

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

กองโรคเอดส์, กรมควบคุมโรคติดต่อ 2536, คู่มือดูแลผู้ป่วยเอดส์ที่บ้าน, กรุงเทพมหานคร

ฉวีวรรณ สุตะบุตร. 2534. มโนทัศน์สำคัญทางการพยาบาลจิตเวช : ความวิตกกังวล, รายงานการประชุมวิชาการวิชาการพยาบาลจิตเวช ครั้งที่ 2, คณะกรรมการชมรมพยาบาลจิตเวชแห่งประเทศไทย, บรรณาธิการ, กรุงเทพมหานคร, โรงพิมพ์อักษรไทย

ดวงกมล พึ่งประเสริฐ. 2539. ผลของการให้คำปรึกษาของพยาบาลต่อระดับความวิตกกังวลและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยทำแท้งผิดกฎหมาย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล

ธนา นิลชัยโกวิทย์. 2537. เทคนิคการให้การศึกษา HIV. กรุงเทพมหานคร : วารสารคลินิก/สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

นิภา ปวีณเกียรติคุณ. 2539. ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์เกี่ยวกับความตายและภาวะใกล้ตายกับทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยใกล้ตายของนักศึกษาพยาบาลในสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหิดล.

นัยนา รัตนมาศทิพย์. 2530. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แน่นน้อย ย่านวารีย์. 2537. สิ่งเร้าความเครียด ความเครียด และการเผชิญความเครียดของผู้ป่วยเอดส์. (บทคัดย่อ) : การสัมมนาโรคเอดส์แห่งชาติครั้งที่ 4, กองโรคเอดส์ กระทรวงสาธารณสุข 27-29 กรกฎาคม 88

- บึงอร เครียดชัยภูมิ. 2533. ผลของคนตรีต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยระดับ
การผ่าตัด. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์), มหาวิทยาลัย
มหิดล.
- ประยูศักดิ์ เสรีเสถียร. 2535. สังคมวิทยาของผู้ติดเชื้อและแนวทางการให้คำปรึกษา :
เอกสารประกอบการอบรม โครงการฝึกอบรมเทคนิคการให้บริการปรึกษาเรื่อง
โรคเอดส์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, ธันวาคม, 2536
- ปาหนัน บุญหลง. 2528. การพยาบาลจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 2 เชียงใหม่ : สหนักกิจ.
พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ). 2537. ชีวิตกับความตาย ท่านได้อะไรเมื่อไป
งานศพ. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา
- รสพร ประทุมวัน. 2534. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความสามารถของ
พยาบาลวิชาชีพ ในการดูแลผู้ป่วยใกล้ตาย โรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร.
วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิจารณ์ วิชัยยะ. 2522. คู่มือทางการแพทย์เรื่องโรคประสาทและการรักษา.
กรุงเทพมหานคร : สหประชาพานิชย์.
- สถาพร มานัสสถิตย์. 2534. ถาม-ตอบ ปัญหาโรคเอดส์. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์อักษรสมัย.
- สมภพ เรื่องตระกูล. 2516. ความซึมเศร้า. สารศิริราช, 25 ฉบับที่ 9 (กันยายน)
_____. 2524. คู่มือจิตเวชศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร :
ห.จ.ก. ภาพพิมพ์
- สมศร เชื้อหิรัญ. 2526. ความเศร้าและปฏิบัติการพยาบาล : รายงานผู้ป่วย.
พยาบาลศาสตร์. (ตุลาคม-ธันวาคม) 2523. : 101-108
- สุชา จันทรเฒ. 2521. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนา
พานิช.
- สุพล รุจิรพิพัฒน์ และคณะ. 2535. ปฏิกริยาของผู้ติดยาเสพติดที่มีต่อโรคเอดส์.
โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ อูลราชธานี กองสุขภาพจิต, กรมการแพทย์,
กระทรวงสาธารณสุข.

- สุวัฒนา อารีพรศ. 2524. โรคจิตอารมณ์. ความผิดปกติทางจิต, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว. 2527. ความวิตกกังวล. เอกสารคำสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชชุมชน, เชียงใหม่, คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุวนีย์ ตันติพัฒนานันท์. 2522. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์.
- องค์การอนามัยโลก. 2536. คู่มือให้คำปรึกษาเรื่องเอดส์ "คุยกันเรื่องเอดส์". องค์การพัฒนาเทคโนโลยีเพื่อการสาธารณสุข. พิมพ์ครั้งที่ 2.

ภาษาอังกฤษ

- Aiken, Lewis R. 1991. Death, Dying, and Bereavement, Allyn and Bacon. 2d ed. Massachusetts : A Division of Simon Schister, Inc.
- Beck, Aaron T. 1967. Depression : Clinical experiment and theoretical aspect. New York : Harper & Row.
- _____. 1972. Cognitive, Anxiety and Psychophysiological Disorder. In anxiety : Current Trends in Theory and Research. Vol.2 : 343-357. ed. Charles D Spielberger. New York : Academic Press.
- Becker, Ernest. 1973. The Denial of Death. New York : The Free Press.
- Bentob, Richard G. 1987. Death and Dying : Principles and Practices in Patient care. New York : Van Nostrand Reinhold Company, Litton Educational Puplicing, Inc.

- Carter, Frances M. 1976. Psychosocial Nursing : Theory and practice in hospital and community mental health. 2d ed. New York : Macmillian Publishing.
- Collins, Mattie. 1983. Communication in health care : the human communication in the life cycles. 2d. ed. St. Louis : Mosby Company.
- Despelder, Lynne Ann and Strickland, Albert Lee 1983. The last dance : Encountering death and dying.
- Epstein, Seymour. 1972. The nature of anxiety. In Anxiety Current Trends in Theory and Research Vol 2 : 291-337. ed. Charles D. Spielberger. New York : Academic Press.
- Frankel, William A. 1990. The creativve use of psychotherapy with terminally ill AIDS patients : paper presented at the annual convention of the American psychological assosiation (98th, Boston, MA August 10-14)
- Green, John and Mcgreenner, Alans 1989. Counselling in HIV Infection and AIDS. Black well Scientific Publication.
- Greon, J.J. 1975. The Measurement of Emotion and Arousal in the Clinical Psychological Laboratory and in Medical practice, in Emotion Their Paramiters and Measurment. 724-746 ed. L. Levi. New York : Ravan Press.
- Hinton, John, 1974. Dying. Baltimmore : Penguin Publishing.
- Hintze, Julie, Templer, Donald L. and Cappelletty, Gordon G. 1993. Death Depression and Death Anxiety in HIV Infected Males. Death Studies. 17 : 333-341.

- Johes A. 1993. A first step in effective communication providing a supportive environment for counselling in hospital. Professional Nurse May ; 8 (8) : 501-505
- Jusmin, 8. and Trygstaad, Louise N. 1979. Behavior concepts and the nursing process. Saint Louis : The C.V. Mosley Co.
- Kalkman, Marion E. and Davis, Anne J. 1980. New dimensions in mental health psychiatric nursing. 5th ed. New York : Mcgeaw-Hill Book Co.
- Lamer, Willium M., cited by Cohen, Kenneth P. 1979. Hospice : Prescription for terminal care, Aspen System Corporation.
- Leming, Micheal R. & Dickinson, George E. 1990. Understanding death, dying and breavement, 2ed. Orlando : Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Linn MW, Linnbs, harris R. 1982. Effects of counselling for late stage cancer patients ; Canceer Mar 1 ; 49 (5) : 1048-55
- Linn Bs, Linn MW 1981. Late state cancer patients : Age differrences in their psychophysical status and response to counselling ; Journal of Gerontology. Nov : 36 (6) : 689-92
- Lipkith, Gradys B. and Cohen, Robert G. 19800. Effect approaches to patients' behavior. 2d ed. New York : Springer Publishing Company.
- McKitrick, Daniel 1981-1982. Counselling dying clients. Omega : Journal of Death and dying : V12 n 2 p 165-187
- Perley, Nancy Zewen 1976. Problems in self-consistency : Anxiety : Introduction to nursing : An adaptation model, pp 200-203. ed. Sister Calissta Roy. New Jersey : Prentice-Hall Inc.

- Pattison, E. M. 1977. Death throughout the life cycle in E. M. Pattison (Ed.) The experience of dying. Engle-Wood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.
- Petzoid, Robert. 1983. Anxiety and depression : Gestal therapy with the dying patient intregative work using clay, poetry therapy and creative media ; Death Education ; V6 n3 249-64 Fall.
- Priest, Robert. 1983. Anxiety and depression : Practical guide to recovery. Singapore : P. G. Publishing Pte. Ltd.
- Rogers, Carl R. 1951. Client-centered therapy. New York : Houghton Mifflin Company.
- Rouhani, Grame C. 1978. Understanding anxiety. Nursing Mirror. 146 9 (March) : 25-27.
- Spielberger, Charles D., Gorsuch, Richard L. and Lushene, Robert E. 1970. Stall Manual. California : Counselling Psychologist Press, Inc.
- Spielberger, Charles L., and Lushene, Robert E. 1976. Cross-cultural anxiety. Washington : Hemispere Publishing Corporation.
- Stuart, Gail W. and Sundeen, J. 1983. Psychiatric nursing, 2d ed. Saint Louis : The C.V. Mosby, Co. 243
- _____. 1987. Principles and practice of psychiratrice nursing. 2d ed. Saint Louis : The C.V. Mosby Co.
- Swanson, Ardis A. 1980. Depression. Introduction to nursing practice. ed. Lillie M. Shortridge and Juanita Lee. New York : McGraw-Hill book Company.

Templer, Donald L. & Lonetto, Richard 1986. Death Anxiety.

Washington : Hemisphere publishing corporation.

Zung, William W. K. 1965. A self rating depression scale. Archive

of General Psychiatry. 12 (January) : 63-65.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก

รายงานกรณีศึกษา

นายอำนาจ ศักดิ์ศรี (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

อำนาจเป็นชาวลำปาง อายุ 33 ปี แต่งงานกับภรรยาได้ 2 ปีแล้ว ประกอบอาชีพค้าขาย โดยรับซื้อผักจากทางภาคอีสานมาส่งที่ตลาดสี่มุมเมือง เขาบอกว่า ภรรยาเคยประกอบอาชีพหญิงบริการมาก่อน ในการพูดคุยกับผู้วิจัย อำนาจไม่ได้กล่าวถึงครอบครัวตนเองมากนัก บอกเพียงแต่ว่าพอกับแม่แก่มาแล้ว อยู่ต่างจังหวัดทั้ง 2 คน ตนเองกลับไปเยี่ยมบ้านทุกปี เรื่องการติดเชื้อและการป่วยของภรรยา ยังไม่ได้บอกให้คนอื่นทราบ

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

เมื่อแรกพบกับผู้วิจัย อำนาจมีท่าทีกระวนกระวายใจมาก เรื่องการเจ็บป่วยของภรรยา ช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย เขาถอนหายใจบ่อย พร้อมกับพยายามเก็บความรู้สึกของตนเอง บ่นน้อยใจเรื่องกระบวนการการรักษาของโรงพยาบาลที่ต้องรอนานมาก ทั้ง ๆ ที่ภรรยาอาการหนัก รู้สึกว่าหมอไม่ได้เอาใจใส่อย่างเต็มที่ มีความกดดันจากสภาพอาการเจ็บป่วยทรมาณของภรรยา สภาพร่างกายของอำนาจมีปัญหาเรื่องอาการผื่นคันที่ผิวหนัง

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลใจกับอาการของภรรยา รู้สึกกดดันจิตใจจากสภาพอาการที่ทรمانของภรรยา ไม่พอใจกับกระบวนการรักษา กลัวว่าญาติและคนอื่น ๆ จะรู้และถูกรังเกียจ กังวลกับอาการของตนเองที่จะเกิดขึ้นเหมือนกับอาการของภรรยา

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ในประเด็นปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย อำนาจแล้วว่า เคยมีความคิดโกรธแค้นอยากจะทำร้ายตัวเองในระยะเวลาแรก ๆ คิดว่าตนเองเป็นแล้วคงจะมีชีวิตอยู่ได้ไม่นานและคิดวนเวียนอยู่ในเรื่องความตายของตนเอง จนทำให้รู้สึกท้อถอยในระยะเวลาแรก ๆ เมื่อพบกับผู้วิจัยครั้งต่อมา เขาบอกว่าตนเองคิดไว้แล้วว่าวางแผนชีวิตอย่างไรในเรื่องการตาย อาจจะบอกคนที่ไว้ใจมากที่สุดและจะกลับไปตายที่บ้าน ทำพิธีให้เร็วที่สุด โดยไม่ให้ทางบ้านเดือดร้อน

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้อำนาจถึงการบำบัดทบทวนหน้าที่ของสามีที่ดีในการดูแลภรรยา เพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง และภาคภูมิใจ พร้อมทั้งให้กำลังใจในการดูแลสุขภาพ เมื่อพบกับผู้วิจัยครั้งสุดท้าย เขาบอกว่าภรรยาเสียชีวิตแล้วและเขาได้นำศพภรรยาไปทำพิธีทางศาสนาที่บ้านเกิด โดยทำพิธีภายในวันเดียว และบอกว่าตนเองคงจะต้องทำงานเก็บเงินเพื่อดูแลรักษาสุขภาพตนเองต่อไป

.....ศูนย์วิทยพัชกร

นายคำรัส ยั่งยืน (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

คำรัส เป็นคนกรุงเทพฯ อายุครบ 35 ปี แต่งงานมีครอบครัวแล้ว ภรรยาเป็นชาวเชียงใหม่ มีบุตร 2 คน คนเล็กอายุได้เพียง 3 เดือน แยกครอบครัวออกมาอยู่

กับภรรยาและลูกในบ้านเช่าหลังหนึ่ง ภรรยา มีรายได้จากการเย็บผ้า ดำริสเองทำงานเป็น คนแจกไฟในบ่อน รายได้ไม่แน่นอน เรื่องการติดเชื้อของตนเองมีภรรยาเท่านั้นที่ทราบ และภรรยาเอง ได้ตรวจเลือดคุดแล้ว ผลเลือดได้รับเชื้อด้วย

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ในการพบกับผู้วิจัยครั้งแรก ดำริสมีสีหน้าครุ่นคิดเมื่อกล่าวถึงการเจ็บป่วย ของตนเอง และอนาคตของครอบครัว ช่วงที่พูดคุยจะโอเอ้แง้ ๆ ตลอดเวลา แต่บอกว่าตนเองยอมรับสภาพการเจ็บป่วยได้ มีหลายช่วงที่ดำริสพูดคุยกับผู้วิจัยด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม และดู อารมณ์ดี การเจ็บป่วยปัจจุบันมีอาการของวัณโรคที่ปอด และรับยารักษาวัณโรคอยู่

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กลัวว่าคนอื่นจะรู้และเกิดความรังเกียจ ยังไม่มีทางออกในเรื่องการดำเนิน ชีวิตต่อไปและในเรื่องการงาน เป็นห่วงครอบครัวและลูก

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ยังไม่มีทางออกในเรื่องของชีวิตข้างหน้า กลัวความตายอยู่บ้าง แต่ก็พร้อมที่จะ เผชิญ ถ้าป่วยมากอาจจะไปอยู่ที่บ้านของภรรยาที่เชียงใหม่ แต่ยังไม่มั่นใจว่าครอบครัวของ ภรรยาจะยอมรับได้หรือไม่ อย่างไรก็ตามในประเด็นความวิตกกังวลดำริสบอกว่า เขาเอง อยากแก้ปัญหาเฉพาะหน้า โดยเฉพาะเรื่องการทำงานและรายได้ของครอบครัวก่อน ประเด็น ปัญหาเรื่องความตายยังไม่อยากคิด และคิดว่าตนเองยังอยู่ได้อีกนาน

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นเรื่องการมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว และการได้ทำหน้าที่ ของหัวหน้าครอบครัวที่ดีของดำริส เพื่อส่งเสริมการมีคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองแก่ดำริส และพร้อมกันให้กำลังใจในเรื่องการทำงานและการดูแลสุขภาพ เมื่อพบกับผู้วิจัยครั้งสุดท้าย ดำริสบอกว่ามีโครงการจะทำการค้าขายเล็ก ๆ น้อย ๆ และกำลังเก็บเงินเป็นทุนอยู่ เพื่อหลีกเลี่ยงการทำงานในบ่อนซึ่งเต็มไปด้วยควันบุหรี่ กลัวว่าจะทำให้มีผลเสียต่อสุขภาพ ของตนเอง

นายเสนาะ สงกรานต์ (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

เสนาะอายุ 27 ปี แต่งงานได้เพียง 1 ปี ยังไม่มีบุตร ทำงานเป็นลูกจ้าง โรงพิมพ์แห่งหนึ่ง ภรรยาทำงานเป็นลูกจ้างโรงงานทอผ้า ภูมิลำเนาเป็นคนจังหวัดพิจิตร อยู่กรุงเทพฯกับภรรยาเพียง 2 คนญาติพี่น้องคนอื่น ๆ อยู่ต่างจังหวัดหมด เสนาะและภรรยากำลังเก็บเงินเพื่อผ่อนทาวเฮ้าท์ โดยพ่อเป็นคนช่วยเหลือทางการเงินด้วยความสัมพันธ์กับครอบครัวดี เรื่องการติดเชื่อและการป่วยเสนาะได้ตัดสินใจบอกพ่อและพี่สาวทราบ ภรรยาตรวจเลือดแล้วผลเป็นปกติ อาการเจ็บป่วยมีปัญหาเรื่องผื่นคันขึ้นตามบริเวณร่างกาย ต้องมารับการตรวจรักษาตามหมอนัดทุกเดือน

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

เมื่อผู้วิจัยถามถึงสุขภาพ เสนาะมีสีหน้าสลดลง พูดเสียงสั้น มีท่าที่กังวลเรื่องอาการเจ็บป่วยของตนเอง แต่ก็ปรับสภาพอารมณ์ตนเองได้เร็ว พูดคล่อง บอกว่าตนเองทำใจยอมรับสภาพการเจ็บป่วยได้

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลใจกับอาการการเจ็บป่วยของตนเอง กลัวว่าคนอื่นรู้จะรังเกียจตนเองและครอบครัวด้วย

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

เสนาะเล่าว่า ตอนที่ทราบว่าตนเองได้รับเชื้อเอดส์ในระยะแรก ๆ กลัวความตายมาก ถ้าตายแล้วหมดลมหายใจไปเลยไม่กลัว แต่กลัวว่าตนเองจะมีอาการเจ็บป่วยและทรมาณก่อนตาย และคิดว่าตนเองไม่น่าจะรับเชื้อมาได้ ต่อมาระยะหลังก็คิดว่าถ้าเป็นอะไรมากอาจจะหาสถานที่ที่ดูแลรักษาตนเองให้ดีที่สุดในระยะสุดท้าย ถ้าเป็นไปได้อยากจะกลับไปตายที่บ้าน ได้อยู่ใกล้กับพ่อ พี่สาวและครอบครัวก่อนตาย

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้พบประเด็นในเรื่อง การมีพ่อและพี่สาวให้ความห่วงใย ดูแลไม่ทอดทิ้ง เพื่อเสริมกำลังใจให้ผู้ป่วย และยกประเด็นในเรื่องการที่ภรรยาให้ความรัก ความเข้าใจ แม้ว่าเขาจะได้รับเชื้อก็ตาม พร้อมทั้งให้ข้อมูลในการดูแลสุขภาพ การดูแลรักษาตามอาการ ซึ่งเป็นวิธีการรักษาทางการแพทย์ เพื่อชี้ว่าเมื่อเกิดการเจ็บป่วย ทางโรงพยาบาลก็ได้ให้ความช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลา ระยะเวลา ๗ เมื่อพบกับผู้วิจัย สังเกตว่าผู้ป่วยดูหน้าตาสดใส และพูดคุยอย่าง ไม่มีความกังวลใจมากนัก

.....

นายบุญมี เสงี่ยมโชค (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

บุญมี อายุ 30 ปี เป็นคนกรุงเทพฯ แต่งงานแล้ว และมีบุตรด้วยกัน 2 คน กำลังเรียนอยู่ระดับประถมศึกษา มีอาชีพรับหล่อพระ โดยเป็นช่างรับเหมาร่วมกับพ่อ ปัจจุบันอาศัยอยู่กับครอบครัว โดยมีพ่อและแม่เลี้ยงพร้อมภรรยาและลูกอยู่ในบ้านหลังเดียวกัน พี่น้องคนอื่น ๆ ต่างแยกครอบครัวไปหมดสิ้น บุญมีได้เปิดเผยสภาพการเจ็บป่วยและการติดเชื้อของตนกับพ่อและน้องชาย และครอบครัวเข้าใจ แต่ไม่ได้บอกให้ภรรยาทราบ กลัวว่าภรรยาจะรับไม่ได้และเสียใจ ภรรยาเป็นคนที่บุคลิกภาพเงียบขรึมไม่ค่อยพูด อาการการเจ็บป่วยในปัจจุบัน ร่างกายผอมลงมากและมีอาการของวัณโรค ต้องมารับยาและตรวจรักษาอาการที่โรงพยาบาล ตามที่หมอนัดทุกเดือน

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย เมื่อผู้วิจัยถามประเด็นในเรื่องความวิตกกังวล บุญมีพูดถึงอาการของตนเองและเรื่องอนาคตของลูก ด้วยทำที่ครุ่นคิดและวิตกกังวล น้ำเสียงสั้นและสายตาหลบต่ำ ระยะเวลาที่คุยกันมีท่าทีที่ผ่อนคลายลง และทำนิ่งสบาย

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลกับอาการของตนเองที่จะเป็นมากขึ้น จนตนเองไม่สามารถทำงานได้
กังวลกับอนาคตของครอบครัว โดยเฉพาะเรื่องลูก

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

บุญมีเล่าว่า เมื่อรับทราบผลเลือดและการเจ็บป่วยของตนเอง ในตอนแรกมีความรู้สึกกลัวและกังวลว่าตนเองจะต้องตาย หลังจากตัดสินใจบอกพ่อและน้องชาย รู้สึกสบายใจขึ้น และคิดว่าชีวิตมันจะเกิดอะไรก็ต้องเกิด ช่วงหลังก็คิดเพียงแต่ว่าจะอยู่อย่างไร และจะดูแลสุขภาพตนเองอย่างไร ทำให้ยอมรับสภาพการเจ็บป่วยของตนเองได้มากขึ้น ไม่วิตกกังวลจนไม่สามารถทำอะไรได้เหมือนในระยะแรก ๆ

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นในเรื่องพ่อ น้องชาย ที่ให้ความเป็นห่วงและเข้าใจ ภรรยา และลูก ที่เป็นความรัก ความหวังของบุญมี เพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีกำลังใจ พร้อมกันนี้ได้ยกประเด็นการที่บุญมี มีกำลังใจที่ต่ออยู่แล้วที่จะต่อสู้ เพื่อเสริมความรู้สึกในด้านดีและให้ผู้ป่วยมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับการเจ็บป่วยของร่างกายมากยิ่งขึ้น ครั้งสุดท้ายที่พบบุญมี สุขภาพของเข่าอ่อนแอลงมาก มีอาการไอเรื้อรังไม่หยุด แต่สีหน้าก็ยิ้มแย้มและกำลังใจดี

.....

นายอนันต์ สมนึก (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

อนันต์ อายุ 28 ปี อาชีพเป็นช่างหล่อพระ โดยที่บ้านเปิดเป็นโรงหล่อเล็ก ๆ ทำงานด้วยตนเอง ไม่มีลูกน้อง แยกครอบครัวมาอยู่กับภรรยาและลูกหลังจากแต่งงาน ญาติพี่น้องคนอื่น ๆ ต่างก็มีครอบครัวและแยกย้าย แต่อยู่ในละแวกเดียวกัน ไม่ห่างกันมากนัก ไปมาหาสู่กันได้ การติดเชื้อและการป่วยด้วยโรคเอดส์ อนันต์ไม่ได้บอกใครให้ทราบแม้แต่ภรรยา เนื่องจากความสัมพันธ์กับภรรยามีความขัดแย้งกันอยู่ตลอดเวลา จนไม่สามารถที่จะ

ให้ความช่วยเหลือดูแลกันได้ อนันต์มีอาการติดเชื้อแทรกซ้อนหลายระบบของร่างกาย เช่น บอดอ๊กเสบ มีเชื้อราที่ปาก และติดเชื้อในระบบทางเดินอาหาร จนร่างกายอ่อนเพลียและน้ำหนักตัวลดลงมาก ระยะเวลาที่ผ่านมาตรวจรักษาที่โรงพยาบาล อาการดีขึ้น

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ในช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย อนันต์เล่าถึงภรรยาด้วยความน้อยใจที่ไม่ได้ดูแลให้ความช่วยเหลือเขา เมื่อพูดถึงลูกน้ำตาถึงกับคลอหน่วย น้ำเสียงสั่นเครือ และก้มหน้าตลอดเวลา ระยะเวลา ๗ ปีที่พบกัน อนันต์พูดเยาะขื่น และเล่าเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองด้วยความทุกข์

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลเรื่องอนาคตครอบครัว กลัวว่าจะไม่มีใครดูแลเมื่อเจ็บป่วยหนัก เป็นห่วงลูก กลัวว่าคนอื่นจะรังเกียจตนเองและครอบครัวและรังเกียจลูกด้วย กลัวว่าภรรยาจะทรานและความขัดแย้งถึงขั้นแตกหัก

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

อนันต์บอกว่า ตนเองไม่ได้กลัวหรือวิตกกังวลว่าจะต้องตาย ประเด็นที่เกิดความกังวลจะเป็นเรื่องครอบครัวและลูกมากกว่า และพร้อมกันบอกว่าตนเองยังเป็นอะไรไม่ได้ เพราะถ้าเป็นอะไรไปแล้ว ลูกคงจะไม่มีใครดูแล จะพยายามรักษาสุขภาพของตนเองทุกวิถีทางเพื่อให้อยู่รอด

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกจุดที่ดีที่ อนันต์ มีกำลังใจที่จะดูแลสุขภาพของตนเองเพื่อลูก และได้ยกประเด็นในเรื่องการได้ทำหน้าที่ของพ่อและเป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดี เพื่อเสริมความรู้สึกมีคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง ตลอดจนเสริมกำลังใจ ผู้วิจัยได้พบกับผู้ป่วยครั้งสุดท้ายเมื่อ อนันต์ มารับยาตามหมอนัด เขาดูสุขภาพดีขึ้น พร้อมกับสีหน้าดูสดชื่น

.....

นายสมใจ บุญพิทักษ์ (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

สมใจ อายุ 35 ปี ภูมิลำเนาอยู่จังหวัดสมุทรสาคร แต่งงานและมีบุตร 2 คน ซึ่งต่างเรียนจบและทำงานกันหมดแล้ว หลังจากแต่งงาน สมใจ ย้ายครอบครัวแยกออกมาสร้างบ้านอยู่ต่างหากในที่ดินที่พ่อแม่มอบให้ สมใจไม่มีอาชีพหลักที่แน่นอน มีรายได้จากการเล่นการพนันในบ่อน ภรรยาอาชีพรับเย็บผ้า เมื่อ 5 ปีก่อนภรรยาไปทำงานเย็บผ้าที่ไต้หวัน อยู่ที่นั่นได้ 1 ปี ไม่ประสบความสำเร็จจึงกลับมาอยู่ที่บ้าน ต่อเติมห้องหลังเล็ก ๆ และรับเย็บผ้าไหลจากโรงงาน ช่วงที่ภรรยาไปอยู่ไต้หวัน 1 ปี สมใจใช้ชีวิตในการเที่ยวผู้หญิงและกินเหล้าเป็นประจำ ซึ่งเขาบอกว่าตนเองคงได้รับเชื้อเอดส์มาช่วงนั้น เรื่องการติดเชื้อและการป่วย ภรรยาและลูกทราบดีและไม่ทำที่รังเกียจ ก่อนหน้าที่จะมาพบกับผู้วิจัย เขาเคยผมร่วงจนหมดศีรษะ และเป็นแผลฝีตามร่างกาย และต่อมาอาการหายเป็นปกติ อาการเจ็บป่วยของสมใจในปัจจุบัน จะมีไข้ต่ำ ๆ อยู่ตลอด และมีผื่นขึ้นตามผิวหนัง มีเชื้อราขึ้นที่ลิ้นและปาก และต่อมทอลซิลอักเสบ ซึ่งอาการดังกล่าวจะเป็น ๆ หาย ๆ มาตลอด

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย สมใจหน้าตาดูอ่อนโรย มียิ้มแย้มหัวเราะบ้างในบางครั้ง เมื่อเล่าถึงการเจ็บป่วยของตนเอง สมใจมีท่าทีที่ท้อแท้ ก้มหน้าลงต่ำและไหลลู่ น้ำตาคลอ น้ำเสียงสั่น

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

ข้อเท็จจริงอาการที่ไม่ค่อยจะดีขึ้นเป็น ๆ หาย ๆ เป็นห่วงเรื่องภาระต่าง ๆ ที่ยังสะสางไม่เรียบร้อย เช่น ภาระหนี้สิน กังวลกับอนาคตของครอบครัวและลูก กลัวว่าตนเองจะมีชีวิตอยู่ไม่นาน กลัวว่าคนอื่นทราบจะเกิดความรังเกียจ

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

สมใจเล่าให้ฟังในประเด็นความกังวลเกี่ยวกับความตายของตนเองว่า กลัวว่าตนเองจะอยู่ได้ไม่นานและเป็นห่วงภาระเรื่องหนี้สิน ช่วงที่ร่างกายอ่อนแอเป็น ๆ หาย ๆ ยิ่งคิดเรื่องเสียชีวิตมากขึ้น และเกิดความท้อแท้ ไม่มีความหวัง เขาบอกว่าเคยขนานกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ขอให้อายุของตนเองออกไป เพื่อให้ภาระเรื่องหนี้สินหมดเสียก่อนค่อยตาย อย่างไรก็ตาม สมใจได้รับกำลังใจจากภรรยาและลูก ทำให้ค่อยคลายความกังวลใจและมีความหวังขึ้นบ้าง

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นจุดที่ดีของสมใจ ที่ได้ต่อสู้กับอาการเจ็บป่วยจนหายจากอาการผมร่วงและการเป็นแผลผิวหนังตามร่างกายมาได้ เพื่อเสริมกำลังใจให้ผู้ช่วยรักษาสุขภาพและรักษาอาการที่เป็นในปัจจุบัน และได้ยกตัวบุคคลที่เป็นกำลังใจให้ เช่น ภรรยาและลูก ซึ่งต่างก็ไม่ทำที่รังเกียจและเป็นที่ยอมรับกับสมใจได้ พร้อมทั้งให้ข้อมูลเพื่อดูแลสุขภาพตนเอง เมื่อพบกับสมใจครั้งสุดท้าย เขามีสุขภาพดีขึ้นและบอกกับผู้วิจัยว่า หลังจากอาการเจ็บป่วยทุเลาขึ้น เขาจะไปขับมอเตอร์ไซด์รับจ้างในซอยเพื่อหารายได้ช่วยภรรยาและเป็นการออกกำลังกายด้วย

.....

นายมนู เกียรติดีรัง (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

มนู อายุ 26 ปี ภูมิลำเนาอยู่จังหวัดสุพรรณบุรี แต่งงานแล้วและภรรยาตั้งครรภ์ได้ 8 เดือน ช่วงที่ภรรยาตั้งครรภ์ได้ 3 เดือน ภรรยาไปฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลประจำอำเภอแห่งหนึ่ง จากการตรวจเลือดของภรรยาพบว่าปกติ หลังจากนั้นต่อมา ภรรยาได้ตรวจเลือดอีกครั้งเมื่อตั้งครรภ์ได้ 8 เดือน พบว่าผลเลือดมีเชื้อเอชไอวี หมอได้ตรวจเลือดมนูด้วยและพบว่าเขาเองก็ได้รับเชื้อเอชไอวีเช่นกัน มนูมีอาชีพรับซื้อขายผักและผลไม้เพื่อมาส่งตามตลาดในกรุงเทพฯ สภาพการเจ็บป่วยในปัจจุบันจะมีอาการน้ำหนักลด และเป็นผื่น

ค้นตามร่างกาย เรื่องการติดเชื้อของตนเองและภรรยา มนุได้บอกให้พี่สาวของตนเอง ทราบเพียงคนเดียวเท่านั้น

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย มนุมีท่าทางกระสับกระส่าย มือเท้าเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา สีหน้ามีความวิตกกังวลอย่างชัดเจน กอนหายใจบ่อยและขยับตัวไปมาอยู่ตลอดเวลา

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลเรื่องลูกกลัวว่าจะได้รับเชื้อจากภรรยา กลัวว่าญาติทางฝ่ายภรรยาจะ ทราบและเกิดความรังเกียจ รู้สึกผิดที่ตนเองเป็นต้นเหตุให้ภรรยาต้องรับเชื้อและอาจมีผล ไปถึงลูก กังวลใจกับสุขภาพการเจ็บป่วยของตนเอง กังวลเรื่องค่าใช้จ่าย

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย มนุบอกว่าเขาเองเป็นห่วง เรื่องลูกและภรรยาจะติดเชื้อมากกว่า ตัวเขาเองถ้าแลกกับการเสียชีวิตของลูกได้ เขาเองยินยอมที่จะตายแทนลูก ยังสับสนกังวลคิด ไม่ออกว่าบั้นปลายชีวิตตนเองจะอยู่ อย่างไร

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นเพื่อเสริมกำลังใจ และความรู้สึกมีคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองของมนุ ในเรื่องการได้ทำบทบาทของพ่อที่ดีต่อลูก โดยการแสดงความห่วงใย และการ ที่ได้ทำบทบาทหน้าที่ของสามีที่ดีต่อภรรยาในการดูแลเอาใจใส่ พร้อมทั้งบอกว่าถึงแม้ว่าลูก ของเขาจะติดเชื้อหรือไม่ก็ตาม เขาเองก็ได้ให้ความรักและดูแลเขาอย่างเต็มที่ ครั้งสุดท้ายที่พบกับผู้วิจัย เขากล่าวด้วยความดีใจว่าภรรยาของเขาคลอดแล้ว และลูกสุขภาพแข็งแรงดี เขาเองมีกำลังใจที่จะดูแลรักษาสุขภาพตนเอง เพื่อจะได้อยู่ดูแลลูกไปนาน ๆ

.....

นายรัฐ สรรเสวี (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

รัฐ อายุเพียง่าง 23 ปี ภูมิลำเนาเป็นคนจังหวัดเชียงราย ผ่านการแต่งงานมาแล้ว 2 ครั้ง โดยอยู่กินกับภรรยาคนแรกจนแก่เฒ่าด้วยกัน 1 คน ต่อมารัฐได้มาติดพันผู้หญิงอีก 1 คน จึงบอกเลิกกับภรรยาคนแรก มาอยู่กินกับคนที่ 2 โดยไม่ได้ติดต่อและช่วยเหลือภรรยาคนแรกเลย รัฐมาโรงพยาบาลด้วยอาการท้องเสียเรื้อรัง และมีอาการไอพร้อม ๆ กับพาภรรยาคนที่ 2 ซึ่งตั้งครบกี้ได้ 2 เดือนมาฝากครบกี้ หมอตรวจเลือดภรรยาพบว่าได้รับเชื้อเอดส์ จึงตัดสินใจทำแท้ง ต่อมารัฐได้หย่าจากภรรยาคนที่ 2 เพราะความไม่เข้าใจกัน โดยในระยะหลัง ๆ ภรรยาคนแรกจะชอกกลับมาอยู่ด้วย รัฐบอกเรื่องการติดเชื้อของเขาว่า เขาอาจจะติดมาจากภรรยาคนที่ 2 เพราะเขาเองหลังจากแต่งงานกับภรรยาคนแรกแล้วก็ไม่เคยเที่ยวหญิงบริการเลย ที่รัฐมั่นใจว่าตนเองน่าจะติดเชื้อจากภรรยาคนที่ 2 เพราะว่า ภรรยาคนที่ 2 ของเขาผ่านการแต่งงานมาแล้วถึง 4 ครั้ง ก่อนที่จะมาอยู่กินกับเขา

ปัจจุบันรัฐมีอาชีพค้าขายผลไม้ในตลาดแห่งหนึ่ง และอาศัยอยู่กับน้ำชาย เรื่องการติดเชื้อและอาการป่วยของเขา มีเพียงภรรยาคนที่ 2 เท่านั้นที่รู้ซึ่งปัจจุบันก็ไม่ได้อยู่ด้วยกัน ส่วนพ่อ แม่ และญาติพี่น้องคนอื่น ๆ อยู่ต่างจังหวัดกันหมด

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

รัฐช่างพูดคุย สีนัยยิ้มแย้มอยู่ตลอดเวลาเมื่อพูดคุยกับผู้วิจัย สีนหน้าเขามีกังวลเล็กน้อย เมื่อผู้วิจัยถามถึงอาการการเจ็บป่วย และการตัดสินใจที่จะไปอยู่กินกับภรรยาคนแรกเหมือนเดิม เขาบอกกับผู้วิจัยว่าบุคลิกภาพส่วนตัวของเขาเป็นคนว่าเงิ และไม่ค่อยมากอะไรมันจะเกิดก็ต้องเกิด ทำใจไว้แล้ว

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลเรื่องการแพร่เชื้อไปให้ภรรยาคนแรกถ้าจะกลับไปอยู่ด้วยกัน รู้สึกผิดหวังเรื่องลูกที่ตัดสินใจให้ภรรยาคนที่ 2 ทำแท้ง เพราะรัฐเองอยากมีลูกมาก กังวลภาระหนี้

สินและค่าใช้จ่ายในการรักษา กังวลกับอาการที่จะเกิดขึ้นภายหลัง และกลัวว่าคนอื่นรู้ จะเกิดความรังเกียจ

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ณัฐ บอกว่าเขาไม่มีความกังวลและกลัวตาย เนื่องจากประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา เขารอดตายอย่างหวุดหวิดมาแล้วถึง 4 ครั้ง และจากประสบการณ์การผ่านพ้นความตาย ของเขาดังกล่าว เขابอกว่าครอบครัวทางบ้านทุกคนต่างก็เตรียมใจไว้แล้ว ถ้าหากว่าวัน หนึ่งเขาจะตาย แต่สิ่งที่เขากังวลมากที่สุดก็คือการที่ตนเองยังมีภาระเรื่องหนี้สินการ ผ่อนรถ ซึ่งเขابอกว่าตนเองจะเป็นอะไรยังไม่ได้ตอนนี้ และถึงแม้ว่าเขาจะเป็นอะไรไป ภรรยาคนแรกของเขาซึ่งรักเขามาก และแม่ของเขา คงไม่ทอดทิ้งเขาแน่

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ให้กำลังใจแก่ณัฐ โดยยกประเด็นในเรื่องบุคลิกภาพของเขาที่เป็นคน ร่าเริง ไม่ชอบคิดมาก เป็นจุดดีที่เขาจะสามารถปรับจิตใจต่อการตัดสินใจและการเจ็บป่วย ของตนเอง พร้อมกันนี้ได้ยกประเด็นในเรื่องการที่ภรรยาคนแรกและแม่ของเขา ยังเป็นที่ พึ่งเขาได้ ถ้าหากว่าเขาจะเป็นอะไรไป สามเดือนต่อมาผู้วิจัยได้พบกับณัฐ ครั้งสุดท้าย เขابอกว่าเขาจะดูแลสุขภาพตนเอง และจะทำงานเก็บเงินเพื่อผ่อนรถให้หมด แต่ก็ยัง ลังเลใจที่จะกลับไปอยู่กับภรรยาคนแรก เพราะกลัวว่าตนเองจะทำให้ภรรยาเสียใจ ถ้าภรรยาเขารู้ว่าณัฐติดเชื้อและป่วยด้วยโรคเอดส์ เขาไม่อยากทำร้ายจิตใจภรรยาของ เขาอีก

..... ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
นายโชค สิงห์ศิริ (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

โชค เป็นคนกรุงเทพฯ ผ่านการแต่งงานมาแล้ว 1 ครั้งและมีบุตร 1 คน ซึ่งในระยะหลังเมื่อภรรยาทราบว่าโชคได้รับเชื้อเอดส์ ได้ขอแยกกันอยู่หลังจากที่ภรรยา

ของเขาเองตรวจเลือดแล้วและพบว่าไม่ได้รับเชื้อจากไซค โดยได้พาบุตรไปอยู่ด้วย แต่บ้านที่แยกไปอยู่ไม่ได้ห่างไกลกันมากนัก ยังสามารถเดินทางไปมาหาสู่กันได้ ปัจจุบัน ไซคอายุ 35 ปี ไซค เคยป่วยหนัก จนถึงกับไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และต้อง เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเป็นเวลาเกือบ 2 สัปดาห์ โดยมีแม่และพี่น้องให้ความช่วยเหลือและดูแลอย่างใกล้ชิด ซึ่งญาติพี่น้องของเขาในครอบครัวต่างทราบกันหมดทุกคนว่า ไซคป่วยด้วยโรคเอดส์ แต่ไม่มีท่าทีรังเกียจ สุขภาพของไซคในปัจจุบันมีปัญหาเรื่องต่อม น้ำเหลืองโต ไอ และติดเชื้อวัณโรค ต้องมารักษาที่โรงพยาบาลเป็นประจำทุกเดือน ซึ่งก่อนหน้าที่จะล้มป่วยเขามีอาชีพค้าขายเสื้อผ้า หลังจากออกจากโรงพยาบาลเขาไม่ได้ กลับไปทำอีก แต่ได้ช่วยเหลืองานภายในบ้าน โดยทำหน้าที่เป็นพ่อบ้านให้กับพี่น้องในบ้าน เนื่องจากทุกคนต่างต้องทำงานนอกบ้านกันหมด

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ไซค พูดคุยเกี่ยวกับเรื่องการเจ็บป่วยของตนเองด้วยน้ำเสียงสิ้นหวัง และก้มหน้าตลอด ท่าทางใจเย็น พูดเรื่อย ๆ สีหน้าเป็นกังวลอย่างเห็นได้ชัดเมื่อผู้วิจัยถามถึง การต้องพึ่งพาญาติพี่น้องเมื่อเจ็บป่วย

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลเกี่ยวกับอาการการเจ็บป่วยของตนเอง กลัวว่าจะเป็นภาระให้กับครอบครัว ในช่วงที่ป่วยหนักจนช่วยเหลือตนเองไม่ได้ กังวลเกี่ยวกับปัญหาค่าใช้จ่ายที่ต้องพึ่งครอบครัว

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ไซค บอกว่าเขาเองไม่ค่อยวิตกกังวลต่อการตายนัก ประเด็นที่เขากังวลคือ การที่ตนเองต้องเป็นภาระให้กับครอบครัวต้องดูแลก่อนตายมากกว่า เขาเล่าถึงความตายว่า "ช้าเร็วแม้ไม่ได้ป่วยทุกคนก็ต้องตาย ทุกคนต้องเสียชีวิตด้วยกันทั้งนั้น คิดอย่างนี้แล้ว ผมก็สบายใจ"

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคล เพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นเพื่อเสริมการมีคุณค่าและภาคภูมิใจ ในเรื่องการทำที่ได้ทำงานช่วยเหลือแบ่งเบาภาระในครอบครัว ถึงแม้ว่าเขาจะมีปัญหาสุขภาพอยู่บ้างก็ตาม และให้กำลังใจโดยยกประเด็น ในเรื่องการทำที่คนในครอบครัวให้การดูแลช่วยเหลือไม่ทอดทิ้ง เป็นที่พึ่งสำหรับเขาได้ ถึงแม้ว่าเขาเองคิดว่าตนเองจะเป็นภาระให้กับครอบครัวก็ตาม แต่ครอบครัวทุกคนต่างก็เต็มใจที่จะให้ความช่วยเหลือ ไม่ได้รู้สึกว่าเป็นภาระระยะหลังสุดที่พบกับโชคอีกครึ่ง เขาดูแลสุขภาพแข็งแรงขึ้นและมารับยาตามที่หมอนัดทุกครั้ง เขาได้พูดคุยกับครอบครัวมากขึ้น ในเรื่องความกังวลของตนเอง ซึ่งเขาบอกว่าพี่น้องและแม่ต่างก็เป็นห่วงเขาและเต็มใจช่วยเหลือเขาทุกคน

.....

นายสุรพงษ์ พงษ์เมธากุล (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

สุรพงษ์ อายุ 35 ปี เป็นคนกรุงเทพฯ ทราบว่าตนเองได้รับเชื้อเอดส์มาตั้งแต่ปี 2535 ซึ่งเขาเล่าว่า เขาได้เที่ยวหญิงบริการอย่างหนักหลังจากที่หย่าขาดจากภรรยา และคิดว่าคงจะได้รับเชื้อหลังจากที่เขาหย่าจากภรรยาแล้วนั่นเอง สุรพงษ์มีบุตร 1 คน ซึ่งภรรยาเข้าไปอยู่ด้วยและในระยะหลังก็ไม่ได้ติดต่อกับภรรยาอีกเลย ปัจจุบันเขาอยู่คนเดียวที่บ้านของตนเองหลังหนึ่ง โดยขาดการติดต่อกับญาติพี่น้องคนอื่น ๆ ซึ่งเขาเองบอกว่าไม่ทราบว่าจะไปอยู่ที่ไหนกันบ้าง เขาเองมีรายได้จากการรับซื้อขายพลอย โดยรับมาจากนายหน้าอีกทอดหนึ่ง ระยะหลังสุขภาพร่างกายทรุดโทรมลงมาก มีผลต่อการได้รับความเชื่อถือนอกจากลูกค้า จึงไม่ได้ทำงาน แต่ก็เลี้ยงชีพตนเองด้วยเงินที่ได้สะสมไว้ อาการเจ็บป่วยของเขาในปัจจุบัน มีอาการผิวดำคล้ำลงมากและติดเชื้อไวรัส โรค หลง ๆ ลืม ๆ พร้อมทั้งมีปัญหาเรื่องเชื้อราที่ปาก ทำให้ทานอาหารที่มีรสจัดไม่ได้ ร่างกายอ่อนเพลียไม่มีเรี่ยวแรง เรื่องการติดเชื้อและการป่วยไม่มีใครทราบ นอกจากตัวเขาคนเดียว

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ในการพูดคุยกับผู้วิจัย สุรพงษ์ ดูสีหน้ายิ้มแย้ม ไม่มีความหวัง และกระวนกระวายใจอยู่ตลอดเวลา ผลตุลุกผลตุนั่ง จนผู้วิจัยต้องบอกให้เขานั่งด้วยท่าที่สบายและให้เวลากับการพูดคุยปรึกษา แต่สุรพงษ์ไม่ค่อยมีสมาธิในการพูด ประเด็นวกไปวนมา บางครั้งก็มึนงง และน้ำตาไหล ซึ่งผู้วิจัยต้องใช้ความอดทนและใจเย็นอย่างมากในการพูดคุย

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลกับอาการการเจ็บป่วยของตนเอง กลัวว่าจะ ไม่มีคนดูแลในระยะที่ตนเองป่วยหนัก กังวลกับค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาตนเอง กลัวว่าคนอื่นรู้จะรังเกียจ

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ในประเด็นความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย สุรพงษ์ บอกว่าตนเองอยากใช้ชีวิตไปเลย กลัวจะทรมาณก่อนตายและไม่มีคนบ้วนข้าวบ้วนน้ำ กลัวว่าตนเองจะต้องตายอย่างโดดเดี่ยว ไร้ญาติขาดมิตร มีความคิดอยากฆ่าตัวตายเพื่อให้รอดพ้นจากความทุกข์ทรมานทางด้านร่างกายและจิตใจ อยากหาสถานที่ที่จะให้ความช่วยเหลือระยะสุดท้าย

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นในเรื่อง สถานที่ให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่มีญาติที่จะให้ความช่วยเหลือและดูแล เพื่อส่งเสริมการมีความหวังและกำลังใจนอกจากนี้ได้ยกประเด็นเพื่อเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง ในเรื่องความอดทนต่อสู้กับการเจ็บป่วยของเขา โดยชื่นชมที่ได้ดูแลตนเองมาตลอดเป็นระยะเวลากว่า 3 ปี ซึ่งสื่อให้เห็นความอดทน อดกลั้น และการต่อสู้ชีวิต ถึงแม้ว่าเขาจะ ไม่มีใครที่จะช่วยเขาเลยก็ตาม ซึ่งครั้งหลังสุดที่พบกับผู้วิจัยสุรพงษ์บอกว่าตนเองได้ไปติดต่อสถานที่ ที่ให้การช่วยเหลือผู้ป่วยในระยะสุดท้ายไว้แล้วแต่เจ้าหน้าที่เขาบอกว่า สุรพงษ์ ยังแข็งแรงช่วยเหลือตนเองได้อยู่ ยังไม่จำเป็นต้องเข้าไปอยู่ที่นั่น อย่างไรก็ตามเขาเองก็ยังมีความวิตกกังวลสูงอยู่ ซึ่งในราย สุรพงษ์ อาจจะต้องใช้ระยะเวลาในการดูแลรักษาอาการการเจ็บป่วย ทั้งทางร่างกายและจิตใจเป็นระยะเวลาที่ต่อเนื่องยาวนาน เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลาย

คลายความวิตกกังวลมากกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

.....

นายเอนก ประทีปสว่าง (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

เอนก ภูมิลำเนาอยู่จังหวัดพัทลุง อายุ 35 ปี แต่งงานแล้ว และมีบุตร 2 คน
 ชีวิตการมีครอบครัวของเขา ไม่ค่อยราบรื่นนัก เพราะหลังจากแต่งงานแล้วเขาได้หา
 ภรรยาหลงมาจากทางเหนือ เพื่อกลับไปอยู่กับครอบครัวของเขา ต่อมาภรรยา มีเรื่อง
 ทะเลาะกับแม่ของเขาเอง และแม่ได้ยื่นคำขาดให้เอนกหย่าขาดจากภรรยา โดยให้เขา
 รับลูกไว้ แต่เอนกขัดความประสงค์ของแม่ โดยการอพยพโยกย้ายครอบครัวกลับไปอยู่กับ
 ญาติทางฝ่ายภรรยาที่จังหวัดเชียงใหม่ โดยก่อนออกจากบ้าน แม่ของเขาบอกว่าไม่ให้
 กลับมาอยู่ที่บ้านอีกถ้าเขาเป็นอะไรไป ไปอยู่ทางเหนือได้ 5 ปี เอนกต้องหย่าขาด
 จากภรรยาและใช้ชีวิตร่อนเร่ไปมากับเพื่อนฝูง โดยมีอาชีพขับรถบรรทุกระหว่างกรุงเทพฯ
 ภาคอีสาน และภาคเหนือ ระยะหลังสุขภาพอ่อนแอลงและพบว่าตนเองมีอาการป่วย
 ด้วยโรคเอดส์ ไม่สามารถทำงานหนักได้ จึงกลับมาอยู่ทางภาคใต้ที่จังหวัดหนึ่ง
 โดยขอเช่าไปอยู่อาศัยที่วัดกับหลวงพ่อดังหนึ่งซึ่งเป็นญาติห่าง ๆ อาการเจ็บป่วย
 ของเขาในปัจจุบันจะมีผื่นคันขึ้นตามร่างกายเรื้อรัง รักษาไม่หายขาด โดยเฉพาะเมื่อ
 อากาศร้อน มีเหงื่อออก หรือร่างกายโดนลมพัดจัด ๆ จะคันและทรมานมาก นอกจากนี้
 ยังมีอาการไอเรื้อรัง อ่อนเพลียไม่มีแรง ต้องเดินทางขึ้นลงระหว่างภาคใต้กับกรุงเทพฯ
 ทุกเดือน เพื่อมารับยาและตรวจรักษาตามที่หมอนัด เรื่องการติดเชื้อและการป่วยเขาเอง
 ไม่ได้บอกให้ใครทราบ

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ในการพูดคุยกับผู้วิจัย เอนก มีสีหน้าค่อนข้างเศร้า ท้อแท้ บางครั้งน้ำตาซึม
 ต้องกลืนสะอื้น แหวงตาคู่อ่อนล้า ช่วงที่พูดคุยเมื่อเล่าถึงชีวิตตนเองน่าเสียดายสิ้นเครื่องตลอด

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลกับการเจ็บป่วยของตนเอง รักษาไม่หายขาดเป็น ๆ หาย ๆ กังวลกับกับค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาตนเอง เพราะไม่สามารถทำงานได้ ถ้าทำงานใช้แรงมีเหงื่อออกจะทำให้เกิดอาการคันตามผิวหนัง กลัวว่าจะไม่มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย กลัวว่าคนอื่นรู้จะรังเกียจและทำให้ตนเองไม่มีที่อยู่

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

เอนก ไม่ได้กังวลกับการเสียชีวิตของตนเองมากนัก ประเด็นที่เป็นความกังวลจะเป็นเรื่อง อาการเจ็บป่วยของตนเองมากกว่า กลัวว่าตนเองจะไม่มีที่อยู่และคนดูแล มีความคิดอยากฆ่าตัวตายเพื่อให้พ้นจากปัญหาที่ทำให้กังวลใจต่าง ๆ ยังหาทางออกกับชีวิตไม่ได้ว่าตนเองจะอยู่อย่างไรต่อไป มีความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง ไม่รู้ว่าตนเองจะมีชีวิตอยู่ไปเพื่ออะไร

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัย ได้ยกประเด็นในเรื่องลูก เพื่อส่งเสริมกำลังใจและความหวังให้เอนก ดูแลรักษาสุขภาพตนเอง ซึ่งเขาเองบอกว่า อยากพบลูกสักครั้งเพราะไม่ได้พบหน้าเป็นเวลาถึง 3 ปีแล้ว นอกจากนี้ยังได้ยกจุดที่ดีในชีวิตของเขาที่เขาผ่านประสบการณ์การต่อสู้ชีวิตมาหลายรูปแบบ และการผ่านพ้นอุปสรรคในชีวิตมาจนกระทั่งถึงปัจจุบัน เพื่อส่งเสริมความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยพบกับ เอนก ครั้งสุดท้ายดูเขามีสุขภาพดีขึ้น เขาถามถึงรายละเอียดของสถานที่ ที่จะให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยในระยะสุดท้าย และเล่าให้ฟังถึงการที่ตนเองได้ช่วยเหลืองานวัดหลาย ๆ อย่าง และบอกว่าการที่ได้ทำงานอยู่ตลอดทำให้ไม่คิดมากและฟุ้งซ่าน พร้อมทั้งบอกว่าถ้าเขาเป็นอะไรไปคงมีสถานที่ที่จะช่วยเหลือเขาได้

.....

นายชาญชัย แซ่ลี (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

ชาญชัย อายุ 35 ปี เป็นชาวกรุงเทพมหานคร รู้ผลเลือกว่าตนเองได้รับเชื้อเอ็ดส์ 2 สัปดาห์ ก่อนที่จะพบกับผู้วิจัย เขาบอกกับผู้วิจัยว่าเมื่อประมาณ 6-7 ปีก่อน เขาเที่ยวผู้หญิงโชกโชกมาก เคยเป็นกามโรคเกือบทุกชนิด และรักษาแล้วก็หาย ระยะเวลาหลัง ๆ พอมีเรื่องโรคเอ็ดส์เขาไม่ได้เที่ยวอีกเลย ปัจจุบันชาญชัยทำงานอยู่โรงงานอุตสาหกรรมทอผ้าแห่งหนึ่ง ซึ่งต้องหยุดงานเพื่อมารับการรักษาอาการเจ็บป่วยที่โรงพยาบาลอย่างต่อเนื่องทุก ๆ เดือน อาการเจ็บป่วยปัจจุบัน ชาญชัย มีปัญหาเรื่องน้ำหนักตัวลดลงมาก เป็นไข้ต่ำ ๆ อยู่ตลอด และติดเชื้อวัณโรค เรื่องการติดเชื้อและการป่วย ชาญชัยยังคงบกปิดไม่ให้ใครรับทราบ

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ผู้วิจัยพบและพูดคุยกับ ชาญชัย ครั้งแรก เขามีท่าทางกังวลกับสุขภาพการเจ็บป่วยของเขามาก จะพูดอยู่ตลอดเวลาและถามคำถามวกไปวนมาในประเด็นเดิม ๆ ผู้ป่วยมักจะพูดว่าตนเองไม่กลัว แต่ความรู้สึกมีความวิตกกังวลกับอาการของตนเองมาก

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลกับอาการอาการเจ็บป่วยของตนเอง กลัวการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย กลัวว่าตนเองและครอบครัวจะถูกรังเกียจถ้าคนอื่นทราบ กังวลเรื่องค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาตนเอง กังวลว่าตนเองจะเป็นภาระให้กับครอบครัวเมื่อเจ็บป่วย

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ชาญชัย ไม่ได้วิตกกังวลเกี่ยวกับการที่จะต้องเสียชีวิต ประเด็นที่เขาเองกังวลมาก ๆ จะเป็นเรื่องกลัวสภาพร่างกายตนเองจะเปลี่ยนไปมากเมื่อเจ็บป่วย จนทำให้ใจยอมรับสภาพเช่นนั้นไม่ได้มากกว่า นอกจากนี้ยังกลัวความทรมาณเจ็บปวดของร่างกายก่อนตาย ซึ่งเมื่อถึงตอนนั้นเขาเองอาจจะหลบหน้าผู้คนไปเลย และหาสถานที่ที่จะใช้ชีวิตในบั้นปลายอย่างไรก็ตามเขาบอกว่าครอบครัวคงไม่ทอดทิ้งเขา

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ส่งเสริมการมีความหวังและกำลังใจ โดยยกประเด็นเรื่องครอบครัวยังเป็นสิ่งที่ได้ถ้าเขาเป็นอะไรไป และได้ส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเอง โดยชี้ให้เห็นบทบาทของเขาที่รับผิดชอบตนเองได้ และมีรายได้เป็นของตนเอง พร้อมทั้งช่วยเหลือจนเจือครอบครัวด้วย ถึงแม้ว่าเขาเจ็บป่วยก็ช่วยเหลือตนเองในเรื่องค่าใช้จ่ายได้ และได้พูดประเด็นในเรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง การรักษาตามอาการ การที่เขาได้เลิกเหล้า บุหรี่ เพื่อสุขภาพของตัวเอง เขาเอง ผู้วิจัยได้พบผู้ป่วยครั้งสุดท้ายในอีก 3 เดือนต่อมา เขาพูดคุยด้วยสีหน้ายิ้มแย้มและบอกว่าตนเองสุขภาพดีขึ้น ตอนนั้นยังลังเลใจอยู่ว่าจะตัดสินใจบอกครอบครัวดีหรือไม่ ซึ่งคนที่เขาคิดว่าจะบอกคนแรกคือ พี่ชาย เพราะเป็นคนใกล้ชิดเขามากที่สุด

.....

นายวิเชียร ฤทธิดำรง (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

วิเชียร อายุเพียง 24 ปี มาโรงพยาบาลเนื่องจากประสบอุบัติเหตุขับรถมอเตอร์ไซด์ชนกับรถนั่งส่วนบุคคล จนศีรษะแตกและต้องเย็บแผล แพทย์ที่โรงพยาบาลได้ตรวจเลือดพบว่าเขาติดเชื้อเอดส์ ซึ่งเขาบอกว่าระยะหลัง ๆ เขาเองก็เป็นไข้ต่ำ ๆ และไอเรื้อรังมา 2-3 เดือนแล้ว ผู้วิจัยเป็นคนแจ้งผลเลือดกับเขา วิเชียร มีภูมิลำเนาอยู่จังหวัดเพชรบูรณ์ และทางพ่อแม่พร้อมทั้งตัวเขา ได้มารับจ้างทำงานก่อสร้างที่บริษัทรับเหมาก่อสร้างแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ เป็นระยะเวลาประมาณ 8 เดือนแล้ว การติดเชื้อและการป่วยของเขายังไม่ได้บอกให้ใครทราบ

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

เมื่อผู้วิจัยบอกผลเลือดครั้งแรก วิเชียร หน้าซีดและมีท่าทางตกใจ ไม่ค่อยพูด และก้มหน้าตลอดเวลา มีท่าทีปฏิเสธที่จะพูดคุยกับผู้วิจัย จนในระยะต่อมาเมื่อพบกับผู้วิจัย

อีกครั้ง เขาได้เล่าถึงความกังวลใจ ด้วยท่าทางครุ่นคิดและสีหน้าดูว่าวุ่นสับสน คิ้วขมวดอยู่ตลอดเวลา

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลเรื่องอาการที่จะเกิดขึ้น กังวลว่าตนเองและครอบครัวจะถูกรังเกียจถ้าคนอื่นทราบ กังวลเรื่องการอยู่ร่วมกับครอบครัว กลัวว่าถ้าครอบครัวจะเสียใจ

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ประเด็นความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย ในรายของวิเชียร เขาเองไม่ได้กังวลมากนัก เพียงอยากทราบว่าตนเองจะอยู่ได้นานกี่ปีหรือไม่เท่านั้น ซึ่งคำตอบในประเด็นนี้ ไม่สามารถกำหนดแน่นอนชัดเจนได้

การสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

จากความรู้สึกท้อใจของเขามือต่อแม่และครอบครัว ผู้วิจัยได้ยกประเด็นดังกล่าวเพื่อเสริมกำลังใจให้ วิเชียร ดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อจะได้ทำงานหารายได้ช่วยเหลือตนเองและครอบครัว และบอกว่าถ้าเขาดูแลสุขภาพตนเอง อาการเจ็บป่วยคงจะไม่เกิดเร็วมากนัก ในการพบกับ วิเชียร ครั้งสุดท้าย เขาได้บอกกับผู้วิจัยว่าก่อนที่จะเป็นอะไรไป เขาอยากจะทำบุญให้แม่ที่วัดบ้านเกิดของเขา โดยเขาจะปรึกษากับครอบครัวอีกครั้งซึ่งความคิดและการตัดสินใจดังกล่าว ผู้วิจัยได้ยกขึ้นเป็นประเด็นพูดคุยเพื่อให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเองด้วย

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นายต่อศักดิ์ มานะดี (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

ต่อศักดิ์ อายุ 33 ปี มาพบกับผู้วิจัย ในสภาพที่ร่างกายอ่อนแอมาก จนไม่สามารถจะเดินด้วยตนเองได้ต้องมีคนช่วยพยุง เขาเข้ารับการรักษาอยู่โรงพยาบาลที่ติดผู้

ป่วยในได้ 3 สัปดาห์แล้ว แต่สุขภาพก็ยังทรงตัว อาการของเขาติดเชื้อแทรกซ้อนหลายระบบของร่างกาย เช่น ลื่นเป็นผ้าเนื่องจากเชื้อรา ปอดอักเสบ และมีอาการคันคันตามร่างกายและยังมีอาการไอเรื้อรังเนื่องจากการติดเชื้อวัณโรค สภาพร่างกายผ่ายผอมมากจนเกือบเหลือแต่กระดูก ต่อศักดิ์ รับประทานยาตนเองได้รับเชื้อเอดส์ตั้งแต่ช่วงที่เขาได้รับการเกณฑ์ทหาร เมื่อปี 2534 หลังจากทราบผลเลือด ก็ปฏิเสธตนเองเรื่อยมาว่าคงไม่ใช่ไม่เป็นความจริง ระยะเวลา ๗ มีเพื่อนที่เคยเป็นทหารเกณฑ์ด้วยกันป่วยและเสียชีวิตด้วยโรคเอดส์หลายคนรวมทั้งสุขภาพของต่อศักดิ์เองก็ทรุดลงเรื่อย ๆ หลังจากออกจากทหารเกณฑ์ เขากลับมาอยู่ที่บ้านและช่วยครอบครัวทำสวน จนกระทั่งล้มป่วยหนักต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ซึ่งในช่วงที่ป่วยแม่และพี่สาวได้ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันมาเฝ้าดูแลอยู่ตลอดเวลา

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ช่วงที่พูดคุยกับผู้วิจัย ต่อศักดิ์ ไม่มีท่าทีกระวนกระวายใจ ดูเหมือนกับคนที่ยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นได้ แต่สีหน้าดูซึมเศร้า บางครั้งก็พูดถึงตนเองด้วยความยิ้มแย้ม เมื่อพูดถึงแม่ ต่อศักดิ์ ถึงกับน้ำตาคลอและเสียงสั่นเครือ

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

ไม่อยากให้ครอบครัวทราบกลัวว่าจะรับไม่ได้และเสียใจ กลัวคนอื่นรู้และจะรังเกียจ เป็นห่วงเรื่องค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาตนเอง กังวลว่าตนเองยังไม่ได้ช่วยเหลือครอบครัวอย่างเต็มที่ทั้ง ๆ ที่เป็นลูกชายคนเดียวในบ้าน

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ต่อศักดิ์ บอกว่า เคยคิดอยากฆ่าตัวตาย โดยการใช้ปืนยิงกรอกปากตนเองในระยะแรก ๆ ที่เริ่มเจ็บป่วยจะคิดวนเวียนอยู่กับความตายอยู่เรื่อย ๆ กลัวการที่จะต้องเสียชีวิตและการเปิดเผยสภาพการเจ็บป่วยของตนเอง ระยะเวลา ๗ ปรับใจยอมรับสภาพได้โดยใช้หลักธรรมะเข้ามามีจิตใจ คิดว่าทุกคนก็ต้องตาย เชื่อว่าตนเองเกิดมาเพื่อใช้กรรม พร้อมทั้งคิดว่าการฆ่าตัวตายเป็นบาป และบอกกับผู้วิจัยว่าเขาพร้อมที่จะตายแล้วเพียงแต่รอระยะเวลาเท่านั้น ที่เป็นห่วงมาก ๆ คือ กลัวว่าแม่จะเสียใจกับการจากไป

ของเขา เพราะครอบครัวของเขาเพิ่งประสบกับการสูญเสียน้องสาวของเขา ไปเมื่อปีที่แล้วนี้เอง

วิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ให้ ต่อดักดี พูดถึงการกระทำหรือสิ่งที่ตนเองภาคภูมิใจและรู้สึกว่าเป็นคุณค่าในตนเอง เขาบอกว่าการที่ได้บวชทดแทนคุณพ่อแม่ เป็นสิ่งที่เขาภาคภูมิใจที่สุด ผู้วิจัยได้ยกประเด็นดังกล่าวเพื่อให้กำลังใจ และส่งเสริมความภาคภูมิใจดังกล่าว พร้อมทั้งยกประเด็นในเรื่องการที่เขามีโอกาสช่วยเหลือประเทศชาติ โดยชีวิตช่วงหนึ่งเคยเป็นทหาร เพื่อเป็นการเสริมคุณค่าในตนเองด้วย ช่วงที่ผู้วิจัยสะท้อนประเด็นดังกล่าวสังเกตว่า ต่อดักดี ยิ้มด้วยความดีใจและแววตาเป็นประกาย พร้อมทั้งกล่าวว่าชีวิตของเขา เขาได้ทำอะไรหลาย ๆ อย่างที่มีคุณค่าและรู้สึกดีใจ ผู้วิจัยได้พบกับผู้ป่วยครั้งสุดท้ายก่อนที่เขาจะเสียชีวิต 1 สัปดาห์ โดยได้พูดคุยกันหลายเรื่อง ประเด็นที่เขายากจะบอกให้แม่ทราบมากที่สุดก็คือ เขาไม่อยากจะให้แม่เสียใจกับการจากไปของเขา และให้จัดงานศพของเขาอย่างประหยัดที่สุด เพราะเขารู้ว่าครอบครัวของเขาไม่ค่อยมีเงินมากนัก ซึ่งเมื่อผู้วิจัยได้พบกับแม่ของ ต่อดักดี ก็ได้บอกข้อความดังกล่าวเพื่อตอบสนองความต้องการของเขา และไม่ได้เปิดเผยสภาพการติดเชื้อและการป่วยของเขากับครอบครัว ซึ่งในรายชื่อของต่อดักดี เรื่องการเสียชีวิตด้วยโรคเอดส์ของเขา ยังเป็นความลับ ไม่มีใครในครอบครัวของเขาทราบ จนกระทั่งวาระสุดท้ายที่เขาจากไป

.....

นายประภิต ทับแสง (นามสมมติ)

ประวัติส่วนตัว

ประภิต อายุเพียง 25 ปี เข้ามาพบกับผู้วิจัยเพื่อมารับฟังผลการตรวจเลือดเอดส์ ที่เขาต้องตรวจเพราะจะไปทำงานที่ประเทศไต้หวัน โดยภูมิลำเนาของเขายู่จังหวัดบุรีรัมย์ ประภิตเล่าให้ฟังถึงความเสี่ยงต่อการติดเชื้อของเขาว่า เขาเคยเที่ยว

หญิงบริการแต่นับครั้งได้ ไม่คิดว่าตนเองจะได้รับเชื้อ ปัจจุบันเขาอยู่กับแม่ ญาติพี่น้องคนอื่น ๆ แต่งงานแยกครอบครัวไปหมด ประคิดแล้วว่าเขาเคยใช้ยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น แต่ไม่เคยใช้ร่วมกับใคร ต่อมาได้ตัดสินใจเลิกเพราะสงสารแม่ ช่วงที่เลิกเป็นช่วงที่ทรมาณมาก จะมีอาการอยากยาและปวดกระดูก จนแม่ต้องมาช่วยนวดตัวอยู่ตลอดเวลา ซึ่งจากประสบการณ์ดังกล่าวทำให้ประคิดรู้สึกว่ามีแม่รักเขามาก อาการเจ็บป่วยในปัจจุบัน ประคิดมีปัญหาเรื่องเป็นผื่นคันที่ผิวหนังเท่านั้น เรื่องการติดเชื้อของตนเองเขาไม่ได้บอกให้ใครทราบ

บุคลิกภาพโดยทั่วไป

ช่วงที่รับรู้ผลเลือด ประคิดหน้าซีดและใช้มือปิดหน้าตลอดเวลา เขาบอกว่ารู้สึกใจสั้น หน้ามืดจะเป็นลม คิดอะไรไม่ออก มันคือไปหมด และถามย้อยู่ตลอดเวลาว่า "ใช่แน่หรือเปล่า" ครั้งต่อมาที่พบกันเขาดูท่าทางผ่อนคลายขึ้นบ้าง แต่สีหน้ากังวลครุ่นคิด เมื่อผู้วิจัยถามถึงว่าจะดำเนินชีวิตต่อไปอย่างไร

ประเด็นปัญหาความวิตกกังวล

กังวลกับอาการที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง กลัวว่าตนเองจะเป็นภาวะที่แม่ต้องดูแล เมื่อเจ็บป่วย กลัวแม่จะเสียใจถ้ารู้ความจริง กลัวว่าตนเองจะถูกรังเกียจถ้ามีคนทราบ

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย

ประคิดแล้วว่า ก่อนหน้านั้นเขาไม่เคยคิดเกี่ยวกับความตายเลย หลังจากทราบผลเลือดมันเหมือนกับความตายมาอยู่ตรงหน้า มีความคิดวนเวียนอยู่แต่เรื่องว่าตนเองจะต้องตาย และอยู่เพื่อรอวันตาย ไม่มีกระจัดกระใจที่จะทำอะไร ไม่มีความหวัง มีชีวิตอยู่ไปวัน ๆ และครุ่นคิดหวาดกลัวกับสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลังอยู่ตลอดเวลา

การสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อผ่อนคลายความวิตกกังวล

ผู้วิจัยได้ยกประเด็นที่ ประคิด รักและห่วงใยแม่ เพื่อเป็นประเด็นในการเสริมสร้างกำลังใจและความหวัง โดยชี้ให้เห็นว่าเขาเองยังมีเวลาที่จะทำอะไรเพื่อตอบแทนความรักของแม่อีกนาน อาการเจ็บป่วยของเขายังไม่มากจนถึงกับไม่สามารถทำ

อะไรไม่ได้ ถ้าเขามีชีวิตอยู่โดยรอวันตาย ก็ไม่สามารถบอกได้ว่าความตายจะมาถึงเมื่อไหร่ สิ่งที่เขาจะต้องทำในช่วงนี้มีมากมายที่จะเป็นการช่วยเหลือแม่และครอบครัว ซึ่งต่อมาเมื่อพบกับ ประภิต ครั้งสุดท้ายเขาบอกว่า เขาจะไม่ไปทำงานที่ไหนจะอยู่กับแม่และคุณแลแม่อยู่ที่บ้าน พร้อมทั้งมีความคิดที่จะลงทุนเลี้ยงไก่ เพื่อหารายได้และมีกิจกรรมทำไม่ใหตนเองต้องคิดฟุ้งซ่าน

.....



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติผู้เขียน

นายชาคริต สุตสายเนตร เกิดเมื่อวันที่ 30 กันยายน 2506 ที่อำเภอห้วยแถลง จังหวัดนครราชสีมา จบการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วิชาเอก ภาษาอังกฤษและจิตวิทยาการให้คำปรึกษาแนะแนว เมื่อปี พ.ศ. 2529 ต่อมาได้ทำงานเป็นเจ้าหน้าที่ฝึกอบรมและให้การปรึกษา ผู้ติดเชื่อและผู้ป่วยเอดส์ ที่ศูนย์ปรึกษาสุขภาพแอดเซส ซึ่งเป็นหน่วยงานองค์กรพัฒนาเอกชน และเข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโทที่คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อ พ.ศ. 2537 จนจบการศึกษาได้รับปริญญาโทนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต เมื่อ พ.ศ. 2539



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย