอบครัว ประโยคไม่ค่อยชัดเจนว่าจะสื่อถึงเรื่องอะไร
Info 10	อืม ก็โทรหาพ่อบ่อยขึ้น	ใส่ใจโทรหาพ่อมากขึ้น(BG/G)	
Info 11	ก็ได้คุยกับป้ามากขึ้นด้วยค่ะ ก็โทรหาป้าบ่อยขึ้น ซึ่งก่อนหน้านั้นก็จะไม่ค่อยโทรหาค่ะ	ใส่ใจโทรหาพ่อเลี้ยงมากขึ้น(G)	
Info 11	อ้อ...ก็เหมือนมองเค้ว่าเค้เป็นครอบครัวของเราจริงๆ เพราะเหมือนก่อนหน้านั้นก็รู้สึกเกรงใจ รู้สึกยังไงอะ ไม่ค่อยสัมพันธ์กันเท่าไร ก็ป้า ก็จริงอยู่ที่ป้าเป็นคนสงวนเรียน... เพราะค่าใช่จ่ายของมนก็ได้จากป้าทั้งหมดเลย	ตระหนักถึงคุณค่าในการกระทำของพ่อเลี้ยงมากขึ้น (G)	ยอมรับพ่อเลี้ยงมากขึ้น
Info 11	แต่ว่าหลังจากนี้ก็อยากคุยกับแม่ทุกวัน เหมือนมีวันหนึ่งแม่ไม่โทรมาก็เอ๊ะทำไมไม่โทรมา เราก็บ่นๆทุกวันนะ แม่ก็ไม่โทรมา จนอีกวันหนึ่งเราก็โทรไปว่าเนี่ยแม่ทำไมไม่โทรมา บ้างเมื่อก่อนเป็นอะไร ทำไมไม่โทรมา แม่ก็ว่าเห็นชอบอยู่แต่वलัรบกววน เราก็เข้าจะรบกววนอะไรมากมาย แค่ว่าโทรศัพที่ไม่น่าที่เอง แม่ลัรบกววนอ่านหนังสือชอบ แล้วก็คุยกับแม่นานนะ	ใส่ใจโทรหาพ่อแม่มากขึ้น(BG/G feel & do more)	ประโยคเหมือนไม่ชัดเจน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ฝั่งความคิดแสดงการจำแนกหมวดหมู่ประเด็นหลักและสาระสำคัญในแต่ละช่วงขั้นตอนของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่วิจัยเห็นชอบร่วมกัน

1.ฝั่งความคิดแสดงการจำแนกหมวดหมู่ประเด็นหลักจากชุดข้อมูลเบื้องต้น โดยที่มีผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ฉบับร่าง



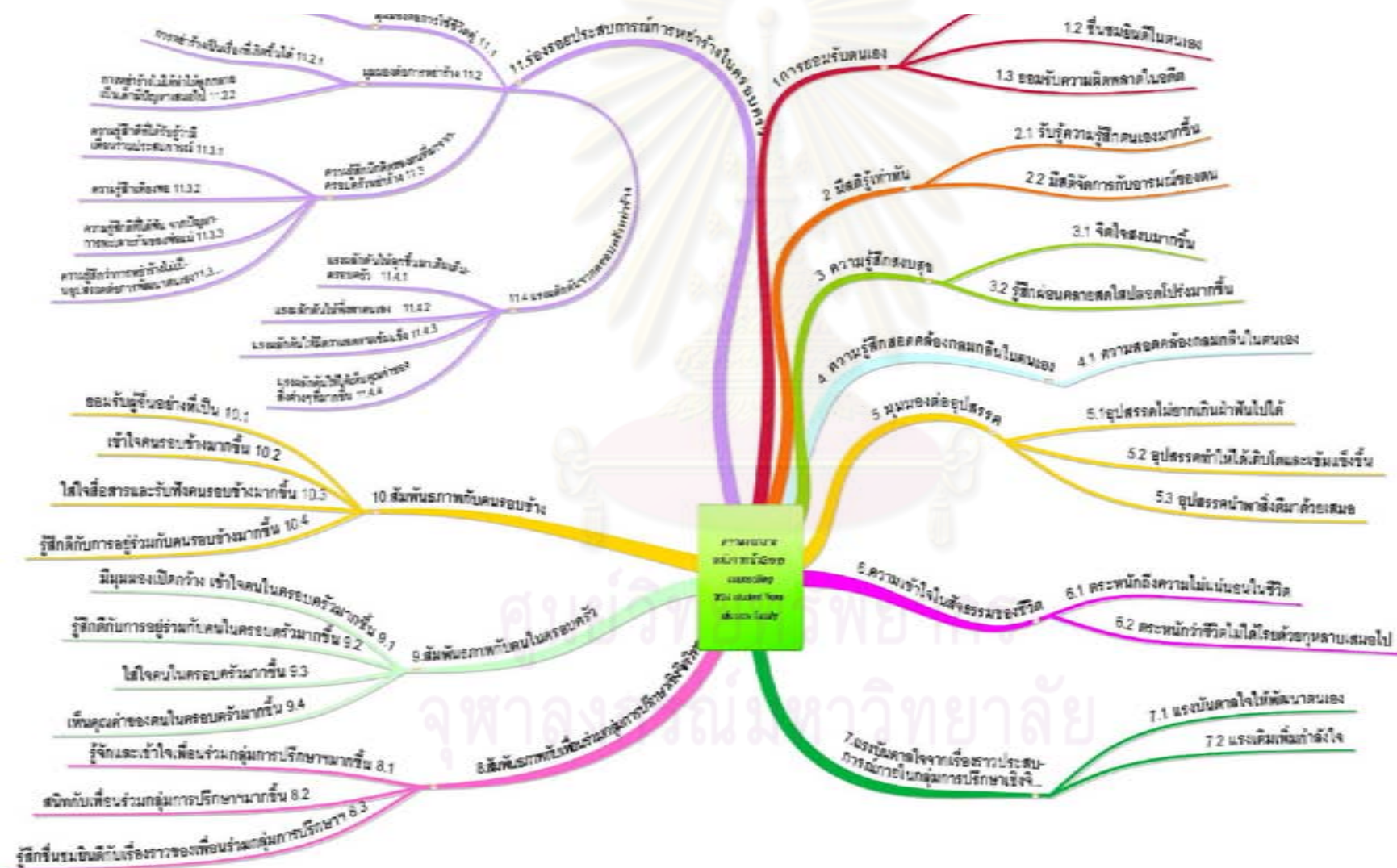
2. ผังความคิดแสดงการจำแนกหมวดหมู่ประเด็นหลัก และสาระสำคัญ จากชุดข้อมูลเบื้องต้น โดยทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก และผู้ตรวจสอบข้อมูล



3.ฝั่งความคิดแสดงการจำแนกหมวดหมู่ประเด็นหลัก และสาระสำคัญ จากชุดข้อมูลทั้งหมดฉบับร่าง โดยทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก



4. ผังความคิดแสดงการจำแนกหมวดหมู่ประเด็นหลัก และสาระสำคัญ จากชุดข้อมูลทั้งหมด โดยทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักและผู้ตรวจสอบข้อมูลฉบับสมบูรณ์



5.ฝังความคิดแสดงการเรียบเรียงประเด็นหลักผลการวิจัย ในการเขียนรายงานผลการวิจัย



ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาว สมรภัช ทองทรัพย์ เกิดเมื่อวันที่ 6 กันยายน 2528 สำเร็จการศึกษาระดับ
ประถมศึกษาจากโรงเรียนโพธิสารศึกษา สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอน
ปลายจากโรงเรียนสตรีนครสวรรค์ และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต หลักสูตรอักษร-
ศาสตร์บัณฑิต คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2549 จากนั้นได้เข้า
ศึกษาต่อระดับปริญญาโทในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการ
ปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2551



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย