

ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกด้อยค่า
จากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
ปีการศึกษา 2556

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตที่ส่งมาที่ศูนย์วิทยานิพนธ์ ที่ส่งมาทางบัณฑิตวิทยาลัย
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

THE EFFECT OF THE GAY AFFIRMATIVE COUNSELING GROUP ON INTERNALIZED
HOMOPHOBIA OF HOMOSEXUAL MEN

Mr. Rattanakorn Ratanashevorn

The logo of Chulalongkorn University, featuring a central emblem with a sunburst and a tiered structure, set against a light background.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็น
ตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศ
เดียวกันของชายรักชาย

โดย

นายรัตนกร รัตนชีวร

สาขาวิชา

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

.....คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โคตรจรัส)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังขการ)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เก็จกนก เอื้อวงศ์)

รัตนกร รัตนชีวร : ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย. (THE EFFECT OF THE GAY AFFIRMATIVE COUNSELING GROUP ON INTERNALIZED HOMOPHOBIA OF HOMOSEXUAL MEN) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: ผศ. ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ , 130 หน้า.

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยแบบกึ่งทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทดสอบคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันช่วงก่อนและหลังการทดลอง ผู้ร่วมการวิจัยคือชายรักชายที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลจำนวน 32 คน มีอายุเฉลี่ย 26.84 ปี ($SD = 4.96$) ผ่านทางการรับสมัครในเว็บบอร์ดและสมาคมเฉพาะกลุ่มตามความสมัครใจ โดยถูกแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คนโดยการสุ่ม ระยะเวลาในการดำเนินกลุ่มรวมประมาณ 12 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายในกลุ่มทดลองช่วงหลังการทดลองต่ำกว่าคะแนนในช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)
2. คะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายในกลุ่มทดลองต่ำกว่าคะแนนของชายรักชายในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ในช่วงหลังการทดลอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สาขาวิชา จิตวิทยา
ปีการศึกษา 2556

ลายมือชื่อนิติ _____
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก _____

5378329138 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: GAY-AFFIRMATIVE COUNSELING / GROUP COUNSELING / INTERNALIZED HOMOPHOBIA / GAY MEN

RATTANAKORN RATANASHEVORN: THE EFFECT OF THE GAY AFFIRMATIVE COUNSELING GROUP ON INTERNALIZED HOMOPHOBIA OF HOMOSEXUAL MEN. ADVISOR: ASST. PROF. DR. KANNIKAR NOLRAJSUWAT, 130 pp.

This study aimed to examine the effectiveness of gay-affirmative counseling group on Internalized Homophobia (IH) of Thai gay men. The pretest-posttest control group experimental design was employed. Participants were 32 Thai gay men (mean age = 26.84, *SD* = 4.96). They were recruited from a specific gay web board and community-based organization and randomly assigned into 2 experimental groups and 2 control groups of 8 people. The duration of group participation was about 12 hours in total. Instruments were the gay-affirmative counseling group and the IH questionnaire. Findings revealed:

1. IH scores of the gay men in the experimental group were significantly lower ($p < .01$) at posttest when compared to those at the pretest.

2. IH scores of the gay men in the experimental group were significantly lower than those in the control group ($p < .05$) after the group counseling participation.



Field of Study: Psychology

Student's Signature

Academic Year: 2013

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์สำหรับช่วงเวลาแสนพิเศษตั้งแต่ในสมัยที่ข้าพเจ้ายังเรียนปริญญาตรีที่คอยดูแล ให้ความรู้ความเข้าใจในศาสตร์จิตวิทยาการศึกษา ให้คำแนะนำด้วยความหวังดี เชื่อมมั่นในศักยภาพและความสามารถของข้าพเจ้า คอยให้กำลังใจในยามที่รู้สึกท้อและท้อแท้ วิทยาลัยนิพนธ์ฉบับนี้คงไม่สามารถสำเร็จลุล่วงหากไม่มีอาจารย์ที่ปรึกษาที่คอยผลักดันและสนับสนุนข้าพเจ้าเช่นนี้ รักและเคารพอาจารย์ยิ่ง

ขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร. อริญญา ตัญคำภีร์ที่คอยชี้แนะข้าพเจ้าในศาสตร์จิตวิทยาการศึกษาแนวอัตถิภาวนิยมในฐานะอาจารย์นิเทศก์และผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำแนะนำแก่ข้าพเจ้าทั้งเรื่องการปรึกษาเชิงจิตวิทยา การวิจัย มาตรฐาน และการนำเสนอผลงาน อีกทั้งยังเป็นผู้จุดประกายแรงบันดาลใจและโอกาสให้แก่ข้าพเจ้าเสมอๆ ข้าพเจ้ารู้สึกขอบคุณใจที่มีอาจารย์อยู่เคียงข้าง

ขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุลสำหรับคำชี้แนะต่างๆ ที่มีให้ข้าพเจ้า รองศาสตราจารย์ ดร. โสริช โปธิแก้ว ผู้จุดประกายไฟในการปฏิบัติงานในฐานะนักจิตวิทยาการศึกษาให้แก่ข้าพเจ้า อาจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และอาจารย์ ดร. ณิชสุตา เต็มพันธ์สำหรับความหวังใจที่มีให้แก่ข้าพเจ้า อาจารย์สุภรณ์ แซ่ตระกูล ผู้คอยดูแล คอยให้คำแนะนำ เป็นห่วงเป็นใยและใส่ใจข้าพเจ้ามาตลอดช่วงเวลาที่ข้าพเจ้าได้เรียนรู้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ณ โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เก็จกนก เอื้อวงศ์ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบคุณคุณบรมวุฒิ ถนอมวงษ์ สำหรับความช่วยเหลือในการหาผู้ร่วมการวิจัยประชาสัมพันธ์ และสนับสนุนอื่นๆ ข้าพเจ้ายังจำได้ถึงคำที่กล่าวที่ว่า ไม่มีการให้ใดยิ่งใหญ่กว่าการให้ความรู้หรือการศึกษา และคุณธนชัย ชัยสาธิตจากสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย สำนักงานกรุงเทพฯ ที่เล็งเห็นประโยชน์ในงานวิจัยของข้าพเจ้าและช่วยเหลือข้าพเจ้าในขั้นตอนการประชาสัมพันธ์จนได้มาซึ่งผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยนี้ และขอขอบคุณผู้ร่วมการวิจัยทุกคนทั้งสมาชิกกลุ่มศึกษาทดลองและกลุ่มตัวอย่างที่สละเวลาให้งานชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ทุกท่านเปรียบเหมือนตाराในชีวิตจริงให้แก่ข้าพเจ้า หากขาดความช่วยเหลือและร่วมมือเหล่านี้ คงไม่มีกลุ่มการศึกษาสำหรับงานวิจัยนี้

ขอขอบคุณรุ่นพี่และเพื่อนๆ ในสาขาวิชาจิตวิทยาทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและกำลังใจแก่ข้าพเจ้าในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะเพื่อนๆ ในรุ่น 26 ทุกๆ คนที่ผ่านหยตน้ำตา ผ่านการเข้าร่วมกลุ่มและผ่านการพัฒนาตนเองมาด้วยกัน เพื่อนๆ ในรุ่นทุกคนทำให้ประสบการณ์ในช่วงเวลา 4 ปีในระดับปริญญาโทของข้าพเจ้าเปี่ยมด้วยสีสัน มีชีวิตชีวา และมีความหมาย ตราตรึงอยู่ในจิตใจข้าพเจ้า ข้าพเจ้าคงไม่สามารถฝ่าฝืนมาถึงจุดนี้ได้เพียงลำพังโดยปราศจากกำลังใจเหล่านี้

สุดท้ายนี้ข้าพเจ้าขอขอบคุณครอบครัวของข้าพเจ้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณพ่อ คุณแม่และคุณน้าของข้าพเจ้าที่คอยให้การสนับสนุนและให้อิสระแก่ข้าพเจ้าที่จะสามารถเป็นตนเองและเลือกเส้นทางที่ข้าพเจ้าเชื่อมั่นและศรัทธา นั่นคือจิตวิทยาการศึกษา

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานการวิจัย.....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	4
ตัวแปรในการวิจัย	4
กลุ่มตัวอย่าง.....	4
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
1. แนวคิดเกี่ยวกับชายรักชาย.....	7
2. ความรู้สึกลดลงจากการรักเพศเดียวกัน.....	11
3. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย	23
4. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวนิยม.....	36
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	42
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	44
กลุ่มตัวอย่าง.....	44
เครื่องมือวิจัย การพัฒนาและการตรวจสอบคุณภาพ	46
ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	57
การเตรียมความพร้อมของผู้วิจัย	58

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	60
การวิเคราะห์ข้อมูล	61
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	62
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ	63
กระแสการดำเนินกลุ่ม	66
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	83
สรุปผลการวิจัย	83
อภิปรายผลการวิจัย	84
ข้อจำกัดในการวิจัย	105
ข้อเสนอแนะ	105
รายการอ้างอิง	107
ภาคผนวก.....	116
ภาคผนวก ก เอกสารรับรองโครงการวิจัย คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน	117
ภาคผนวก ข รายละเอียดของข้อความ คำสัมภาษณ์ที่สหสัมพันธ์รายชื่อ (CITC) และคำอำนาจ การจำแนกรายชื่อ ในการพัฒนาแบบวัดความรู้สึกดีต่อกันจากการรักเพศเดียวกัน	118
ภาคผนวก ค ใบอนุญาตขอใช้แบบวัด	121
ภาคผนวก ง คะแนนดิบในช่วงก่อนและหลังการทดลองและอายุแบบรายบุคคลของสมาชิก กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	125
ภาคผนวก จ ข้อคิดและข้อปรับปรุงจากการดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องกับชายรักชาย	126
ภาคผนวก ฉ ตารางขั้นตอนพัฒนาและปรับแก้แผนการดำเนินกลุ่ม	128
ภาคผนวก ช ตารางแสดงผลการตอบแบบสอบถามในงานวิจัยของ Nel และคณะ (2007)	129
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	130

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 ช่วงอายุของเหตุการณ์สำคัญในชีวิตชายรักชาย	17
ตารางที่ 2 แนวทางในการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยอิงตามขั้นการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศในโมเดลหลักลำดับขั้นของ Cass	29
ตารางที่ 3 เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน	51
ตารางที่ 4 แผนการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย..	56
ตารางที่ 5 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	63
ตารางที่ 6 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันด้วย <i>Dependent t-test</i>	64
ตารางที่ 7 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันด้วย <i>Independent t-test</i>	65

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 ส่วนหนึ่งของโมเดลความเครียดของคนกลุ่มน้อยในสังคม (Meyer, 2007, p. 248)	14
ภาพที่ 2 โมเดลแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางจิตวิทยาที่ทำนายการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศ ของชายรักชาย (Rowen & Malcolm, 2002, p. 86)	20
ภาพที่ 3 โมเดลกระบวนการทางจิตใจในการปิดบังสถานะที่ถูกตีตราของตน (Pachankis, 2007, p. 330)	22
ภาพที่ 4 โมเดลของการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการศึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชาย รักชายของ Harrison (2000, p. 48)	25
ภาพที่ 5 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนและ หลังการทดลอง	66

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ชายรักชายเป็นกลุ่มคนในสังคมที่ต้องประสบปัญหาและรับแรงกดดันทางจิตใจต่างๆ มากกว่าคนทั่วไป ซึ่งสะท้อนออกมาให้เห็นผ่านทางความต้องการการช่วยเหลือทางจิตใจและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Lebolt, 1999) โดยมีสถิติว่าชายรักชายมีความต้องการบริการทางจิตวิทยาต่างๆ มากกว่าชายรักต่างเพศ (Zea, Reisen, & Poppen, 1999) และเมื่อเทียบกันแล้วชายรักชายมีความถี่ที่จะเป็นโรคซึมเศร้า วิตกกังวล และมีความทุกข์ใจมากกว่าคนที่ เป็นชายรักต่างเพศ (Cochran, Sullivan, & Mays, 2003; Herek & Garnets, 2007; Meyer, Dietrich, & Schwartz, 2008) ซึ่งสาเหตุหนึ่งที่สำคัญก็คือชายรักชายถูกปฏิบัติอย่างไม่เท่าเทียม เสมือนกับว่าเป็นชนชั้นสอง เมื่อเทียบกับกลุ่มคนที่เป็นคนรักต่างเพศ โดยต้องเผชิญการแบ่งแยก การเหยียดและอคติจำนวนมาก (Herek, Gillis, & Cogan, 2009; Lebolt, 1999; Zea et al., 1999)

ชายรักชายอาจถูกเหยียด ถูกปฏิเสธ หรือไม่ได้รับการยอมรับอย่างเท่าเทียมในหลายแง่มุมไม่ว่าจะเป็นจากสังคมหรือชุมชน หน่วยงานหรือบริษัท หรือแม้แต่จากสมาชิกในครอบครัว (เตโซ ชัยวุฒิ, 2554; นพสิทธิ์ สิริจรรยาชัย, 2555) ทำให้ชายรักชายเกิดความรู้สึกทางลบขึ้นมาในจิตใจไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกโกรธ ไม่พอใจ น้อยใจหรือเสียใจ (Pandya, 2006) หรืออาจกลัวว่าผู้อื่นจะมองตนเองในแง่ร้าย อึดอัด เครียดที่ต้องปิดบังเพศวิถีของตนเอง และเก็บเรื่องราวต่างๆ ไว้กับตนเอง (Wang, Bih, & Brennan, 2009)

เมื่ออารมณ์ทางลบเหล่านี้สะสมมาอย่างต่อเนื่อง และหมักหมมอยู่ภายในจิตใจ จึงส่งผลให้ชายรักชายแต่ละคนมีความรู้สึกในทางลบเกี่ยวกับตนเองไปด้วย ว่าตนเองไม่เป็นที่ยอมรับ ไม่ดีพอ หรือด้อยค่ากว่าผู้ที่ไม่ได้เป็นชายรักชายหรือผู้ที่ เป็น “ปกติ” ตามกรอบของสังคมที่มองว่าการเป็นผู้ที่รักต่างเพศเท่านั้นเป็นเรื่องปกติ (Herek, 2004; นพสิทธิ์ สิริจรรยาชัย, 2555; บังอร เทพเทียน, 2551) ดังที่ Isay (1989) กล่าวไว้จากประสบการณ์ที่ได้ทำการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายว่า ไม่ช้าก็เร็วในระหว่างการปรึกษาชายรักชายทุกคนจะแสดงความรู้สึกไม่มีความสุขและไม่พอใจกับการรักเพศเดียวกันของตนเองออกมา ซึ่งอารมณ์เหล่านี้มาจากอคติและการตีตราจากสังคมที่ชายรักชายประสบมาตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบันจนก่อให้เกิด “ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Internalized Homophobia)” มากน้อยต่างกันไปในแต่ละคน

ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันหมายถึง อารมณ์และเจตคติทางลบเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศของตน ที่บุคคลได้รับอิทธิพลมาจากบุคคลอื่นๆ หรือสังคม และมองว่าการเป็นรักร่วมเพศ

เป็นสิ่งที่น่าละอาย น่ารังเกียจ และรู้สึกด้อยค่ากว่าการเป็นรักต่างเพศ และนำมาซึ่งพฤติกรรม อารมณ์ และมุมมองต่างๆ ในแง่ลบต่อตนเองตามมาเช่น การปฏิเสธความเป็นรักร่วมเพศของตนเอง (Dreyer, 2007) ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลรักต่างเพศได้ และมีพฤติกรรมที่เป็นโทษต่อตนเองเช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติดต่างๆ มีอาการซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย (Herek, Cogan, Gillis, & Glunt, 1997; Ryan, Huebner, Diaz, & Sanchez, 2009; Van Heeringen & Vincke, 2000)ซึ่งล้วนก่อให้เกิดผลทางลบตามมาทั้งต่อร่างกายและจิตใจต่อผู้ที่เป็นชายรักชาย

การให้ความช่วยเหลือทางจิตใจของชายรักชายที่รู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันจึงมีความสำคัญ เพื่อช่วยให้ชายรักชายสามารถที่จะยอมรับตนเอง มองตนเองในทางบวก และมีสุขภาวะที่ดี ดังที่นักจิตวิทยาการศึกษาและนักวิจัย (Alderson, 2004; Dreyer, 2007; Herek & Garnets, 2007; Hicks, 2000; Langdrige, 2007; Milton & Coyle, 1999) เห็นว่า “การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Gay Affirmative Therapy)” สามารถที่จะช่วยเหลือชายรักชายจากประเด็นปัญหาเหล่านี้ได้

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นแนวทางหนึ่งของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เน้นการยืนยันเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย หลงรักหญิง และบุคคลรักสองเพศในฐานะของผู้ที่มีความเท่าเทียมกับผู้ที่รักต่างเพศ (Davies, 1996 อ้างใน Crisp & McCave, 2007) มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ความรู้สึกด้อยค่าและภาพในทางลบต่อการเป็นชายรักชายเหล่านี้ลดลง (Crisp & McCave, 2007) และเกิดเป็นภาพการมองตนเองแบบใหม่ที่ยอมรับตนเองได้มากขึ้น (Herek & Garnets, 2007; Isay, 1989)

งานวิจัยที่ผ่านมาได้แสดงให้เห็นประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นจำนวนมาก ไม่ว่าจะผ่านทางรูปแบบของประสบการณ์ที่มองว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเองของผู้รับบริการปรึกษาที่เป็นชายรักชายโดยเฉพาะการที่ผู้รับบริการรู้สึกว่าได้รับการยืนยันความเป็นชายรักชายจากนักจิตวิทยาการศึกษา (Israel, Gorcheva, Burnes, & Walther, 2008; Malley & Tasker, 2007; Pixton, 2003) หรือจากการเปลี่ยนแปลงที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายเห็นภายในตนเองจากการร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย เช่น มุมมองที่มีต่อตนเองเปลี่ยนแปลงไปในทางบวก โดยหลุดจากกรอบในทางลบของสังคมหลายๆ ที่เคยมีเกี่ยวกับการเป็นชายรักชาย ยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น มั่นใจมากขึ้น มั่นคงในเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองมากขึ้นและมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างในทางที่ดีขึ้น (Nel, Rich, & Joubert, 2007)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเน้นไปที่จุดร่วมของแนวทางกลุ่มที่ทำหายนุมมองที่มีมาก่อนว่าการเป็นชายรักชายเป็นเรื่องผิดปกติ และยอมรับในความ

เป็นตัวตนชายรักชายเพื่อยืนยันเอกลักษณ์ทางเพศ (Crisp & McCave, 2007; Harrison, 2000) มากกว่าที่จะมุ่งเน้นไปที่ทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง ทั้งนี้เพื่อให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายสามารถที่จะนำไปใช้ได้อย่างแพร่หลายในหลากหลายรูปแบบ และโดยผู้ใช้ที่ยึดแนวทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวใดก็ได้

แนวทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวหนึ่งที่มีความเหมาะสมกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายคือแนวอัตถิภาวะนิยม เนื่องจากเป็นแนวทางที่ช่วยเพิ่มความเข้าใจในปรากฏการณ์ต่างๆ ของผู้รับบริการ ไม่มีจุดยืนที่เหยียดหรือส่งผลในทางลบต่อความเป็นตัวตนของชายรักชายและเปิดโอกาสให้นักจิตวิทยาการศึกษาสามารถตรวจสอบจุดยืนและเจตคติที่ตนเองมีว่าส่งผลทางลบต่อผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายหรือไม่ (C. M. Clarke, 2007; Milton, 2007; Milton & Coyle, 1999) ดังนั้นทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมจึงเป็นทฤษฎีที่เหมาะสมกับการนำมาผนวกใช้เป็นแนวคิดเสริมในกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาในงานวิจัยขั้นนี้

อย่างไรก็ตามกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายยังเป็นเรื่องใหม่จึงยังต้องพัฒนาและวัดผลจากการเข้าร่วมในกลุ่มต่อไป และสอดคล้องกับที่ Horne และ Levitt (2004) กล่าวไว้ว่างานวิจัยที่ศึกษาเรื่องกระบวนการและผลลัพธ์ของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาในกลุ่มคนที่เป็นชายรักชาย หญิงรักหญิง บุคคลรักรสองเพศ และคนที่แปลงเพศ (Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender: LGBT) มีน้อยมาก หรือแทบจะหาไม่ได้เลย (Kayler, Lewis, & Davidson, 2008) โดยที่มีก็มุ่งเน้นแต่ที่กลุ่มชายรักชายที่ติดเชื้อ HIV หรือปัญหาเรื่องการเมืองเพศสัมพันธ์

ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงมุ่งที่จะศึกษาผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายกับบุคคลในกลุ่มชายรักชายในประเด็นเรื่องความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันเพื่อเป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาเรื่องการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มกับชายรักชายในประเทศไทย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย

สมมติฐานการวิจัย

การศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายมีสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. หลังการทดลองคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองต่ำกว่าคะแนนในช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบกึ่งทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Quasi-Experimental Pretest-Posttest Control Group Design) เพื่อวัดการลดลงของความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของผู้ร่วมการวิจัยที่เป็นชายรักชายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย กลุ่มตัวอย่างเป็นชายรักชายจำนวน 32 คนจากการประชาสัมพันธ์ผ่านสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทยและเว็บไซต์เฉพาะ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย

ตัวแปรในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ คือ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Gay Affirmative Counseling Group)
2. ตัวแปรตาม คือ ค่าคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มชายรักชาย จำนวน 32 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน และกลุ่มควบคุมอีก 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คนที่มีอายุ 18-40 ปีโดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยผ่านการนำจากผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gate Keeper) เป็นผู้ช่วยคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง โดยนำกลุ่มตัวอย่างมาจับคู่ที่ละคู่ (Matching) และเกลี่ยให้คะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการทดลองและอายุของชายรักชายในกลุ่มทดลอง

และกลุ่มควบคุมมีความใกล้เคียงกันมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ตั้งรายละเอียดที่แจกแจงไว้ในภาคผนวก จ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน 3 ชุดได้แก่แบบวัด *Nungesser Homosexual Attitude Inventory Revised (NHAI-R)* ของ Shidlo (1994 อ้างใน Szymanski, Kashubeck-West, & Meyer, 2008) แบบวัด *Internalized Homophobia Scale (IHS)* ของ Wagner และคณะ (1994 อ้างใน White, 1997) และแบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men (IHNI)* ของ Mayfield (2001)
2. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่ผู้วิจัยออกแบบจากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย และทำการพัฒนาผ่านทางกรทำกลุ่มศึกษานำร่อง

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ชายรักชายหมายถึง ผู้ชายที่มีการแสดงออกภายนอกว่าเป็นเพศชาย แต่มีรสนิยมทางเพศที่ชอบพอ และดึงดูดใจต่อเพศเดียวกัน และยอมรับว่าตนเองมีรสนิยมทางเพศในรูปแบบดังกล่าว

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายหมายถึง กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีแนวคิดการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นแนวคิดหลัก โดยมีแนวอัตถิภาวะนิยมและการการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นแนวคิดเสริมในการดำเนินกลุ่ม ที่เน้นการยืนยันตัวตนทางเพศของชายรักชายในฐานะของผู้ที่มีความเท่าเทียมกับผู้รักต่างเพศ

ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน หมายถึง อารมณ์และเจตคติทางลบเกี่ยวกับการเป็นรกร่วมเพศของตน ที่บุคคลได้รับอิทธิพลมาจากบุคคลอื่นๆ หรือสังคม โดยมองว่าการเป็นรกร่วมเพศ เป็นสิ่งที่น่าละอาย น่ารังเกียจ และรู้สึกด้อยค่ากว่าการเป็นรักต่างเพศ ซึ่งวัดจากคะแนนแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีต่อชายรักชาย
2. ได้องค์ความรู้ที่ใช้เป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจแก่ชายรักชายในบริบทสังคมไทยต่อไปในอนาคต



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย ที่มีต่อความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า เอกสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้วิจัยในการทำความเข้าใจและทบทวน แนวคิดทฤษฎีดังนี้

1. ชายรักชาย
2. ความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน
3. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย
4. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม

1. แนวคิดเกี่ยวกับชายรักชาย

ในช่วงสามทศวรรษที่ผ่านมาได้มีการนำเสนอทฤษฎีที่อธิบายลำดับขั้นในพัฒนาการของบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศมากมาย ซึ่งทฤษฎีที่โดดเด่นหรือสามารถอธิบายพัฒนาการได้อย่างชัดเจนนั้นแบ่งออก มีดังต่อไปนี้

1.1 โมเดลหกลำดับขั้นของ Cass (Cass's Sexual Identity Development Model) ซึ่ง อธิบายขั้นในการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของบุคคลรักร่วมเพศไว้ 6 ขั้นพัฒนาการ (Cass, 1979) ดังต่อไปนี้

1) ขั้นสับสนเอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Confusion) เริ่มต้นขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่า ความรู้สึก ความคิด หรือการกระทำทางเพศของตนเป็นแบบรักร่วมเพศ ซึ่งบุคคลอาจจะบอกกับ ตนเองว่าไม่ ฉันไม่ใช่รักร่วมเพศ หรือใช้ฉันเป็นรักร่วมเพศ โดยบุคคลเริ่มสงสัยเอกลักษณ์ทางเพศที่ เคยรับรู้ของตนเองในอดีต แต่ไม่ถึงกับปฏิเสธเอกลักษณ์ทางเพศของตนเอง โดยในระยะนี้บุคคลจะมีความรู้สึกตึงเครียด ความสับสนงงงวยและความกังวล

2) ขั้นเปรียบเทียบเอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Comparison) บุคคลจะเปรียบเทียบ ความรู้สึกทางเพศของตนกับของคนอื่นและเริ่มจะยอมรับว่าตนอาจจะเป็นรักร่วมเพศ หรือมีแนวโน้ม ว่าตนจะเป็นรักร่วมเพศ ซึ่งจากการประเมินตนเองและการตอบรับจากบุคคลรอบข้างจะเป็นตัวช่วยให้ บุคคลสามารถประเมินแนวโน้มที่ตนอาจจะเป็นรักร่วมเพศว่าเป็นสิ่งที่ตนปรารถนาเช่นตนสามารถ

ที่จะซื่อสัตย์กับตนเอง หรือเป็นสิ่งที่มีความเสี่ยงมากเกินไป เช่นความรู้สึกแปลกแยก ห่างเหินจากครอบครัวและเพื่อน หรือเป็นสิ่งที่ผิดปกติที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว

3) ขั้นตอนต่อเอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Tolerance) จากที่บุคคลรับรู้ได้ถึงแนวโน้มของตนที่อาจจะเป็นรักร่วมเพศ บุคคลเริ่มแน่ใจว่าตนเองเป็นรักร่วมเพศอย่างชัดเจนและกระจ่างว่าเอกลักษณ์ทางเพศของตนมีผลต่อชีวิตของตนในหลายด้าน โดยเริ่มมีการติดต่อและทดลองเปิดเผยเอกลักษณ์ทางเพศของตนแก่บุคคลทั้งที่เป็นรักร่วมเพศและรักต่างเพศที่บุคคลรู้สึกไว้วางใจ ซึ่งผลจากการลองเปิดเผยเอกลักษณ์ทางเพศเหล่านี้หากเป็นไปได้ในทางลบก็อาจนำไปสู่ความรู้สึกด้อยค่าในตนเองและลดการติดต่อกับบุคคลรักร่วมเพศ หรือหากเป็นไปได้ในทางบวกก็จะนำไปสู่การยอมรับตนเองที่มากขึ้นและคงสถานะความเป็นรักร่วมเพศของตนต่อไป

4) ขั้นยอมรับเอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Acceptance) บุคคลจะมีภาพที่ชัดเจนและเป็นไปในทางบวกมากขึ้นของการเป็นรักร่วมเพศของตน สามารถทำตัวสบายๆ ได้ท่ามกลางบุคคลรักร่วมเพศ และเลือกที่จะเปิดเผยเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองกับบางคน และอาจปฏิเสธว่าตนไม่ใช่รักร่วมเพศในบางครั้ง ซึ่งความแตกต่างกันระหว่างปฏิกริยาในทางบวกในขณะที่บุคคลอยู่ในหมู่อักร่วมเพศ และปฏิกริยาในทางลบในขณะที่บุคคลอยู่ในหมู่อักร่วมเพศนำไปสู่ขั้นต่อไป

5) ขั้นภูมิใจในเอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Pride) ความไม่ลงรอยกันระหว่างโลกของรักร่วมเพศและรักต่างเพศทำให้บุคคลแยกสิ่งต่างๆ รอบๆ ตัวออกเป็นส่วนที่เป็นแบบรักต่างเพศ และส่วนที่เป็นแบบรักร่วมเพศ ซึ่งจากการแยกนี้ทำให้บุคคลเลือกที่จะอยู่กับในส่วนที่เป็นแบบรักร่วมเพศมากกว่าส่วนที่เป็นแบบรักต่างเพศ

6) ขั้นสังเคราะห์เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Synthesis) ความไม่ลงรอยกันจะมาประสานกันในระดับนี้ โดยบุคคลจะมีความรู้สึกเป็นเนื้อเดียวกันในตนเองในด้านต่างๆ ซึ่งบุคคลจะรู้สึกสงบ ไม่ปกป้องตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีทั้งต่อบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศและไม่ใช่รักร่วมเพศ

1.2 ทฤษฎีพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของ McDonald (1982 อ้างใน Yarhouse, 2001) ซึ่งอธิบายพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชายผ่านทางการสำรวจถึงช่วงเวลาที่เกิดเหตุการณ์สำคัญ (Milestones) ที่เกี่ยวกับการเปิดเผยตนเองของชายรักชายที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงพัฒนาการของชายรักชาย แบ่งออกเป็น 6 ขั้นดังต่อไปนี้

1) ขั้นตระหนักรู้ในรสนิยมทางเพศแบบรักเพศเดียวกัน (Awareness of same-sex inclination) บุคคลเริ่มตระหนักรู้ในรสนิยมที่มีความสนใจเพศเดียวกันของตนเอง โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 13 ปี

- 2) ขึ้นมีประสบการณ์ทางเพศกับบุคคลเพศเดียวกัน (Same-sex activities and experience) บุคคลมีกิจกรรมหรือประสบการณ์ทางเพศกับบุคคลที่เป็นเพศชายด้วยกัน โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 19 ปี
- 3) ขึ้นเข้าใจความหมายของคำว่า “การรักเพศเดียวกัน” (Understanding of the meaning of the word “homosexual”) บุคคลมีความเข้าใจที่ลึกซึ้งมากขึ้นกับความหมายของคำว่า การรักเพศเดียวกัน และบุคคลที่รักเพศเดียวกันในสังคม โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 19 ปี
- 4) ขึ้นระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย (Homosexual self-description) บุคคลมีความชัดเจนว่าตนเองเป็นชายรักชายตามที่ตนเองเข้าใจ ดังนั้นบุคคลจึงระบุว่าตนเองเป็นผู้ที่เป็นชายรักชายหรือ บุคคลรักเพศเดียวกัน
- 5) ขึ้นมีความสัมพันธ์แบบคู่รักเพศเดียวกัน (First homosexual Relationship) บุคคลมีความสัมพันธ์แบบคู่รักเป็นครั้งแรกกับบุคคลที่เป็นชายรักชายด้วยกัน โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 21 ปี
- 6) ขึ้นเปิดเผยตนเองต่อบุคคลสำคัญที่ไม่ใช่คนรักเพศเดียวกัน (First Disclosure to nongay significant other) บุคคลเปิดเผยรสนิยมทางเพศแบบชายรักชายของตนให้แก่บุคคลสำคัญที่อยู่รอบข้างของบุคคลที่ไม่ได้เป็นชายรักชายหรือบุคคลรักเพศเดียวกัน โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 23 ปี
- 7) ขึ้นเอกลักษณ์แบบชายรักชายทางบวก (Positive Gay Identity) บุคคลสามารถปรับตัวและรู้สึกดีต่อตนเองในฐานะชายรักชายคนหนึ่ง โดยเหตุการณ์สำคัญนี้เกิดขึ้นในช่วงที่บุคคลมีอายุประมาณ 24 ปี ซึ่งชายรักชายบางส่วนไม่สามารถพัฒนามาถึงขั้นนี้ได้ หากว่าในขั้นที่ผ่านมาชายรักชายได้รับผลตอบรับในทางลบที่ทำให้ชายรักชายรู้สึกในทางลบต่อตนเองและต่อการเป็นชายรักชายของตน ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกผิด วิตกกังวลและอับอาย หรือก็คือความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันนั่นเอง

อย่างไรก็ตามมีนักวิจัยบางส่วนที่ได้แย้งทฤษฎีที่มองพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศเป็นขั้นๆ ทั้งในแง่ของบริบททางสังคมที่แตกต่างกันตามยุคสมัย ความหลากหลายทางวัฒนธรรม ความหลากหลายทางเพศและเพศวิถีของคนในปัจจุบัน ความยืดหยุ่นทางเพศ (Fluidity) หรือการเปลี่ยนแปลงเพศวิถีไปตามระยะเวลาและบริบทของบุคคลในปัจจุบันและลำดับของขั้นในพัฒนาการ (Eliason & Schope, 2007) ความผิดพลาดของการมองพัฒนาการทางเพศเป็นเส้นตรงเส้นเดียวและการมองขั้นพัฒนาการตามมุมมองแบบรักต่างเพศที่บุคคลในสังคมมีว่าบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศเป็นคน

กลุ่มน้อยในสังคมที่พัฒนาไปสู่การเป็นที่รู้จักและสามารถอยู่ในสังคมที่มีความเป็นรักต่างเพศเป็นใหญ่ (Heteronormativity) (D'Augelli, 1994) ที่ทำให้ทฤษฎีแบบลำดับชั้นไม่สามารถนำไปใช้กับผู้ที่ เป็นรักร่วมเพศทุกราย

D'Augelli (1994) มองพัฒนาการของบุคคลรักร่วมเพศผ่านทางมุมมองพัฒนาการของมนุษย์ (Human Development View) และสรุปเรื่องพัฒนาการของรักร่วมเพศผ่านทางมุมมองดังกล่าวไว้ดังต่อไปนี้

1. บุคคลจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตลอดช่วงชีวิต ไม่ว่าจะในทางจิตใจ ความคิด พฤติกรรม อารมณ์ และกายภาพ ซึ่งแปลว่าความรู้สึกทางเพศ และความรักในรูปแบบต่างๆ ก็อาจเปลี่ยนแปลงไปได้ตลอดช่วงชีวิตของบุคคล ดังเช่น การที่บุคคลรักร่วมเพศที่พึงมีความรู้สึกต่างๆ ต่อบุคคลเพศเดียวกันในช่วงที่ตนเองอายุมากแล้วไม่ได้หมายความว่าเขาเหล่านี้ได้กตความรู้สึกแบบรักร่วมเพศไว้ในช่วงก่อนหน้าเท่านั้น แต่อาจหมายถึงการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการในช่วงชีวิตของบุคคลต่างหาก ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับความคิดหวังจากสังคม ครอบครัว และตนเอง ในทางตรงกันข้ามก็เช่นกัน บุคคลที่ระบุว่าตนเป็นรักร่วมเพศก็อาจมีความรู้สึกทางเพศ หรือความสนใจต่อบุคคลที่เป็นเพศตรงข้ามกับตนก็ได้ ซึ่งมุมมองนี้อาจจะสื่อเป็นนัยๆ ว่าเรื่องพัฒนาการทางเพศและเอกลักษณ์ทางเพศนั้นอาจไม่ใช่สิ่งที่คงที่ถาวร

2. พัฒนาการของบุคคลมีความยืดหยุ่น ซึ่งขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม สถานการณ์ และปัจจัยทางชีววิทยา และกายภาพต่างๆ ซึ่งหมายความว่าเอกลักษณ์ทางเพศของบุคคลอาจจะยืดหยุ่นหรือเปลี่ยนแปลงไปในบางช่วง และมั่นคงในบางช่วง ซึ่งสำหรับบุคคลทั่วไปการรักเพศเดียวกันก็อาจเกิดขึ้นได้ในช่วงต่างๆ ของชีวิตแตกต่างกันไปตามปัจจัยต่างๆ

3. ทฤษฎีพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศควรเน้นย้ำความแตกต่างระหว่างบุคคลในพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศเนื่องจากบุคคลแต่ละคนมีความแตกต่างและเอกลักษณ์เฉพาะตัวในพัฒนาการของตนเอง เหตุการณ์สำคัญๆ ต่างๆ อาจเกิดขึ้นในช่วงเวลาและสถานการณ์ที่แตกต่างกันไป ซึ่งสำหรับบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศหรือรักต่างเพศก็ตาม เรื่องเพศจึงไม่อาจถูกจัดหมวดหมู่อยู่แค่คำว่า เป็นรักร่วมเพศ รักต่างเพศ หรือรักสองเพศเนื่องด้วย ความแตกต่างและหลากหลายทางเพศ

4. ภาพตามทฤษฎีดั้งเดิมที่คนในสังคมมองว่าสิ่งต่างๆ จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาที่แน่นอน (Deterministic View) มองข้ามความแตกต่างของแต่ละบุคคลและผลของครอบครัวที่มีต่อพัฒนาการของแต่ละบุคคล ซึ่งในความเป็นจริง แต่ละบุคคลและผลของครอบครัวของแต่ละบุคคลมีผลต่อพัฒนาการและทางเลือกต่างๆ ที่ล้วนส่งผลให้แต่ละบุคคลพัฒนาต่างกันไป แม้ในเวลาที่เหมาะสม

บุคคลจะไม่สามารถควบคุมหรือเลือกอะไรได้ก็ตาม จริงๆ แล้วบุคคลก็เลือกที่จะเรียนรู้ว่าตนเองไม่สามารถที่จะทำอะไรกับสถานการณ์นั้นๆ ได้ (Learned Helplessness) ในระดับที่แตกต่างกัน

ชายรักชายแต่ละคนล้วนเป็นคนกำหนดพัฒนาการของตนเองตามสถานการณ์ที่เอื้ออำนวย แต่เนื่องด้วยสังคมที่เน้นแนวคิดรักต่างเพศเป็นใหญ่ (Heterosexism) ไม่มีพื้นที่สำหรับชายรักชายที่จะปฏิสัมพันธ์กัน ซึ่งเป็นอุปสรรคขัดขวางพัฒนาการของชายรักชาย ดังนั้นจึงมีสถานที่มากมายที่เกิดขึ้นเพื่อรองรับให้ชายรักชายสามารถมีโอกาสที่จะมีปฏิสัมพันธ์ท่ามกลางหมู่ชายรักชายด้วยกันที่เอื้อให้เกิดพัฒนาการได้ส่วนหนึ่ง เช่น บาร์หรือชานูสำหรับชายรักชาย อย่างไรก็ตามสถานที่เหล่านี้ก่อให้เกิดภาพลักษณ์หรือการเหมารวมว่า ชายรักชายเป็นเครื่องจักรสำหรับมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งจริงๆ แล้วเมื่อเวลาและยุคสมัยเปลี่ยนแปลงไป บุคคลในกลุ่มชายรักชายก็มีสถานที่ที่สามารถจะปฏิสัมพันธ์กันโดยไม่เน้นเรื่องเพศสัมพันธ์มากขึ้น ทำให้มุมมองทฤษฎีเดิมๆ อาจไม่ตรงเสมอไป

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าทฤษฎีดังกล่าวอาจยังไม่มีข้อสรุปที่ตายตัว หรือไม่มีการยอมรับทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งอย่างชัดเจน แต่การปรึกษาเชิงจิตวิทยาสามารถช่วยให้ชายรักชายได้สำรวจตนเอง เลือกทางเดินของตนเอง ยอมรับตนเองมากขึ้น และมีเอกลักษณ์แห่งตนที่มั่นคงยิ่งขึ้นและส่งผลให้ชายรักชายมีสุขภาพทางจิตและภาพในการมองตนเองทางบวกยิ่งขึ้น ซึ่งหากบุคคลในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงเพศวิถีไปตามระยะเวลาและบริบทก็ยิ่งทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยามีความจำเป็นมากขึ้นด้วย ทั้งในแง่ของการสำรวจความเปลี่ยนแปลงของความรู้สึกและเอกลักษณ์ทางเพศ เอื้อให้ตระหนักในตนเอง ชัดเจนในตนเองมากขึ้น หากจุดยืนของตนเองที่จะสามารถอยู่ได้อย่างมั่นใจ และสบายใจกับตนเอง

2. ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

2.1 นิยาม

ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันนั้นเรียกต่างๆ กันไปในแต่ละงานวิจัย ได้แก่คำว่า Internalized Homophobia และ Internalized Homonegativity ซึ่งงานวิจัยแต่ละงานก็มีการให้นิยามหรือความหมายต่างๆ กันไป (Herek, 2004; Herek et al., 2009; Isacco, Yallum, & Chromik, 2012) จึงทำให้การให้นิยามปฏิบัติการทำได้ค่อนข้างลำบาก (Williamson, 2000)

กลุ่มนักวิชาการและนักวิจัยส่วนหนึ่งมองความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในด้านมุมมองและความเชื่อของบุคคล โดยให้นิยามว่า มุมมองทางลบต่างๆ เกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศจากสังคมสู่มุมมองของบุคคล (Ross & Rosser, 1996) ทิศทางของเจตคติทางสังคมในทางลบต่อตนเองของบุคคลที่เป็นชายรักชาย (Meyer & Dean, 1998 อ้างใน Frost & Meyer, 2009) อคติเกี่ยวกับ

การเป็นชายรักชายที่บุคคลเรียนรู้และถูกรวมเข้าไปอยู่ในระบบความเชื่อของบุคคล (Banks, Muhajarine, Waygood, Duczek, & Hellquist, 2003) และการนำเจตคติและข้อสรุปทางลบต่างๆ เกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศในสังคมเข้ามาสู่ตนเอง (Szymanski & Gupta, 2009)

มุมมองเหล่านี้นำไปสู่อารมณ์ทางลบต่างๆ ต่อตนเองดังที่ Clarke, Ellis, Peel และ Riggs (2010) ได้ให้คำนิยามของความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันไว้ว่าความรู้สึกในทางลบต่อตนเอง ในฐานะที่เป็นหญิงรักหญิง หรือ ชายรักชาย ส่งผลจากความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคลซึ่งได้รับอิทธิพลจากเจตคติในทางลบของผู้อื่นในสังคมต่อการเป็นรักร่วมเพศ ไม่ว่าจะเป็น ความรู้สึกเกลียดตัวเองในหมู่คนรักร่วมเพศ (Weinberg, 1972 อ้างใน Herek, 2004) ความไม่พอใจเกี่ยวกับการเป็นชายรักชาย (Cabaj, 1988 อ้างใน Ross & Rosser, 1996; Rosser, Bockting, Ross, Miner, & Coleman, 2008) ความคิดและความรู้สึกในทางลบและเป็นทุกข์ที่ชายรักชายประสบ เกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศ (Williamson, 2000) ความรู้สึกในทางลบต่างๆ ต่อการเป็นรักร่วมเพศ ของตน (Herek, 2004) และปฏิกิริยาภายในต่อความรู้สึกอายที่เป็นชายรักชาย (Ross, Rosser, & Neumaier, 2008) และสุขภาพกายไม่ดี (Rosser et al., 2008)

คำนิยามของความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันเหล่านี้แสดงให้เห็นว่าความรู้สึก มุมมองและเจตคติเป็นส่วนที่เนื่องกันอยู่และไม่สามารถแยกออกจากกันได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงนิยามคำว่า ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยรวมทั้งสองด้านเข้าด้วยกันว่า อารมณ์และเจตคติทางลบ เกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศของตน ที่บุคคลได้รับอิทธิพลมาจากบุคคลอื่นๆ หรือสังคม และมองว่า การเป็นรักร่วมเพศ เป็นสิ่งที่น่าอาย น่ารังเกียจ และรู้สึกด้อยค่ากว่าการเป็นรักต่างเพศ

2.2 ความเป็นมา

สังคมในภาพรวมมีบรรทัดฐานทางเพศเกี่ยวกับเรื่องบทบาทความเป็นชายและหญิงของ บุคคลในสังคมอย่างชัดเจนและตายตัว โดยมีมุมมองในแบบรักต่างเพศ มองว่าบุคคลในสังคมทุกคน ควรจะเป็นบุคคลรักต่างเพศ โดยมีบุคคลต้นแบบเป็นบุคคลรักต่างเพศและวิถีชีวิตในอุดมคติคือการ แต่งงานระหว่างหญิง ชาย มีบุตรและสืบสกุลต่อไป และยึดมุมมองนี้เป็นหลักของสังคมและบุคคล (Internalized Heterosexism) (Dreyer, 2007; Herek, 2000, 2004; Herek et al., 2009; Meyer, 2007; Russell & Bohan, 2006; White, 1997) โดยบุคคลในสังคมมีแนวโน้มที่จะเชื่อและ ทำตามบรรทัดฐานของสังคมที่มีมาโดยไม่ได้นึกสงสัยหรือกลับมาย้อนมองว่าสิ่งที่ยอมรับหรือมองว่า เป็นปกติอย่างแพร่หลายนั้นเป็นอย่างไร มีที่มาที่ไปอย่างไร (Davison, 2001) ซึ่งเมื่อเป็นเช่นนี้บุคคล ในสังคมจึงตีตราบุคคลที่แตกต่างจากบรรทัดฐานดังกล่าวว่าแปลก ไม่ดี ป่วย ไม่เป็นไปตามกรอบของ สังคม ตามธรรมเนียมคลองธรรม ผิดธรรมชาติ นำไปสู่การเหยียด การปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียม และความ

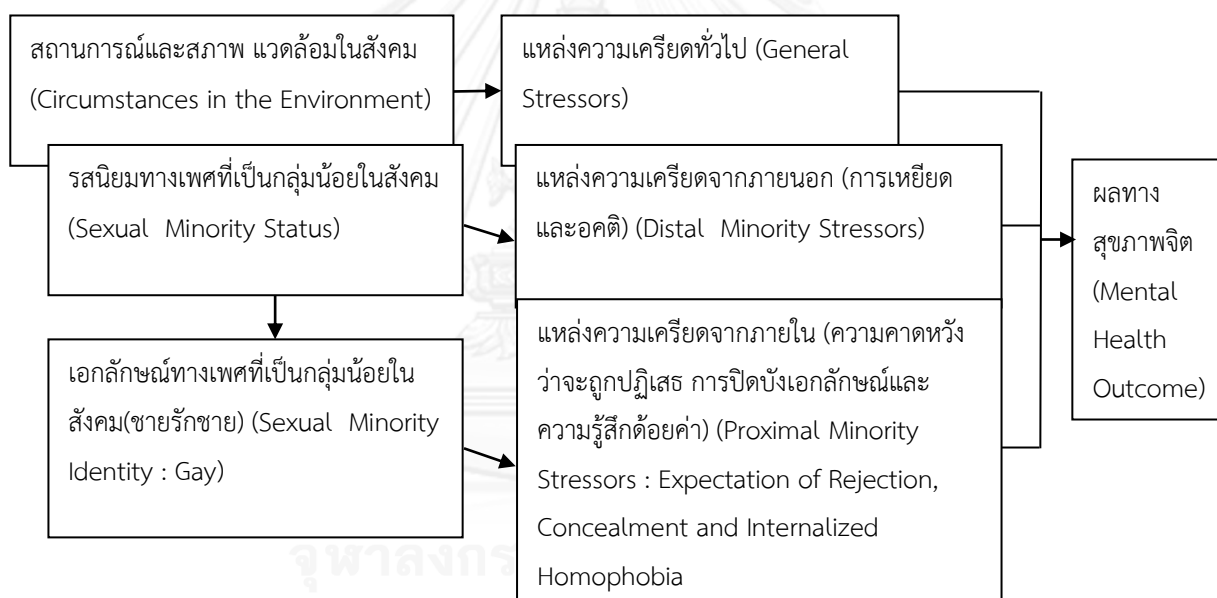
รุนแรงก้าวร้าว ด้วยการตีตราและเน้นย้ำ “ความผิดปกติ” ของการรักเพศเดียวกัน (Herek, 2004; Herek et al., 2009; Russell & Bohan, 2006) จนเกินจริง เช่น การมองว่าชายรักชายจะต้องมีความเป็นเพศหญิงสูงเสมอ (Dreyer, 2007) มีเจตคติต่อบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศในทางลบ (Herek, 2002; Herek et al., 2009)

ชายรักชายได้รับเจตคติทางลบของสังคมเหล่านี้ อย่างต่อเนื่อง และยาวนานตั้งแต่ก่อนที่บุคคลจะตระหนักถึงความเป็นรักร่วมเพศในตนเอง โดยได้รับเอาค่านิยมต่างๆ ที่ต่อต้านการเป็นรักร่วมเพศไปก่อนแล้ว เนื่องจากเจตคติเหล่านี้เป็นสิ่งที่คนในสังคมล้าวมองและเชื่อเช่นนั้น (Herek et al., 2009; Liu & Choi, 2006; White, 1997) ทั้งที่อาจจะยังไม่ทราบด้วยซ้ำว่าการเป็นชายรักชายคืออะไร (Meyer, 1995) และก็ยอมรับว่าบุคคลที่เป็นรักร่วมเพศดีกว่าบุคคลที่เป็นรักต่างเพศ ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว (Perez, 2005; White, 1997) โดยเมื่อวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ที่เป็นรักร่วมเพศตระหนักถึงความรู้สึกตึงตูดกับเพศเดียวกัน พวกเขาจะเริ่มตั้งคำถามกับตนเองจากข้อมูลที่ตนเองมีมาก่อนหน้าเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศ ดังที่ White (1997) กล่าวไว้ว่าสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมความรุนแรงและภาพในทางลบต่างๆ ต่อบุคคลที่เป็นชายรักชายมีแนวโน้มที่จะทำให้บุคคลมองตนเองในทางลบและมีความรู้สึกก้าวร้าว ไม่พอใจในตนเอง อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (Allen & Oleson, 1999; Russell & Bohan, 2006)

นอกจากนั้นการเสียดสี และการเหยียดในรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นจากคำสอนทางศาสนา (Barnes & Meyer, 2012; Dahl & Galliher, 2012) สังคมหรือชุมชน หน่วยงานหรือบริษัท หรือแม้แต่จากสมาชิกในครอบครัวล้วนส่งผลต่อชายรักชายอย่างมาก (Davison, 2001; Dreyer, 2007; Meyer, 1995, 2007; White, 1997; ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) กรณีหนึ่งที่สำคัญอย่างยิ่งคือการเปิดเผยเพศวิถีของบุคคลต่อผู้ปกครอง เพราะว่าการเปิดเผยเพศวิถีต่อผู้ปกครองของชายรักชายนั้นเป็นสิ่งที่คาดเดาผลได้ยาก และมีโอกาสที่ผลจะออกมาในแง่ลบสูง (Corboz, 2008; Johnston & Jenkins, 2003; Reinhart, 2004; Savin-Williams, 1998) ไม่ว่าจะเป็นท่าทีของผู้ปกครองของชายรักชายที่ต่อต้านและไม่ยอมรับความเป็นชายรักชาย หรือพยายามเปลี่ยนแปลงเพศวิถีของชายรักชาย (เตโช ชัยวุฒิ, 2554) อาจทำให้บุคคลที่เป็นชายรักชายถูกปฏิเสธมากขึ้นไปอีก

เมื่อชายรักชายต้องเผชิญกับท่าทีของสังคมและบุคคลรอบข้างไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบของการเลือกปฏิบัติ การล้อเลียน กลั่นแกล้ง (ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) ชายรักชายจึงรู้สึกขัดแย้งภายในจิตใจระหว่างสิ่งที่บุคคลมองว่าตัวเองควรจะเป็น ผ่านทางกรอบของสังคม (การเป็นรักต่างเพศ) และสิ่งที่บุคคลรับรู้เกี่ยวกับบรรณนิยมทางเพศของตนเอง (การเป็นรักร่วมเพศ) (Allen & Oleson, 1999; Herek, 2004; นพสิทธิ์ สิริจรรยาชัย, 2555; ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) ทำให้ภาพที่มองตนเองไม่มั่นคงและเปราะบาง ซึ่งสัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์ (self-concept) ที่ชายรักชายมี (Herek,

2007; Meyer, 2007) โดยการนำข้อมูลในทางลบเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศหรือชายรักชายมาสู่ตนเองซึ่งในที่สุดก็ยอมรับว่าข้อมูลทางลบและการเหยียดต่างๆ จากสังคมและคนรอบข้างเหล่านี้เป็นความจริง และยอมรับว่าตนเองเป็นคนที่ไม่ดี ไม่ถูกต้องตามจริยธรรม ไม่เป็นที่ยอมรับ หรือผิดปกติ ตีตราตัวเองว่าเป็นชายรักร่วมเพศ หรือชายรักชาย โดยฝังรากความรู้สึกและเจตคติในทางลบที่รุนแรงต่อตนเองและเพศวิถีของตนเองลงไปในชีวิตใจของชายรักชาย (Dreyer, 2007; Herek, 2004, 2007; Meyer, 1995; นพสิทธิ์ สิริจฺรณชัย, 2555; ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) ยิ่งไปกว่านั้นชายรักชายยังรู้สึกผิดหวังต่อตนเองที่ไม่สามารถเติมเต็มความคาดหวังที่ผู้ปกครองมีต่อตนเองในฐานะที่เป็นบุตรชายของครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นความคาดหวังให้ชายรักชายแต่งงาน มีบุตร และสืบสกุลต่อไป (เตโช ชัยวุฒิ, 2554; นพสิทธิ์ สิริจฺรณชัย, 2555; ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) ซึ่งล้วนนำไปสู่ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักร่วมเพศเดียวกัน (Dreyer, 2007)



ภาพที่ 1 ส่วนหนึ่งของโมเดลความเครียดของคนกลุ่มน้อยในสังคม (Meyer, 2007, p. 248)

อิทธิพลของสังคมที่ส่งผลให้เกิดภาพในทางลบต่อความเป็นชายรักชายดังที่กล่าวมาในเบื้องต้นสอดคล้องกับโมเดลเรื่องความเครียดของคนกลุ่มน้อยในสังคม (Minority Stress Model) ของ Meyer (2007) ดังภาพที่ 1 ถึงลักษณะของบุคคลโดยรวมในสังคมว่าสถานการณ์และสภาพแวดล้อมในสังคม (Circumstances in the environment) เป็นส่วนสำคัญที่ยิ่งใหญ่สำหรับแต่ละบุคคลที่กำหนดหรือบ่งชี้ว่าบุคคลแต่ละคนมีแหล่งความเครียดทั่วไป (General Stressors) มาก

น้อยเพียงใด ซึ่งความเครียดที่เกิดขึ้นก็จะเป็นตัวบ่งชี้อีกทอดหนึ่งว่าสุขภาพจิต (Mental Health Outcomes) ของแต่ละบุคคลจะมีสภาพในทางบวกหรือลบอย่างไร

อย่างไรก็ตาม กรณีของชายรักชายนั้นแตกต่างจากกรณีของบุคคลโดยรวมที่กล่าวมาก่อนหน้านี้ เพราะเมื่อชายรักชายรับรู้ถึงรสนิยมทางเพศที่แตกต่างหรือการมีสถานะเป็นคนกลุ่มน้อยในสังคม (Sexual Minority Status) ของตนเองแล้ว ชายรักชายต้องเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ทางลบที่สังคมและบุคคลรอบข้างมีต่อตนเอง (Distal Minority Stressors) เช่นการเหยียดเพศ อคติต่อชายรักชาย การล่วงละเมิดทางวาจาและทางกาย ซึ่งส่งผลให้ชายรักชายรับเจตคติในทางลบว่าการเป็นชายรักชายเป็นเรื่องที่แตกต่างและสังคมมองในแง่ลบ

ในขณะเดียวกัน หลังจากที่ชายรักชายรับรู้รสนิยมทางเพศที่แตกต่างของตนเอง ชายรักชายได้พัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศที่เป็นกลุ่มน้อยในสังคม (Minority Identity) และยอมรับว่าตนเองเป็นชายรักชาย จากนั้นการเป็นชายรักชายจึงกลายมาเป็นส่วนหนึ่งของภาพที่ชายรักชายมองตนเอง หรืออัต-มโนทัศน์ (self-concept) ที่ชายรักชายแต่ละคนมี ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่บ่งชี้ความรู้สึกต่อตนเองและคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ของชายรักชายแต่ละคน

กระบวนการภายในจิตใจหลังจากที่ชายรักชายพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศที่เป็นกลุ่มน้อยในสังคม ก่อให้เกิดความเครียดขึ้นมาในรูปแบบต่างๆ กัน อีกทั้งยังทิ้งร่องรอยของความรู้สึกและเจตคติในทางลบต่อตนเองและความเป็นชายรักชายของตนเอง ซึ่งกลายเป็นตัวกระตุ้นความเครียดที่เกิดจากจิตใจของชายรักชาย (Proximal Minority Stressors) ได้แก่ ความคาดหวังว่าตนเองจะถูกปฏิเสธจากผู้อื่น (Expectation of Rejection) การปิดบังเอกลักษณ์ทางเพศของตนเอง (Concealment) และความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Internalized Homophobia)

ความคาดหวังว่าตนเองจะถูกปฏิเสธจากผู้อื่น (Expectation of Rejection) เกิดขึ้นพร้อมกับการได้รับปฏิกิริยาทางลบจากสังคมและบุคคลรอบข้างอย่างต่อเนื่อง จนชายรักชายเรียนรู้ว่าตนเองจะต้องถูกปฏิเสธหรือเหยียดเพศอีก ด้วยเหตุว่าตนเป็นชายรักชาย ทั้งนี้เพื่อปกป้องตนเองและลดความเสี่ยงที่ตนเองอาจต้องถูกปฏิเสธ หรือรู้สึกทางลบกับตนเองเพิ่มขึ้นอีก ชายรักชายจึงเลือกที่จะปิดบังเอกลักษณ์ทางเพศของตนเอง (Concealment) อย่างไรก็ตามการปิดบังนี้เป็นการเพิ่มภาระทางจิตใจและก่อให้เกิดความเครียดเพิ่มเติมขึ้นมาอย่างมากมาย ซึ่งอาจกลายเป็นวงจรอุบาทว์ระหว่างความคาดหวังว่าจะถูกปฏิเสธกับการปิดบัง เพราะความคาดหวังว่าจะถูกปฏิเสธและการปิดบังล้วนเป็นตัวกระตุ้นซึ่งกันและกันให้คาดหวังว่าจะถูกปฏิเสธและมีการปิดบังมากขึ้นเรื่อยๆ จนชายรักชายแยกตัวจากสังคมมากขึ้นและซ่อนความเป็นตัวเองไว้จากบุคคลรอบข้างอย่างมิดชิด ทำให้ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Internalized Homophobia) ของตนเองเพิ่มพูนมากขึ้นจิตใจของ

ชายรักชาย เพราะไม่ว่าจะปิดบังได้หรือไม่ ชายรักชายก็มีเจตคติในทางลบต่อตนเองและความเป็นชายรักชายของตน

ชายรักชายนำข้อมูลในทางลบเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายที่สังคมมีมาสู่การรับรู้และการมองตนเอง และยอมรับว่าข้อมูลทางลบและการเหยียดจากสังคมและคนรอบข้างเหล่านี้เป็นความจริง และตนเองก็เป็นส่วนหนึ่งในสิ่งที่สังคมมองด้วย และยอมรับว่าตนเองเป็นคนที่ไม่ดี ไม่ถูกต้องตามจริยธรรม ไม่เป็นที่ยอมรับ หรือผิดปกติ ตีตราตัวเองว่าเป็นชายรักชาย (Stigmatization) ตามภาพในทางลบของชายรักชายตามที่สังคมมี โดยฝังรากความรู้สึกและเจตคติในทางลบที่รุนแรงต่อตนเองและความเป็นชายรักชายของตนเองลงไปในชีวิต

ยิ่งไปกว่านั้น แม้ว่าชายรักชายต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการแสดงออกถึงการเป็นรักร่วมเพศที่น่าขยะแขยงของตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการความรักจากผู้ชายด้วยกัน จึงทำให้รู้สึกเกลียดชังตนเอง ไม่ว่าจะจากสิ่งที่ตนเองเป็นหรือจากสิ่งที่ตนเองต้องการ (Dreyer, 2007) เพราะชายรักชายเองก็ยอมรับและเห็นด้วยกับภาพในทางลบที่สังคมมีต่อการเป็นรักร่วมเพศไปแล้ว (Herek, 2004; Herek et al., 2009)

Meyer (2007) ได้กล่าวสรุปไว้ว่าความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันไม่สามารถที่จะหายไปได้อย่างสิ้นเชิง เนื่องจากชายรักชายมีประสบการณ์ที่ต้องพบเจอกับเจตคติทางลบที่มีต่อการเป็นชายรักชายตั้งแต่ยังอายุน้อย ดังนั้นจึงเป็นเรื่องปกติที่ชายรักชายจะยังมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันแฝงอยู่ แม้ว่าชายรักชายจะสามารถยอมรับการเป็นรักร่วมเพศของตนเองได้แล้วก็ตาม แต่ก็ยังมีการบ่อนทำลายหรือขัดแย้งในตัวของตัวเองอยู่ ทำให้ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันมีความสำคัญต่อสภาพจิตใจและการปรับตัวของชายรักชายตลอดทุกช่วงวัย

2.3 อายุและพัฒนาการกับความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

งานวิจัยหลายชิ้นที่ผ่านมา (Brown & Trevethan, 2010; Greene & Britton, 2012; Rowen & Malcolm, 2002) แสดงให้เห็นว่าความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันและพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชายนั้นเป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง ซึ่งความสัมพันธ์เป็นในรูปแบบที่ผกผันกัน คือชายรักชายที่อยู่ในขั้นพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศในช่วงเริ่มต้นจะมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันสูง และชายรักชายที่อยู่ในขั้นพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศในช่วงปลายจะมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำ จึงอาจกล่าวได้ว่าในการประมาณช่วงอายุของชายรักชายที่มีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันเด่นชัดจึงอาจใช้เหตุการณ์สำคัญเป็นตัวบ่งชี้ได้

หากพิจารณาถึงขั้นตามทฤษฎีพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของ McDonald (1982 อ้างใน Yarhouse, 2001) จะเห็นว่าชายรักชายมีเหตุการณ์สำคัญ (Milestones) ตามทฤษฎีนี้ได้แก่การ

ตระหนักถึงรสนิยมทางเพศแบบชายรักชาย การมีประสบการณ์ทางเพศ การระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย การมีความสัมพันธ์แบบคู่อรักรั้งแรกและการมีเอกลักษณ์แบบชายรักชายในทางบวก ตามลำดับ และในช่วงเวลาที่ต่างกันออกไป โดย McDonald ได้ระบุช่วงอายุโดยประมาณที่เกิดเหตุการณ์สำคัญสำหรับชายรักชายไว้ ซึ่งสอดคล้องกับช่วงอายุที่ Dube และ Savin-Williams (1999) ได้สรุปไว้ดังที่แสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

ช่วงอายุของเหตุการณ์สำคัญในชีวิตชายรักชาย

เหตุการณ์สำคัญ	อายุเฉลี่ยตามงานวิจัยของ McDonald (1982) (ปี)	ช่วงอายุตามที่ Dube และ Savin-Williams สรุป (1999) (ปี)	อายุเฉลี่ยตามงานวิจัยของ Drasin และคณะ (2008) (ปี)
การตระหนักถึงรสนิยมทางเพศแบบชายรักชาย	13	8-11	11.6
การเข้าใจคำว่า “การรักเพศเดียวกัน”	19	-	-
การมีประสบการณ์ทางเพศ	19	12-15	-
การสำเร็จความใคร่ให้แก่เพศชายคนอื่น	-	-	15.5
การถึงจุดสุดยอดของความรู้สึกทางเพศร่วมกับบุคคลเพศชายคนอื่น	-	-	17.5
การระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย	-	15-18	16.9
การมีความสัมพันธ์แบบคู่อรักรั้งแรก	-	18-20	-
การเปิดเผยตนเองต่อบุคคลที่ไม่ใช่คนรักเพศเดียวกัน	23	-	-
การเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่น	-	17-19	22.5
การเข้าบาร์เกย์	-	-	22.5
การเปิดเผยตนเองต่อสมาชิกในครอบครัว	-	-	25.7
การมีเอกลักษณ์แบบชายรักชายในทางบวก	24	-	-

จากนั้น Drasin และคณะ (2008) ได้ทำการสำรวจระยะเวลาที่เกิดเหตุการณ์สำคัญในชีวิตของชายรักชายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น และเน้นรายละเอียดเพิ่มเติมของเหตุการณ์สำคัญในชีวิตของชายรักชาย ไม่ว่าจะเป็นการแจ้งรายละเอียดของประสบการณ์ทางเพศแบบชายรักชายออกเป็นการสำเร็จ

ความใคร่ให้แก่บุคคลเพศชายคนอื่นและการถึงจุดสุดยอดของความรู้สึกทางเพศร่วมกับบุคคลเพศชายคนอื่น (orgasm with another male) หรือการเพิ่มเติมรายละเอียดเกี่ยวกับการเปิดเผยตนเอง ออกเป็น การเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่น (told someone you were gay) การเข้าบาร์เกย์ (went to a gay bar) และการเปิดเผยตนเองต่อสมาชิกในครอบครัว (came out to a family member) ดังรายละเอียดที่แสดงไว้ในตารางที่ 1

ขั้นพัฒนาการที่มีความเด่นชัดในเรื่องความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันจะอยู่ในขั้นพัฒนาการตั้งแต่การมีประสบการณ์ทางเพศและการระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย ไปจนถึงขั้นที่มีการเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่นและสมาชิกในครอบครัว ดังนั้นหากพิจารณาตามช่วงอายุจึงอยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 15-25 ปี

อย่างไรก็ตามมีงานวิจัย (Newcomb & Mustanski, 2010) ที่ทำการวิเคราะห์ทอภิมาน (Meta-analysis) งานวิจัยในอดีตที่ทำการศึกษาเรื่องความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ระบุว่าชายรักชายที่มีความเด่นชัดในเรื่องความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันและมีปัญหาทางสุขภาพกายและใจที่มีอายุตั้งแต่ 35 ขึ้นไปนั้นมักจะถูกละเลยจากงานวิจัยที่ผ่านๆ มา ทั้งนี้ ข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ทอภิมานนั้นระบุว่าชายรักชายที่มีอายุมากกว่า 35 นั้นก็มีปัญหาและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันไม่ต่างกันจากชายรักชายที่อายุน้อยกว่า 35 (Dew, Myers, & Wightman, 2005) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Brown และ Trevethan (2010) ที่พบว่าชายรักชายที่มีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันนั้นจะชะลอการเปิดเผยตนเองต่อพี่น้องและผู้ปกครองของตนเองออกไป และช่วงอายุของผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยของนพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย (2555) ที่ศึกษาประสบการณ์ของชายรักชายที่ไม่เปิดเผยตนเองกับผู้ปกครอง ที่พบว่าผู้ให้ข้อมูลที่เป็นชายรักชายส่วนใหญ่ในการวิจัยนี้ยังมีเจตคติในทางลบต่อการเป็นชายรักชาย และมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ซึ่งมากถึงสองในสามของผู้ให้ข้อมูลหลักมีอายุมากกว่า 25 ปี ซึ่งเป็นอายุที่เกินกว่าอายุที่ทฤษฎีของ McDonald และงานวิจัยของ Drasin และคณะได้ระบุไว้ (McDonald 1982 อ้างใน Drasin et al., 2008; Yarhouse, 2001)

แม้ชายรักชายจะผ่านเหตุการณ์สำคัญในชีวิตมาแล้วแต่ก็ไม่ได้หมายความว่าชายรักชายจะสามารถจัดการกับเหตุการณ์นั้นๆ ได้เลย โดยยิ่งผ่านเหตุการณ์สำคัญตามขั้นพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศมาได้ยาวนานเท่าไร บุคคลก็จะยิ่งมีความสอดคล้องกลมกลืนกับเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองหรือยอมรับในตนเองมากขึ้นเท่านั้น (Rosario, Schrimshaw, Hunter, & Braun, 2006; ภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์, 2555) ดังนั้นช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมสำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงกำหนดไว้ในช่วงตั้งแต่ 18 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่ชายรักชายมีประสบการณ์ทางเพศหรือพึงระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย ซึ่งมีโอกาสสูงที่จะเกิดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในจิตใจชายรักชาย ไปจนถึงอายุ 40 ปี เพื่อให้ครอบคลุมกลุ่มชายรักชายที่มีอายุมากขึ้นและอาจยังมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Newcomb & Mustanski, 2010)

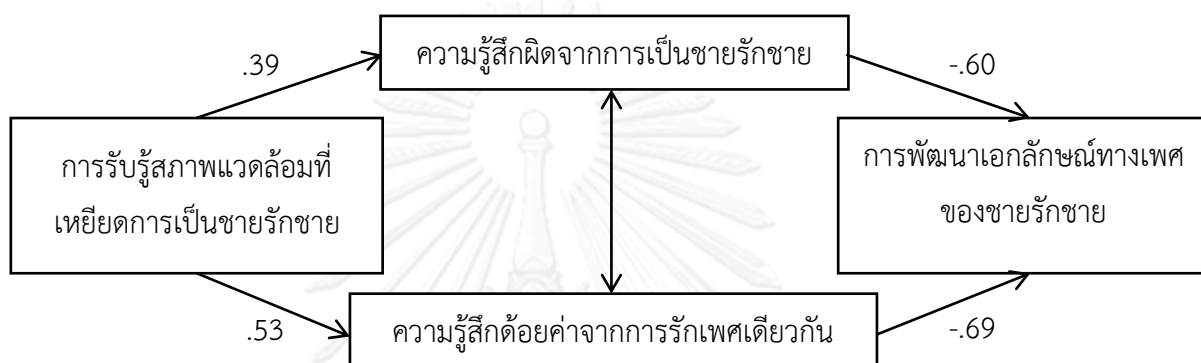
2.4 ผลจากการรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

ความรู้สึกด้อยค่าที่ฝังลึกก่อให้เกิดชายรักชายเกิดมุมมองและความรู้สึกต่างๆ ในแง่ลบต่อตนเอง ตามมาได้แก่การไม่เปิดเผยเพศวิถีของตนเพราะต้องการการยอมรับ (Frost & Meyer, 2009; Herek et al., 1997; Ross & Rosser, 1996) ปฏิเสธความเป็นรักร่วมเพศของตนเอง หลีกเลี่ยงการแสดงออกถึงเพศวิถีที่น่ารังเกียจของตนเอง (Herek, 2004) ไม่สบายใจในเพศวิถีของตนเอง (Ross et al., 2008; Rosser et al., 2008) ไม่มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งหรือเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่ เป็นรักร่วมเพศเหมือนกัน (Frost & Meyer, 2009; Herek et al., 1997; Ross & Rosser, 1996) ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลรักต่างเพศได้ มีอาการของโรคซึมเศร้า (Berghe, Dewaele, Cox, & Vincke, 2010; Frost & Meyer, 2009; Herek et al., 1997; Ross et al., 2008; Rosser et al., 2008) เสียสุขภาพทางจิต (Berghe et al., 2010; Dew et al., 2005) มีอัตมโนทัศน์ทางด้านรูปลักษณ์ในทางลบและมีความมั่นคงทางอารมณ์ต่ำ (Rowen & Malcolm, 2002) ตึงเครียด (Meyer, 1995) รู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่าในตนเอง (Allen & Oleson, 1999; Herek et al., 1997; Rowen & Malcolm, 2002; Szymanski & Carr, 2008) รู้สึกอาย (Allen & Oleson, 1999; Brown & Trevethan, 2010) รู้สึกผิด โกรธ เกลียดชัง และขยะแขยงต่อความเป็นรักร่วมเพศของตน (Rowen & Malcolm, 2002; White, 1997)

นอกจากนั้นความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันยังก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นโทษต่อตนเองด้วย เช่น การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันโรคติดต่อ (Ross et al., 2008) การขายบริการทางเพศ หนีออกจากบ้าน การทำผิดกฎหมาย การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติดต่างๆ และการฆ่าตัวตาย (Savin-Williams, 1994) และการที่ชายรักชายถูกกดขี่ ข่มเหงจากสังคมบ่อยครั้งก็จะทำให้เกิดความกลัว จนทำให้ในหลายๆ ครั้งไม่สามารถประเมินสถานการณ์รอบๆ ข้างตนเองอย่างสมเหตุสมผล ทำให้ไม่สามารถที่จะตอบสนองหรือมีพฤติกรรมที่เหมาะสมอันก่อให้เกิดผลเสียตามมาต่อตัวชายรักชายเอง (Perez, 2005)

ยิ่งไปกว่านั้นเมื่อบุคคลเหล่านี้มีคู่ที่เป็นเพศเดียวกัน ก็จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกขัดแย้งภายในตนระหว่างความต้องการที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลเพศเดียวกันและภาพที่ตนมองว่าตนไม่ควรจะเป็นรักร่วมเพศ ทำให้ความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่มีแย่งลง มีปัญหาในการมีเพศสัมพันธ์ (Meyer, 1995) มีปัญหาในความสัมพันธ์ (Frost & Meyer, 2009) และไม่พอใจในความสัมพันธ์ที่ตนเองมี (Ross & Rosser, 1996) ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันยังเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์การถูกปฏิเสธจากผู้ปกครองและความคาดหวังว่าตนเองจะถูกปฏิเสธอีกในความสัมพันธ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย (Pachankis, Goldfried, & Ramrattan, 2008) ซึ่งอาจกลายเป็นวงจรอุบาทว์ที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกทางลบต่อๆ ไปอีกไม่รู้จบ อาจส่งผลต่อ

พัฒนาการทางอารมณ์ของบุคคล (Herek, 2004) และการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย อีกด้วย (Mayfield, 2001; Savin-Williams, 2005) ดังที่ ได้เสนอโมเดลที่แสดงความสัมพันธ์ ระหว่างสภาพแวดล้อม ความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ความรู้สึกผิดต่อความเป็นรักร่วม เพศและการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย ดังที่แสดงในภาพที่ 2 ซึ่งเน้นย้ำให้เห็น ความสำคัญของการลดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่อการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของ ชายรักชาย



ภาพที่ 2 โมเดลแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางจิตวิทยาที่ทำนายการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย (Rowen & Malcolm, 2002, p. 86)

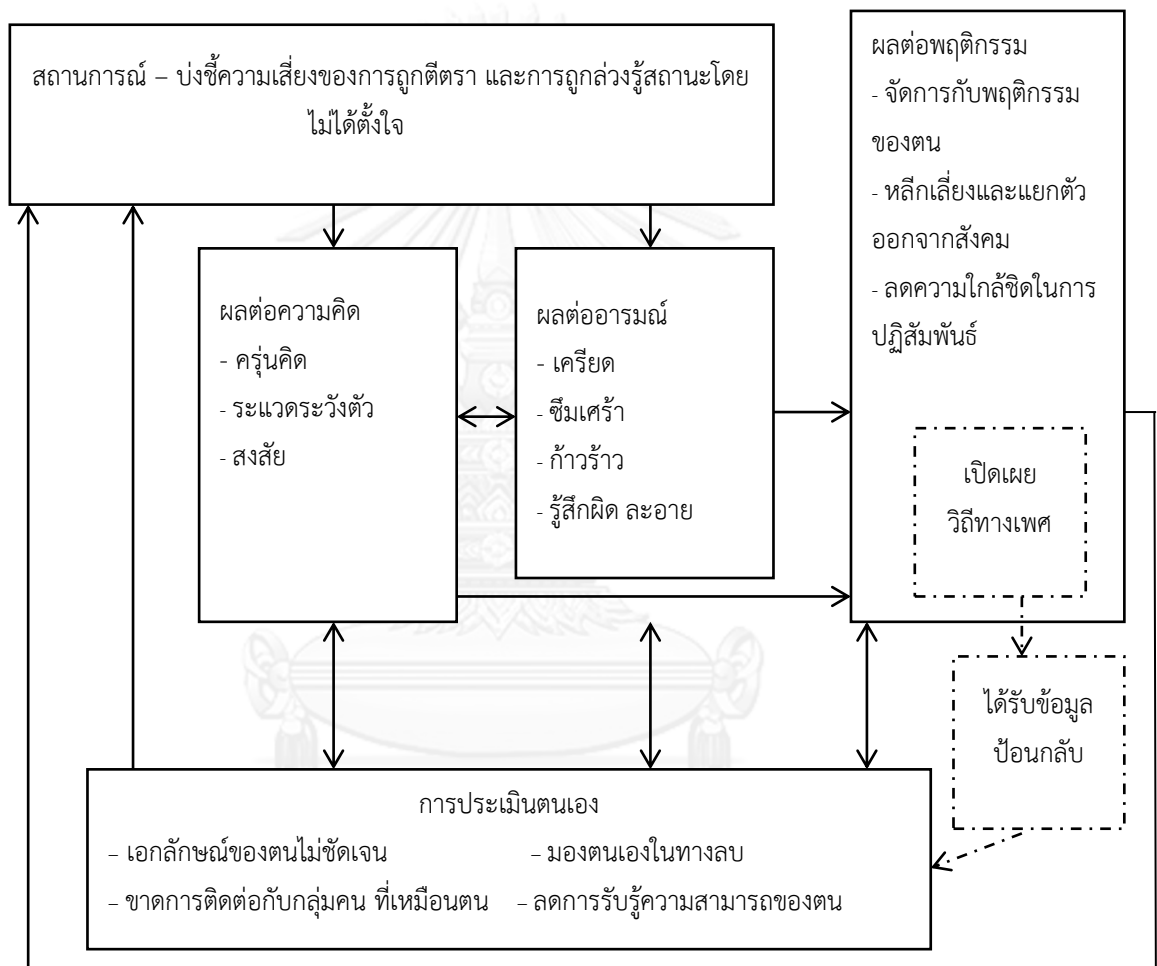
2.5 การรับมือกับท่าทีในทางลบของสังคมของชายรักชาย

รูปแบบการรับมือกับความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ท่าทีที่สังคมมีต่อตนเองและ ความเป็นรักร่วมเพศของตน มีแตกต่างกันออกไปมากมายหลายรูปแบบ โดยมีหลายส่วนที่ยังตอกย้ำ ความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายยิ่งขึ้นไปอีก ซึ่งนักวิจัยหลายคนก็ได้อธิบายถึง รูปแบบที่ต่างๆ กันออกไปเช่น Hetrick และ Martin (1987 อ้างใน Radkowsky & Siegel, 1997) สรุปว่า เมื่อชายรักชายถูกตีตราจะรับมือกับความรู้สึกทางลบเหล่านี้ด้วยวิธีการได้แก่ 1) ปฏิเสธว่า ตัวเองเป็นชายรักชาย ดังเช่นการมองว่าความรู้สึกดึงดูดทางเพศกับผู้ชายของตนเป็นสิ่งที่ไม่ถาวร ซึ่ง ช่วยเลื่อนระยะเวลาที่บุคคลจะต้องรับมือกับความรู้สึกทางลบเหล่านี้ออกไปได้ชั่วคราว 2) พยายามทำ ตัวเป็นชายรักต่างเพศ เนื่องจากมุมมองที่ว่าความเป็นชายรักต่างเพศดีกว่า หรือเหนือกว่าชายรักชาย หรือชายรักชายบางส่วนก็พยายามที่จะเปลี่ยนแปลงรสนิยมทางเพศของตนเอง ชมอารมณ์ทางเพศที่มี ต่อผู้ชายของตนเอง หรือเลือกใช้การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองแทนที่จะไปมีเพศสัมพันธ์กับชายรัก ชายคนอื่น และ 3) การตอบสนองภาพในทางลบของตนเอง (Self-fulfilling negativism) โดยมอง ว่าไม่ว่าตนจะทำอะไรก็ตามก็ยังไม่เพียงพอที่จะทำให้ตนประสบความสำเร็จหรือเป็นที่ยอมรับ เพราะ มองว่าการเป็นชายรักชายเป็นอุปสรรคยิ่งใหญ่ที่ขวางกั้นอยู่ ดังนั้นจึงพยายามที่จะตอบสนองคนอื่น

ตลอดเวลาเพื่อพิสูจน์ว่าตนเองก็เป็นที่รักได้แม้ว่าตนจะเป็นชายรักชาย จนอาจทำให้สูญเสียเอกลักษณ์แห่งตน ไม่แยแสตนและความต้องการของตนเอง ช่วยเหลือและดูแลคนอื่นตลอดเวลา หรืออาจทุ่มเทพลังงานให้การเรียนหรือกิจกรรมต่างๆ เพื่อจะหลีกเลี่ยงความรู้สึกเหล่านี้ จนอาจทำให้ขาดทักษะหรือแนวทางในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น สอดคล้องกับงานวิจัยเชิงคุณภาพ (นพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย, 2555; ภาควิชา ศึกษาศาสตร์, 2555) ที่พบว่าชายรักชายพยายามที่จะไม่ทำให้ครอบครัวของตนเองผิดหวังมากไปกว่าเรื่องที่ตนเองเป็นชายรักชาย จึงพยายามทำสิ่งต่างๆ เพื่อชดเชยความรู้สึกผิดที่ตนเองเป็นชายรักชาย เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวยอมรับตนเองในด้านอื่นนอกเหนือจากการเป็นชายรักชาย

ชายรักชายบางส่วนไม่ได้อยู่ในสถานะหรือบริบทที่จะซ่อนหรือปิดบังความเป็นชายรักชายของตนเองได้ อย่างไรก็ตามชายรักชายมีโอกาสเลือกที่จะปิดบังเรื่องดังกล่าวได้ในหลายกรณี เนื่องด้วยความกลัวผลทางลบจากการเป็นชายรักชายและการเปิดเผยตนเอง หรือเห็นตัวอย่างในทางลบจากสังคมหรือชุมชนของตน ดังเช่นในบริบทของครอบครัวหรือการเปิดเผยตนเองต่อผู้ปกครอง ที่ชายรักชายสัมผัสได้ถึงมุมมองในทางลบและไม่ยอมรับความเป็นชายรักชายของผู้ปกครอง (เตโช ชัยวุฒิ, 2554; นพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย, 2555; ภาควิชา ศึกษาศาสตร์, 2555) ชายรักชายจึงเลือกที่จะปิดบังหรือเปิดเผยตนเองเพียงบางส่วนเพื่อปกป้องตนเอง (Meyer, 2007; Radkowsky & Siegel, 1997; Ragins, 2008; Sylva, Rieger, Linsenmeier, & Bailey, 2010; นพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย, 2555; ภาควิชา ศึกษาศาสตร์, 2555) จนในบางครั้งทำให้ชายรักชายรู้สึกกลัวว่าเสื้อผ้า การพูด การเดิน ความสนใจเพื่อนฝูงหรือการแสดงออกของตนจะทำให้เกิดความเสียหายที่ผู้อื่นจะสงสัยหรือล่วงรู้ว่าตนเองเป็นชายรักชายโดยไม่ตั้งใจหรือไม่ จึงต้องคอยกำกับตนเองตลอดเวลาหรือดำเนินชีวิตไปตามกรอบที่บุคคลรอบข้างคาดหวังกับตนเอง เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นจุดสนใจ ด้วยความกลัวว่าผู้อื่นจะรู้สึกไม่ดีต่อตนเอง หรือจะมีปฏิกิริยาในทางลบหากรู้ว่าตนเป็นชายรักชาย ในสถานการณ์ที่ชายรักชายประเมินแล้วว่ามีความเสี่ยงสูงต่อผลตอบรับในทางลบหากเปิดเผยตนเองหรือชายรักชายยังไม่พร้อมรับความเสี่ยง ดังเช่นในกรณีการเปิดเผยตนเองแก่ผู้ปกครอง ชายรักชายอาจเลือกจะปิดบังตนเองจากผู้ปกครอง เพราะช่วยให้ตนรู้สึกปลอดภัยและสมดุลในการจัดการความเสี่ยงของตนเอง (นพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย, 2555) อย่างไรก็ตามการปิดบังหรือการกำกับตนเองเหล่านี้ก็กลับยิ่งทำให้ชายรักชายเองรู้สึกที่ตนเองแปลกแยก อึดอัด คับข้องใจ เครียด โดดเดี่ยวหรือด้อยค่าลงกว่าเดิม และก็ยังต้องทำการปิดบังตนเองต่อไปเรื่อยๆ (Ragins, 2008; นพลสิทธิ์ สิริจรูญชัย, 2555) สอดคล้องกับภาพที่ 3 ที่ Pachankis (2007) ได้เสนอโมเดลกระบวนการทางจิตใจในการซ่อนสถานะที่ถูกตีตราของตน เมื่อบุคคลพยายามจัดการและซ่อนสถานะที่ถูกตีตราของตน ก็จะทำให้เกิดผลกระทบทางลบต่อจิตใจ

อีกทางหนึ่งที่ชายรักชายใช้รับมือกับท่าทีทางลบของสังคมคือการลดลักษณะที่แสดงออกถึงความเป็นเพศหญิงของตนลง เพื่อตอบสนองและยอมตามบทบาททางเพศที่สังคมคาดหวังว่าผู้ชายควรจะมีแต่ความเป็นชายเท่านั้น (Taywaditep, 2002; นพสิทธิ์ สิริจฺญชัย, 2555) โดยการกำกับตนเองให้ภาพของตนที่ออกไปสู่สังคมหรือบุคคลรอบข้างมีแต่ความเป็นชายเท่านั้น เพื่อลดความขัดแย้งระหว่างความเป็นรักร่วมเพศของตนเองซึ่งอาจจะมีด้านที่มีความเป็นหญิงมากกว่าชายรักต่างเพศทั่วไปและกรอบที่สังคมมองว่าผู้ชายคนไหนก็ตามควรจะมีความเป็นชายสูง



ภาพที่ 3 โมเดลกระบวนการทางจิตใจในการปิดบังสถานะที่ถูกตีตราของตน (Pachankis, 2007, p. 330)

การรับมือกับท่าทีในทางลบที่สังคมมีต่อชายรักชายเหล่านี้เป็นภาพที่สะท้อนให้เห็นถึงความพยายามของชายรักชายที่ต้องการการยอมรับจากคนรอบข้างและสังคม และต้องการที่จะลดความเสี่ยงเพื่อปกป้องตนเอง ในขณะที่เดียวกันการรับมือเหล่านี้ก็สะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกด้อยค่าจากการ

รักเพศเดียวกันที่ฝังรากลึกอยู่ในชายรักชาย และการยอมรับเจตคติในทางลบที่สังคมมีต่อชายรักชาย ด้วย ดังนั้นการทำความเข้าใจและสังเกตการรับมือของชายรักชายเหล่านี้จึงเป็นจุดเริ่มต้นในการให้ความช่วยเหลือเพื่อลดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย

3. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

3.1 นิยาม

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย หมายถึง การปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ยืนยันเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย หลักรักหญิง และบุคคลรักสองเพศในฐานะของผู้ที่มีความเท่าเทียมกับผู้รักร่างต่างเพศ (Davies, 1996 อ้างใน Crisp & McCave, 2007)

3.2 ความเป็นมา

แม้ว่าการกลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยาในภาพรวมจะมีประสิทธิภาพและสามารถช่วยเหลือบุคคลได้มาก แต่ในอดีตที่ผ่านมามีงานที่เน้นไปที่กลุ่มคนที่เป็นชายรักชายจำนวนไม่มากนัก หรือแม้จะมีแต่งานที่มีไม่เป็นที่ยอมรับกับชายรักชาย (Dreyer, 2007; Hicks, 2000; Langdrige, 2007; Milton & Coyle, 1999) โดยยังมีการเหยียดในรูปแบบต่างๆ เช่นมีการบำบัดหรือการปรึกษาจำนวนมากที่เน้นไปที่การเปลี่ยนแปลงเพศวิถีของชายรักชาย มากกว่าที่จะเน้นการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจอย่างแท้จริง (Kirby, 2008; Milton & Coyle, 1999) หรือการมีอคติว่าไม่มีใครที่เกิดมาเป็นรักร่วมเพศตามธรรมชาติ แต่คนที่เป็นรักร่วมเพศมีข้อผิดพลาดหรือปัญหาทำให้ไม่สามารถเป็นบุคคลรักต่างเพศได้อย่างสมบูรณ์ (Harrison, 2000; Milton & Coyle, 1999)

เมื่อผู้ที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาเองเป็นผู้ที่เหยียดหรือไม่ยอมรับผู้ที่เป็นชายรักชาย ไม่ว่าจะเพราะอคติในจิตใจ ขาดความเข้าใจความเป็นชายรักชายและประเด็นปัญหาของชายรักชายที่เพียงพอ (Harrison, 2000; Milton & Coyle, 1999) หรือขาดการฝึกฝนการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายที่เพียงพอ (Alderson, 2004) จึงล้วนก่อให้เกิดผลทางลบต่อจิตใจของผู้ที่เป็นชายรักชาย ดังที่ Mair (2003) ได้พบผ่านทางประสบการณ์ของชายรักชายที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาว่า ชายรักชายเหล่านี้รู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน เนื่องจากการเหยียดหรือไม่แยแสของนักจิตวิทยา การปรึกษาที่ชายรักชายเหล่านี้เคยประสบมาที่ไม่ได้เน้นการยืนยันความเป็นชายรักชาย ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าใจไปว่าปัญหาเรื่องเพศวิถีของผู้รับบริการไม่ใช่ประเด็นที่แตกต่างหรือมีความสำคัญอะไร (Kirby, 2008; Milton & Coyle, 1999) และทำให้ผู้รับบริการไม่มีโอกาสได้พูดคุยประเด็นเกี่ยวกับความรู้สึกเจ็บปวดที่มาจากความเป็นกลุ่มน้อยในสังคมที่ถูกมองข้าม ว่าไร้สาระ นำชนนำรังเกียจ นำขยะแขยง ถูกรังแกและเหยียดหยาม ซึ่งนอกจากจะไม่เอื้อให้เกิดประโยชน์ในการให้

ความช่วยเหลือแก่ชายรักชายแล้ว ยังส่งผลให้ชายรักชายรู้สึกว่าคุณค่าตนถูกปฏิเสธโดยนักจิตวิทยาการปรึกษาอีกด้วย (Kirby, 2008) ซึ่งหากบุคคลที่เป็นชายรักชายได้รับการยืนยันหรือยอมรับจากคนรอบๆข้าง ก็จะช่วยทำให้เขามองตนเองในทางบวก และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Harrison, 2000)

สรุปได้ว่างานวิจัยและบทความที่ผ่านมาสะท้อนให้เห็นถึงความต้องการและความสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เป็นมิตรและเหมาะสมกับกลุ่มผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย (Alderson, 2004; Dreyer, 2007; Herek & Garnets, 2007; Hicks, 2000; Langdridge, 2007; Milton & Coyle, 1999) ดังนั้นจึงมีการพัฒนาการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในรูปแบบที่เหมาะสมกับบุคคลที่เป็นชายรักชายมากขึ้น โดยเรียกว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

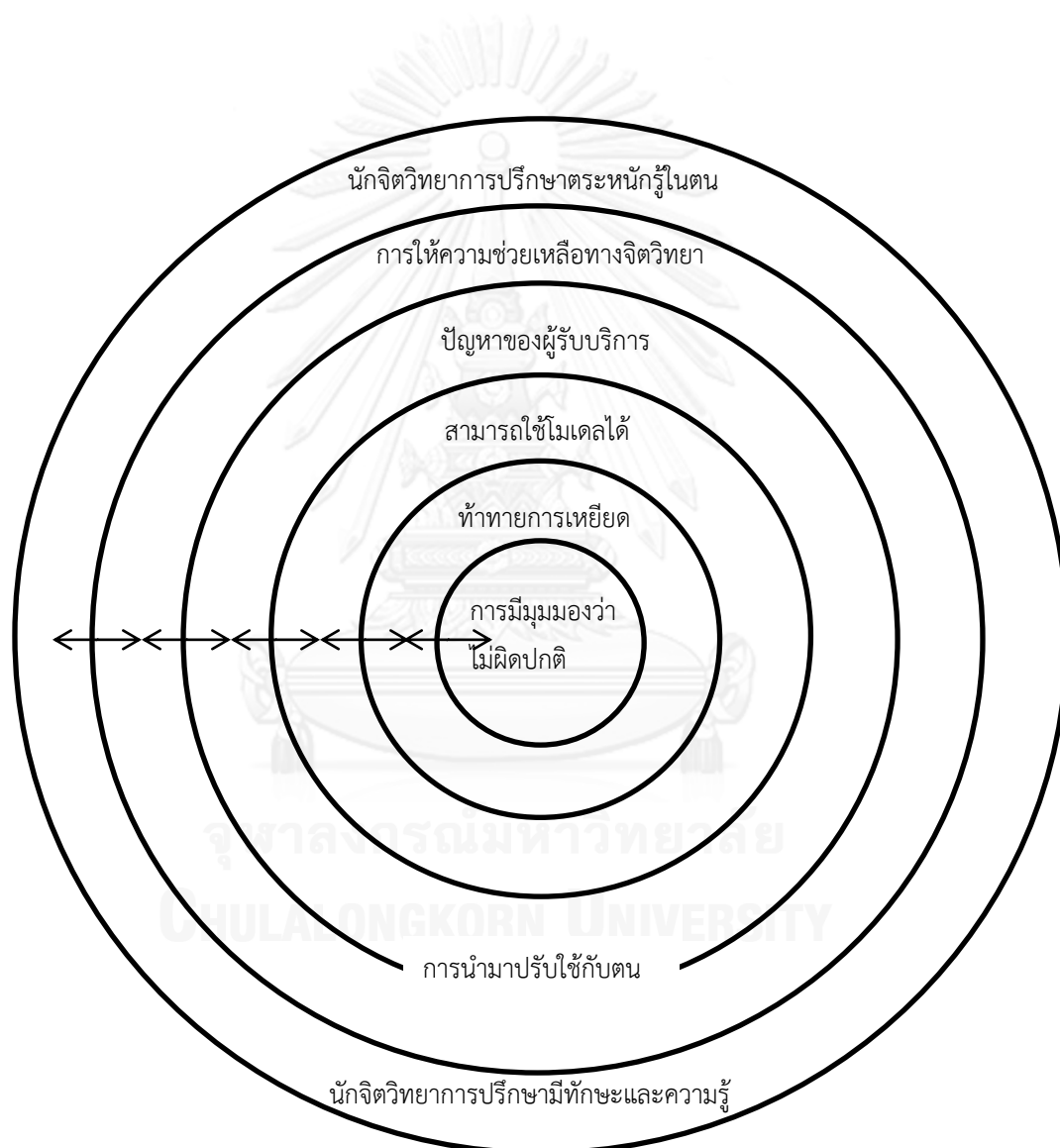
3.3 แนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเน้นว่านักจิตวิทยาการปรึกษาต้องพัฒนาองค์ความรู้ที่เหมาะสมกับการทำงานกับชายรักชายเพื่อความคุ้นเคยของนักจิตวิทยาการปรึกษา โดยสามารถตอบสนองต่อเรื่องราวเฉพาะกลุ่มของชายรักชายได้อย่างเหมาะสม และประยุกต์แนวทางและองค์ความรู้เหล่านี้มาใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของตนแล้วจึงทำหามุมมองของผู้ที่เป็นชายรักชายที่มองว่าการเป็นรักร่วมเพศเป็นอาการผิดปกติหรือเป็นโรค และความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยยืนยัน และยอมรับความเป็นชายรักชาย (Herek & Garnets, 2007; Hicks, 2000; Kirby, 2008) เพื่อเสริมสร้างและเพิ่มพูนพลังทางใจให้แก่ผู้รับบริการ ช่วยให้ความรู้สึกด้อยค่าและภาพในทางลบต่อการเป็นชายรักชายลดลง (Crisp & McCave, 2007; Hicks, 2000) และเกิดเป็นภาพการมองตนเองแบบใหม่ที่ยอมรับตนเองได้มากขึ้น (Harrison, 2000; Herek & Garnets, 2007)

Harrison (2000) ได้เสนอโมเดลของการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักในภาพที่ 4 จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยต่างๆ เกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยเน้นแก่นของแนวทางที่มุ่งมองว่าการเป็นชายรักชายไม่ใช่เรื่องผิดปกติ และเน้นการช่วยบรรเทาความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Kirby, 2008) โดยโมเดลนี้เริ่มต้นจากด้านในออกสู่ด้านนอกคือ 1) นักจิตวิทยาการปรึกษาเริ่มจากการมีมุมมองว่าการเป็นชายรักชายไม่ผิดปกติ 2) นักจิตวิทยาการปรึกษาทำหามุมมองและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในตนเองและคนอื่น 3) นักจิตวิทยาการปรึกษามุ่งมองและการทำหามุมมองที่กล่าวมาข้างต้นมาสู่ตนเอง และเป็นผู้ใช้โมเดลยืนยันนี้ 4) นักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าใจและมองเห็นมุมมองทางลบเหล่านี้แทรกอยู่ในปัญหาต่างๆ ที่ผู้มารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เป็นชายรักชายมี 5) นักจิตวิทยาการปรึกษาใช้รูปแบบการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เหมาะสม

กับปัญหาของผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย โดยมีทำที่ที่เหมาะสม และคำนึงถึงเรื่องของจรรยาบรรณ

6) นักจิตวิทยาการปรึกษาพัฒนาการตระหนักรู้ในตน ทักษะและความรู้ที่เหมาะสมในการให้บริการ แก่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายได้มากขึ้น ตามลำดับ ไม่ว่าจะเป็นการใช้แนวทางต่างๆ ในการเพิ่มพูน การเห็นคุณค่าในตนเอง ของชายรักชาย ความสำคัญของการเปิดเผยตนเองและการเป็นต้นแบบให้แก่ ผู้รับบริการ และการใช้ ข้อมูลหรือประเด็นต่างๆ ที่เฉพาะสำหรับกลุ่มชายรักชายเพื่อเปิดประเด็นให้ได้ สำรวจตนเอง เป็นต้น



ภาพที่ 4 โมเดลของการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายของ Harrison (2000, p. 48)

ในโมเดลนี้ ผู้เสนอต้องการจะเสนอว่าด้านนอกของโมเดลนั้นจะไม่สามารถอยู่ลำพังได้โดยปราศจากด้านอื่นๆ ที่เป็นเหมือนพื้นฐานที่มาก่อนหน้า เช่น นักจิตวิทยาการศึกษาเองต้องเพิ่มพูนองค์ความรู้ของตนเอง ที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกด้อยค่า การเหยียด และการเป็นชายรักชาย และคุ้นเคยกับวิถีชีวิตของชายรักชายมาก่อนแล้วจึงจะสามารถนำมามุมมองและการทำทายนี่มาสู่ตนเอง และเป็นผู้ใช้โมเดลยืนยันนี้ได้

นอกจากนี้ Clark (1987 อ้างใน Langdridge, 2007) ยังได้ระบุแนวทางการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายของนักจิตวิทยาการศึกษาไว้ 12 ข้อ ได้แก่

1. ต้องสำรวจความรู้สึกของตนเองที่มีต่อชายรักชาย
2. ห้ามกระทำการใดก็ตามที่สื่อถึงมุมมองว่าการเป็นชายรักชายไม่ปกติ ไม่เป็นที่ต้องการหรือไม่น่าพึงพอใจ
3. ตระหนักรู้และจัดการกับประเด็นเรื่องการเหยียดและการแบ่งแยกต่างๆ ที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายประสบมา
4. จัดการกับประเด็นเรื่องความเชื่อและภาพเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายในทางลบต่างๆ ที่ฝังอยู่ในใจผู้รับบริการ
5. สำรวจความรู้สึกต่างๆ และตระหนักรู้ถึงความรู้สึกเหล่านี้ที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมี โดยเฉพาะอารมณ์โกรธและไม่พอใจ
6. สนับสนุนภาพในทางบวกต่อร่างกายและ แรงกระตุ้นต่างๆ ที่เฉพาะเจาะจงกับความเป็นชายรักชายของผู้รับบริการ
7. สนับสนุนให้ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมีสังคมหรือเครือข่ายที่ยืนยันความเป็นชายรักชาย
8. สนับสนุนให้ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง
9. จัดการกับประเด็นเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อนของผู้รับบริการ
10. สนับสนุนให้ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมีค่านิยมเป็นของตนเอง โดยไม่ใช่บรรทัดฐานทางสังคมเป็นเกณฑ์ในการตัดสินหรือประเมินคุณค่าของตนเอง
11. ช่วยให้ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมีความรู้สึกกล้าอาย และความรู้สึกผิดลดลง

12. สนับสนุนความคิดและความรู้สึกที่ยอมรับและยืนยันการเป็นชายรักชายของผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย

Kashubeck-West, Szymanski และ Meyer (2008) ได้ให้รายละเอียด ขยายความและยกตัวอย่างสำหรับแนวทางในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาผ่านกรอบแนวคิดสตรีนิยม (Feminist) กับผู้ที่ เป็นชายรักชายที่สอดคล้องกับแนวทางของ Clark ดังต่อไปนี้

1. การเอื้อให้เกิดการตระหนักรู้ความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยอาจถามเรื่องราวเกี่ยวกับการเปิดเผยตนเองที่ผ่านมา ระดับการเปิดเผยตนเองของชายรักชาย ความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศ ประสบการณ์เกี่ยวกับมุมมองของสังคมแบบที่รักต่างเพศเป็นใหญ่ในโรงเรียน ครอบครัว ที่ทำงาน และสถาบันทางศาสนา ความสัมพันธ์กับบุคคลที่เป็นชายรักชาย คนอื่นๆ การเข้าถึงแหล่งสนับสนุนต่างๆ มุมมองแบบเหมารวม (Stereotype) และเจตคติเกี่ยวกับชายรักชายที่บุคคลได้รับในระหว่างที่เติบโตขึ้นมา และสำรวจผลกระทบของมุมมองและเจตคติเหล่านี้ที่มีต่อระดับการยอมรับในตนเองของชายรักชาย ถามเกี่ยวกับช่วงเวลาที่ยอมรับความรู้สึกอับอายในตนเอง และช่วงเวลาที่ยอมรับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง โดยประเด็นต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การสำรวจ และการตระหนักรู้ในตนเองยิ่งขึ้น

2. การสำรวจผลทางลบที่เกิดขึ้นจากท่าทีของสังคมแบบที่รักต่างเพศเป็นใหญ่ โดยการเปิดประเด็นเรื่องประสบการณ์ที่เคยถูกปฏิเสธ ประสบกับอคติ การแบ่งแยก การล่วงละเมิดทางเพศ หรือความรุนแรง การเอื้อให้ชายรักชายเห็นตนเองในบริบทของสังคมแบบที่รักต่างเพศเป็นใหญ่จะช่วยลดการตำหนิตัวเอง และแสดงให้เห็นว่าการอยู่ในสังคมที่มีท่าทีดังกล่าวส่งผลต่อความเป็นตัวตนของชายรักชายเองอย่างไรบ้าง ช่วยลดความรู้สึกทางลบที่มีต่อความยากลำบากของตนเอง โดยมองเป็นเรื่องของบริบททางสังคมมากกว่า และอาจจะสำรวจถึงความเชื่อในทางลบเกี่ยวกับชายรักชายที่ว่า “ความสัมพันธ์ระหว่างชายรักชายไม่ยืนยาว” “ชายรักชายไม่สามารถมีคู่รักคนเดียวโดยไม่นอกใจได้” เพื่อช่วยให้ชายรักชายมีความสัมพันธ์กับคู่รักที่ดีขึ้น จากความเข้าใจบริบทของสังคมที่กระทบต่อความเชื่อและเจตคติของตนและลดความรู้สึกอับอายเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตนลง

3. การท้าทายความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกัน สามารถทำได้หลากหลายแนวทาง เช่น ใช้วิธีการทางการรู้คิด (Cognitive Method) ในการประเมินความสมเหตุสมผลของความเชื่อของชายรักชาย การให้อ่านข้อมูลต่างๆ ที่มีข้อมูลในแนวยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย หรือระบุให้เห็นต้นแบบที่เป็นชายรักชายที่ชัดเจน และด้วยการสร้างเครือข่ายยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

4. การสอนแนวทางในการรับมือกับท่าทีในทางลบของสังคม โดยอาจช่วยให้ชายรักชาย ประเมินว่าสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมนั้นยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมากแค่ไหน เพื่อช่วยในการตัดสินใจเลือกได้อย่างเหมาะสม ประเมินความเสี่ยงจากการเปิดเผยตนเองต่อ ครอบครัวและคนรอบข้าง ระดมสมองเพื่อช่วยกันคิดแนวทางในการรับมือ โดยคุยกันถึงข้อดี ข้อเสีย และผลที่น่าจะเกิดขึ้นของแต่ละวิธี หรืออาจแนะนำแหล่งสนับสนุนในรูปแบบต่างๆ เช่น การคุยกับเพื่อนไม่ว่าจะเป็นรักร่วมเพศหรือรักต่างเพศที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย เพื่อช่วยให้ชายรักชายมีความเข้มแข็งที่จะสามารถรับมือกับท่าทีในทางลบของสังคมเหล่านี้ได้

ในขณะที่นักวิจัยอีกส่วนหนึ่ง (Fontaine & Hammond, 1996; Marszalek & Cashwell, 1999) ได้ให้แนวทางในการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยอิงตามขั้นการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศในโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass ดังข้อมูลในตารางที่ 2

แนวทางการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยอิงตามขั้นการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศในโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวทางที่ Ritter และ Terndrup (2002 อ้างใน Langdridge, 2007) สรุปไว้โดยอิงจากงานวิจัยเชิงประจักษ์เป็นหลัก ว่าแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายประกอบไปด้วยการช่วยลดความรู้สึกรู้สึกว่าตนเองถูกตีตราหรือตราบาปที่เกิดจากความแตกต่างจากผู้ที่ เป็นชายรักต่างเพศ สำรวจเพศวิถีของของผู้รับบริการ ช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ในการเหยียดของสังคมที่ยังมีอยู่ และสนับสนุนให้เกิดการยอมรับและความภาคภูมิใจในเพศวิถีแบบชายรักชายของผู้รับบริการ (Kirby, 2008)

จึงอาจสรุปได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายไม่เน้นให้บุคคลเปลี่ยนแปลงความเป็นตัวเองหรือเพศวิถีของตนเอง หรือเปลี่ยนสังคมและเจตคติของสังคมที่มีต่อการเป็นชายรักชาย หากแต่เน้นการเยียวยาบาดแผลทางจิตใจของผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายที่เกิดจากครอบครัวและสังคม เพื่อให้เกิดสุขภาวะแก่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย (Kirby, 2008; Lebolt, 1999)

ในช่วงหลายปีที่ผ่านมามุมมองโดยรวมของสังคมที่มีต่อชายรักชายเป็นไปในทางที่ยอมรับได้หรือเปิดกว้างมากขึ้น อีกทั้งยังมีงานวิจัยเชิงประจักษ์อีกมากมายที่สนับสนุนประสิทธิภาพของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย ทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายได้รับความนิยมมากขึ้น (Kirby, 2008)

ตารางที่ 2

แนวทางในการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยอิงตามขั้นการพัฒนา

เอกลักษณ์ทางเพศในโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass

ขั้นพัฒนาการ เอกลักษณ์ทางเพศ	ลักษณะของขั้นพัฒนาการ	แนวทางในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อ ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย
1. ขั้นสับสน เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Confusion)	บุคคลอาจยังไม่สามารถมองเห็น และคิดได้อย่างถ่องแท้เกี่ยวกับ อารมณ์และความรู้สึกต่างๆ เช่น รู้สึกด้อยค่าในตนเอง และรู้สึกแค้น กับความเป็นชายรักชายของ ตนเอง ที่ถ้าได้เข้ามาพร้อมกับ ความไม่ชัดเจนในตนเอง	การนำให้ชายรักชายจินตนาการตาม (Guided Imagery) ถึงสถานการณ์ที่ คลุมเครือ ไม่ชัดเจนหรือบุคคลมีความ แตกต่างกับบุคคลรอบข้าง ว่าชายรัก ชายเห็นภาพอะไรบ้าง เห็นตนเองเป็น อย่างไร รู้สึกอย่างไร โดยสนับสนุนและ ประคับประคองชายรักชาย จัดเตรียม แหล่งข้อมูลเกี่ยวกับการเป็นชายรักชาย สำรวจจุดแข็งในการเป็นบุคคลที่ แตกต่าง และไม่สนับสนุนให้ชายรักชาย รีบตัดสินใจหรือตีตราตัวเองว่าเป็นชาย รักชายทั้งๆ ที่ยังไม่ชัดเจนในตนเอง
2. ขั้นเปรียบเทียบ เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Comparison)	บุคคลอาจจะตระหนักและเข้าใจ ในความรู้สึกทางเพศแบบรักร่วม เพศที่ตนเองมีมากขึ้น โดยเห็น ความเป็นไปได้ที่ตนเองอาจจะ เป็นชายรักชาย	ช่วยให้ชายรักชายชัดเจนในความรู้สึก ทางเพศของตนเอง และสำรวจและทำ ความเข้าใจกับความรู้สึกเหล่านี้และ ความรู้สึกอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องเช่น ความ กลัว ความกังวล และความอับอาย โดย อาจจะบ่งชี้และให้ข้อมูลเกี่ยวกับต้นแบบ ที่เป็นชายรักชาย หรือจัดเตรียมแหล่ง ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย
3. ขั้นอดทนต่อ เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Tolerance)	บุคคลตระหนักว่าหากตนเองมี ความรู้สึกทางเพศแบบรักร่วม เพศตนเองก็น่าจะเป็นชายรักชาย แต่ยังมองภาพตนเองที่เป็นชาย รักชายในแง่ลบและยังไม่เข้าสู่วิถี การใช้ชีวิตหรือสังคมแบบชายรัก ชาย โดยเกิดความรู้สึกขัดแย้งใน จิตใจ	ช่วยให้บุคคลได้มองตนเองอย่าง สมเหตุสมผลมากขึ้น และยืนยันกับ ตัวเองถึงความเป็นตัวตนในปัจจุบัน และ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลที่อาจเกิดขึ้น ได้จากเจตคติในทางลบจากสังคม โดย การเอื้อให้เกิดการตระหนักรู้ความรู้สึก ด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่แฝงอยู่ ในชายรักชายและสำรวจความรู้สึกที่มี เกี่ยวกับการเปิดเผยตนเอง

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ขั้นพัฒนาการ เอกลักษณ์ทางเพศ	ลักษณะของขั้นพัฒนาการ	แนวทางในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อ ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย
4. ขั้นยอมรับ เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Acceptance)	บุคคลสามารถยอมรับว่าตนเอง เป็นชายรักชายได้อย่างชัดเจน แต่ยังไม่สามารถยอมรับตนเอง หรือยอมรับความเป็นชายรักชาย ในทุกๆ ด้านของชีวิตได้อย่าง เต็มที่	การยอมรับความเป็นตัวตนชายรักชาย อย่างไม่มีเงื่อนไข ให้ชายรักชายได้รู้สึก สบายใจกับความเป็นตัวตนของตนเอง ช่วยเอื้อให้ชายรักชายเข้าใจและสัมผัส ถึงความรู้สึกที่ตนมีอยู่ภายใน สำรวจ ความรู้สึกมีคุณค่าและการมองตนเอง ของชายรักชายและยืนยันคุณค่าในความ เป็นตัวตนของชายรักชาย
5. ขั้นภูมิใจใน เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Pride)	บุคคลรู้สึกภาคภูมิใจในความเป็น ชายรักชายของตนเองได้อย่าง เต็มที่ แต่ก็จะรู้สึกแย่กับการ รับมือกับท่าทีในทางลบของสังคม ที่ตนเองมีผ่านๆ มา เช่น การซ่อน ความเป็นชายรักชายของตนเอง หรือการไม่ยอมรับตนเองอัน เนื่องมาจากท่าทีของสังคมและ เจตคติที่ได้รับมาจากสังคม	ช่วยให้ชายรักชายเห็นถึงการยอมรับ ตนเองที่เพิ่มมากขึ้นเมื่อเทียบกับอดีต เอื้อให้เห็นถึงอิทธิพลของสังคมที่มีต่อ ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ได้ชัดเจนมากขึ้น ทำทนายความเชื่อและ ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ของชายรักชาย ยืนยันและยอมรับความ เป็นตัวตนของชายรักชาย
6. ขั้นสังเคราะห์ เอกลักษณ์ทางเพศ (Identity Synthesis)	บุคคลสามารถยอมรับและเห็นว่า เอกลักษณ์ของตนเองนั้น ประกอบด้วยหลายส่วน ไม่ว่าจะ เป็นจากเพศ วัฒนธรรม สังคม และศาสนาประกอบกัน เข้าใจ ผลกระทบทางลบจากสังคมที่มี ต่อตนเอง เข้าใจในตนเองมากขึ้น มีความโกรธหรือไม่พอใจใน ตนเองลดลง	การเอื้อให้ชายรักชายเห็นถึงความหมาย ในทางบวกของการมีชีวิตอยู่ในฐานะที่ เป็นชายรักชาย เอื้อให้ชายรักชายเห็น ภาพตนเองในหลายๆ บริบทมากขึ้นเช่น ครอบครัวสังคม ที่ทำงาน หรือเพื่อน สำรวจความรู้สึกที่มีต่อด้านที่เป็นชายรัก ชายของตนและที่ท่าที่ชายรักชายมีต่อ บุคคลอื่น เช่นการเหยียดในบางแง่มุม ของชายรักชายคนอื่นๆ และรับมือกับ ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ที่ยังคงมีแฝงอยู่ในชายรักชายต่อไป

3.4 บทบาทและจุดยืนของนักจิตวิทยาการศึกษาในการทำงานกับชายรักชาย

วรรณกรรมที่ผ่านมาเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายนั้น นอกจากที่จะมีการกล่าวถึงแนวคิด จุดร่วม และทฤษฎีต่างๆ แล้ว ยังมีการกล่าวถึงรายละเอียดเกี่ยวกับบทบาทและมุมมองของนักจิตวิทยาการศึกษา ในแง่ต่างๆ เช่น ความรู้ เจตคติ หรือทักษะ ว่าควรจะมีปฏิบัติตน ทำหรือไม่ทำพฤติกรรมใด คิด และมองอย่างไร ในการให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย เพื่อให้เห็นบทบาทและจุดยืนในฐานะของนักจิตวิทยาการศึกษา ที่ให้ความช่วยเหลือเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายได้กระจ่างขึ้น เพื่อให้เกิดการช่วยเหลือต่อชายรักชายที่มีประสิทธิภาพและหลีกเลี่ยงผลกระทบทางจิตใจในแง่ลบเท่าที่จะเป็นไปได้ ซึ่งอธิบายตามแนวทางของการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจแก่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย หญิงรักหญิง และบุคคลรักสองเพศของสมาคมจิตวิทยาแห่งสหรัฐอเมริกา (American Psychological Association, 2011) โดยมีรายละเอียดในแง่ต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. นักจิตวิทยาการศึกษาเข้าใจผลของการตีตรา การเหยียด อคติ และความรุนแรงที่มีต่อชายรักชาย และพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่แสดงถึงความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย โดยต้องเข้าใจผลของความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่มีต่อสุขภาวะโดยรวมของชายรักชาย และเข้าใจกระบวนการการเกิดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน และความสำคัญที่เรื่องนี้มีต่อผู้มารับบริการการศึกษา (Crisp & McCave, 2007; Dew et al., 2005; Garnets, Hancock, Cochran, Goodchilds, & Peplau, 1991) โดยหลีกเลี่ยงที่จะทำให้เกิดความรู้สึกเหล่านี้ซ้ำอีกในชายรักชาย และให้ความช่วยเหลือชายรักชายที่พึงประสงค์กับการเหยียดหรืออคติต่างๆ มาอย่างมีประสิทธิภาพ (Herek & Garnets, 2007) เพื่อที่จะเอื้อให้เกิดบรรยากาศที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายแก่ผู้รับบริการ (Foreman & Quinlan, 2008) เพื่อให้ชายรักชายก้าวข้ามความรู้สึกเหล่านี้ไปได้

2. นักจิตวิทยาการศึกษาเข้าใจว่าการเป็นชายรักชาย หญิงรักหญิง และบุคคลรักสองเพศนั้นไม่ใช่ความผิดปกติทางจิตใจ ทางพัฒนาการ หรือโรคทางจิตเวช โดยมองว่าชายรักชาย หญิงรักหญิง และบุคคลรักสองเพศนั้นก็สามารถมีชีวิตที่เต็มเต็มได้ไม่ต่างจากบุคคลรักต่างเพศ (Garnets et al., 1991)

3. นักจิตวิทยาการศึกษาเข้าใจว่าความรู้สึกดิ่งดูดทางเพศ และการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลเพศเดียวกันเป็นส่วนหนึ่งในความหลากหลายทางเพศ และความพยายามใดก็ตามเพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงรสนิยมทางเพศนั้นไม่มีประสิทธิภาพ หรือไม่ปลอดภัยโดยไม่ควรโน้มน้าวให้ชายรักชายอยากที่จะเปลี่ยนแปลงรสนิยมทางเพศของตนเอง ไม่ใส่ใจหรือมองปัญหาของชายรักชายเป็นเรื่องเล็ก (Garnets et al., 1991; Herek & Garnets, 2007)

4. นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องตระหนักถึงคำพูด การกระทำเจตคติและความเชื่อที่ตนมีเกี่ยวกับบุคคลในกลุ่มนี้ที่อาจแฝงการเหยียดและแบ่งแยกต่างๆ ไว้ ซึ่งอาจส่งผลในทางลบต่อการให้การปรึกษา และเป็นข้อจำกัดในการให้ความช่วยเหลือ โดยทำลายความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของตนเอง (Malyon, 1982 อ้างใน Harrison, 2000) ซึ่งในบางครั้งอาจต้องปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญ (Consultation) หรือส่งต่อผู้รับบริการ (Referral) ให้แก่ผู้ให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสม (Crisp & McCave, 2007; Tasker & McCann, 1999)

5. นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องเข้าใจความแตกต่างและหลากหลายภายในกลุ่มประชากรชายรักชาย มากกว่าที่จะมีมุมมองแบบเหมารวม (stereotype) ว่ากลุ่มชายรักชายทั้งหมดมีความเหมือนกัน เพื่อจะสามารถช่วยให้ชายรักชายเองสามารถที่จะรับมือกับการตีตราและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันได้ดีขึ้น (Crisp & McCave, 2007; Dew et al., 2005; Milton & Coyle, 1999; Tasker & McCann, 1999) เพราะหลายครั้งนักจิตวิทยาการปรึกษาเองก็รับฟังเรื่องราวเพียงบางส่วน และตีความผ่านกรอบสังคมที่อาจมีการเหยียดหรือแบ่งแยกเจือปนอยู่ซึ่งอาจเป็นผลทางลบต่อชายรักชาย ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงควรฟังเรื่องราวของผู้รับบริการทั้งหมดและพยายามเข้าใจความรู้สึกถูกตีตรา ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน และผลกระทบทางจิตใจที่ตามมาในมุมมองของชายรักชาย (Herek & Garnets, 2007) เพื่อความเข้าใจในประสบการณ์ที่แท้จริง และการมองผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายว่าเป็นคนที่มีความแตกต่างหลากหลายที่ตัวบุคคล ไม่ใช่ตามกรอบหรือมุมมองของสังคมที่อาจตรงหรือไม่ตรงกับผู้รับบริการแต่ละคนก็ได้

6. นักจิตวิทยาต้องพัฒนาองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มชายรักชาย (Crisp & McCave, 2007; Garnets et al., 1991; Tasker & McCann, 1999) โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความเข้าใจในการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย รายละเอียดของแต่ละลำดับขั้น นักจิตวิทยาเห็นความสำคัญของความสัมพันธ์แบบคู่รักที่ชายรักชายมี

7. นักจิตวิทยาต้องไม่มองว่ารสนิยมทางเพศเป็นต้นเหตุของปัญหาทุกอย่างที่ชายรักชายมี โดยตีความไปว่าปัญหาไม่ว่าจะเป็นเรื่องตีแม่หรือเป็นโรคซึมเศร้าที่เกิดกับกลุ่ม LGBT เกิดจากเพศวิถีของคนนั้นเป็นหลัก (Crisp & McCave, 2007; Davison, 2001; Garnets et al., 1991; Milton & Coyle, 1999) และเข้าใจว่าชายรักชายก็เป็นเหมือนคนที่เป็นรักต่างเพศที่ก็มีปัญหาต่างๆ ความรู้สึกต่างๆ หรือพฤติกรรมต่างๆ ได้เช่นเดียวกัน

8. นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องเป็นฝ่ายยกประเด็นที่เฉพาะเจาะจงกับชายรักชายขึ้นมาเอง และเริ่มต้นให้การช่วยเหลือและสนับสนุนภาพในทางบวกของการเป็นชายรักชายก่อน (Johnson, 2012) โดยไม่ควรรอจนชายรักชายสามารถแก้ประเด็นปัญหาด้วยตนเอง ยกประเด็นปัญหาทุกอย่างขึ้นมาเองหรือเห็นและเข้าใจความรู้สึกภายในด้วยตนเอง เนื่องจากว่ามุมมอง และความรู้สึกด้อยค่าใน

ตนเองเกิดจากการเหยียดและแบ่งแยกต่างๆ ของสังคมมีความรุนแรงและส่งผลต่อชายรักชายอย่างมาก และมากเกินกว่าที่ชายรักชายจะสามารถรับมือและต่อสู้กับความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันตามลำพังได้ (Langdridge, 2007) ซึ่งประเด็นที่ควรยกขึ้นมาที่ปกติไม่ได้ถูกเน้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั่วไปเพื่อช่วยชายรักชายได้อย่างเต็มที่ได้อาจได้แก่ความหมายจากประสบการณ์ในการเป็นชายรักชาย ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง การเปิดเผยตนเอง ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดและความรักในหมู่ชายรักชาย (Herek & Garnets, 2007; Hicks, 2000)

แนวทางและข้อควรปฏิบัติเหล่านี้เป็นเพียงแนวทางที่บอกได้เพียงคร่าวๆ ว่านักจิตวิทยาการปรึกษาควรหรือไม่ควรทำอะไร แต่สิ่งที่สำคัญกว่า คือนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องกลับมาทบทวนและย้อนมองตนเองในแง่ของการปฏิบัติจริงและนำไปใช้จริง และตัวนักจิตวิทยาการปรึกษาเองจะเป็นผู้พิจารณาว่าสิ่งใดที่ควรหรือไม่ควร เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดที่แท้จริงกับผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายนั่นเอง

3.5 ประสบการณ์จากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของชายรักชาย

ประสบการณ์ของผู้รับบริการปรึกษาที่เป็นชายรักชายที่ได้ผ่านการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้น ก็ประกอบด้วยประสบการณ์ที่ต่างๆ กันออกไปหลายรูปแบบ โดยมีทั้งหมดที่ผู้รับบริการมองว่าเป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ต่อตนเองทั้งในการรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั่วไปทั้งแบบเดี่ยวและกลุ่ม (Israel et al., 2008; Malley & Tasker, 2007) และเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Lebolt, 1999; Pixton, 2003)

สิ่งที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมองว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเองในการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้น มีหลากหลายได้แก่ ความรู้สึกว่ามีคนรับฟัง เข้าใจ ร่วมรู้สึกไปกับผู้รับบริการ และช่วยผู้รับบริการให้สามารถสัมผัสถึงอารมณ์ที่อยู่ภายในได้ (Pixton, 2003) การมีอิสระที่จะพูด การได้พูดถึงประเด็นเรื่องเพศวิถีของตนเอง บรรยากาศที่น่าสบายใจเวลาอยู่กับนักจิตวิทยาและความสบายๆ ต่อผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายของนักจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นต้นแบบที่ดีให้กับตนเองและมุมมองแบบองค์รวมของนักจิตวิทยาการปรึกษา ที่ไม่ได้มองว่าเมื่อเป็นชายรักชายแล้วจะรู้สึกจะคิดอะไรแบบใด แต่มองด้วยมุมมองที่ยอมรับบุคคลทั้งหมดทุกส่วน ว่าเพศวิถีแบบชายรักชายนี้อีกเป็นส่วนหนึ่งของผู้รับบริการ ซึ่งทำให้ผู้รับบริการรู้สึกว่าคุณเป็นคนที่มีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกับคนที่เป็นชายรักต่างเพศ (Lebolt, 1999; Malley & Tasker, 2007) การตอบสนองในทางบวกของนักจิตวิทยาการปรึกษาไม่ว่าจะเป็น การยอมรับ การร่วมรู้สึก และการบอกว่าการเป็นชายรักชายเป็นเรื่องปกติ ล้วนสร้างบรรยากาศที่น่าสบายใจที่ทำให้รู้สึกเชื่อมั่นในกลุ่ม รวมไปถึงความอบอุ่น การให้

เกียรติกัน ความน่าเชื่อถือ การรักษาความลับ ความห่วงใยและรับฟังของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ผู้รับบริการรับรู้ (Israel et al., 2008; Lebolt, 1999) ยิ่งไปกว่านั้นสิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นพิเศษที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายรับรู้จากประสบการณ์คือการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย และนักจิตวิทยาการปรึกษามีความรู้ ความเข้าใจในตัวชายรักชายและประเด็นปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวกับชายรักชาย (Israel et al., 2008)

สำหรับสิ่งที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมองว่าไม่เป็นประโยชน์ต่อตนเองในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้แก่ การถูกตัดสิน ตีความ ถูกยึดเยียด ไม่ยอมรับหรือเข้าใจผู้ที่ เป็นชายรักชายผิด ไม่ใส่ใจความเศร้าโศกของผู้รับบริการ (Israel et al., 2008) เจตคติในทางลบต่อการเป็นชายรักชายของนักจิตวิทยาการปรึกษา ไม่ได้ทำลายความรู้สึกต่อค่าที่มี การขาดความเข้าใจที่เพียงพอและเข้าไปตามกรอบที่สังคมและตัวนักจิตวิทยาเองมีผ่านๆ มา (Malley & Tasker, 2007)

ประสบการณ์ที่ชายรักชายมองว่าเป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ต่างก็เหมือนเป็นข้อมูลที่ช่วยชี้แนะทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายให้หนักแน่นและเห็นภาพได้รอบด้านมากขึ้นด้วย ยิ่งไปกว่านั้นประสบการณ์ทางบวกจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันการเป็นชายรักชายยังเอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่างๆ สำหรับผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายอีกด้วย

ดังที่งานวิจัยของ Lebolt (1999) และงานวิจัยของ Nel และคณะ (2007) พบจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายว่าผู้รับบริการรู้สึกปลอดภัยที่อยู่ในกลุ่ม มีความรู้สึกว่าการเป็นชายรักชายของตนเองเป็นเรื่องปกติมากขึ้น รู้สึกสบายใจกับร่างกายตนเอง และเพศวิถีของตนเองมากขึ้น โดยยืนยันความเป็นตัวของตัวเอง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม มุมมองที่มีต่อตนเองเปลี่ยนแปลงไปในทางบวก เอื้อให้สมาชิกหลุดจากกรอบของสังคมในทางลบเดิมๆ ที่ตนเคยมีเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายของตน มีการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น มั่นใจมากขึ้น มีเอกลักษณ์ที่มั่นคงมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างในทางที่ดีขึ้น มีความสัมพันธ์กับคู่รักที่ดีขึ้น

3.6 ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเน้นไปที่การทำทายมุมมองของชายรักชายที่มองว่าการเป็นชายรักชายเป็นเรื่องผิดปกติ โดยการยอมรับในความเป็นตัวตนชายรักชายเพื่อยืนยันเอกลักษณ์ทางเพศ (Crisp & McCave, 2007; Harrison, 2000) และด้วยลักษณะดังกล่าวทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอื่นๆ ได้ง่าย ดังที่มื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาที่นำทฤษฎีต่างๆ เช่น แนวบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered) แนวอัตถิภาวะนิยม (Existential) แนวจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic) หรือแนวปัญญาพฤติกรรมนิยม (Cognitive Behavior) มาปรับใช้กับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Milton & Coyle, 1999) ซึ่งแต่ละทฤษฎีจะมีข้อดีที่เอื้อประโยชน์ให้กับผู้รับบริการได้ต่างๆ กันไป

Milton และ Coyle (1999) พบจากการสัมภาษณ์นักจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายและผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายที่เคยใช้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาเองไม่ได้มองว่าทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งเหมาะกับการนำมาใช้กับกลุ่มชายรักชายที่สุด แต่นักจิตวิทยาการปรึกษาเองต้องหมั่นวิเคราะห์และตระหนักในทฤษฎีและแนวทางที่ตนนำมาใช้ในการปรึกษาว่าส่งผลทางลบต่อผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายหรือไม่ต่างหาก

อย่างไรก็ตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม (Existential) เป็นแนวทางที่ช่วยเพิ่มความเข้าใจในปรากฏการณ์ต่างๆ ของผู้รับบริการ ไม่มีจุดยืนที่เหยียดหรือส่งผลในทางลบต่อความเป็นตัวตนของชายรักชาย (C. M. Clarke, 2007; Milton & Coyle, 1999) และเปิดโอกาสให้นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถตรวจสอบจุดยืนและเจตคติที่ตนเองมีว่าส่งผลทางลบต่อผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายหรือไม่ (Milton, 2007) จึงเป็นแนวทางที่เหมาะสมและสอดคล้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

ยิ่งไปกว่านั้นการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายในรูปแบบกลุ่มเป็นรูปแบบที่สามารถช่วยให้เกิดการยอมรับตนเองสำหรับชายรักชายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยเอื้อให้ชายรักชายตระหนักรู้ในความแตกต่างหลากหลายภายในกลุ่มบุคคลที่เป็นชายรักชาย สามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับความเป็นชายรักชายได้มากขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่เป็นชายรักชายด้วยกัน เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือกลุ่ม รับรู้ได้ว่ากลุ่มยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยผู้ที่สามารถยอมรับตนเองได้มากกว่าและกล้าที่จะเปิดเผยตนเองก็จะเป็นเหมือนต้นแบบให้แก่สมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม (Kirby, 2008; Lebolt, 1999) ในทำนองเดียวกัน ชายรักชายที่เข้าร่วมกลุ่มสนับสนุน (Support Group) ที่จัดขึ้นเฉพาะสำหรับสมาชิกที่เป็นชายรักชายรู้สึกว่าการ

เข้ากลุ่มช่วยให้ตนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนชายรักชายมากขึ้น มีเพื่อนที่เป็นชายรักชายเหมือนกันที่สามารถจะติดต่อกันได้ รู้สึกว่าตนเองเป็น “ปกติ” มากขึ้น จากการได้พบปะกับคนที่ เป็นชายรักชายเหมือนกัน ได้เรียนรู้ประเด็นที่เฉพาะกับชายรักชายมากขึ้น เช่นกระบวนการเปิดเผยตนเอง (Dietz & Dettlaff, 1997)ซึ่งประโยชน์เหล่านี้เป็นจุดเด่นของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในรูปแบบกลุ่มที่เพิ่มเติมขึ้นมามากกว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคล ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายตามแนวอัตถิภาวะนิยมเป็นรูปแบบการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่น่าจะเหมาะสมที่จะนำมาผนวกใช้เพื่อเสริมกับแนวการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่เป็นแนวคิดหลักสำหรับการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในการวิจัยครั้งนี้

4. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม

4.1 ความเป็นมา

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หมายถึง กลุ่มที่ใช้เป็นแนวทางการให้ความช่วยเหลือ ในหลากหลายรูปแบบเพื่อตอบสนองความต้องการที่เฉพาะเจาะจงของผู้รับบริการในกลุ่มต่างๆ กันในบริบทที่แตกต่างกันไป ซึ่งกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสามารถช่วยตอบสนองวัตถุประสงค์และความต้องการของผู้รับบริการได้เกือบจะทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นในโรงพยาบาล หรือสถานศึกษา (Corey, 2009b; Yalom, 2005) ทั้งเพื่อให้ความช่วยเหลือทางจิตใจ และป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น โดยอาศัยการปฏิสัมพันธ์กันที่เน้นให้เห็นถึงกระบวนการคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมต่างๆ ภายในบรรยากาศกลุ่มที่ไว้วางใจกันและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มุ่งเน้นไปที่การแก้ปัญหา แนวทาง เรื่องราวและเป้าหมายในการดำเนินกลุ่มอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่สมาชิกในกลุ่มเองมักจะเป็นผู้กำหนด โดยเน้นไปที่การค้นพบพลังที่เอื้อให้บุคคลสามารถก้าวเดินต่อไปในชีวิต และเติบโตขึ้น (Corey, 2009b)

เป้าหมายเหล่านี้อาจเป็นได้ทั้งการเรียนรู้ที่จะเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น เพื่อให้เกิดเอกลักษณ์ในตนเองที่ชัดเจน มั่นคง เพิ่มการยอมรับในตนเอง ความมั่นใจในตนเอง การให้เกียรติตนเอง เรียนรู้ทักษะทางสังคม การอยู่ร่วมกัน และการสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่มีความหมายต่อสมาชิก เรียนรู้ที่จะใส่ใจผู้อื่น หรือเพื่อให้เกิดความชัดเจนในตนเอง

กลุ่มเป็นสถานที่ที่สมาชิกจะมาร่วมกันเพื่อสร้างสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวันขึ้นมาใหม่อีกครั้งในกลุ่ม โดยมีสมาชิกที่มีความหลากหลายไม่ว่าจะเป็นเรื่องอายุ ความสนใจ พื้นเพ หรือสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่ต่างกันเช่นเดียวกับความแตกต่างของบุคคลที่มีในสังคมจริงๆ กลุ่มจึงเปรียบเหมือนตัวแทนเล็กๆ ของสังคม และความเป็นจริงที่อยู่ภายนอกกลุ่ม ที่เอื้อให้เกิดตัวอย่างของความสัมพันธ์ ความขัดแย้ง และสิ่งที่เกิดขึ้นจริงๆ ในชีวิตของสมาชิก (Corey, 2009b; Yalom, 2005)

) ดังนั้นผู้รับบริการจึงไม่เพียงแต่ค้นพบหรือเข้าใจตนเองหรือแนวทางแก้ปัญหาในกลุ่ม หากแต่ยังได้รับโอกาสในการฝึกฝนสิ่งที่ได้ค้นพบเหล่านี้ทั้งภายในกลุ่มและภายนอกกลุ่ม ได้เรียนรู้ผ่านข้อค้นพบเรื่องราวของสมาชิกคนอื่นที่มีปัญหาคล้ายๆ กันและการให้ข้อมูลป้อนกลับจากสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ ที่หลากหลายและมีประโยชน์อันเนื่องมาจากความแตกต่างของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้ผู้รับบริการหลายคนได้ต้นแบบหรือแนวทางการแก้ปัญหาจากการร่วมอยู่ในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งเมื่อสมาชิกย้อนกลับมาดูปัญหาของตนเอง เห็นแนวทางและเปรียบเทียบการรับรู้ที่ตนเองมีกับที่สมาชิกคนอื่นมี สมาชิกก็จะเป็นผู้เลือกว่าจะอย่างไรกับข้อมูลใหม่เหล่านี้ ว่าอะไรคือสิ่งที่สมาชิกเองอยากทำ หรืออยากเป็น และอะไรที่ยังสมาชิกไว้จากการทำเช่นนั้น

Yalom (2005) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ทำให้เกิดกระบวนการช่วยเหลือภายในกลุ่มและการเปลี่ยนแปลงในบุคคล ไม่ว่าจะเป็นในแง่ของเจตคติ ความรู้สึกหรือพฤติกรรมในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งสิ้น 11 ข้อดังต่อไปนี้

1. การแสดงให้เห็นถึงความหวัง (Instillation of Hope) โดยสมาชิกรับรู้ได้ถึงพัฒนาการของสมาชิกคนอื่นและเห็นว่ากลุ่มมีประโยชน์สำหรับตน จึงมองพัฒนาการของตนในทางบวกด้วย
2. ความเป็นสากล (Universality) สมาชิกเชื่อว่าสมาชิกคนอื่นก็ประสบปัญหาเดียวกันหรือรู้สึกเหมือนกับตนเอง
3. การให้ข้อมูลเพิ่ม (Imparting Information) คำแนะนำที่ได้รับจากนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือสมาชิกคนอื่นๆ
4. การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน (Altruism) สมาชิกมองตนเองในทางบวกมากขึ้นจากการช่วยเหลือสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม
5. การแก้ไขอารมณ์ที่คั่งค้างจากครอบครัวให้ถูกต้อง (Corrective recapitulation of primary family group) สมาชิกได้รับโอกาสที่จะมีประสบการณ์ที่ไม่ถูกต้องอีกครั้งในกลุ่มเพื่อให้เกิดอารมณ์ที่ถูกต้องและไม่คั่งค้างอีกต่อไป
6. พัฒนาทักษะในการเข้าสังคม (Development of socializing techniques) กลุ่มเป็นพื้นที่ให้สมาชิกได้ปฏิสัมพันธ์กันให้เรียนรู้ที่จะปรับตัวได้อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น
7. การเรียนรู้พฤติกรรมในทางบวก (Imitative Behavior) สมาชิกอาจเห็นและเรียนรู้ที่จะทำตามพฤติกรรมในทางบวก ต่างๆ จากนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม
8. การเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Learning) ได้เรียนรู้จากข้อมูลป้อนกลับที่มีให้กันและกัน อันก่อให้เกิดการปรับตัวและการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคล
9. ความเป็นกลุ่มเดียวกัน (Cohesiveness) ที่เกิดจากการอยู่ร่วมกันในกลุ่มอันจะก่อให้เกิดความเป็นกลุ่มเป็นก้อน และสมาชิกมีปฏิสัมพันธ์และความสัมพันธ์กัน เพื่อจะเอื้อให้เกิดการเรียนรู้และการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในกลุ่ม

10. การปลดปล่อยอารมณ์ (Catharsis) สมาชิกได้ปลดปล่อยอารมณ์ต่างๆ ที่ค้างค้ำจากในอดีต หรือที่กำลังเป็นอยู่ในปัจจุบันออกมา โดยช่วยให้สมาชิกรู้สึกดีขึ้น เห็นตัวเองและเข้าใจตัวเองมากขึ้น

11. ปัจจัยในการดำรงอยู่ (Existential factors) สมาชิกยอมรับว่าตนเองเป็นผู้กุมชะตาชีวิตของตนเองและต้องรับผิดชอบในชีวิตของตนเอง

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม เป็นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เน้นแนวความคิดหรือปรัชญาที่ว่าบุคคลมีอิสรภาพ เป็นผู้รับผิดชอบหรือกำหนดทางเลือกและการกระทำ และเลือกแนวทางการดำเนินชีวิต ซึ่งมองว่าบุคคลไม่ใช่เหยื่อของสถานการณ์ต่างๆ หรือสิ่งแวดล้อม หากแต่เป็นผู้เลือกที่จะเป็นหรืออยู่ในสถานการณ์หรือสภาวะต่างๆ เอง (Corey, 2009a)

ในกลุ่มแนวอัตถิภาวะนิยม นักจิตวิทยาการปรึกษามุ่งเน้นไปที่การรับฟังสมาชิกแต่ละคนอย่างเข้าใจ และการมองโลกผ่านกรอบการมองโลกของบุคคลแต่ละคน เพื่อสร้างความเข้าใจระหว่างสมาชิกในเรื่องราวของสมาชิกแต่ละคน และเอื้อให้สมาชิกแต่ละคนเผชิญกับการแสวงหาความหมายในชีวิตโดยอยู่กับปัจจุบันมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ โดยเอื้อให้บุคคลเห็นว่าการมีชีวิตอยู่ของบุคคลมีความหมายเช่นไร เอื้อให้บุคคลได้เห็นทั้งข้อจำกัด และทางเลือกที่บุคคลมีในการใช้ชีวิตในแต่ละขั้นด้วยตนเอง (Corey, 2009b)

ระยะของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ระยะตอนต้น ระยะตอนกลาง และระยะตอนปลาย โดยในระยะตอนต้นนักจิตวิทยาการปรึกษาช่วยเอื้อให้สมาชิกระบุและกระจ่างถึงความเข้าใจที่มีต่อโลกและการใช้ชีวิตของบุคคลที่มีต่อความหมายในการมีชีวิตอยู่ของสมาชิกโดยเน้นให้สมาชิกเห็นถึงค่านิยม ความเชื่อต่างๆ ของตนเอง และความรับผิดชอบที่บุคคลมีต่อสถานการณ์หรือปัญหาต่างๆ ในชีวิตของบุคคลเอง จากนั้นในระยะตอนกลาง นักจิตวิทยาการปรึกษานับสนุนให้สมาชิกสำรวจถึงระบบค่านิยมและแหล่งที่มาของค่านิยมเหล่านี้ รวมถึงผลของค่านิยมเหล่านี้ที่มีต่อชีวิตของสมาชิกแต่ละคน เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนเห็นสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญและความหมายในชีวิตได้ชัดเจน และในระยะตอนปลาย นักจิตวิทยาการปรึกษาเอื้อให้สมาชิกได้สรุปถึงสิ่งที่ตนเองได้เห็นเพิ่มเติมในระหว่างกลุ่มที่ผ่านมา และเห็นทางเลือกในชีวิตของตนเองที่จะสามารถตอบโจทย์ความหมายและค่านิยมของสมาชิกได้มากยิ่งขึ้น (Corey, 2009b)

4.2 แนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมนั้นไม่ได้เน้นไปที่การใช้เทคนิคต่างๆ เนื่องจากมองว่าการใช้เทคนิคมากเกินไปหรือมุ่งเน้นไปที่การใช้เทคนิคนั้นเป็นอุปสรรคในการเข้าใจผู้รับบริการได้

อย่างแท้จริง แต่มุ่งเน้นไปที่การร่วมกันสร้างความเข้าใจมุมมองในการมองโลกของผู้รับบริการผ่านทาง การสำรวจ การเผชิญหน้า การทำให้กระจ่างและประเมินความเข้าใจชีวิต ปัญหา และข้อจำกัดในการมีชีวิตใหม่อีกครั้ง (Spinelli, 2006)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมไม่ได้มองว่าการรักษาอาการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม แก้ปัญหาให้ผู้รับบริการหรือให้ความรู้บางอย่างกับผู้รับบริการเป็นวัตถุประสงค์หลักในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมองว่าอาการหรือปัญหาเหล่านี้เป็นอุปสรรคที่ผู้รับบริการเองเป็นผู้สร้างขึ้นเพื่อปฏิเสธและหลีกเลี่ยงการใช้ชีวิตอย่างจริงแท้ตามมุมมองการมองโลกและการใช้ชีวิตของผู้รับบริการ นักจิตวิทยาการปรึกษาเพียงแค่ช่วยให้ผู้รับบริการได้ข้อสัจย์ต่อตนเองและการมองโลกของตัวเอง (Corrie & Milton, 2000; Spinelli, 2006)

ดังที่ Corey (2009a) ได้สรุปไว้ แก่นมุงของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมที่มองธรรมชาติของความเป็นมนุษย์แบ่งออกได้เป็น 6 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านความสามารถในการตระหนักรู้ตนเอง (Capacity for Self-Awareness) มองว่ายิ่งบุคคลมีความสามารถในการตระหนักรู้ตนเองสูงเท่าไร ยิ่งมีโอกาสที่จะมีอิสรภาพในตนเอง และเพิ่มโอกาสที่จะใช้ชีวิตได้อย่างเต็มเปี่ยม เช่น การตระหนักว่าบุคคลทุกคนเป็นผู้เลือกการกระทำของตนเอง ดังนั้นจึงมีส่วนในการกำหนดชีวิตของตนเอง หรือบุคคลแต่ละคนมีส่วนรับผิดชอบในผลที่ตามมาจากการเลือกของตนเอง โดยบุคคลอาจเลือกที่จะเพิ่มหรือจำกัดความตระหนักรู้ในตนเองก็ได้

ในการช่วยให้บุคคลมีการตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้นนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวอัตถิภาวะนิยมสามารถเอื้อให้ผู้รับบริการกระจ่างในมุมมองและความเข้าใจโลกของผู้รับบริการ ได้ใน 3 ด้าน (C. M. Clarke, 2007; Spinelli, 2006) ดังต่อไปนี้

- 1.1 มุมมองต่อโลก (Umwelt) หมายถึงมุมมองหรือความหมายที่บุคคลมีต่อโลกในแง่ทางกายภาพ เช่นร่างกาย สภาพอากาศหรือระบบนิเวศน์ โดยแต่ละคนอาจจะมีการตีความสภาพหรือลักษณะของโลกที่เราอาศัยอยู่ต่างๆ กันไป เช่นบุคคลหนึ่งอาจจะมองโลกที่ตนเองอาศัยอยู่โดยทั่วไปว่าเป็นโลกที่ปลอดภัย กลมเกลียวและน่ารื่นรมย์ ในขณะที่อีกบุคคลหนึ่งอาจจะมองโลกด้วยความกังวล กลัวอันตราย หรือเห็นแต่ความยุติธรรมซึ่งเป็นหนึ่งในประเด็นสำคัญที่ช่วยให้กระจ่างในโลกของผู้รับบริการมากยิ่งขึ้น

- 1.2 มุมมองต่อสังคม (Mitwelt) หมายถึงมุมมองหรือความหมายที่บุคคลมีต่อความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสังคมในภาพรวม ไม่ว่าจะเกี่ยวกับเชื้อชาติ ชนชั้นทางสังคม เพศ

ภาษา วัฒนธรรม หรือกฎระเบียบต่างๆ ของสังคมที่ทำให้แต่ละบุคคลมีมุมมองและค่านิยมที่แตกต่างกันไป เช่น เป็นที่เคารพ ถูกดูแล หรือได้รับอันตราย

1.3 มุมมองต่อความสัมพันธ์ (Eigenwelt) หมายถึงมุมมองหรือความหมายที่บุคคลมีต่อความสัมพันธ์ส่วนตัวใกล้ชิด ทั้งต่อตนเองและบุคคลสำคัญในชีวิต ทั้งการมองตนเอง ระดับความมั่นใจในตนเอง การยอมรับตนเอง หรือความเป็นตัวเอง ล้วนเป็นส่วนที่สำคัญมากเพราะประเด็นเหล่านี้เป็นแนวทางที่บุคคลใช้เพื่อตีความการปฏิสัมพันธ์ของบุคคลต่อครอบครัว เพื่อน หรือคนรักซึ่งคือบุคคลที่สำคัญมากต่อชีวิตและที่จะทำให้ชีวิตมีความหมายหรือไร้ความหมาย เปี่ยมสุขหรือแห้งแล้ง เต็มหรือว่างเปล่า

2. ด้านอิสรภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and Responsibility) มองว่าบุคคลทุกคนมีอิสรภาพในการเลือกและตัดสินใจต่างๆ และมีบทบาทสำคัญในการกำหนดชีวิตและชะตากรรมของตนเอง แม้ในหลายครั้งบุคคลต้องการอิสรภาพ แต่บุคคลก็พยายามที่จะหนีโอกาสที่จะได้รับอิสรภาพไปพร้อมกัน เนื่องจากการมีอิสรภาพเท่ากับว่าบุคคลต้องเป็นผู้ตัดสินใจและรับผิดชอบชีวิตตนเองเพิ่มขึ้นด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นในแง่บวกหรือแง่ลบ ตามมุมมองแบบอัตถิภาวะนิยมเน้นการเป็นตัวตนอย่างจริงแท้ (Authenticity) คือการชี้ตรงต่ออิสรภาพและความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อการมีตัวตนของตนเอง และมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งปัจจัยด้านสังคมและวัฒนธรรมเป็นปัจจัยอีกส่วนหนึ่งที่แนวอัตถิภาวะนิยมให้ความสำคัญ และต้องคำนึงถึงเมื่อมองประเด็นเรื่องอิสรภาพและความรับผิดชอบของผู้รับบริการ

3. ด้านการแสวงหาเอกลักษณ์ในตนเองและความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Striving for Identity and Relationship to Others) มองว่าบุคคลล้วนต้องการแสวงหา และคงเอกลักษณ์ของตนเองไว้ ซึ่งในการแสวงหาเหล่านี้บุคคลเลือกที่จะแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองจากภายนอก ผ่านทางการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และไปแบกรับเอาความคาดหวังที่ผู้อื่นมีต่อตนมาเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งจริงๆ แล้วประเด็นเหล่านี้เกิดจากความเหงา ความโดดเดี่ยว และความต้องการจะเป็นคนสำคัญในสายตาของคนอื่น

การตระหนักรู้ว่าตนเองรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวเพียงใดเป็นเรื่องที่น่าสะพรึงกลัวสำหรับบุคคล และอาจทำให้บุคคลเลี้ยงที่จะยอมรับความเหงาและความโดดเดี่ยวเหล่านี้ ด้วยกลัวว่าตนเองจะต้องเผชิญหน้ากับความเหงาและความโดดเดี่ยวเหล่านี้ นักจิตวิทยาการศึกษาแนวอัตถิภาวะนิยมจึงต้องช่วยให้ผู้รับบริการเห็นกระบวนการเหล่านี้และได้สำรวจเอกลักษณ์ที่ตรงกับความเป็นตนเองของบุคคลอย่างแท้จริง เพื่อช่วยให้เกิดอิสรภาพในตน

4. การแสวงหาความหมาย (The Search for Meaning) ประเด็นที่สำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตของบุคคลทุกคนคือเรื่องความหมายในชีวิต ว่าตนมีชีวิตเพื่ออะไร ต้องการอะไรในชีวิต หรืออะไรทำให้ชีวิตตนเองมีเป้าหมาย ซึ่งนักจิตวิทยาการศึกษาแนวอัตถิภาวะนิยมจะท้าทายความหมายในชีวิตที่

บุคคลมีอยู่ก่อนหน้าว่าเป็นความหมายที่บุคคลพอใจแล้วหรือไม่ โดยสามารถช่วยสำรวจและค้นหาความหมายในชีวิตที่พอใจมากกว่าเดิมต่อไป เพื่อให้เกิดความกระจ่างและชัดเจนแก่บุคคล

5. ความกังวลเป็นเงื่อนไขหนึ่งในการมีชีวิต (Anxiety as a Condition of Living) โดยมองว่า ความกังวลจากการมีชีวิต (Existential Anxiety) เป็นความกังวลที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ซึ่งเกิดเมื่อบุคคลต้องเผชิญหน้ากับความตาย อิสรภาพ การเลือก ความโดดเดี่ยว ความเหงา และความรู้สึกไร้ความหมาย (Meaninglessness) ซึ่งอาจเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดความงอกงามแก่บุคคล

นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวอัตถิภาวะนิยมมองว่าการพยายามหลีกเลี่ยงความกังวลอาจเป็นเพียงภาพลวงตาที่บุคคลสร้างขึ้นมาเพื่อให้เกิดความมั่นคงปลอดภัยในจิตใจของตนเอง ซึ่งไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อบุคคล โดยจะเอื้อให้ผู้รับบริการสามารถอยู่กับความกังวลเหล่านี้ และเผชิญหน้ากับความกังวลที่เป็นเงื่อนไขหนึ่งในการมีชีวิตเพื่อให้เกิดความงอกงามและแนวทางในการอยู่กับความกังวลเหล่านี้ได้อย่างยั่งยืน เน้นการเอื้อให้บุคคลยืนหยัดและมั่นคงได้ด้วยตนเองมากกว่าที่จะพึ่งพิงแหล่งของความมั่นคง ปลอดภัยจากภายนอก

6. การตระหนักถึงความตายและความไร้ตัวตน (Awareness of Death and Non-being) โดยไม่ได้มองเรื่องความตายในแง่ลบ แต่มองว่าการตระหนักถึงความตายเป็นเงื่อนไขหนึ่งในการมีชีวิตที่ทำให้การใช้ชีวิตมีความหมาย และเป็นแรงผลักดันให้บุคคลได้ใช้ชีวิตในปัจจุบันอย่างเต็มเปี่ยม ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวอัตถิภาวะนิยมจะพูดถึงประเด็นเรื่องความตายและความไร้ตัวตนอย่างตรงไปตรงมา และร่วมประเมินและสำรวจพร้อมกับผู้รับบริการว่าในปัจจุบันผู้รับบริการใช้ชีวิตอย่างเต็มเปี่ยมและมีความหมายหรือไม่

ซึ่งมุมมองและแนวทางในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมเหล่านี้ นำไปสู่เป้าหมายของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมคือการช่วยให้ผู้รับบริการสามารถที่จะเป็นตัวเองได้อย่างจริงแท้ เปิดโลกทัศน์เกี่ยวกับตนเองและสภาวะแวดล้อม ชัดเจนในความหมายในชีวิตและสิ่งที่สร้างความหมายในชีวิตให้แก่บุคคล ช่วยให้บุคคลตระหนักรู้ในตนเองและทางเลือกในชีวิตที่ตนเองไม่เคยรับรู้มาก่อน ความรับผิดชอบที่บุคคลมีในการกำหนดชะตาชีวิตของตนเอง และช่วยให้บุคคลเห็นว่าบุคคลมีอิสรภาพ และความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตของตนเองได้ (Corey, 2009a, 2009b; Spinelli, 2006) ดังที่ Deurzen-Smith (1988 อ้างใน Spinelli, 2006) สรุปไว้ว่า

แนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมเน้นที่การสำรวจมุมมองที่บุคคลมองชีวิตโลกและตนเอง เพื่อที่จะช่วยให้บุคคลตระหนักถึงสิ่งที่สำคัญในชีวิตของตนเอง เพื่อที่บุคคลจะสามารถเป็นเนื้อเดียวกับตนเองได้มากขึ้นและมีชีวิตที่จริงแท้และมีชีวิตชีวา

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา แม้ว่าจะมีข้อสรุปหรือแนวทางต่างๆ มากมายเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย และความเกี่ยวข้องกันกับความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกัน แต่งานวิจัยที่เกี่ยวกับผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีการวัดความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันนั้นยังไม่เคยมีมาก่อน โดยงานที่ใกล้เคียงที่สุดก็คืองานวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษาประสบการณ์ของผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

Lebolt (1999) ได้ศึกษาประสบการณ์ของชายรักชายจากการรับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์นิยม (Phenomenological Qualitative Research) วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก จากผู้ให้ข้อมูลที่เป็นชายรักชายจำนวน 9 คน ที่ระบุว่าตนเองเคยรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมาก่อน โดยมีข้อค้นพบคือ ผู้รับบริการระบุว่าตนรับรู้ถึงคุณภาพของการปรึกษาและสัมพันธ์ภาพแบบเอื้อให้เกิดความช่วยเหลือระหว่างผู้รับบริการและนักจิตวิทยาการปรึกษา (Therapeutic Relationship) คุณภาพของนักจิตวิทยาการปรึกษาไม่ว่าจะเป็นบุคคลรักต่างเพศหรือรักร่วมเพศในแง่ส่วนตัวเช่น ความอบอุ่น ใจดี มีความไวในการรับรู้ เป็นห่วงเป็นใย และมีความเป็นมิตร ในแง่ของวิชาชีพเช่น ไม่ตัดสิน ยอมรับ และเป็นกลาง ในแง่เกี่ยวกับมุมมองต่อเรื่องความเป็นชายรักชาย เช่น รู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับจากนักจิตวิทยาการปรึกษา และได้รับการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย ส่งผลให้ผู้รับบริการเกิดการตระหนักรู้ถึงการเหยียดและความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันมากขึ้นรู้สึกสบายใจกับร่างกายและเพศวิถีของตนเองมากขึ้น มั่นคงในเพศวิถีของตนเองมากขึ้น มีคุณภาพของความสัมพันธ์ที่ดีขึ้น หรือผู้รับบริการบางคนก็เริ่มมีคนที่ตนเป็นชายรักชายเช่นกันเป็นครั้งแรกในระหว่างการรับบริการ

Pixton (2003) ได้ศึกษาประสบการณ์ที่ผู้รับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมองว่าเป็นประโยชน์ ผ่านทางการวิเคราะห์ข้อมูลจากการใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์เชิงลึกในการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทฤษฎีฐานราก (Grounded Theory) กับผู้ให้ข้อมูลจำนวน 17 คนแบ่งเป็นชายรักชายจำนวน 7 คนและหญิงรักหญิง 10 คน ที่ระบุว่าตนเองเคยรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของการเป็นคนที่รักเพศเดียวกัน สรุปข้อมูลเป็น 6 หมวด ได้แก่ (ก) การสื่อสารมุมมองว่าการเป็นรักร่วมเพศไม่ใช่เรื่องผิดปกติ โดยไม่ได้มองว่าปัญหาของผู้รับบริการเกิดจากเพศวิถีของผู้รับบริการ (ข) พื้นที่ว่างสำหรับการปรึกษา โดยผู้รับบริการรู้สึกว่าตนเองสามารถพูดเรื่องอะไรก็ได้อย่างอิสระ โดยรู้สึกว่าพื้นที่ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นที่ที่ปลอดภัย ปราศจากอคติและยืนยันตัวตน (ค) สิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาเอื้อให้เกิดในความสัมพันธ์

ไม่ว่าจะโดยการบอกแหล่งข้อมูลเพิ่มเติมต่างๆ ที่น่าจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้รับบริการ ความสบายใจของนักจิตวิทยาการปรึกษาในระหว่างที่อยู่กับผู้รับบริการ (ง) ความสัมพันธ์แบบเอื้อให้เกิดความช่วยเหลือระหว่างผู้รับบริการและนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยผู้รับบริการรู้สึกใกล้ชิดและเชื่อมกับนักจิตวิทยาการปรึกษาได้ (จ) นักจิตวิทยาการปรึกษามีความเป็นมนุษย์ปุถุชนซึ่งช่วยให้ผู้รับบริการมีต้นแบบคือนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ต้องรับมือและผ่านพ้นกับปัญหาของตนเองเหมือนกัน และ (ฉ) นักจิตวิทยาการปรึกษามีมุมมองแบบองค์รวม โดยไม่ได้มองผู้รับบริการแยกเป็นด้านๆ เช่นด้านเพศวิถีแยกกับปัญหาด้านอื่น หากแต่มองและเข้าใจผู้รับบริการและปัญหาของผู้รับบริการในฐานะของปัญหาของคนหนึ่งคนที่เป็นบุคคลกร่วมเพศ ซึ่งช่วยให้ผู้รับบริการเองก็ยอมรับ และสบายใจที่จะอยู่กับความเป็นกร่วมเพศของตนเองด้วย

Nel และคณะ (2007) สํารวจผลและประสบการณ์จากการรับบริการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกลุ่มเองและจัดขึ้นตั้งแต่ช่วงปี 1995 ถึง 2003 โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจในการเข้าร่วมและข้อความปลายเปิดกับผู้ร่วมการวิจัยทั้งสิ้น 15 คน แบ่งเป็นชายรักชาย 14 คน และหญิงรักหญิง 1 คน โดยทั้ง 15 คนไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มอยู่ในปัจจุบัน ได้ผลของการตอบแบบสอบถามดังที่แสดงในภาคผนวก ข และในส่วนของคำถามปลายเปิด ผู้ร่วมการวิจัยรายงานว่าตนเปลี่ยนแปลงในแง่ส่วนตัวได้แก่ รู้สึกยอมรับในตนเองมากขึ้น มั่นใจในตนเองมากขึ้น มั่นคงในเพศวิถีและเอกลักษณ์ทางเพศของตนมากขึ้น อดทน เข้าใจ และยอมรับบุคคลอื่นได้มากขึ้น และในแง่ความสัมพันธ์ที่มีต่อคนอื่นนอกกลุ่ม โดยมีความเชื่อมั่นในความสัมพันธ์มากขึ้น ใกล้ชิดกับคนอื่นได้มากขึ้น ชื่อสัตย์มากขึ้น เปิดเผยตนเองมากขึ้น และรู้สึกว่าตนมีความเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือกลุ่มมากขึ้น

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้มุ่งศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายโดยเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Quasi-Experimental Pretest-Posttest Control Design) มีตัวแปรอิสระ 1 ตัวคือ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย และตัวแปรตาม 1 ตัวคือ ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือ กลุ่มชายรักชายจำนวน 32 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มและกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยเป็นผู้ที่มีลักษณะตรงตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

1. ระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย และไม่เป็นกะเทยหรือสาวประเภทสอง
2. มีอายุระหว่าง 18-40 ปี
3. อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
4. สามารถสื่อสารด้วยการพูดภาษาไทยได้และสามารถเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและกระบวนการในการวิจัยได้ครบ

เนื่องจากผู้ที่เป็นกะเทยนั้นจะมีประเด็นปัญหาหลายประเด็นที่แตกต่างจากชายรักชาย (Sheerin, 2009; Warriner, Nagoshi, & Nagoshi, 2013) บุคคลที่เป็นกะเทยหรือสาวประเภทสองนั้นจะมีรูปลักษณ์เป็นเพศหญิง มีความเป็นผู้หญิงสูงหรือมีความต้องการที่จะมีลักษณะเหมือนเพศหญิงทำให้ประเด็นเรื่องการรักษาความเป็นเพศชายในตนหรือการเลือกที่จะเปิดเผยรสนิยมทางเพศของตนเองต่อผู้อื่นนั้นเป็นประเด็นที่มีความแตกต่างออกไป หรืออาจกล่าวได้ว่ากะเทยหรือสาวประเภทสองจะถูกตัดสินหรือเหยียดจากท่าทีและภาพลักษณ์ที่ไม่สอดคล้องกับเพศโดยกำเนิดของบุคคล ในขณะที่ชายรักชายจะถูกเหยียดเน้นไปที่เพศวิถี (Warriner et al., 2013) ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งเกณฑ์ในข้อที่ 1. เพื่อให้ผู้วิจัยสามารถเตรียมกลุ่มที่มีความเฉพาะเจาะจงกับประเด็นของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นชายรักชายได้อย่างเหมาะสม

ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยผ่านการนำจากผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gate Keeper) ได้แก่ผู้ดูแลเว็บไซต์เฉพาะกลุ่ม S (นามสมมติ) และผู้จัดการ

สมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย สำนักงานกรุงเทพฯ เป็นผู้ช่วยคัดกรองกลุ่มตัวอย่างซึ่งได้มาจากชายรักชายที่เป็นสมาชิกเว็บไซต์ดังกล่าว ได้รับการประชาสัมพันธ์ผ่านทางอินเทอร์เน็ต เป็นเครือข่ายสมาชิกของสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย หรือมีเพื่อนที่ทราบข่าวประชาสัมพันธ์จากช่องทางที่กล่าวมาก่อนหน้านี้ชวนมาเข้าร่วมการวิจัย ซึ่งข้อมูลทุกอย่างของผู้ร่วมการวิจัยจะถูกเก็บเป็นความลับ โดยผู้วิจัยนัดผู้ร่วมการวิจัยเพื่อเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายตามความสะดวกในการเข้าร่วมกลุ่มของผู้ร่วมการวิจัย และให้ทำแบบวัดความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันก่อนที่จะเข้าร่วมการทดลอง และในการแบ่งกลุ่มใช้การจับคู่ผู้ร่วมการวิจัยโดยพิจารณาจากปัจจัยได้แก่ คะแนนความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกัน และอายุ เพื่อให้ได้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีความใกล้เคียงกันมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ทั้ง จากนั้นจึงใช้การสุ่มและความสะดวกของระยะเวลาที่กลุ่มตัวอย่างสะดวกเป็นตัวกำหนดว่ากลุ่มตัวอย่างคนไหนและกลุ่มใดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มใดเป็นกลุ่มควบคุม จึงได้กลุ่มทดลอง 2 กลุ่มและกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม

ผู้วิจัยเลือกผู้ร่วมการวิจัยเป็นชายรักชายในแต่ละกลุ่มที่มีคะแนนความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันทั้งสูงและต่ำคละกันไป เพราะระดับความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันไม่ใช่เพียงแค่ปัจจัยเดียวที่จะสามารถบ่งชี้ได้อย่างสมบูรณ์ว่าบุคคลยังมีความต้องการบริการทางจิตใจหรือได้รับผลกระทบจากการเหยียดในปัจจุบันหรือไม่ เนื่องจากความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันไม่สามารถที่จะหายไปได้อย่างสิ้นเชิง (Herek & Garnets, 2007; Milton, 2007) อีกทั้งความรู้สึกสะท้อนใจหรือผลในทางลบจากการเปิดเผยตนเองต่อผู้ปกครองนั้นไม่แตกต่างกัน ไม่ว่าในปัจจุบันบุคคลจะมีชีวิตแบบชายรักชายที่เปิดเผยหรือไม่ (Brown & Trevethan, 2010) ดังนั้นไม่ว่าผู้ร่วมการวิจัยจะมีความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันสูงหรือต่ำ การให้ความช่วยเหลือทางจิตวิทยาก็ยังมีความสำคัญต่อชายรักชายทุกคนอยู่ดี

ทั้งนี้ด้วยการจับคู่เพื่อแบ่งกลุ่มในรูปแบบดังกล่าวทำให้แต่ละกลุ่มมีสมาชิกที่มีค่าคะแนนความรู้สึกด้วยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่างๆ กันไป ซึ่งการมีสมาชิกในกลุ่มที่อยู่ในขั้นที่มีการยอมรับตนเองหลากหลายกันไปก็จะมีโอกาสให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ที่มีการยอมรับตนเองต่ำคือผู้ที่สามารถยอมรับตนเองได้มากกว่าและกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากกว่าก็จะเป็นเหมือนต้นแบบ (Role Model) ให้แก่สมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม (Kirby, 2008; Lebolt, 1999) และในขณะเดียวกันก็จะเอื้อให้สมาชิกที่มีการยอมรับตนเองมากกว่าสามารถจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองจากการได้ช่วยเหลือผู้อื่นด้วย (Dietz & Dettlaff, 1997)

เครื่องมือวิจัย การพัฒนาและการตรวจสอบคุณภาพ

1. แบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

แบบวัดที่ใช้ในการวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในต่างประเทศนั้นมีหลากหลาย ซึ่งแบบวัดที่ใช้กันอย่างแพร่หลายหรือเป็นที่รู้จัก มีความเที่ยงและความตรงที่เหมาะสมมีด้วยกัน 3 แบบวัดได้แก่ แบบวัด *Nungesser Homosexual Attitudes Inventory* แบบวัด *Internalized Homophobia Scale* และแบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men Revised* (Szymanski et al., 2008) ซึ่งทั้ง 3 แบบวัดมีองค์ประกอบรายด้านที่มุ่งเน้นรายละเอียดของความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ต่างกันไป เช่น ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่มีต่อบุคคลอื่น ที่มีต่อการเป็นรักร่วมเพศในภาพรวม หรือในแง่ของจริยธรรม เป็นต้น โดยรายละเอียดของแบบวัดแต่ละชุดมีดังต่อไปนี้

1) แบบวัด *Nungesser Homosexual Attitudes Inventory Revised* หรือ *NHAI-R* มีข้อคำถามทั้งหมด 36 ข้อ ที่ Shidlo (1994 อ้างใน Szymanski et al., 2008) พัฒนามาจากแบบวัด *Nungesser Homosexual Attitudes Inventory* หรือ *NHAI* โดยตัดข้อคำถามที่มีความหมายอื่นแทรกซ้อนออกไปเพื่อเพิ่มความตรงในเนื้อหา (Content Validity) ใช้วัดเจตคติที่มีต่อการเป็นรักร่วมเพศ เป็นแบบวัดที่ใช้กันอย่างแพร่หลายมากที่สุด (Szymanski et al., 2008) คะแนนที่สูงบ่งชี้ถึงความรู้สึกทางบวกต่อเพศวิถีแบบรักร่วมเพศของตัวเอง ต่อชายรักชายคนอื่น และความรู้สึกสบายใจที่มีต่อการเปิดเผยเพศวิถีของตนเอง และคะแนนที่ต่ำบ่งชี้ถึงความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยแบบวัด *NHAI-R* นี้เป็นแบบวัดที่มีการใช้กันอย่างแพร่หลาย (Skinta, 2007; Szymanski et al., 2008) เพราะมีค่าความเที่ยงและความตรงที่ดีที่สุดเมื่อเทียบกับแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันอื่นๆ (Nicely, 2001) แบบวัด *NHAI-R* นี้เป็นข้อคำถามให้ตอบที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือ *ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง* ไปจนถึง 5 คือ *เห็นด้วยอย่างยิ่ง*

Shidlo ทำการปรับปรุงแบบวัด *NHAI-R* จากแบบวัด *NHAI* และตรวจสอบหาค่าความเที่ยงของแบบวัด *NHAI-R* โดยหาค่าความสอดคล้องภายในรวมทั้งฉบับ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาครวมทั้งฉบับที่ Shidlo และผู้วิจัยคนอื่นตรวจสอบระหว่าง .90 ถึง .92 (Dube, 2000; Gold, Marx, & Lexington, 2007; Nicely, 2001; Szymanski et al., 2008)

การตรวจสอบความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) ของแบบวัด *NHAI-R* ทำโดยการตรวจสอบระดับความสัมพันธ์กับตัวแปรที่มีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Gold et al., 2007; Nicely, 2001) พบว่ามีระดับความสัมพันธ์ในทางบวกกับความรู้สึก

ทางลบจากการเป็นชายรักชายที่ติดเชื้อ HIV (AIDS-related Homonegativity; $r = .68$) และความทุกข์ใจ (Psychological Distress; $r = .43$) และความสัมพันธ์ในทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem; $r = -.56$)

จากข้อคำถาม 36 ข้อในแบบวัด NHAI-R มีข้อที่ต้องกลับคะแนนจำนวน 20 ข้อ โดยข้อคำถาม 36 ข้อนี้แบ่งออกเป็น 3 ด้านที่สะท้อนถึงความรู้สึกต่อยาค่าจากการรักเพศเดียวกันได้แก่

1.1) ด้านความรู้สึกต่อตนเอง (Internalized homophobia - Self) ที่วัดเจตคติที่ชายรักชายมีต่อความจริงที่ว่าตนเองเป็นบุคคลรักเพศเดียวกัน มีจำนวน 14 ข้อ ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านความรู้สึกต่อตนเองดังเช่น “I am glad to be gay – ฉันยินดีที่ฉันเป็นชายรักชาย” และ “When I am sexually attracted to another gay men, I feel uncomfortable – เมื่อฉันรู้สึกชอบพอกับผู้ชายฉันรู้สึกไม่สบายใจ” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านความรู้สึกต่อตนเองเท่ากับ .88 (Dube, 2000)

1.2) ด้านความรู้สึกต่อผู้อื่น (Internalized homophobia - Other) ที่วัดเจตคติต่อการรักเพศเดียวกันในภาพรวมและเจตคติต่อบุคคลที่เป็นชายรักชายคนอื่น มีจำนวน 11 ข้อ ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านความรู้สึกต่อผู้อื่นดังเช่น “Marriage between gay people should be legalized – การแต่งงานระหว่างชายรักชายควรเป็นเรื่องถูกกฎหมาย” และ “Homosexuality is a sexual perversion – การรักเพศเดียวกันเป็นเรื่องวิบัติการ” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านความรู้สึกต่อผู้อื่นเท่ากับ .67 (Dube, 2000)

1.3) ด้านการเปิดเผยตนเอง (Internalized homophobia - Disclosure) ที่วัดปฏิบัติการต่อการที่บุคคลอื่นรับรู้ว่าคุณคือเป็นชายรักชายหรือรักเพศเดียวกัน มีจำนวน 11 ข้อ ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านการเปิดเผยตนเองดังเช่น “I would not mind if my neighbors knew that I am gay – ฉันไม่ใส่ใจว่าเพื่อนบ้านของฉันรู้ว่าฉันเป็นชายรักชายหรือไม่” และ “It is important for me to conceal the fact that I am gay from most people – การปิดบังว่าฉันเป็นชายรักชายจากคนส่วนใหญ่เป็นเรื่องสำคัญสำหรับฉัน” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านการเปิดเผยตนเองเท่ากับ .93 (Dube, 2000)

2) แบบวัด *Internalized Homophobia Scale* หรือ *IHS* (Wagner, 1998) มีข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อซึ่ง Wagner นำข้อคำถามจากแบบวัด NHAI-R ของ Shidlo จำนวน 9 ข้อและสร้างข้อคำถามเพิ่มอีก 11 ข้อ ใช้วัดระดับเจตคติและความเชื่อทางลบเกี่ยวกับการรักเพศเดียวกันที่ถุกนำเข้าไปในจิตใจและหลอมรวมเป็นภาพในการมองตนเองและเอกลักษณ์แบบชายรักชาย โดยคะแนนที่สูงบ่งชี้ถึงระดับความรู้สึกต่อยาค่าจากเพศเดียวกันที่สูง

แบบวัด IHS เป็นข้อคำถามให้ตอบที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 คือเห็นด้วยอย่างยิ่ง มี 10 ข้อเป็นข้อในทางบวกและอีก 10 ข้อในทางลบ โดยมีคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันตั้งแต่ 20-100 คะแนน ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามของแบบวัด HIS ดังเช่น “Life as a homosexual is not as fulfilling as a heterosexual – ฉันเชื่อว่าการรักเพศเดียวกันไม่สามารถเติมเต็มชีวิตได้เท่ากับการรักต่างเพศ” และ “Homosexuality is deviant – การรักเพศเดียวกันเป็นเรื่องหลุดกรอบสังคม” แบบวัด IHS มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคตั้งแต่ .87 ถึง .92 (Harris, Cook, & Kashubeck-West, 2008; Szymanski et al., 2008) และมีค่าความเที่ยงที่ทดสอบจากการวัดซ้ำ (Test-retest reliability) เท่ากับ .62 (Wagner, 1998) โดยแบบวัด IHS โดยแบบวัด IHS นี้ไม่ได้แบ่งออกเป็นด้านย่อย

แบบวัด IHS มีความตรงดังที่แสดงผ่านความสัมพันธ์กับตัวแปรดังต่อไปนี้ แบบวัด IHS มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับแบบวัดสภาวะการสูญเสียความมั่นใจหรือความหวัง (Demoralization; $r = .49$) ความทุกข์ใจ (Psychological Distress; $r = .37$) และอาการซึมเศร้า (Depression; $r = .36$) (Wagner, Brondolo, & Rabkin, 1996)

3) แบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men* หรือ IHNI มีข้อคำถามทั้งหมด 23 ข้อ โดย Mayfield (2001) ได้พัฒนาข้อคำถามในแบบวัดขึ้นมาจากการศึกษาแบบวัดที่มีมาก่อนหน้า รวมถึงแบบวัด NHAI, NHAI-R และแบบวัด IHS ใช้วัดเจตคติทางลบที่ชายรักชายมีต่อการรักเพศเดียวกันโดยรวมและการรักเพศเดียวกันของตนเอง

แบบวัด IHNI เป็นข้อคำถามให้ตอบที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 6 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 6 คือเห็นด้วยอย่างยิ่ง แบบวัด IHNI มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาครวมทั้งฉบับเท่ากับ 3 งานวิจัยที่ผ่านมาเท่ากับ .91 (Maladze & Brown, 2009; Mayfield, 2001; Shoptaw et al., 2009) อีกทั้ง Mayfield ได้ทำการตรวจสอบค่าความตรงของแบบวัด โดยตรวจสอบความตรงเชิงลู่เข้า (Convergent Validity) แบบวัด IHNI มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับค่าคะแนนจากแบบวัด NHAI ($r = .85$) และมีความสัมพันธ์ในทางลบกับระดับพัฒนาการเอกลักษณ์ทางเพศแบบชายรักชาย (Gay identity development; $r = -.68$) ยิ่งไปกว่านั้นยังได้วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory factor analysis) ของแบบวัด IHNI จากจำนวน 23 จนได้เป็นข้อคำถามที่แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

3.1) ด้านความรู้สึกทางลบต่อการเป็นชายรักชายส่วนตน (Personal Homonegativity) ที่วัดอารมณ์ทางลบที่บุคคลที่เป็นชายรักชายมีเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศของตนเอง (เช่น ความรู้สึกละอาย หดหู่และอับอาย) และเจตคติทางลบต่อการเป็นรักร่วมเพศของตนเอง (เช่น ความต้องการ

ควบคุมความตึงเครียดทางเพศต่อผู้ชายของตน) มีจำนวน 11 ข้อ ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านการเปิดเผยตนเองดังเช่น “When I think of my homosexuality, I feel depressed – ฉันรู้สึกหดหู่ใจเมื่อใดก็ตามที่ฉันคิดถึงความเป็นชายรักชายของฉัน” และ “I feel ashamed of my homosexuality – ฉันรู้สึกอับอายที่ฉันเป็นชายรักชาย” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านความรู้สึกทางลบต่อการเป็นชายรักชายส่วนตนเท่ากับ .89 (Mayfield, 2001)

3.2) ด้านการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Gay Affirmation) ที่วัดความรู้สึกที่ชายรักชายมองว่าการเป็นรักร่วมเพศเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญและเป็นแง่บวกของตนเอง และการเป็นรักร่วมเพศเป็นเรื่องที่ปกติและเติมเต็มชีวิตของตน มีจำนวน 7 ข้อ โดยข้อคำถามในด้านนี้ทั้ง 7 ข้อนั้นต้องกลับคะแนน ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านการเปิดเผยตนเองดังเช่น “I believe that more gay men should be shown in TV shows, movies, and commercials - ฉันเชื่อว่าควรบุคคลที่เป็นชายรักชายควรจะถูกนำเสนอในรายการโทรทัศน์ ภาพยนตร์หรือโฆษณามากกว่านี้” และ “I believe being gay is an important part of me – ฉันเชื่อว่าการเป็นชายรักชายเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งในชีวิตของฉัน” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเท่ากับ .82 (Mayfield, 2001)

3.3) ด้านศีลธรรมของการเป็นรักร่วมเพศ (Morality of Homosexuality) ที่วัดเจตคติในทางลบเกี่ยวกับศีลธรรมของพฤติกรรมรักร่วมเพศ และความตึงเครียดทางเพศระหว่างผู้ชายด้วยกัน มีจำนวน 5 ข้อ ซึ่งมีตัวอย่างข้อคำถามในด้านการเปิดเผยตนเองดังเช่น “In my opinion, homosexuality is harmful to the order of society – ฉันมองว่าการรักร่วมเพศเดียวกันเป็นอันตรายต่อระเบียบของสังคม” และ “In general, I believe that gay men are more immoral than straight men – ในภาพรวมฉันเชื่อว่าชายรักชายนั้นผิดจริยธรรมมากกว่าบุคคลที่เป็นผู้ชายทั่วไป” โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคของด้านศีลธรรมของการเป็นรักร่วมเพศเท่ากับ .70 (Mayfield, 2001)

แบบวัดทั้ง 3 ชุดที่ได้กล่าวมานั้นเป็นแบบวัดที่มีการพัฒนาต่อๆ กันมา โดยมีภาวะสันนิษฐาน (Construct) ใกล้เคียงกัน มีข้อคำถามบางส่วนที่ถูกนำมาปรับใช้ต่อ และล้วนมีจุดเด่นที่แตกต่างกันไป ซึ่งล้วนเป็นแบบวัดที่เหมาะสมที่จะใช้กับผู้มารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่เป็นชายรักชายหรือสำหรับในการวิจัยเกี่ยวกับชายรักชายทั้งสิ้นเนื่องจากแบบวัดเหล่านี้สามารถตรวจพบความรู้สึกต่อคุณค่าจากการรักร่วมเพศเดียวกันในระดับที่ต่ำและปานกลางได้ อีกทั้งยังสามารถเป็นตัวทำนายที่ดีต่อปัญหาด้านจิตใจและสังคม (Psychosocial) อีกด้วย (Szymanski et al., 2008) ดังนั้นแบบวัดทั้งสามแบบวัดจึงเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสนใจและต้องการที่จะนำมาพัฒนาต่อ

แม้แบบวัดทั้งสามเป็นแบบวัดที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสมดังที่ได้กล่าวมาแต่การตรวจสอบความคุณสมบัติเหล่านี้เคยทำแต่ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นชาวอเมริกันและยุโรปที่เป็นคนผิวขาว ที่มีการศึกษาและอยู่ในระดับชนชั้นปานกลางไปถึงสูงเป็นหลักเท่านั้น (Szymanski et al., 2008) อีกทั้งข้อคำถามหลายข้อในแบบวัด NHAIR และ IHS มีข้อคำถามที่วัดตัวแปรแทรกซ้อนที่นอกเหนือจากความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันเช่น เจตคติต่อบทบาททางเพศแบบเพศชาย (Attitude toward masculine gender role) หรือข้อคำถามที่อิงบริบทในสังคมทางตะวันตก (Mayfield, 2001) และข้อคำถามในแบบวัด IHNI บางส่วนก็ล้าสมัยและไม่เหมาะสมกับที่จะใช้ในสังคมปัจจุบัน (personal communication, June 28, 2012) ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความจำเป็นต้องพัฒนามาตรวัดขึ้นมาใหม่จากข้อคำถามของแบบวัดทั้งสามชุด ให้เหมาะสมกับประชากรชายรักชายที่เป็นคนไทย เพื่อให้ได้แบบวัดที่มีความสามารถในการจำแนกและเหมาะสมกับการวิจัยในครั้งนี้

1.1 แบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาและพัฒนา

แบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้วิจัยพัฒนาโดยอิงข้อคำถามและเกณฑ์ในการพัฒนาแบบวัดจากแบบวัด 3 ชุด ได้แก่ *Nungesser Homosexual Attitude Inventory Revised (NHAIR)* ของ Shidlo (1994 อ้างใน Szymanski et al., 2008) แบบวัด *Internalized Homophobia Scale (IHS)* ของ Wagner (1998) และแบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men (IHNI)* ของ Mayfield (2001) เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามที่เหมาะสมกับการวิจัยครั้งนี้

แบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้วิจัยพัฒนาเป็นสำรวจตนเองเกี่ยวกับอารมณ์และเจตคติทางลบเกี่ยวกับการเป็นรักร่วมเพศของชายรักชาย ที่ชายรักชายได้รับอิทธิพลมาจากบุคคลอื่นๆ หรือสังคม และมองว่าการเป็นรักร่วมเพศเป็นสิ่งที่น่าละอาย น่ารังเกียจ และรู้สึกด้อยค่ากว่าการเป็นรักต่างเพศ โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าเห็นด้วยกับมุมมองหรือความรู้สึกในแง่ต่างๆ ต่อการรักเพศเดียวกันของตนเองมากหรือน้อยเพียงใด และตอบข้อตรงและสอดคล้องกับมุมมองและความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด แบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันประกอบด้วยข้อคำถามแบบรายงานตนเอง (Self-Report) ทั้งหมด 32 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) แบบ 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 คือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 คือเห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยเกณฑ์การให้คะแนนของข้อคำถามในแบบวัดมีดังที่แสดงไว้ในตารางที่ 3

การคิดคะแนนรวม

คะแนนรวมความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ผู้ตอบเลือกทั้งหมด 32 ข้อรวมกัน โดยเมื่อพิจารณาถึงเกณฑ์การให้คะแนนแล้ว คะแนนรวมของแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันจะมีค่าระหว่าง 32-160 คะแนน หรือมีช่วงคะแนนระหว่าง 1-5 คะแนน

ตารางที่ 3

เกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

		คะแนน	
		ข้อคำถามทางบวก	ข้อคำถามทางลบ
1	หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5
2	หมายถึง ไม่เห็นด้วย	2	4
3	หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน	3	3
4	หมายถึง เห็นด้วย	4	2
5	หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1

1.2 ขั้นตอนพัฒนาแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

ในขั้นแรกผู้วิจัยนำแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันทั้งสามฉบับของ *Nungesser Homosexual Attitude Inventory Revised (NHAIR)* ของ Shidlo (1994 อ้างใน Szymanski et al., 2008) แบบวัด *Internalized Homophobia Scale (IHS)* ของ Wagner (1998) และแบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men (IHNI)* ของ Mayfield (2001) มาเริ่มทำการพัฒนาดังต่อไปนี้

1) ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันและการพัฒนาเครื่องมือวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันจาก วารสาร เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยทำการติดต่อกับผู้พัฒนาแบบวัดทั้ง 3 ชุด ได้แก่ Ariel Shidlo, Glenn Wagner และ Wayne Mayfield เพื่อที่จะขออนุญาตใช้แบบวัดทั้ง 3 ชุด เพื่อนำมาพัฒนาและปรับใช้ในการวิจัยครั้งนี้โดยอีเมลล์ ซึ่งผู้พัฒนาทั้ง 3 คนได้ตอบกลับและอนุญาตให้ผู้วิจัยสามารถใช้และพัฒนาแบบวัดได้ดังที่แสดงในภาคผนวก ค

2) ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาแบบวัด โดยอิงจากข้อคำถามของแบบวัดทั้งสามชุดและทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาแบบวัดและข้อคำถามของแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Mayfield, 2001; Szymanski et al., 2008) โดยทำการเลือกข้อคำถาม แปลภาษาและปรับสำนวนภาษาให้มีใจความเหมาะสมกับบริบทสังคมไทย เกณฑ์ที่ผู้วิจัยใช้ในการคัดเลือกข้อคำถามจากแบบวัดทั้ง 3 เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาแบบวัดคือผู้วิจัยเลือกข้อคำถามที่มีการเลือกใช้ซ้ำในแบบวัดมากกว่า 1 แบบวัดเป็นเกณฑ์แรก และคัดข้อคำถามที่ไม่เหมาะสมกับสภาพสังคมในปัจจุบันออกดังที่ W. Mayfield (personal communication, June 28, 2012) ได้เสนอแนะว่าข้อคำถามที่ว่า “I believe that more gay men should be shown in TV shows, movies, and commercials - ฉันเชื่อว่าควรบุคคลที่เป็นชายรักชายควรจะถูกนำเสนอในรายการโทรทัศน์ ภาพยนตร์หรือโฆษณามากกว่านี้” เป็นข้อคำถามที่ไม่ได้สะท้อนถึงความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน เนื่องจากในปัจจุบันมีบุคคลที่เป็นชายรักชายในสื่อต่างๆ เหล่านี้มากขึ้นกว่าสมัยก่อนมาก และข้อคำถามที่ไม่ตรงกับบริบทของสังคมไทย เช่น “In my opinion, homosexuality is harmful to the order of society - ฉันมองว่าการรักเพศเดียวกันเป็นอันตรายต่อระเบียบของสังคม” และ “In general, I believe that gay men are more immoral than straight men - ในภาพรวมฉันเชื่อว่าชายรักชายนั้นผิดจริยธรรมมากกว่าบุคคลที่เป็นผู้ชายทั่วไป” ซึ่งไม่เหมาะสมกับบริบทของการวิจัยในครั้งนี้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้เขียนข้อคำถามเพิ่มเติมจำนวน 2 ข้อ ที่ผู้วิจัยพบหลังจากการศึกษาวรรณกรรมต่างๆ ว่าจะทำให้แบบวัดในครั้งนี้สมบูรณ์ขึ้นเพื่อให้ตรงกับบริบทของการวิจัยในครั้งนี้มากที่สุด

1.3 การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

1.3.1 การหาความตรง (Validity)

หลังจากที่ผู้วิจัยได้แปลและคัดเลือกข้อคำถามจากแบบวัดทั้งสามแล้ว ผู้วิจัยจึงนำข้อคำถามมาปรึกษากับคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิได้แก่ รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โคตรจรัส รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุลและผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวรรณ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องทางภาษาและสำนวน เนื้อหาของแบบวัดมีความครอบคลุมและเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และสังคมไทยในปัจจุบันจนได้ข้อคำถามทั้งสิ้น 39 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามจากแบบวัดทั้ง 3 ชุด 37 ข้อและข้อคำถามที่ผู้วิจัยเป็นผู้เขียนเพิ่มเติมเองอีก 2 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามทางบวก 22 ข้อ และข้อคำถามทางลบ 17 ข้อ โดยมีรายละเอียดของข้อคำถามที่ผู้วิจัยได้ปรับและคัดเลือกในขั้นแรกดังที่แสดงในภาคผนวก ข

จากนั้นผู้วิจัยจึงดำเนินการนำแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันไปทดลองใช้กับบุคคลที่เป็นชายรักชายจำนวน 100 คน โดยชายรักชายส่วนใหญ่ในการทดลองใช้นี้กำลังศึกษา

อยู่ในระดับอุดมศึกษา โดยมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 22.1 ปี โดยมีการเพิ่มข้อคำถามปลายเปิดไว้ในตอนท้าย ด้วยว่าหากใช้คำว่า “เกย์” แทนคำว่า “ชายรักชาย” ในแบบวัดชุดนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามจะรู้สึกแตกต่างไปหรือไม่ เพื่อเป็นการสำรวจมุมมองต่อการใช้คำที่สื่อถึงชายรักชายให้ได้คำที่เหมาะสมกับบริบทสังคมไทยในปัจจุบันมากที่สุด ซึ่งได้ผลออกมาว่าชายรักชายจำนวนมากกว่าครึ่งเห็นตรงกันว่าคำว่า “ชายรักชาย” เป็นคำที่เหมาะสมที่จะใช้ในแบบวัดชุดนี้มากกว่าคำว่า “เกย์”

ผู้วิจัยนำคะแนนแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายจำนวน 100 คน มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (item discrimination) โดยทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ ร้อยละ 27 ด้วยการทดสอบ t-test โดยพิจารณาเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อสูงหรือมีค่า t ตั้งแต่ 2.0 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญที่ .05 พบว่าจาก 39 ข้อ มี 1 ข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์ ($t = .57$) คือข้อที่ 15 จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้อคำถามอื่นที่เหลือทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation; CITC) โดยพิจารณาเลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้อคำถามอื่นที่เหลือทั้งหมดหรือ CITC ตั้งแต่ .20 ขึ้นไปพบว่ามี 1 ข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์ โดยมีค่า r ต่ำกว่า .20 ($r = .192$) คือข้อที่ 6 จากนั้นผู้วิจัยจึงพิจารณาตัดข้อคำถามที่มีค่า CITC น้อย ถัดลงไปหรือข้อที่มีเนื้อหาซ้ำซ้อนกับข้ออื่นออกอีก 5 ข้อ เพื่อให้แบบวัดมีความกระชับมากยิ่งขึ้น จนได้แบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่มีข้อคำถามทั้งสิ้น 32 ข้อ แบ่งเป็นข้อคำถามทางบวก 18 ข้อ และข้อคำถามทางลบ 14 ข้อ ดังที่แสดงไว้ในภาคผนวก ข

1.3.2 การหาความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันมาประเมินค่าความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficients) ของแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน พบว่าแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในงานวิจัยนี้มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาครวมทั้งฉบับเท่ากับ .94

2. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ใช้แนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นแนวทางหลัก โดยมีแนวทางอัตถิภาวะนิยมและหลักการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นแนวคิดเสริมในการดำเนินกลุ่ม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเอื้อให้เกิดความตระหนักรู้ในตนเอง มองเห็นทางเลือกในชีวิตของชายรักชาย เพื่อให้ชายรักชายตระหนักในความรับผิดชอบของตนเองที่มีต่อชีวิต

ของตนเอง และอิสรภาพที่ชายรักชายมี เพื่อต่อสู้กับความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ชายรักชายมี เพื่อให้ชายรักชายมีภาพในทางบวกเกี่ยวกับตนเอง ลดความรู้สึกในทางลบที่เกิดจากท่าทีและกรอบของสังคมที่มีมา และยอมรับในตนเองได้มากขึ้น ซึ่งส่งผลให้ชายรักชายสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างภาคภูมิใจและมีความสุขในชีวิต

2.1 ขั้นตอนการพัฒนาแผนดำเนินการกลุ่ม

ผู้วิจัยใช้เวลาในการศึกษาและทำความเข้าใจหลักการและกระบวนการของการปรึกษาทางจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Langsdridge, 2007; Milton & Coyle, 1999) การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมและกระบวนการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Corey, 2009b; Yalom, 2005) โดยบูรณาการแนวคิดทั้งหมดเป็นกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยปัจจัยหนึ่งที่ผู้วิจัยคำนึงถึงในการวางแผนการดำเนินกลุ่มคือลักษณะของผู้ร่วมการวิจัยที่ตรงตามเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้วิจัยข้อที่ 1. ที่ระบุว่าผู้ร่วมวิจัยต้องระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย เมื่อพิจารณาประกอบกับโมเดลลำดับขั้นของ Cass จะพบว่าชายรักชายเหล่านี้อยู่เลยลำดับขั้นอดทนต่อเอกลักษณ์ทางเพศเป็นต้นไป ดังนั้นผู้วิจัยจึงพิจารณาแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายโดยอิงตามขั้นพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศในโมเดลลำดับขั้นของ Cass (Fontaine & Hammond, 1996; Marszalek & Cashwell, 1999) ดังที่ระบุไว้ในตารางที่ 2 ดังเช่น การเอื้อให้เกิดการตระหนักรู้ความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่แฝงอยู่ การเอื้อให้ชายรักชายเห็นถึงความหมายในทางบวกของการมีชีวิตอยู่ในฐานะที่เป็นชายรักชาย การเอื้อให้เห็นภาพตนเองในหลายๆ บริบทมากขึ้นเช่น ครอบครัว สังคม ที่ทำงาน หรือในกลุ่มเพื่อน และการสำรวจวิธีรับมือกับความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ยังคงมีแฝงอยู่ในชายรักชายต่อไป จากนั้นจึงวางแผนการดำเนินกลุ่มเบื้องต้น

ผู้วิจัยได้ดำเนินการกลุ่มนำร่องตามแผนการดำเนินกลุ่มเบื้องต้น เพื่อพัฒนาตัวผู้วิจัยเองให้เข้าใจกระบวนการทำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายได้อย่างถ่องแท้ยิ่งขึ้น และสามารถนำทฤษฎีและความเข้าใจต่างๆ มาประยุกต์ใช้กับผู้เข้าร่วมกลุ่มที่ล้วนเป็นชายรักชายได้อย่างกลมกลืน อีกทั้งเพื่อปรับแผนดำเนินการกลุ่มให้เหมาะสมกับเป้าหมายที่ผู้วิจัยวางไว้ในขั้นต้น โดยผู้วิจัยได้ทำกลุ่มนำร่องทั้งสิ้น 3 กลุ่ม ซึ่งในช่วงที่ผู้วิจัยกำลังพัฒนาแผนการดำเนินกลุ่ม ผู้วิจัยได้ถอดเนื้อหากจากการอัดเสียงของกลุ่มศึกษานำร่อง จดบันทึกข้อคิดหรือข้อปรับปรุงที่ผู้วิจัยได้รับจากแต่ละกลุ่มดังที่แสดงไว้ในภาคผนวก จ และนำข้อค้นพบต่างๆ มาปรึกษาและปรับปรุงกับคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส และรองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์ และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของกลุ่ม ทั้งในแง่ของระยะเวลาที่เหมาะสม หลักในการดำเนินกลุ่มทั้ง

ในแง่ของการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย แนวอัตถิภาวะนิยมและการดำเนินกลุ่มการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทำหน้าที่ของผู้วิจัย การใช้ภาษาต่างๆ ในระหว่างการดำเนินกลุ่ม ความเฉพาะของ
กลุ่มผู้ร่วมการวิจัย และการหลีกเลี่ยงการตีตราหรือการเหยียดที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินกลุ่ม
ทั้งโดยกระบวนการกลุ่มและโดยตัวผู้วิจัยที่ทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินการกลุ่มเอง โดยในการพัฒนา
แผนการดำเนินกลุ่มทั้งจากการปรึกษากับคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิและจากการทดลองทำกลุ่มศึกษานำ
ร่องทั้ง 3 กลุ่มนั้นมีรายละเอียดที่ปรับปรุงดั่ง ที่แสดงไว้ในภาคผนวก ฉ

จากการดำเนินกลุ่มศึกษานำร่อง ผู้วิจัยจึงตัดสินใจเลือกรูปแบบในการดำเนินกลุ่มเป็นกลุ่ม
แบบมาราธอน (Marathon group) เนื่องจากประโยชน์ของผู้ร่วมการวิจัยในแง่ของความต่อเนื่องของ
เนื้อหา กระแสในการดำเนินกลุ่มที่เนื่องเป็นเนื้อเดียวกัน และยังเป็นการป้องกันการสูญหายของ
ผู้เข้าร่วมการวิจัย (Dropout) ในระหว่างการดำเนินกลุ่ม (Yalom, 2005) และผู้วิจัยตัดสินใจเลือก
สถานที่ในการดำเนินกลุ่มเป็นสถานที่ที่มีความเป็นส่วนตัวในต่างจังหวัด เพื่อให้เกิดความเป็นส่วนตัว
สำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยสามารถที่จะแบ่งปันเรื่องราวและประสบการณ์ส่วนตัวได้อย่างสะดวกใจ
และสบายใจ

จนกระทั่งผู้วิจัยได้ข้อสรุปของแนวทางการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยัน
ความเป็นตัวตนของชายรักชายที่ใช้ระยะเวลาในการดำเนินกลุ่มเป็นระยะเวลา 2 วัน ในรูปแบบ
มาราธอน ที่แบ่งออกเป็น 6 ช่วง ใช้เวลาช่วงละประมาณ 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งสิ้นประมาณ 12-
14 ชั่วโมง ซึ่งประกอบด้วยสมาชิกที่เป็นชายรักชายรวม 8 คน ที่มีวัตถุประสงค์และรายละเอียดใน
การดำเนินกลุ่มดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4

แผนการดำเนินกิจกรรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

ช่วงที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียด
1. วางใจปลอดภัย	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้แนวทางการอยู่ในกลุ่ม ข้อตกลงและเป้าหมายของกลุ่ม - ให้สมาชิกเริ่มสร้างสัมพันธ์ภาพต่อกัน - เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะเปิดเผยตนเอง การอยู่ร่วมกันในกลุ่มที่สนับสนุน รับฟังและให้กำลังใจสมาชิกคนอื่น 	<ul style="list-style-type: none"> - ให้สมาชิกได้แนะนำตัวเอง (10 นาที) - พูดคุยกันถึงข้อตกลง และแนวทางในการอยู่ในกลุ่ม วัตถุประสงค์และร่วมกันตั้งเป้าหมายในกลุ่ม (30 นาที) - ให้สมาชิกได้พูดคุยถึงเรื่องราวและที่มาที่ไป ความเป็นมาของตัวเอง และความรู้สึกที่มีต่อการอยู่ในกลุ่ม (80 นาที)
2. สำรวจตน	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนความรู้สึกที่ตนเองมีต่อการเป็นชายรักชายของตนเอง ตั้งแต่ยังเด็ก และผลที่เกิดจากสังคมหรือประสบการณ์ที่ผ่านมา รวมถึงความรู้สึกทางลบต่างๆ ที่มีเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายได้ชัดเจนยิ่งขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> - ให้ออกกำลังกายได้ทบทวนและแบ่งปันเรื่องราวที่สมาชิกเองรับรู้ว่าเป็นชายรักชายครั้งแรก หรือความรู้สึกแอบชอบหรือแอบรักที่มีกับคนที่ใช่ผู้ชายด้วยกันในครั้งแรก อารมณ์ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในช่วงเวลาดังกล่าว การรับมือจัดการกับอารมณ์เหล่านี้และทำที่บุคคลรอบข้าง ความชัดเจนเรื่องรสนิยมทางเพศของตนเอง และการค้นพบตนเอง และหาจุดที่เหมาะสมและพอดีกับตนเอง (120 นาที)
3. ยืนยันตน	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกตระหนักรู้เจตคติและมุมมองที่ตนและสมาชิกคนอื่นในกลุ่มมีต่อความเป็นชายรักชาย - เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักรู้ถึงการตีตราความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ตนมี และผลของความรู้สึกเหล่านี้ที่มีต่อชีวิตของตนเอง 	<ul style="list-style-type: none"> - ให้สมาชิกได้ทบทวนเรื่องราวเกี่ยวกับการอยู่ในสังคมของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นในสถานศึกษา ที่ทำงาน หรือครอบครัว ว่าการที่ตนเองเป็นชายรักชายส่งผลต่อการอยู่ในสังคมเหล่านี้อย่างไร การตัดสินใจเปิดเผยวิถีทางเพศของตนเองต่อบุคคลอื่น หรือการปิดบังวิถีทางเพศที่เป็นชายรักชายของตนเอง และให้ออกกำลังกายได้พิจารณาถึงความรู้สึกและมุมมองที่ตนเองมีต่อความเป็นชายรักชาย และต่อตนเอง (120 นาที)
4. ยอมรับตน	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนมุมมองที่ตนมีต่อการเป็นชายรักชาย ในแง่ของสังคมที่มีมุมมองความเป็นรักต่างเพศเป็นใหญ่ และเพื่อยืนยันความมีคุณค่าและยืนยันความเป็นชายรักชาย 	<ul style="list-style-type: none"> - ตั้งคำถามสมาชิกถึงมุมมองและความแตกต่างที่สมาชิกมองจากประสบการณ์ที่ตนเองเป็นชายรักชายเมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลที่อยู่นอกกลุ่มชายรักชาย ทั้งในแง่บวกและลบ และให้ออกกำลังกายในกลุ่มได้ร่วมแสดงมุมมองและความคิดเห็นในมุมมองที่ต่างกัน และถามสำรวจมุมมองที่สมาชิกมีต่อสังคมที่มีความเป็นรักต่างเพศเป็นใหญ่ (120 นาที)

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ช่วงที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียด
5. เข้าใจตน	- เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนภาพที่สมาชิก มองเห็นตนเองในฐานะชายรักชาย และ ความหมายของการเป็นชายรักชาย ความรัก ความสัมพันธ์แบบคู่รักหรือการ ใช้ชีวิตในฐานะชายรักชายคนหนึ่ง	- ให้สมาชิกได้ทบทวนถึงเรื่องราวที่ได้แบ่งปันกัน มาเป็นระยะเวลา 2 วัน และการมองชีวิตใน ภาพรวมของตนเอง การฟื้นฟูอุปสรรคและความ ยากลำบากที่ผ่านมาว่าส่งผลต่อตัวสมาชิกอย่างไร บ้าง และเมื่อย้อนมองกลับไป สมาชิกเห็นภาพ ตนเองในชีวิต ณ ปัจจุบันอย่างไรบ้าง หรือให้ ความสำคัญและความหมายอย่างไรกับชีวิตของ ตนเองในฐานะชายรักชายคนหนึ่ง (120 นาที)
6. เรียนรู้ แบ่งปัน	- ให้สมาชิกคุยถึงแนวทางในการดำเนิน ชีวิตต่อไปในอนาคต ในแง่การรับมือกับ เจตคติ การเหยียด และความรู้สึกด้อย ค่าจากการรักเพศเดียวกัน - เพื่อให้สมาชิกได้อำลา ก่อนจบกลุ่ม ให้ กำลังใจและความปรารถนาดีต่อกันและ กัน	- พูดคุยถึงการรับมือและจัดการกับความรู้สึกของ ตนเองที่มี สิ่งที่จะช่วยให้สามารถก้าวข้ามไปได้ และแนวทางในการดำเนินชีวิตต่อไปรวมถึงการ วางแผนในอนาคต (40 นาที) - ให้สมาชิกได้กล่าวถึงประสบการณ์ช่วงที่อยู่ ภายในกลุ่มสองวัน ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้น และสิ่งที่ เห็นจากกลุ่ม ประโยชน์ที่สมาชิกแต่ละคนได้รับ จากการเข้าร่วมกลุ่ม และอำลากลุ่ม (20 นาที)

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นตอนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขออนุญาตผู้พัฒนาแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

ทั้ง 3 ฉบับ

1.2 หลังจากที่ได้รับอนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัดทั้ง 3 ฉบับ ผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการ
พัฒนาแบบวัด และพัฒนาคุณภาพของแบบวัด ทั้งในแง่ของความเที่ยงและความตรง โดยมี
ผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ให้คำแนะนำในแต่ละขั้นตอน

1.3 ผู้วิจัยดำเนินการประชาสัมพันธ์ เพื่อหาผู้ร่วมการวิจัยที่สนใจเข้าร่วมกลุ่มการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยาจากโดยการประชาสัมพันธ์ผ่านเว็บไซต์เฉพาะกลุ่ม S (นามสมมติ) และสมาคม
ฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย โดยเน้นความสมัครใจของผู้ร่วมการวิจัยเป็นหลัก

1.4 ผู้วิจัยจัดเตรียมโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญ ทำกลุ่มศึกษานำร่องจำนวน 3 กลุ่ม โดยปรับปรุงให้มีความเหมาะสมมากขึ้นตามลำดับ

1.5 ผู้วิจัยนำโครงการวิจัยเสนอคณะกรรมการจริยธรรม เพื่อดำเนินการตรวจสอบและพิจารณาประเด็นทางจริยธรรมในการวิจัย

1.6 หลังจากที่ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการแล้วผู้วิจัยจึงดำเนินการนัดหมายผู้ร่วมการวิจัย โดยให้ผู้ร่วมการวิจัยทำแบบสอบถาม เพื่อวัดค่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในระยะก่อนการทดลอง จากนั้นจึงทำการจับคู่ที่ละคู่ (Matching) และแบ่งกลุ่มโดยเกลี่ยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความใกล้เคียงกันมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แล้วจึงนัดหมายผู้ร่วมการวิจัยอีกครั้งว่ามีรายละเอียด สถานที่และวันเวลาอย่างไร

2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

2.1 ผู้วิจัยให้ผู้ร่วมการวิจัยเซ็นในใบยินยอมร่วมการวิจัย (Informed Consent) และอธิบายรูปแบบการดำเนินกลุ่ม รายละเอียดของกลุ่ม และวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมกลุ่มและการวิจัยให้กับผู้ร่วมการวิจัย

2.2 ผู้วิจัยดำเนินกลุ่มให้กับกลุ่มทดลอง โดยกระบวนการกลุ่มแบ่งออกเป็น 2 วัน วันละ 3 ช่วง รวมทั้งสิ้น 6 ช่วง ช่วงละ 2 ชั่วโมง รวมเวลาประมาณ 12-14 ชั่วโมง

3. ขั้นหลังการทดลอง

3.1 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งหมดตอบแบบสอบถามความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันซ้ำอีกครั้ง โดยใช้เป็นคะแนนในระยะหลังการทดลองเพื่อนำผลมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

3.2 ผู้วิจัยดำเนินกลุ่มให้กับกลุ่มควบคุมในรูปแบบเดียวกันหลังจากที่เก็บข้อมูลในการวิจัยเสร็จแล้วตามความสมัครใจและความสะดวกของผู้ร่วมการวิจัยที่เป็นกลุ่มควบคุม

การเตรียมความพร้อมของผู้วิจัย

เนื่องจากในงานวิจัยนี้ตัวผู้วิจัยเองมีหน้าเป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายและเป็นทั้งนักวิจัย ดังนั้นผู้ร่วมการวิจัยเองจึงมีความสำคัญในฐานะเป็นเครื่องมือหลักที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ดังนั้นผู้วิจัยเองจึงต้องเตรียมความพร้อมและพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้เพื่อให้งานวิจัยครั้งนี้มีคุณภาพ ถูกต้องและน่าเชื่อถือดังต่อไปนี้

1. การเตรียมความพร้อมในฐานะผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

1.1 ด้านประสิทธิภาพในการเอื้อกระบวนการกลุ่ม

1.1.1 ผู้วิจัยศึกษาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3802306 ทฤษฎีและการปฏิบัติการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตบำบัด แบบกลุ่ม (Theories and Practices in Counseling and Psychotherapy) และรายวิชา 3802620 เทคนิคกลุ่มในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Group Techniques in Counseling)

1.1.2 ผู้วิจัยเคยมีประสบการณ์กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ในรูปแบบกลุ่มรายสัปดาห์ระยะสั้น จำนวน 23 กลุ่ม รวมเวลาประมาณ 100 ชั่วโมง ณ โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จากการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3800419 การฝึกประสบการณ์ภาคสนาม (Field Experience) อีกทั้งผู้วิจัยฝึกประสบการณ์ในฐานะผู้ดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมาราธอนจำนวน 11 กลุ่ม รวมเวลาประมาณ 200 ชั่วโมง ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จากการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3802742 การปรึกษาเชิงจิตวิทยาวินิต (Practicum in Counseling) และกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมาราธอนและแบบรายสัปดาห์จำนวน ทั้งในฐานะผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม จำนวนทั้งสิ้น 11 กลุ่ม รวมเวลาประมาณ 200 ชั่วโมง ณ โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย จากการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3802793 การฝึกงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา 1 (Internship in Counseling I)

1.1.3 ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และทำกลุ่มศึกษานำร่องจำนวน 3 กลุ่มเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงคุณภาพของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

1.2 ด้านความเข้าใจในแนวอัตถิภาวะนิยม

1.2.1 ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดและปรัชญาของแนวอัตถิภาวะนิยม ผ่านทางการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3802601 ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตบำบัด (Theories of Counseling and Psychotherapy)

1.2.2 ผู้วิจัยปฏิบัติงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทั้งในแบบรายบุคคลและแบบกลุ่ม โดยใช้ฐานความแนวคิดและปรัชญาแบบอัตถิภาวะนิยมเป็นแนวทางในการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นระยะเวลารวมทั้งสิ้นประมาณ 200 ชั่วโมง ณ โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย จากการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 3802793 การฝึกงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยา 1 (Internship in Counseling I) โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคัมภีร์ เป็นอาจารย์นิเทศก์ในแนวคิดอัตถิภาวะนิยม

1.2.3 ผู้วิจัยเป็นกรณีศึกษา (Case Study) ในรายวิชา 3802752 การอบรมเชิงปฏิบัติการตามหลักจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมายในชีวิต (Workshop in Logotherapy) โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคัมภีร์ เป็นผู้ดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

1.2.4 ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดและปรัชญาของแนวอัตถิภาวะนิยม และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวอัตถิภาวะนิยม ด้วยการศึกษตำราและเอกสารต่างๆ

2. การเตรียมความพร้อมในฐานะผู้วิจัย

2.1 ผู้วิจัยศึกษาสถิติที่ใช้ในการวิจัย จากการเรียนในรายวิชา 3800602 วิชาสถิติสำหรับการวิจัย 1 (Statistics for Psychology I)

2.2 ผู้วิจัยศึกษาถึงระเบียบวิธีในการวิจัย จากการเรียนในรายวิชา 3800784 การวิจัยทางจิตวิทยา (Psychological Research)

2.3 ผู้วิจัยศึกษาเกี่ยวกับมโนทัศน์ ทฤษฎี และปัญหาการวิจัยที่สำคัญของการศึกษาในสาขาจิตวิทยาการปรึกษา จากการเรียนในรายวิชา 3800612 สัมมนาจิตวิทยาการปรึกษา (Seminar in Counseling Psychology)

2.4 ผู้วิจัยศึกษาหลักการวัดและเครื่องมือในการวัดทางจิตวิทยา จากการเรียนในรายวิชา 3800612 การประเมินลักษณะบุคคล (Assessment of Human Characteristics)

2.5 ผู้วิจัยได้ศึกษาเพิ่มเติมจากการทบทวนเอกสาร ตำรา และงานวิจัยต่าง ๆ

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเสนอโครงการกับคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นอกจากนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงเรื่องสิทธิส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างและตระหนักว่ากลุ่มตัวอย่างมีความละเอียดอ่อนหรืออ่อนไหวดังนั้นผู้วิจัยจึงวางแผนในการสอบถามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างทุกคน ซึ่งผู้วิจัยแจ้งให้เห็นจุดยืนที่เป็นกลางของผู้วิจัย ผ่านทางการให้ผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูลเป็นคนถามความสมัครใจอีกต่อหนึ่งโดยแจ้งให้เห็นถึงประโยชน์และสิทธิที่ผู้ร่วมการวิจัยได้รับ ไม่ว่าจะเป็นโอกาสที่ได้รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนชายรักชายมากขึ้นการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายได้รับโอกาสในการเรียนรู้จากสมาชิกที่เป็นชายรักชายคนอื่นหรือเป็นต้นแบบให้แก่สมาชิกคนอื่นๆ มีเพื่อนที่เป็นชายรักชายเหมือนกันที่สามารถติดต่อกันได้ รู้สึกว่าตนเองเป็น “ปกติ” มากขึ้น จากการได้พบปะกับคนที่เป็นชายรักชายเหมือนกัน ได้เรียนรู้ประเด็นที่เฉพาะกับชายรักชายมากขึ้น เช่น กระบวนการเปิดเผยตนเอง ความหมายของการเป็นชายรักชายในชีวิตแต่ละคนและท่าทีที่สังคมมีเกี่ยวกับการเป็นชายรักชาย

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลและความลับทั้งหมดเกี่ยวกับตัวผู้ร่วมการวิจัยเป็นความลับ ไม่ว่าจะเป็นชื่อ อายุ การศึกษา อาชีพ ข้อมูลการเข้าร่วมกลุ่ม ข้อมูลส่วนตัวเกี่ยวกับความสัมพันธ์ ปมปัญหาต่างๆ และข้อมูลคะแนนแบบวัดความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยผู้ร่วมวิจัยสามารถหยุด และ

นอกจากการวิจัยได้ทุกเมื่อ ซึ่งข้อมูลทั้งหมดของผู้วิจัยใช้ในเชิงวิชาการเท่านั้น โดยผู้วิจัยให้ผู้ร่วมการวิจัยเซ็นใบรับรองการเข้าร่วมช่วงก่อนเริ่มการวิจัย และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมการวิจัยสามารถถามข้อสงสัยต่างๆ ได้ตลอดการวิจัยและหากในระหว่างการวิจัยผู้ร่วมการวิจัยมีความต้องการความช่วยเหลือในประเด็นปัญหาส่วนตัวเป็นพิเศษ ผู้วิจัยมีแหล่งการให้ความช่วยเหลืออื่นๆ ที่พร้อมแนะนำหรือส่งต่อให้ผู้ร่วมการวิจัยได้รับการช่วยเหลืออย่างเต็มที่

การวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนจากแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันด้วยการใช้ t-test เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย 2 ข้อ คือ 1) หลังการทดลองคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติโดยการเปรียบเทียบคะแนน Pretest และ Posttest ของกลุ่มทดลองโดยใช้ Dependent t-test และ 2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติผ่านการเปรียบเทียบคะแนน Posttest ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้ Independent t-test

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายต่อความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย โดยผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลเป็นสองส่วน ได้แก่ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติตามสมมติฐานดังต่อไปนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคคลที่ระบุว่าตนเองเป็นชายรักชาย และไม่เป็นกะเทยหรือสาวประเภทสอง อายุระหว่าง 18-40 ปี ปัจจุบันอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล สามารถเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นระยะเวลา 2 วัน 1 คืน ใช้การประชาสัมพันธ์ผ่านเว็บไซต์เฉพาะกลุ่ม S (นามสมมติ) และสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย โดยเน้นความสมัครใจของผู้ร่วมการวิจัยเป็นหลัก มีผู้ร่วมการวิจัยทั้งสิ้นจำนวน 32 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 16 คนและกลุ่มควบคุม 16 คน ซึ่งมีรายละเอียดของข้อมูลทั่วไปดังข้อมูลในตารางที่ 5

จากการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 18-25 ปี (ร้อยละ 40.62) และ 25-30 ปี (ร้อยละ 34.38) โดยมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 26.84 ปี ($SD = 4.96$) และมีช่วงอายุตั้งแต่ 19-40 ปี ร้อยละ 78.12 ของกลุ่มตัวอย่างมีระดับการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี และประกอบอาชีพพนักงานบริษัท (ร้อยละ 43.75) โดยส่วนที่เหลือรับราชการ เป็นนักศึกษาและว่างงานในจำนวนที่พอๆ กัน กลุ่มตัวอย่างส่วนที่ไม่เคยเปิดเผยรสนิยมทางเพศแบบชายรักชายแก่บิดา-มารดา หรือผู้ปกครองมีมากกว่าส่วนที่เคยเปิดเผยเพียงเล็กน้อย กล่าวคือร้อยละ 53.12 ของกลุ่มตัวอย่างไม่เคยเปิดเผยรสนิยมทางเพศแบบชายรักชายแก่บิดา-มารดา หรือผู้ปกครอง ร้อยละ 18.75 เคยเปิดเผยในระยะเวลาที่น้อยกว่า 5 ปี และอีกร้อยละ 28.13 เพิ่งเคยเปิดเผยในระยะเวลาที่มากกว่า 5 ปีมาแล้ว

ตารางที่ 5
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

	ลักษณะ	จำนวน (คน)	คิดเป็น (%)
ช่วงอายุ	18 – 25 ปี	13	40.62
	25 – 30 ปี	11	34.38
	30 – 35 ปี	7	21.88
	35 – 40 ปี	1	3.12
	รวม	32	100
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่าปริญญาตรี	3	9.38
	ปริญญาตรี	25	78.12
	สูงกว่าปริญญาตรี	4	12.50
	รวม	32	100
อาชีพ	ข้าราชการ	5	15.62
	พนักงานบริษัท	14	43.75
	ธุรกิจส่วนตัว	4	12.50
	นักศึกษา	5	15.62
	ว่างงาน	4	12.50
	รวม	32	100
ระยะเวลาที่เคยเปิดเผยแพร่สนิยมทาง เพศแบบชายรักชายแก่บิดามารดา หรือผู้ปกครอง	ไม่เคย	17	53.12
	น้อยกว่า 1 ปี	3	9.38
	1 – 2 ปี	2	6.25
	2 – 5 ปี	1	3.12
	มากกว่า 5 ปี	9	28.13
รวม	32	100	

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ 1 หลังการทดลองคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองต่ำกว่าคะแนนในช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (M) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด และผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (t-test) มีผลดังต่อไปนี้

ตารางที่ 6

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกัน ด้วย

Dependent t-test

กลุ่ม	n	ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันก่อนการทดลอง				ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันหลังการทดลอง				t	p
		M	SD	Min	Max	M	SD	Min	Max		
กลุ่มทดลอง	16	61.31	18.00	39	108	51.43	15.76	34	83	3.85**	.002
กลุ่มควบคุม	16	64.06	17.89	41	112	66.62	17.79	47	114	1.07	.301

** $p < .01$

จากตารางที่ 6 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการทดลอง พบว่าคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยมีคะแนนในระดับที่ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาถึงคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงหลังการทดลอง พบว่าคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองลดลงจากระดับค่อนข้างสูงมาอยู่ที่ระดับปานกลาง ในขณะที่คะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มควบคุม ยังคงอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

เพื่อพิจารณาถึงความแตกต่างของคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลอง โดยใช้การวิเคราะห์ทางสถิติแบบ Dependent t-test สำหรับกลุ่มทดลองพบว่าคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงหลังการทดลองมีคะแนนต่ำกว่าคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สำหรับกลุ่มควบคุมค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติในตารางที่ 6 พบว่าผลดังกล่าวสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ว่าหลังการทดลอง การเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายส่งผลให้ความรู้สึกต่อค่าจากการรักเพศเดียวกันลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ 2 หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เพื่อพิจารณาความแตกต่างระหว่างค่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วงหลังการทดลอง ผู้วิจัยจึงใช้การวิเคราะห์ทางสถิติแบบ Independent t-test ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยแบ่งออกเป็นช่วงก่อนการทดลองและช่วงหลังการทดลอง ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าผลของความแตกต่างของค่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วงหลังการทดลองเป็นผลมาจากตัวแปรอิสระในการวิจัยครั้งนี้จริง คือการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย ซึ่งมีผลการวิเคราะห์ทางสถิติดังต่อไปนี้

ตารางที่ 7

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ด้วย Independent t-test

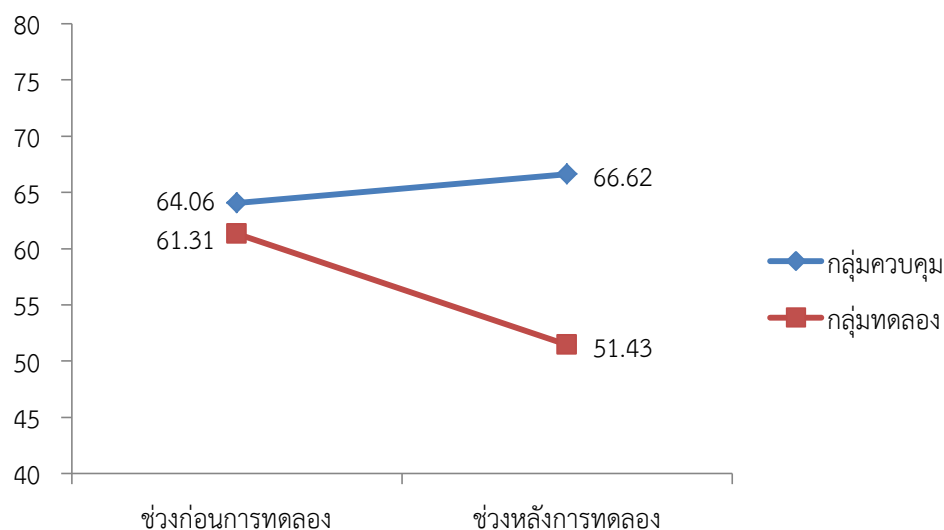
ช่วงเวลา	ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลอง				ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มควบคุม				t	p
	M	SD	Min	Max	M	SD	Min	Max		
ก่อนการทดลอง	61.31	18.00	39	108	64.06	17.89	41	112	-.43	.668
หลังการทดลอง	51.43	15.76	34	83	66.62	17.79	47	114	-2.55*	.016

* $p < .05$

จากตารางที่ 7 เมื่อพิจารณาถึงความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในช่วงก่อนการทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในช่วงหลังการทดลอง พบว่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองต่ำกว่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 ในช่วงหลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมีค่าคะแนนความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติสนับสนุนสมมติฐานทั้งสองข้อในการวิจัยครั้งนี้ โดยผู้วิจัยได้สรุปการเปลี่ยนแปลงของค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกต่อยาค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายไว้ในรูปแบบของกราฟในภาพที่ 5 ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 5 กราฟแสดงการเปลี่ยนแปลงคะแนนความรู้สึกต่อยาค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนและหลังการทดลอง

กระแสการดำเนินกลุ่ม

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่ผู้วิจัยดำเนินการให้แก่กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ชายรักชายเกิดความตระหนักรู้ในตนเอง มองเห็นทางเลือกในชีวิต สามารถยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายของตนเอง มีภาพในทางบวกเกี่ยวกับตนเอง ลดความรู้สึกต่อยาค่าจากการรักเพศเดียวกันและความรู้สึกในทางลบที่เกิดจากทำที่และกรอบของสังคมที่มีมา และยอมรับในตนเองได้มากขึ้น โดยมีกระแสการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายดังต่อไปนี้

ช่วงที่ 1 ไว้ใจ ปลอดภัย หลังจากผู้วิจัยอธิบายถึงรายละเอียดกิจกรรม แจงสิทธิในฐานะผู้ร่วมการวิจัย ให้เซ็นใบยินยอมเข้าร่วมในการวิจัย การรักษาความลับและความจำเป็นที่จะต้องบันทึกเสียงแล้วนั้น ผู้วิจัยเริ่มกระบวนการกลุ่มโดยการแนะนำตัวผู้วิจัยและขอให้ผู้ร่วมวิจัยได้แนะนำตัวเพื่อเป็นการเริ่มต้นการสร้างปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม จากนั้นจึงถามสมาชิกถึงความเข้าใจต่อกลุ่ม และความคาดหวังที่สมาชิกแต่ละคนมี เพื่อเป็นการกำหนดแนวทางในการอยู่ในกลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยจึงเริ่มการสำรวจเรื่องราวและความรู้สึกของสมาชิกในกลุ่ม โดยการสำรวจความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อคำที่ใช้สื่อถึงบุคคลที่เป็นชายรักชาย เช่นคำว่า “เกย์” “ตุ๊ด” “ชายรักชาย” หรือ “MSM” ทั้งนี้เพื่อเป็นการหาคำที่สื่อถึงชายรักชายทั้งในภาพรวมและทั้งสำหรับสมาชิกแต่ละคน ที่สมาชิกรู้สึกสะดวกใจ หรือสบายใจดังตัวอย่างต่อไปนี้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ผมไม่แน่ใจว่าแต่ละคนสะดวกกับคำว่าชายรักชาย คำว่า MSM คำว่าตุ๊ด หรือ คำว่าเกย์ไหม เลยอยากจะถามมุมมองแต่ละคนว่าถ้าผมจะใช้สักคำหนึ่งเพื่อแทนความเป็นพวกเรา มีความเห็นกับแต่ละคำอย่างไร

P 7: ในสมาคมนะถ้าเป็นเกย์เขาจะเรียก M ถ้าเป็นสาวประเภทสองเขาจะเรียกว่า TG

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แล้ว P 7 คิดอย่างไรกับคำว่า M

P 7: ผมก็ชอบนะ ตีกว่าเรียกเกย์

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ต่างกันอย่างไรครับ เรียก M กับเรียก เกย์

P 7: มันไม่ต่างครับ แต่ M ยังแล้วรู้สึกว่ามันแมน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: คำว่า M ตรงกับความรู้สึกที่ P 7 รู้สึกกับตัวเองมากกว่า อย่างนี้ไหมครับ

P 7: ใช่

เมื่อดำเนินกลุ่มไปได้สักระยะหนึ่ง สมาชิกเริ่มมีความรู้สึกไว้ใจและปลอดภัยกับกลุ่ม เรื่องราวที่สมาชิกแบ่งปันจึงเป็นเรื่องราวที่ส่วนตัวมากขึ้น และมีความเฉพาะเจาะจงกับความเป็นชายรักชาย ดังเช่นประสบการณ์ที่สมาชิกแต่ละคนมีเกี่ยวกับคำแต่ละคำที่ตนเองเคยถูกเรียกหรือเคยประสบมา ไม่ว่าจะเป็นจากที่ตนเองเคยถูกล้อเลียนจากเพื่อนๆ หรือเหตุการณ์ในอดีตตั้งแต่ที่ตนเองยังไม่ชัดเจนกับความเป็นชายรักชายของตน จนความรู้สึกนี้ค่อยๆ ชัดขึ้นและกลายเป็นตัวตนของชายรักชายแต่ละคนซึ่งสะท้อนให้เห็นการพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของชายรักชาย ดังตัวอย่างต่อไปนี้

P 16: หลังจากที่เรโดนล้อ (เรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อนชายอีกคน) เราปลีกตัวเองออก เราพยายามเหมือนห่างจากเขาอะ เขาพยายามเข้ามาแต่เราพยายามหนี จนเขาโทรมาแล้วพยายามบอกเราว่า พี่รู้สึกคือมันอะไร ถ้าเราไม่รู้สึกอะไร จนเราห่างแล้วขึ้นมากกรุงเทพฯ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ช่วงนั้นฟังเหมือนอารมณ์ 2 ขั้ว (ขั้วที่สนใจเพื่อนผู้ชายและขั้วที่ไม่ยอมรับ) ของ

P 16 มันแย่งกันมากนะครับ

P 16: แย้งกัน ด้วยสังคม เพราะที่บ้านก็ไม่ยอมรับอยู่แล้ว เรื่องนี้ที่บ้านไม่รู้ไม่ได้ แต่ที่โรงเรียน ยังมีเล็ครอด เหมือนผมปิดกั้นตัวเองตั้งแต่แรกอะ จนตอนเข้ามาเรียน ผมฟังเรียนตอนปี หนึ่งปีสอง ผมได้มาค่ายฟ้าสีรุ้ง ตอนที่มาครั้งแรกผมเหมือนผู้ชายมากนะ ทุกคนจะบอก อย่างนั้น แต่จริงๆ ข้างในมันค้ำกันอยู่ตลอดเวลา แต่ข้างในผมรู้มาตลอดว่าตัวเองเป็น เกย์ ไม่ใช่ตุ๊ดแน่นอน ผมถึงไม่ยอมรับกับคำว่าเป็นตุ๊ด ผมถึงหลีกเลี่ยงมัน ตอนนั้นไม่มี ช่องทางให้ผมเลือก มันไม่มีคำว่าเกย์จนกระทั่งผมเข้ามากรุงเทพฯ ได้เข้าค่ายนั้นแหละ มีช่องทางมีเพื่อนพาไปเที่ยวผับเกย์ นี่แหละมันคือเรา กูไม่ใช่ตุ๊ด กูเป็นแค่ผู้ชายชอบ ผู้ชาย กูเป็นเกย์ เกย์ไม่จำเป็นต้องออกสาว ถูกปะ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: จริงๆ การที่พี่ที่โรงเรียนเข้ามาเป็นตัวจุดประกายความรู้สึกนะครับ

P 16: เป็นจุดเปลี่ยนที่เรากำลังค้นหาว่าฉันคืออะไร แต่ข้างในเราไม่ยอมรับเพราะสังคมบีบ อยู่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: คือแม้ตอนนั้นจะเบื่อบานลหะที่มีคนมาชอบ แต่พอไม่มีคำมารองรับ แม้แต่ ตัวเองก็ยังไม่รู้ด้วยซ้ำว่าความรู้สึกนี้มันคืออะไร มันเรียกว่าอะไร no idea เลย

P 16: ใช่ เกย์ไม่รู้ ณ ตอนนั้น มารู้ตอนเข้ากรุงเทพฯ แล้วนี่คือเกย์หรือ แล้วเหมือนขึ้นมาปุ๊บ เปิดโลกคิวิไลซ์ มันจุดประกายหลายอย่าง แล้วมันได้คำตอบว่านี่แหละคือกู คำว่าตุ๊ด ว่า กะเทยนะ ไม่ใช่กู แล้วกูหนีมันมาตลอด นี่แหละใช่ นี่คือเกย์ แล้วก็ได้มาอยู่ในแวดวงนี้ หลังจากนั้นก็ตั้งเสตต์ตัวเองเป็นเกย์เลย เพราะไม่เคยคิดว่าตัวเองเป็นตุ๊ด เป็นแต่

นอกจากเรื่องราวที่สมาชิกได้พัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศของตนเองจนชัดเจน สมาชิกในกลุ่ม ได้แบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับท่าทีของบุคคลรอบข้างที่เกิดขึ้นไปพร้อมๆ กันกับความรู้สึกที่ สมาชิกมี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับบุคคลที่สำคัญต่อสมาชิกดังเช่นบุคคลในครอบครัว และเพื่อน ของสมาชิก ซึ่งสมาชิกในกลุ่มได้สำรวจผลจากท่าทีที่บุคคลรอบข้างเหล่านี้มีต่อสมาชิกว่าทำให้สมาชิก มองตนเองและความเป็นชายรักชายของตนอย่างไรบ้าง

P 5: มันอยู่ที่ครอบครัวหรือคุณพ่อคุณแม่ที่อยู่ด้วย อย่างครอบครัวผมคุณแม่ซึ่งอายุมากแล้ว เขารู้นะ เขาพูดคำเดียวว่าจะคบใครหรือดำเนินชีวิตไปกับผู้หญิงหรือผู้ชายแล้วแต่ เพราะท่านอยู่กับเราได้ไม่นาน แต่ว่าเราจะอยู่กับใครอยู่ที่ตัวเรา ซึ่งได้กรุ่นใหม่ทางบ้านรู้ ไม่ได้ แต่ผมอายุมากกว่า แต่ทำไมคุณแม่กลับรับได้ ผมก็พาแฟนไปนอนบ้าน อยู่กับคุณแม่ แม่ ท่านก็รู้จะบอกว่าวันนี้ฉันไม่ขึ้นไปนอนข้างบน ฉันจะอยู่ข้างล่าง คุณแม่ก็รู้แต่ไม่ พุดใจ เพราะแม่บอกว่าแล้วแต่เรา ผมก็ภูมิใจที่แม่ไม่ปิดกั้น

P 1: บางทีพ่อแม่ก็รู้ว่าเราเป็นอะไร แต่บางทีอย่าไปพยายามพูดให้เขายอมรับตัวเรา อย่า ไปตอกย้ำว่ามีแฟนผู้ชาย เขารู้แล้ว เขาพยายามทำใจยอมรับสักๆ แต่อย่าไปตอกย้ำหรือ ประชดประชันเขาอย่างนั้น สักวันเขายอมรับได้

ในช่วงที่ 2 สํารวจตนและช่วงที่ 3 ยืนยันตน เกิดการสำรวจเรื่องราวเพื่อท้าทายมุมมองในทางลบและยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยสมาชิกแบ่งปันเรื่องราวที่แสดงให้เห็นถึงภาพในทางลบที่สมาชิกมองความเป็นชายรักชายของตนเอง โดยอาจแฝงออกมาในมุมมองที่สมาชิกมีต่อการมองเรื่องความสัมพันธ์ของตนเอง หรือผ่านประสบการณ์ทางลบที่สมาชิกเคยประสบมาจากบุคคลในสังคมที่มองเรื่องความรักต่างเพศเป็นใหญ่และความคาดหวังที่ครอบครัวมีต่อตนเอง ดังเช่นในตัวอย่างต่อไปนี้ที่แสดงให้เห็นว่าความสัมพันธ์ใกล้ชิดและคำว่าแฟนนั้นเป็นคำที่สมาชิกมองว่ามีไว้สำหรับใช้ระหว่างความสัมพันธ์ของผู้ชายกับผู้หญิงเท่านั้น สำหรับตนเองแล้วจะไม่ยอมมีความสัมพันธ์เช่นนั้นเด็ดขาด โดยมองเป็นเรื่องการตอบสนองทางเพศสัมพันธ์เท่านั้น

P 3: ผมมองว่าความรักเป็นแค่เพื่อน เสรีจากภารกิจก็แยกทางกัน ผมไม่เคยมองคนที่ผ่านเข้ามาในชีวิตว่าเป็นแฟนนะ นอกจากแฟน (ผู้หญิง) ที่คบกันมา 6 ปี เพราะนั่นเป็นต่างเพศกันเลยเป็นแฟนกัน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 3 เก็บคำว่าแฟนไว้สำหรับคนต่างเพศกันรีเปล่าครับ

P 3: อาจจะใช่ อาจจะมองเป็นอย่างนั้นก็ได้อ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: งั้น P 3 มองว่าระหว่างผู้ชายแม้จะมี passion ต่อกันแต่จะไม่ใช่อะไรที่ลึกซึ้งกว่านั้น

P 3: ใช่ ก็จะมองว่าเข้ามาเป็นเพื่อนกับไอแคนั่นเอง แต่ถ้าให้รักกัน ไม่ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ไม่ใช่หมายความว่าไงครับ

P 3: ผมจะขีดเส้นใต้ทุกคนที่เข้ามาว่าคุณจะอยู่ได้แค่สถานะแค่นี้ แต่จะเข้ามาในบ้าน รักกัน จูงมือกันไม่ใช่ จะเดินก็เดินห่างๆ กัน แต่ให้มาจูงมือกันเหมือนแฟน ผู้ชายจูงมือกับผู้ชาย ผมไม่ถึงขนาดนั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ที่บอกว่าไม่ขนาดนั้นคือ P 3 ไม่อยากทำอย่างนั้นเองหรือรู้สึกที่ไม่เหมาะสม

P 3: คือทุกวันนี้โลกมันก็เปิดแหละเนาะ ถ้ามว่ามันเหมาะสมมัย ผมมองว่ามันแล้วแต่ทัศนคติแต่ละคน ผมก็เฉยๆ กับเรื่องพวกนี้แหละ แต่ให้ไปเดินจับมือกันมันไม่มีอารมณ์นั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ไม่ได้ว่าอะไรถ้าคนอื่นจะทำกัน

P 3: อาหะ ไม่ได้ว่าอะไร ก็เรื่องของคุณ แต่ถ้าผมต้องไปเดินจูงมือกับคนในกลุ่มก็ไม่ใช่อะไร

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ถ้ามีภาพนั้นขึ้นมา P 3 รู้สึกยังไงบ้างครับ

P 3: รู้สึกไม่ดีนะ ไม่ดีต่อตัวเอง คือในฐานะเพื่อนจับได้ ไม่รู้สึกรังเกียจ ถ้าผู้หญิงจับได้ ผมมองว่าถ้าต่างเพศกันมันควรจะมีเรื่องอย่างนี้อยู่แล้ว เหมือนถ้า P 7 ไปเดินจับมือกับผู้หญิง ผมมองว่าเป็นเรื่องที่ใช่อะไร

P 2: จะเรียกว่าพีไม่เปิดรีเปล่า

P 3: อาจจะใช่

ในตัวอย่างต่อมาที่ P 4 แสดงให้เห็นถึงความยากลำบากและความรู้สึกทรมานกับท่าที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และการจัดการที่ P 4 เองก็พยายามจะเป็นตัวของตัวเองแต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการจะตอบสนองความคาดหวังของครอบครัวของตนเองให้ได้ เพราะ P 4 เองก็ให้ความสำคัญทั้งกับครอบครัวและกับความต้องการของตนเอง

P 4: ไม่มีใครรู้ว่าผมเป็น ถึงรู้เขาก็ไม่พูดกันทั้งโดยฐานะและสังคม

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เขาหมายถึงใครครับ

P 4: หมายถึงคนที่บ้านครับ รู้ไม่ได้เลย จนชีวิตนี้ทำไม เพราะเรื่องนี้เรื่องใหญ่ สมัยเด็กตอนที่ผมยังไม่รู้เลยว่าตัวเองเป็นอะไร แค่วิดวายกระตุ้กับเพื่อนผู้หญิงก็โดนเขียน ถูกตีแล้ว เพื่อให้หายเป็นแบบนี้ ที่บ้านจะค่อนข้างซีเรียสด้วยญาติพี่น้อง ผังพ่อผังแม่ไม่มีใครเป็นลูกชาย มีแต่ผมคนเดียว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: จริงๆ P 4 ผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากมาเยอะเหมือนกันนะครับ

P 4: ยังไม่ผ่านครับ แคร์มันได้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: รับได้?

P 4: ที่โดนเขียนนั่นคือคุณยายซึ่งหัวโบราณมาก คุณยายจะรับไม่ได้เลย

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แปลว่าครั้งสองครั้งที่เจอนั้นก็มากพอแล้ว

P 4: มันมีเรื่องราวที่เลวร้ายกว่านั้นเยอะครับ ผมไม่อยากจะพูดถึงมาก กลับบ้านไปแม่ก็ทำเป็นดีใจ แต่ก็นัดให้ผมคุยตัวกับเพื่อนที่เป็นผู้หญิง เขาให้เวลาผม 7 ปีที่จะแต่งงาน คือผมเลียงตรงนี้ไม่ได้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 4 รับรู้ว่าที่บ้านคาดหวังเยอะทีเดียวกับตัว P 4 นะครับ

P 4: เขาก็รู้แหละ (ว่า P 4 เป็นชายรักชาย) แต่เขาจับไม่ได้ เขาไม่เคยรับความจริง

P 8: อย่าง P 4 เขาไม่มีทางยอมรับเลยอย่างนั้นหรือ

P 4: ไม่มีทางเด็ดขาดครับ เขาไม่ได้มองแค่ว่า ผมจะอยู่กับใครแล้วมีความสุข สมบัติ พัสดุที่ดินของญาติพี่น้องทั้งฝ่ายพ่อฝ่ายแม่ไม่มีใครแล้ว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มีบ่วงหลายเรื่องที่ถูกไว้กับ P 4 นะครับ

ผ่านทางเรื่องราวที่ P 4 ได้แบ่งปันให้กับกลุ่ม เป็นโอกาสที่ให้ P 4 เองได้สำรวจความรู้สึกที่ P 4 มีต่อเรื่องราวของตนเอง และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ทบทวนเรื่องราวของตนเองด้วยเช่นกัน ซึ่งแม้จะผ่านความยากลำบาก ทั้งจากความพยายามให้ P 4 แต่งงานและเปลี่ยนแปลงเพศวิถีของ P 4 โดย P 4 ต้องจัดสมดุลระหว่างความต้องการส่วนตัวและความต้องการที่จะตอบสนองความคาดหวังของครอบครัว P 4 ก็ยังยืนยันและมั่นคงในเพศวิถีของตนเอง โดยกลุ่มมีโอกาสยืนยันว่าการเป็นชายรักชายนั้นเป็นสิ่งที่ไปตามธรรมชาติ ไม่สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงว่าจะเป็นหรือไม่เป็นชายรักชายได้ตั้งใจอยาก

P 4: ที่บ้านผมรู้จักผมแค่ 5 เปอร์เซ็นต์ ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าผมเป็นอะไรทำอะไรอยู่ เรียนยังบังคับที่เรียน แม้กระทั่งเรื่องความรัก เหมือนผมยืนอยู่ที่หนึ่งแล้วเขายืนอยู่อีกที่หนึ่ง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 4 เองก็ไม่สามารถที่จะเปิดให้เขาได้นะ

P 4: เอาแค่เขาเคยมาที่ห้องสมัยเรียนแล้วผมนอนกอดอยู่กับแฟน มองผ่านตาแมวเห็นแล้วซ็อก แม่มาทำไงดี ตู้อื้อผ้าซ้อนไม่ได้ เพราะเขาจะรื้อหมดเลยคิดว่าเก็บอะไรไว้เลยให้คนนี้ไปกองอยู่ใต้เตียงแล้วเอาผ้ากองทับ ปรากฏว่าเขาเจอถุงยาง แค่นิดเดียววันนั้นวันเดียวเรื่องยาวเป็นเรื่องเป็นราว เขามาดูด้วยนะว่าในห้องมีเส้นผมผู้หญิงหรือผู้ชาย ผมต้องจ้างเพื่อนให้เพื่อนไปเป็นแฟนถึง 4 -5 ครั้งเพื่อไม่ให้เขาเร่งรัดเรื่องมีคูมีแฟน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แม้แต่ปัจจุบันนะครับ ก็ยังเป็นเรื่องใหญ่โตสำหรับ P 4 ดูจะกังวลใจทีเดียว

P 4: ครับ ลังคมจะมองผมยังไงผมเฉยๆ และ เพราะที่ในบ้านผ่านมาเยอะจนผมไม่รู้จะยังงี้แล้ว ข้างนอกผมก็เปิดเผย

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 4 พยายามจะจัดให้สมดุลล่ะ เท่าที่จะเป็นไปได้ ถ้าเกิดว่าสบายใจหรือเปิดไปแล้วไม่เป็นอะไรก็ไม่มีปัญหา

P 4: ก็ดูว่าบางทีจะโยงไปถึงที่บ้านได้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: นอกเหนือจากส่วยที่โยงไปถึงที่บ้าน P 4 โอเค

P 4: ประมาณนั้นครับ แต่ Facebook แม็กก็เล่นพอกก็เล่น ให้ไปหลบที่ไหนครับ Camfrog เขายังเล่นเลย

P 8: เขาตักทุกทางว่้างั้น

P 4: เขารู้เลยตักทุกทางเพื่อไม่ให้ เขาพยายามทุกอย่าง พาเราไปหาหมอ รักษา

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แต่ก็อย่างว่านะครับ แม้จะตักแล้วคนเรามีเลือดเนื้อจิตใจที่เป็นของตัวเอง ที่ไม่ว่าพยายามจะเปลี่ยนแปลงอย่างไรมันไม่ใช่ว่าจะเปลี่ยนได้ เพราะจริงๆ เราต่างก็รู้ดีนะครับว่าความเป็นตัวเรา...

P 8: ไม่ได้เป็น Trait เราเป็นเกย์

P 5: มันเป็นยีนในตัวเราที่เปลี่ยนไม่ได้

P 8: เหมือนอยู่ดีๆ ใครอยากเป็น (ชายรักชาย) ก็เป็นอย่างงี้หรือ? มันก็ไม่ใช่นะ

เมื่อชายรักชายได้แบ่งปันเรื่องราวในกลุ่มมากขึ้นผู้ดำเนินกลุ่มจึงทำทนายมุมมองในทางลบ โดยมองทนายมุมมองในทางลบหรือความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันจากเรื่องราวและประเด็นของสมาชิกและเอื้อให้สมาชิกสมาชิกตระหนักถึงการเหยียด การเหมารวมและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในหลายๆ แง่ โดยประเด็นหนึ่งที่พบเจอได้บ่อยหรือสมาชิกที่เป็นชายรักชายในกลุ่มมีส่วนร่วมคือความเชื่อในทางลบเกี่ยวกับชายรักชายที่ว่า “ความสัมพันธ์ระหว่างชายรักชายไม่ยั่งยืน

ยาว” “ชายรักชายไม่สามารถมีคู่รักคนเดียวโดยไม่นอกใจได้” ผู้ดำเนินกลุ่มจึงหยิบยกประเด็นดังกล่าวขึ้นมาในกลุ่ม

ผู้ดำเนินกลุ่ม: อยากจะถามทุกคนบ้างว่าคิดยังไงกับความสัมพันธ์แบบผู้ชายกับผู้ชาย คิดว่า จะสามารถอยู่ยืนยาวได้ไหม จริงจังหรือแค่แบบเดียว คิดยังไงเอ่ย

P 13: ไม่รู้สิ เพราะผมเกิดมาเป็นแบบนี้ด้วยแหละ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: หมายความว่ายังไงเกิดมาเป็นแบบนี้

P 13: คือพี่ (P 11) เขาคบกันมานานมาก คือพูดง่าย ๆ ผมเกิดมาในยุคนี้ มันต่างกับกับเมื่อก่อน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: อธิบายหน่อยได้ไหมที่ว่ายุคนี้และมันต่างกันคือยังไงบ้าง

P 13: ที่ว่าความรักไม่จำเป็นต้อง sex พี่เข้าใจใหม่ว่าเดี๋ยวนี้ไม่ว่า social network อาจจะมีทาง line มาเจอกันไม่กี่วัน อย่างเขามาเจอเราเขาพูดได้ว่าเขารักเรา แต่หารู้ไม่ว่าเรื่อง sex คือการพิสูจน์อย่างหนึ่งว่าเขาคนนั้นรักเราจริงไหม ผมยอมรับว่าผมเคยมี sex หลังจากนั้นก็หายไปเลยทุกราย

จากประเด็นดังกล่าว P 13 มีความเชื่อหรือมุมมองแบบเหมารวมว่าในปัจจุบันชายรักชายไม่สามารถที่จะมีความสัมพันธ์ที่ยืนยาว หรือหาได้ยาก เนื่องจากในปัจจุบันมีโปรแกรมต่างๆ ในโทรศัพท์มือถือ (application) ที่ใช้ในการติดต่อเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างชายรักชายที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ผูกมัดได้ง่ายกว่าสมัยก่อน ซึ่งสมาชิกเปรียบเทียบแล้วมองว่าต่างจากสมัยก่อนที่ชายรักชายในสังคมต้องการความสัมพันธ์ที่ยืนยาวและมีความรักที่มั่นคง ดังนั้นผู้ดำเนินกลุ่มจึงท้าทายมุมมองดังกล่าว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 13 เลยอยากจะทำอะไรที่มีโปรแกรมพวกนี้ หรือสังคมเดี๋ยวนี้ต้องการแต่เรื่องแบบนี้ (Sex)

P 13: ใช่

P 14: เหมือนมันเป็นสื่อกลาง ช่องทาง

P 9: เป็นสื่อหลักเลยละ

P 13: เพราะฉะนั้นความรักมันอยู่ที่เราว่าจะแสวงหาหรือทำความเข้าใจกับคู่ การเลือกคู่ การเรียนรู้ การศึกษาคุยกันไป ไม่ใช่ที่จะเจอกันแบบนี้ทางโลก online ทางลับ เราสรุปอะไรกับเกย์พวกนี้ไม่ได้ว่านิสัยที่แท้จริงของเขามันเป็นยังไง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: สงสัยนะว่า นั่นเป็นตัวแทนของเกย์สมัยนี้ทั้งหมดหรือ?

P 13: คือสมัยนี้ที่ผมเข้าใจ เกย์ส่วนมากที่ต้องการมี sex ส่วนน้อยที่ต้องการความรัก

จากประเด็นดังกล่าวจึงทำให้ P 14 ที่มีความเชื่อว่าจะไม่มีรักแท้ในหมู่ชายรักชายแสดงความ คิดเห็นที่สนับสนุนประเด็นดังกล่าว ดังนั้นผู้ดำเนินกลุ่มจึงเอื้อให้กลุ่มเข้ามามีส่วนร่วมในการทำทนาย ประเด็นดังกล่าวและมีส่วนร่วมในการแสดงมุมมองที่ว่าความสัมพันธ์ระหว่างชายรักชายที่ยืนยาวนั้น เป็นไปได้ และในความเป็นจริงแล้วในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองคนนั้นไม่ได้มีความ แตกต่างไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างผู้ชายกับผู้หญิง หรือผู้ชายกับผู้ชาย

P 13: ผมถึงเปรียบเทียบว่า รุ่นก่อนกับรุ่นนี้ไม่เหมือนกัน มันมีอะไรที่พัฒนามาก ไม่งั้นมัน ไม่มีประโยคที่ว่าไม่มีรักแท้ในหมู่เกย์หรอก

ผู้ดำเนินกลุ่ม: กลุ่มคิดยังไงกันบ้างครับกับคำนี้

P 14: อย่างที่เอบอกแหละ มันได้แคร์รัก แต่ไม่มีคำว่าแท้ อยู่ได้แป๊บเดียว นานหรือไม่นาน มันไม่มีรักแท้ที่อยู่แล้ว

P 16: จริงๆ มันก็ไม่มีอะไรแท้ที่อยู่ตั้งนานแล้วนะ

P 15: ใช่ มันอยู่ที่ตัวเรา

P 11: มันอยู่ที่จริงๆ แล้วลึๆ เราต้องการอะไร

P 16: ต่อให้ผู้หญิงผู้ชายเขาก็ไม่มีอะไรแท่นะ มีความรู้สึกว่าตั้งแต่เราคิด พ่อแม่เราก็อหย่าร้าง กัน คือถ้าเรามามองหาอะไรที่มันแท้ แปลว่าเรากำลังคิดว่าสิ่งที่เราเป็นอยู่มันไม่ใช่ของ แท้ มันผิดปกติหรือ ก็ไม่ใช่ คือมันอยู่ที่เรา ใจเราเอง

P 14: ปู่กับย่าที่อยู่กันจนแก่ก็ไม่ใช่ว่ารักแท่นะ

P 15: อยู่กันเพราะหน้าที่

P 11: เขาเข้าใจกัน

P 16: คือพูดง่ายๆ อยู่ที่นิยามแต่ละคน บางคนรักกับ sex อาจอยู่ด้วยกัน บางคนอาจจะ แยกกันเลย บางคนคือความผูกพันแต่ไม่เกี่ยวกับ sex ผมว่าจริงๆ เรื่องอย่างนี้มันมี หลายรูปแบบ อยู่กัน 3 คนก็ได้ แยกกันหลายๆ คู่แต่อยู่กลุ่มเดียวกันก็มีนะ มันอยู่ที่เรา

P 15: อยู่ที่เวลาด้วยว่า ณ เวลานี้คือรักแท้ของฉันทัน วันรุ่งขึ้นทะเลาะกันก็ไม่ใช่ว่ารักแท้แล้ว

P 11: ใช่ มองเรื่องการใช้ชีวิตมากกว่า เพราะเดี๋ยวนี้ชีวิตจริง ไม่ใช่หนึ่งหรือละคร

P 16: ยิ่งเหมือนตอนนี้โลกมันเปลี่ยนแปลง เดี่ยวมันก็เปลี่ยนไปอีก อาจจะมีอะไรที่มากกว่า โปรแกรมที่ตอนนี้มีเป็นอย่างอื่นอีกที่ดึงความต้องการคนได้มากกว่านี้ อย่างสมัยก่อนก็ ไม่คิดว่าจะมีโปรแกรมนี้ สมัยก่อนการจะเจอกันมันยาก แต่สมัยนี้มันเจอกันง่าย ใน อนาคตยิ่งง่ายกว่านี้อีก ดังนั้นแล้วแต่เราจะปรับตัวกับมันได้แค่ไหน

ในกรณีดังกล่าวผู้ดำเนินกลุ่มจึงให้ความช่วยเหลือแก่ P 13 โดยการกลับมาสำรวจความ ต้องการของ P 13 เพื่อให้ P 13 สามารถหาแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ตอบสนองความต้องการของ

ตนเองมากขึ้น และชี้ให้ P 13 เห็นว่าแนวทางดังกล่าวตอบโจทย์ P 13 แต่ในแง่ของความต้องการ เรื่องเพศ แต่ไม่ใช่ในแง่ของความสัมพันธ์และความรัก

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 13 จริงๆ ผมโอเครีไปล่านะที่ไปเจอกันแล้วอีกฝ่ายก็หายไป

P 13: ไม่โอเค

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แล้วมันตอบ P 13 บ้างมั้ยที่ไป one night stand หรือไม่เลย

P 13: มันก็ตอบ ที่ว่าเรารู้แล้วนะว่าเขาแค่ต้องการ sex เขาต้องทำขนาดนี้พูดขนาดนี้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: คือก่อนหน้านี้มันมีคำหลายอย่างเลยนะ P 13

P 13: ใช่ครับ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มันก็คือการวัดใจนะครับ

P 13: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: อาจจะพูดได้ว่าสิ่งที่ P 13 ต้องการคือ sex แต่ต้องการคนที่จริงใจที่มากกว่า
แค่ one night stand

P 13: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เพียงแต่ตอนนี้ยัง และช่องทางนี้ยังตอบโจทย์ได้ไม่ดีเท่ากับที่ต้องการ

กลุ่มในช่วงนี้ยังได้สำรวจจุดเปลี่ยนในอดีตที่เป็นจุดเริ่มต้นของความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อคำว่า ชายรักชายหรือช่วงที่สมาชิกยอมรับในตนเองมากขึ้น สมาชิกจึงเห็นถึงการยอมรับตนเองที่เพิ่มมากขึ้น เมื่อเทียบกับอดีต สามารถสำรวจถึงอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไปจากเหตุการณ์ ในอดีตเหล่านั้น ซึ่งผู้ดำเนินกลุ่มช่วยเสริมแรงกับแนวทางหรือเหตุการณ์ดังกล่าวเพื่อเป็นการ เสริมสร้างเอกลักษณ์ทางเพศแบบชายรักชายให้เข้มแข็งและชัดเจนยิ่งขึ้นในวิถีทางเพศของตนเอง

P 2: ร่วมหอเดียวกันที่เป็นผู้ชายก็มาจีบ เราก็เป็นเด็กใหม่ต่างจังหวัดครั้งแรก ก็เลยมีอะไรกัน
หลังจากนั้นก็เริ่มเปิดตัวเองมาเรื่อยๆ แต่ไม่ได้บอกว่าตัวเองเป็นหรือไม่เป็น จนกระทั่งมี
คนรู้เเยะขึ้นเรื่อยๆ ก็ยอมรับตัวเองมากขึ้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เดียวนะครับ ฟังดูตอนแรกไม่เอา (กับความเป็นชายรักชาย) อย่างเดียวเลย

P 2: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ฟังดูเหมือนประสบการณ์กับพี่คนนั้นจะเป็นจุดเปลี่ยนเหมือนกันนะครับ P 2
รู้สึกยังไงบ้าง

P 2: คือตอนนั้นเราก็เป็นเด็กต่างจังหวัดไม่มีเพื่อนเลย เขามาจีบแล้วเขาชอบเที่ยว เราก็อยาก
ไปเที่ยว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ใจจริงตอนนั้นแค่อยากไปเที่ยวเฉยๆ

P 2: ใช้ ไม่ได้คิดว่าจะต้องมีอะไรกัน แล้วตอนนั้นยังอายุไม่ถึง 18 ไปกับเขาเลยเข้าได้ กับ ผู้หญิงที่เคยมีอะไรกันนะ กับคนหนึ่งเราเคยแอบปลื้มแอบชอบ แล้วเขาก็มาชอบเรา ก็เลยลองมีอะไรกัน พอมาเจอแฟนที่เป็นเกย์ที่หน้าตาดีก็เลยเลิกกับผู้หญิง ไม่ได้คิดอะไร กับผู้หญิงอีกเลย มีผู้หญิงมาจีบอยู่ เราก็บอกว่าเราเป็นเกย์ เขาก็บอกว่ารับได้ ก็บอกเขาไปว่าไม่คบนะ รู้สึกว่ามันไม่ใช่ ไม่ชอบผู้หญิง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ครับ จากตอนแรกไม่ใช่ พยายามตลอด จนตอนสุดท้ายพูดได้เต็มปากว่าเป็น (ชายรักชาย) ชัดเจน แล้วระหว่างทางตรงไหนครับที่เป็นจุดเปลี่ยนจากที่เคยรู้สึกไม่ดีต่อการเป็นชายรักชาย เป็นโอเคมากขึ้น แล้วมันทำให้ความรู้สึกต่อคำว่าเกย์หรือที่ชอบผู้ชายต่างไปยังไงบ้างครับ

P 2: ช่วงที่ทำงานกลางคืน ช่วงนั้นมีคนมาจีบมารุมล้อม ตอนนั้นเขาเรียกกันเลยว่าคนของประชาชน ช่วงนั้นเป็นจุด Peak แล้วพอมายู่กรุงเทพก็ค่อยๆ เปิดมากขึ้น

ในช่วงที่ 4 ยอมรับตน มีการเปิดเผยเรื่องราวของสมาชิกในกลุ่มลงไปในระดับที่ลึกซึ้ง และเกิดการสำรวจความเหมือนหรือต่างระหว่างชายรักชายและบุคคลรักต่างเพศ โดยปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกและกระแสกลุ่มดำเนินไปอย่างเป็นธรรมชาติ สมาชิกมีการแสดงมุมมองและความคิดเห็นต่อเรื่องราวของกันและกันอย่างชัดเจน สมาชิกกลุ่มได้คุยและสำรวจมุมมองในแง่ต่างๆ เช่นความรักและความสัมพันธ์ ด้านการทำงาน หรือความสัมพันธ์สำหรับชายรักชายและสำหรับคนที่ไม่ใช่ชายรักชายนั้น เหมือนกันหรือแตกต่างกันอย่างไร และในความเหมือนหรือแตกต่างกันนั้นมีรายละเอียดอย่างไร ซึ่งหากมองว่าเหมือนกัน ก็จะช่วยให้สมาชิกเห็นว่าความเป็นชายรักชายนั้นไม่ได้ด้อยกว่าการเป็นชายรักต่างเพศ และจริงๆ แล้วไม่ว่าด้วยเพศวิถีไหนก็มีความเท่าเทียมกัน ดังเช่นในตัวอย่างนี้ที่ผู้ดำเนินกลุ่มถามสมาชิกเกี่ยวกับมุมมองว่าการเป็นชายรักชายมีส่วนในเรื่องการสร้างความสัมพันธ์แบบคู่รักและการจัดการเรื่องความเหงาหรือไม่ ที่ไม่ว่าบุคคลจะมีเพศวิถีแบบไหนก็ล้วนมีความเหงาไม่ต่างกัน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ผมอยากจะถามกลุ่มว่า มองว่าการที่เป็น M หรือชายรักชายยากกว่าไหมในการจะหาคู่รักที่มาเติมเต็มหรือทำให้เราไม่ต้องเหงา

P 2: เป็นผู้ชายผู้หญิงปกติก็เหงาได้เหมือนกัน ก็ต้องอาศัยเพื่อน อาศัยกิจกรรมให้คลายเหงา

P 4: ใช้ มีเพื่อนผู้หญิงก็เหงาเยอะเยอะไป เป็นอย่างงี้ด้วยซ้ำที่ทำให้เหงาน้อยลง

P 2: อย่างเรามีโอกาสหาคลายเหงาได้ง่ายกว่า แต่จริงๆ ผู้หญิงผู้ชายก็มีกลุ่มที่คลายเหงา ผมก็แอบ add เข้าไปดูก็มีเข้ามาโชว์ อายาก เสียว เขาก็มีวิธีหาเหมือนเรานั้นแหละ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: งั้นจริงๆ ก็เหมือนจะไม่ต่างนะครับ แล้วบางครั้งอย่างเราๆ เหงาเหมือนกัน มาเจอกันมันคลายเหงาได้ ก็เป็นจุดดีด้วยซ้ำ

P 3: มองว่าไม่ต่างกันนะ ผมมองว่าอยู่ที่วิธีการมากกว่า อย่างวันนี้ฉันเหงาจะจัดการ
ยังไง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เหมือนความเหงาเป็นเรื่องที่สากล

P 3: ใช่ สำหรับทุกคน ทุกคนต้องมีความเหงาอยู่แล้ว

P 2: เวลาที่อยู่คนเดียวอย่างนี้

P 7: อย่างเวลาเพื่อนผู้ชายแท้อะ เวลาเหงาจะไม่บอกว่าเหงา จะบอกว่าเบื่ออะ เบื่อแหละคือ
เหงาของมัน

อีกแง่หนึ่งในการสำรวจความเหมือนหรือต่างนี้คือมุมมองของสมาชิกชายรักชายที่มองว่าชาย
รักชายแย่กว่าหรือไม่เท่าเทียมกับการเป็นชายรักต่างเพศดังเช่นในตัวอย่างต่อไปนี้ที่ P 4 แสดงให้เห็น
มุมมองในทางลบต่อการเป็นชายรักชายและมีความเชื่อที่ว่า การเป็นชายรักชายนั้นด้อยกว่าบุคคล
ทั่วไป และเป็นความผิดปกติ ถ้าเลือกได้ก็ไม่อยากเกิดเป็นชายรักชาย อีกทั้ง P 4 ยังมีมุมมองที่ว่าชาย
รักชายคนอื่นๆ ก็มองความเป็นชายรักชายในทางลบเช่นเดียวกับตนเองด้วย หรือการเป็นชายรักชาย
นั้นทำให้ไม่สามารถแต่งงานหรือมีลูกหลาน ซึ่งส่งผลให้ในอนาคตจะกลายเป็นชายรักชายที่โดดเดี่ยว
และอยู่ตัวคนเดียว ไม่มีลูกหลานคอยดูแล ซึ่งสมาชิกคนอื่นในกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นที่แย้ง
หรือต้านมุมมองที่ว่าชายรักชายด้อยกว่า หรือต้องเผชิญความโดดเดี่ยวที่มีแต่ชายรักชายเท่านั้นที่ต้อง
เผชิญ ผู้ดำเนินกลุ่มจึงยืนยันมุมมองที่สมาชิกในกลุ่มชี้ให้เห็นว่าแท้จริงแล้วชายรักชายและชายรักต่าง
เพศไม่แตกต่างกันในแง่นี้

P 4: ผมแค่รู้สึกว่ถ้าเปลี่ยนได้ผมก็อยากจะเปลี่ยนเป็นผู้ชาย ไม่อยากเป็นเกย์ เพราะว่าการ
เป็นเกย์มันมีผลเสีย

P 6: คืออะไรที่ว่เสีย เหมือนที่คุณ (P 5) บอกว่าแล้วแต่เราจะมองนะ ผมไม่เชื่อว่ามันคือ
ผลเสียนะ

P 4: ถ้าที่ทำงานผมรู้เนะผมหมดกันชีวิต หน้าที่ การงาน เงินทองจบ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ผมอยากฟังว่ที่บอกว่จบกันเนี่ยังไงครับ ที่รู้สึกว่เป็นแล้วมันหนักเหลือเกิน
มันลำบากเหลือเกิน

P 4: อ้าวไม่รู้สิอย่างงั้นกันหรือครับ

P 6: (ทุกคนหัวเราะ) มันก็แล้วแต่คน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: บางคนรู้สึกหรือไม่รู้สิอาจจะต่างกัน แล้วสำหรับ P 4 ละครับ

P 4: คือธรรมชาติของความสมบูรณ์แบบแห่งมนุษยชาติคือการมีคู่ครอง การดำรงไว้ซึ่ง
เผ่าพันธุ์และการมีเด็ก มันเป็นธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต ผมรู้สึกว่นี่คือความผิดปกตินะ
แค่นี้มันก็ไม่เหมาะสมแล้วที่ผมเกิดมาเป็นแบบนี้ ความไม่สมบูรณ์แบบในชีวิต ถ้าเกิดผม

อายุ 70 ขึ้นมาแล้วเห็นคนอื่นเขามีลูกมีเต้า จะทุกข์จะสุขยังไงผมไม่รู้ แต่ผมรับเหตุการณ์นั้นไม่ได้

P 1: ผมอยากให้งัดคิดนะว่า ผมก็เคยคิดเหมือนกันว่าโตขึ้นไปแล้วจะมีครอบครัวยังไง เราอายุ 60-70 แล้วจะเป็นยังไง จะรักผู้ชายอย่างนี้อยู่ไหม เราก็ได้คำตอบว่าก็คงจะรักผู้ชายอย่างนี้ เพราะตั้งแต่เกิดเรา Born to be นะ เราเป็นเกย์มาตั้งแต่เกิด อนาคตข้างหน้าเราอาจจะคิดอีกอย่างหนึ่งว่าสัตว์บนโลกก็มีเกิดแก่เจ็บตายกันขึ้นมา ซึ่งเรามองในแง่ที่เราไม่ได้มีอยู่ตัวคนเดียว พวกเราก็ยังเป็นคน อาจจะต่างในแง่ความคิดจิตใจ แต่เราแค่ไม่มีครอบครัว มันก็ขึ้นอยู่กับแต่ละคนในอนาคต วางแผนว่าจะเก็บเงินว่ามีบ้านมีช่อง วัย 60-70 ปี ซึ่งแต่ละคนก็เตรียมตัว ก็เลยอยากจะทำ P 4 ว่าอย่าไปกลัวคือไม่ได้สนับสนุนให้เป็น แต่จะบอกว่าอย่าไปกลัวว่าถึงวันนั้นเราจะไม่ใคร มีคนอย่างนี้อีกเยอะ ไม่ใช่ช้อย นี้นี้ผู้ชาย หญิงรักหญิงอีก กะเทย และนักบวชที่ไม่มีครอบครัว หรือเป็นนักโทษในคุกที่แก่อยู่ในคุก แล้วทำไมเราอยู่ข้างนอกอิสระขนาดนี้ อยู่ตัวคนเดียว มีเงินมีทอง บ้านช่อง ทำมาหากิน ทำไมอายุ 60-70 จะอยู่ไม่ได้ เราอยู่ได้

P 7: อยากจะบอกว่า ถึงเราเป็นผู้ชาย ผู้หญิง มีลูกมีเต้าก็ไม่ได้หมายความว่าเราจะอยู่กับเรา นะ บางทีอาจจะเกิดเหตุ เช่นแต่งงานมีลูกเมีย อายุ 60-70 ลูกเมียอาจจะประสบอุบัติเหตุ ตายหมด ก็อาจจะอารมณ์เดียวกัน

P 5: ผมขอเสริมความคิดน้อง P 4 นะ เพราะตอนอายุประมาณ 30 ผมก็เคยคิดว่าเราจะเป็นอย่างไรอีกนานไหม ว่าหรือเราต้องหาครอบครัว เพื่อเขาจะได้เลี้ยงดูเรา คิดอย่างนั้น ประมาณปีหนึ่ง พอผ่านไป อายุเริ่มเยอะกว่านั้นก็คิด เอ๊ะ คุณแม่เรามีลูก 6 คน แล้วลูกคุณแม่ 6 คนจะกลับไปหาคุณแม่แค่ปีละครั้งช่วงสงกรานต์ ญาติๆ หรือหลานๆ ไปเรียนต่างประเทศ ต่างจังหวัด กลับกลายเป็นว่าเขาก็อยู่ด้วยตัวของเขาอะ แล้วกลายเป็นว่าเราจะไปแต่งเพื่ออะไร ในเมื่อเราชอบชีวิตแบบนี้แล้วก็ไม่จำเป็น อย่างพระสงฆ์ในวัด ท่านก็ได้จำเป็นต้องมีลูกหลานมาคอยประคบประหงมท่านในยามแก่ชรา ก็ทำให้ผมคิดว่าไม่จำเป็น เราชอบแบบไหน จะทำอะไรก็ทำ ก็เป็น อีกอย่างได้ แนวความคิดของคุณแม่ว่าอยากจะเป็นอะไรก็เป็น จะคบกับผู้ชายก็คบ คบกับผู้หญิงก็คบ เพราะ ณ วันหนึ่งเราก็ต้องจากไปโดยที่ไม่มีใครข้างกายเราไปด้วยอยู่แล้ว ก็เลยทำให้ผมดำเนินชีวิตต่อมา เราจะไปฝากหวังไว้กับลูกหรือใครมันคงไม่ใช่ละ มันอยู่ที่เราว่า จะเดินไปทางไหน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: จากฟังรวมๆ ผมเห็นภาพว่าจริงๆ แล้ว การเดินไปสองเส้นทาง ตอนแรกฟัง เหมือนกับการมีแฟนมีลูก คล้ายจะเป็นตัวการันตีได้ บางคนคิดว่าแก่ตัวจะได้มีคนดูแลไม่เหงา แต่ฟังไปๆ ประสพการณ์จากหลายคนกลับกลายเป็นว่ามันไม่ได้เป็นอย่างนั้น

เสมอไป เพราะถึงจุดหนึ่งอาจจะไม่ใช่อย่างนั้นเลย หรือไม่สามารถการันตี เพราะคนที่ มีแฟน มีลูกก็อาจประสบชะตาเดียวกัน

ในช่วงที่ 5 เข้าใจตน หลังจากที่ได้พบทวนประเด็นต่างๆ หรือเรื่องราวที่สมาชิกได้แบ่งปันในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มมุ่งให้สมาชิกได้มีโอกาสในการมองตนเองเพื่อหาความหมายในฐานะชายรักชาย สมาชิกได้พูดถึงความหมายในชีวิตของตนเองคือการใช้ชีวิตด้วยตนเอง และมีตนเองเป็นผู้รับผิดชอบชีวิตของตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งความรู้สึกที่ตามมาจากการยอมรับว่าตนเองต้องเป็นผู้ดูแลตนเองก็คือความเหงา ความโดดเดี่ยว และความต้องการจะเป็นคนสำคัญในสายตาของคนอื่น โดยการช่วยให้ชายรักชายสามารถยอมรับเรื่องความเหงาและความโดดเดี่ยวมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะถ้าชายรักชายยอมรับได้ว่าตนเองต้องเป็นผู้จัดการชีวิตของตนเอง ไม่ใช่เอาความเป็นตนเองไปแขวนไว้กับคนอื่น หรือต้องรอคนอื่นมายืนยันว่าตนเองเป็นใคร ก็จะช่วยให้บุคคลมีพลังที่จะลุกขึ้นมาจัดการกับชีวิตของตนเองได้ ทั้งในแง่ของความเหงา ความโดดเดี่ยว แยกแยกจากคนอื่น (Corey, 2009a) ดังเช่นในตัวอย่างเหล่านี้ที่ชายรักชายได้มาแลกเปลี่ยนวิธีจัดการความเหงาของตนเอง

P 5: แทบจะไม่มีเรื่องความเหงาเลยเพราะเราได้ช่วยทำงานจิตอาสาให้กับสมาคมที่เฉพาะในกลุ่มชายรักชาย มันก็คลายเหงาเพราะได้เจอเพื่อนๆ หรือทำประโยชน์ให้กับคนในวงกว้างด้วย

P 1: วิธีจัดการความเหงาคือการทำอะไรที่มันสร้างสรรค์และมีประโยชน์ พวกชานาต่างๆ ก็เคยไปนะ แต่พอไปเสร็จกลับมาก็เหงาอีก ก็เลยไม่ไปดีกว่า ... เราก็ไม่ได้อยากเป็นโสด แต่ถ้าออกมาว่าเราเป็นโสด ก็ต้องตั้งตัวอยู่กับความโสดของเราให้ได้

P 4: ผมทำนู่นทำนี่ให้ตัวเองยุ่งเพื่อจัดการความเหงา ไปเที่ยวที่ต่างๆ ไหว้พระ (P 4)

P 3: เราต้องอยู่ให้ได้ในสังคมนะ ไม่ว่าเราจะมีใครหรือไม่มีใคร อนาคตเราแก่ตัวเราก็จะต้องดูแลตัวเอง ... ถ้าเหงาแล้วไม่มีใครแต่ไม่รู้จะทำยังไงจะนอน หรือไม่ก็จะขับรถคนเดียวไปไกลๆ ยาวสุดก็สองวัน เหมือนเป็นความรับผิดชอบของเราที่จะต้องรับผิดชอบต่อความรู้สึกเหงา เพราะว่าปลงกับคนที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เมื่อก่อนก็เคยให้ใจคนที่เข้ามาไปร้อยเปอร์เซ็นต์จนมันไม่เหลือ คิดว่าเข้ามาก็คงเหมือนเดิม มองว่าใช้ชีวิตของเราเองคนเดียวดีกว่า ... คือคิดว่าถ้าเหงาเราก็ต้องจัดการกับมัน หรืออย่างเวลาเหงาก็จะคิดถึงเพื่อนอะ

P 11: บั้นปลายก็ต้องตายจากกันอยู่ดี เพราะฉะนั้นถ้าปัจจุบันเราสามารถยอมรับที่จะอยู่คนเดียวได้มันก็ดีดีกว่า ทำ ณ วันนี้ให้ดีที่สุด ทำรักเราวันนี้ให้หวานที่สุด

ในอีกแง่หนึ่ง สมาชิกรับรู้ได้ถึงภาพในทางลบและอคติในสังคมต่อชายรักชาย ซึ่งสมาชิกเองรับรู้ว่าการที่ตนเองเป็นเป็นชายรักชายในสังคมนั้นจะต้องได้รับผลกระทบดังกล่าวด้วยแน่นอน ซึ่ง

สมาชิกมองว่าการเปลี่ยนแปลงมุมมองของสังคมหรือภาพในทางลบต่างๆ เหล่านี้เป็นเรื่องที่สำคัญ โดยส่วนหนึ่งที่สำคัญที่สุดคือการที่สมาชิกเป็นผู้ที่แสดงให้เห็นถึงความเป็นตัวตนของชายรักชาย ว่าเป็นเรื่องปกติ มีแต่ดี หรือแม้จะแตกต่างกับบุคคลรักต่างเพศ ชายรักชายก็สามารถรับความแตกต่าง นั้นได้ ด้วยความพยายามของสมาชิกหรือการแสดงให้บุคคลในสังคมได้เห็นซึ่งเป็นความหมายหนึ่งที่สำคัญสำหรับสมาชิกในกลุ่ม

P 8: สื่อมันเป็นตัวสะท้อนออกมา เป็นเครื่องมือ

P 4: การทำมูลนิธิเลยแบบที่พี่ๆ หลายๆ ท่านทำก็เป็นผลดีนะ แต่ถ้าเป็นสื่อถึงจะออกมาอย่างไร ถ้าตัวคนที่ดูแลเขาเอาออกยังไงเราก็ทำอะไรไม่ได้ ที่เรายอมรับกันมากขึ้นก็เพราะสื่อ โฆษณา หนึ่ง ถามว่ามีอย่างอื่นไหมที่ทำให้การยอมรับในพวกเราๆ มีมากขึ้น ไม่มีเลย
ผู้ดำเนินกลุ่ม: เมื่อกี้เป็นคำถามใช่ไหมครับ

P 4: ใช่ครับ การสร้างสถานบันเชิงเกย์มากขึ้นหรือ ไม่ใช่เนาะ มันยังมีแต่คนมองในแง่ลบ มีแต่ สื่อเท่านั้นแหละที่ว่ามีแบบนี้เนาะ แล้วมันไม่ได้เลวร้ายเสมอไป

P 7: การกระทำด้วยใจ การกระทำของเรา

P 4: เออ ถูก อย่างกลุ่มมูลนิธิที่พวกพี่ไปทำ มันดีนะ ก็โอเค

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ถาม P 7 นิดหนึ่ง การกระทำที่ว่านี้หมายถึงการกระทำในสมาคมหรือการ กระทำเป็นรายตัว หรืออย่างไร

P 7: เป็นรายตัวเลย

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เช่นยังงัยครับ

P 7: ก็เหมือนสาวประเภทสองบางคนอย่างเงี้ย บางคนจะมองว่าวันๆ หาแต่ผู้ชายอย่างเดียว ล่าผู้ชาย กรีดกรีด มุมมองของคนอื่นนะ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: นั่นคือที่ P 7 เคยสัมภาษณ์นะครับ แล้วเรื่องการกระทำละ

P 7: ก็อยู่ที่การกระทำแต่ละคนครับ ก็ทำตัวดี ไม่ใช่เสแสร้ง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: บางครั้งภาพในสังคมบางอย่างก็มีอย่างเช่นถ้าถึงคำว่าเกย์แต่ละคนก็จะมี ภาพในหัวต่างกันไป แล้วภาพแบบนี้ก็เป็นภาพที่บางที่เหมารวม ซึ่งเจ้าตัวเองแสดงให้เห็น คนรอบข้างได้เห็นว่าเขาที่เป็นอยู่ในตอนนี้ไม่ได้เป็นอย่างภาพรวม ก็เป็นตัวที่เป็น หลักฐานว่าฉันเป็นตัวฉันแล้วไม่ได้แ่อย่างที่คุณคิด

P 7: ใช่ๆ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แล้วบอกกับว่าเขาทำดีก็สะท้อนกลับมาที่ตัวเขาเอง ว่าไม่ต้องถูกตีตราหรือถูก เหมารวม

P 7: ถูกๆ

ช่วงที่ 6 เรียนรู้แบ่งปัน เป็นขั้นยุดิกลุ่มที่เกิดการทบทวนและสังเกตตนเอง ประเด็นที่เกิด การเรียนรู้ ผู้ดำเนินกลุ่มสรุปเรื่องราวและประเด็นต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระยะเวลา 2 วัน โดยเป็นผู้เอื้อให้ สมาชิกได้ทบทวนตนเองและสังเกตตนเอง โดยผู้ดำเนินกลุ่มทำหน้าที่เน้นให้ข้อสังเกตหรือการเรียนรู้ ของสมาชิกนั้นเด่นชัดขึ้น ซึ่งข้อสังเกตของสมาชิกในครั้งนี้เป็นเหมือนบทสรุปกระบวนการกลุ่มทั้งหมด ในแต่ละช่วงที่แตกต่างกันออกไป สำหรับประเด็นแรกคือความรู้สึกแรกที่สมาชิกมีในการเข้าร่วมใน กลุ่มคือความไว้วางใจและความรู้สึกปลอดภัย โดยสมาชิกพูดถึงบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกแบ่งปัน เรื่องราวหรือเปิดเผยตนเองในกลุ่ม ที่สมาชิกรู้สึกแตกต่างจากบรรยากาศภายนอกกลุ่มที่อาจจะไม่เอื้อ ให้สมาชิกได้แบ่งปันเรื่องราวในระดับที่ลึกซึ้งหรือมีความหมายให้แก่นักเรียนและกันได้มากเท่ากับที่เกิดขึ้น ภายในกลุ่ม หรือแม้แต่ว่าบางเรื่องที่สมาชิกไม่เคยเล่าให้ใครที่ไหนฟังมาก่อน ซึ่งเป็นภาพที่สะท้อนให้เห็น ว่าบรรยากาศในกลุ่มหรือท่าทีของผู้ดำเนินกลุ่มหรือสมาชิกในกลุ่มนั้นปราศจากท่าทีในทางลบ เกี่ยวกับการเป็นชายรักชาย ดังที่สมาชิกอธิบายต่อไปนี้

P 16: เป็นจุดหักเหที่เราไม่ต้องเจอแต่คนรู้จักเท่านั้นที่ต้องเปิดเผยเรื่องส่วนตัวหรือมุมลับ ของเรา จริงๆ แล้วคำว่า พื้นที่ปลอดภัยไม่จำเป็นต้องเป็นคนสนิทก็ได้ เพราะบางทีคนสนิทเนี่ย ถ้าไม่ได้รับฟังจริงๆ ก็ไม่ได้ปลอดภัยสำหรับเรา เพราะมันปลอดภัยมันอยู่ที่ บรรยากาศและความรู้สึก อย่างที่มาที่นี่ ได้ทั้งบรรยากาศและความรู้สึก แล้วก็รู้สึก ปลอดภัย

P 15: ขอเสริมนะ อย่างมีเพื่อนที่เป็นเกย์สนิทกัน 4 คนนะ ยังไม่มีโอกาสนั่งคุยอย่างนี้เลยนะ

P 11: บางทีคุยไม่รู้ว่าเป็นจริงหรือเล่น

P 13: มันเนื่องด้วยโอกาสไง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เป็นวาระพิเศษที่มีโอกาสได้มาแชร์กัน

P 13: เยสเซอร์

อนึ่ง สมาชิกมีการเปิดเผยความรู้สึกในทางลบที่ตนเองมีต่อกลุ่มในช่วงแรก หรือความรู้สึก กลัวที่ตนเองมีในช่วงที่สมาชิกยังไม่ได้ทำความรู้จักกันหรือมีความคิดที่ตัดสินกันและกันจากภายนอก ในช่วงแรกพบ ซึ่งเป็นประเด็นที่ช่วยยืนยันให้เห็นถึงความเป็นตัวตนที่จริงแท้ (Authenticity) และ ความไว้วางใจในกลุ่มอีกด้วย

P 4: ก็วันทีไปนัดเจอกันตอนแรก พอรถอีกคันมาจอดทุกคนเปิดมาเราคิด เฮ้ยคนพวกนี้หรือน่ากลัว

P 2: คิดเหมือนกันเลย ผมเห็นพวกที่กินข้าวแต่ไม่รู้ว่ามีกลุ่มเดียวกัน ทำไมพวกนี้เสียงดัง โวยวายจัง แล้วเราต้องไปกับกลุ่มพวกนี้หรือ

P 3: จะบอกว่าผมเป็นคนสุดท้ายที่มาเห็นทุกคนไง จะบอกว่าความรู้สึกตอนแรกผมมองแล้ว ตอนแรกเห็นแล้วแบบมากลุ่มนี้หรือวะ อะไรวะ ให้มาเจออะไร

P 4: ก็ว่า P 3 ใครเนี่ยก็เห็นมาจอตลอดตรงนี้ก็ไม่ได้คิดว่าจะมาด้วยกันถึงตรงนี้ ไม่รู้ด้วยซ้ำว่า P 3 อยู่ในกลุ่ม พอมานั่งถึงตรงนี้แล้วรู้เลยว่ากลุ่มนี้พิเศษจริงๆ เพราะเรื่องที่เราทั้งหมดนี้ เพื่อนสนิทยังไม่รู้เลย

P 2 ผมก็ไม่เคยพูดที่ไหนมาก่อน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มีความพิเศษในกลุ่มนะครับ

จากบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกสามารถเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเต็มที่ และมีความรู้สึกปลอดภัย สมาชิกยังระบุว่ากลุ่มเป็นโอกาสพิเศษที่เอื้อให้สมาชิกสามารถแบ่งปันประสบการณ์ต่างๆ ได้อย่างสบายใจ และเป็นโอกาสที่ได้สำรวจมุมมองที่สมาชิกในกลุ่มมีต่อความเป็นชายรักชายและประเด็นที่เฉพาะเจาะจงกับความเป็นชายรักชาย จึงช่วยเอื้อให้สมาชิกได้เรียนรู้กันและกัน ในแง่ของความเหมือนกัน (Universality) ระหว่างประเด็นต่างๆ ที่ช่วยให้สมาชิกรู้สึกไม่โดดเดี่ยวและยังช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าคุณมีความเชื่อมโยงกับสังคมชายรักชายที่ช่วยให้เอกลักษณ์หรือความเป็นชายรักชายของสมาชิกเด่นชัดขึ้นมาด้วย

P 11: ได้ข้อคิดและแลกเปลี่ยนทัศนคติแต่ละคน ได้มีการเรียนรู้ทัศนคติแต่ละคนที่มีต่อกลุ่มชายรักชายแล้วก็แสดงความเป็นตัวตนของชายรักชาย เรียนรู้บางสิ่งที่สามารถเอากลับมาปรับใช้เป็นบทเรียนให้ชีวิตเราได้ รู้สึกว่ามาแล้วได้เห็นในสิ่งที่เราไม่เคยรู้ เคยเห็น มาก่อน

P 16: มันเหมือนเสริมพลังให้ตัวเรา เหมือนเราไม่ใช่คนเดียว ไม่ใช่จุดเล็กๆ จริงๆ จุดเล็กๆ มันมีอยู่หลายจุด พอมารวมกันเนี่ย มันเท่ากับเป็นจุดใหญ่ เสริมพลัง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ทำให้ดูมีพลังขึ้นมาครับ

P 16: ดูนี่พลังขึ้น

P 12: อย่างบางเรื่องเราคิดว่าเราเป็นอยู่คนเดียว อ้าวคนอื่นก็เป็นหรือ อย่างบางเรื่องที่เราคิดว่าเราเป็นอยู่คนเดียว เราเป็นคนแปลกแยกสำหรับอีกกลุ่มหนึ่ง แต่พอมาในกลุ่มนี้เรา กลายเป็นคนส่วนใหญ่ของกลุ่มนี้ ก็เลยทำให้เรารู้สึกว่า

P 13: ซอบอะ

P 15: ชนลูก ตรงคำที่ว่าเรากลายเป็นคนส่วนใหญ่

P 13: เรากลายเป็นส่วนที่ไม่แปลกสำหรับพวกเรา

P 12: ใช่

P 13: มันดีอะ

ยิ่งไปกว่านั้นสมาชิกยังระบุว่าประสบการณ์การเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อ ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ที่พิเศษ เพราะสมาชิกได้เห็นถึง ความแตกต่างหลากหลายในกลุ่มชายรักชาย (Diversity) ซึ่งในหลายครั้งช่วยให้สมาชิกได้กลับมา สำนวณตนเองและเรียนรู้จากความแตกต่าง

P 16: ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในช่วงเวลาที่เหมือนกัน ผ่านเหตุการณ์เดียวกัน แต่คนละ generation กันก็ต่างกัน พอทบทวนเราทบทวนตัวเราได้เอาเรื่องเรามาวิเคราะห์ เอา เรื่องคนอื่นมาวิเคราะห์

P 1: ขอขอบคุณหนังสือทั้งเก้าเล่มที่มาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งดีตรงที่ไม่เหมือนเรา ถ้า เหมือนประสบการณ์จะน้อย ต้องขอบคุณทุกคน มีอะไรก็แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความคิดกันได้

P 10: ผมว่าเป็นโอกาสน้อยมากที่เราจะได้มาพูดถึงเรื่องราวที่เฉพาะกับชายรักชาย เป็นการ แลกเปลี่ยนของคนที่มีประสบการณ์แตกต่างกัน ได้มาแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน ได้มานอกสถานที่ ปกติจะเจอแต่คนที่อายุใกล้เคียงกัน ส่วนใหญ่จะเจอแต่เพื่อน ๆ แต่ กลุ่มนี้หน้าใหม่หมดเลย และช่วงอายุค่อนข้างกว้างกว่านิสิต นักศึกษา ซึ่งกลุ่มนี้เน้น เรื่องประเด็นของชายรักชาย

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ครับ แล้วพอเจอพี่ๆ ในกลุ่มที่อายุแตกต่างกันมันแตกต่างกันยังไง

P 10: คือเขามีอายุมากกว่า ประสบการณ์เขามากกว่า เขาอาบน้ำร้อนมาก่อน ทำให้เราเข้าใจ เขาในอีกแบบหนึ่ง เข้าใจความต่าง

จากการเข้าร่วมกลุ่ม ทำที่ที่ปราศจากซึ่งอคติ การยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายและ การสนับสนุนภาพในทางบวกเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายของทั้งผู้ดำเนินกลุ่มและสมาชิกกลุ่มล้วนมีส่วนช่วยให้สมาชิกเองได้มีมุมมองที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมากขึ้นและมีความรู้สึกต่อ ยค่าจากการรักเพศเดียวกันลดลง ซึ่งเป็นปัจจัยที่ช่วยเอื้อให้สมาชิกพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศแบบชาย รักชายของตน ดังตัวอย่างต่อไปนี้

P 12: แต่ก่อนเวลามีเพื่อนแบบนี้จะไม่ใช่แบบนี้อะ จะเป็นอีกอารมณ์หนึ่ง เหมือนเราเจอใน ด้านลบมากกว่าก็เลยมีอคติ แต่พอมาคุยจริงๆ จังๆ ก็ทำให้อคติของเรามันลดลง มัน หายไป ก็เหมือนกับการที่เราเปิดใจที่จะยอมรับมากขึ้น

P 2: ก็คือไม่รู้เลยว่าสังคมอย่างเราๆ ยังมีมุมมองและทัศนคติที่ดีๆ อย่างนี้อยู่ เพราะปกติจะ พยายามไม่คบกับเพื่อนกลุ่มพวกนี้ คือจริงๆ อยากมีอย่างนี้แต่เหมือนตัวเองยังปิดกั้นอยู่ เหมือนอยากคบแต่เพื่อนผู้ชายผู้หญิงปกติ แต่พอมาเห็นอย่างเงี้ย เหมือนกลุ่มคนอย่างนี้ ยังมีคนที่มีความคิดที่ดีๆ ได้เห็นคนที่ช่วยเหลือสังคม

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชายโดยมีระเบียบวิธีในการวิจัยแบบกึ่งทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Quasi-Experimental Pretest-Posttest Control Group Design) มีกลุ่มตัวอย่างคือ ชายรักชายที่มีอายุระหว่าง 18-40 ปีซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครหรือปริมณฑลที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัยนี้ จำนวนทั้งสิ้น 32 คน โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย และแบบวัดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน โดยมีสมมติฐาน 2 ข้อได้แก่

1. หลังการทดลองคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองต่ำกว่าคะแนนในช่วงก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานทั้งสองข้อ คือ สมมติฐานข้อที่ 1 หลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของกลุ่มทดลองเมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนช่วงก่อนการเข้าร่วมกลุ่ม ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งอธิบายได้ว่าการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาช่วยให้ผู้ร่วมการทดลองที่เป็นชายรักชายลดมุมมองที่ว่าการเป็นรักร่วมเพศเป็นเรื่องที่น่าละอาย น่ารังเกียจหรือด้อยกว่าการเป็นชายรักต่างเพศลง ลดอคติเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายของตน มีอารมณ์และเจตคติในทางบวกเกี่ยวกับการเป็นชายรักชายของตนมากขึ้น ยอมรับและเห็นคุณค่าในความเป็นชายรักชายของตน มองว่าความเป็นชายรักชายเป็นส่วนหนึ่งของสังคมตามปกติ และรู้สึกสบายใจกับความเป็นชายรักชายของตน

สมมติฐานข้อที่ 2 หลังการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเมื่อพิจารณาจากคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในช่วงก่อนการเข้าร่วมกลุ่มของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จึงอธิบายได้ว่าคะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ลดลงของกลุ่มทดลองไม่ได้เป็นผลมาจากตัวแปรแทรกซ้อนอื่นๆ แต่เป็นผลมาจากการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยที่สนับสนุนสมมติฐานทั้งสองข้ออ้างกล่าวได้ว่ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายทำให้คะแนนความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของสมาชิกในกลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสนับสนุนผลการวิจัยของ Lebolt (1999) และ Pixton (2003) ที่พบจากประสบการณ์ของชายรักชายที่เคยรับบริการการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายว่าการศึกษาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายส่งผลให้ผู้รับบริการมีความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันลดลงในหลายแง่มุม เช่น ผู้รับบริการเกิดการตระหนักรู้ถึงการเหยียดและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันมากขึ้น ยอมรับความเป็นชายรักชายของตนเองได้มากขึ้น รู้สึกสบายใจกับร่างกายและเพศวิถีของตนเองมากขึ้น มั่นคงในเพศวิถีของตนมากขึ้น มีคุณภาพของความสัมพันธ์แบบชายรักชายที่ดีขึ้น เช่นเดียวกับผลการวิจัยของ Nel และ คณะ (2007) ที่พบว่ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายช่วยให้ชายรักชายมีการยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายด้วยตนเอง มีการยอมรับตนเองที่เพิ่มขึ้น มีความมั่นใจในตนเองสูงขึ้น มีเอกลักษณ์ทางเพศที่ชัดเจนและเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น ตรงไปตรงมากับผู้อื่น เรื่องความเป็นชายรักชายของตนเองมากยิ่งขึ้น และกล้าที่จะเปิดเผยวิถีทางเพศของตนเองแก่บุคคลรอบข้างมากยิ่งขึ้น ในส่วนนี้ผู้วิจัยในฐานะผู้ดำเนินกลุ่มจะอภิปรายตามปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

ปัจจัยที่เอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้แบ่งออกได้เป็นประเด็นหลักๆ คือ ตัวตนของนักจิตวิทยาการศึกษา กลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย แนวทางการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม และประสบการณ์การเรียนรู้ของสมาชิก ซึ่งแต่ละประเด็นมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ตัวตนของนักจิตวิทยาการศึกษา ในส่วนแรกผู้ดำเนินกลุ่มได้พัฒนาตนเองผ่านการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมข้อมูลและสื่อต่างๆ เกี่ยวกับสังคมชายรักชาย การฝังตัวและคลุกคลีอยู่ในสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทยในช่วงที่ทำการประชาสัมพันธ์หาผู้ร่วมการวิจัยที่เป็นชายรักชาย และการดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องก่อนการดำเนินกลุ่มจริง โดยแบ่งออกเป็นด้านย่อยได้แก่

1.1 การพัฒนาองค์ความรู้ที่เหมาะสม องค์ความรู้ที่เหมาะสมกับการทำงานด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายนั้นมีความสำคัญ (Pachankis & Goldfried, 2004) ด้วยความที่การดำเนินชีวิต บริบททางสังคม ความเป็นตัวตนและประเด็นปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชายรักชายนั้นมีความเฉพาะเจาะจงที่แตกต่างจากบุคคลที่ไม่ได้เป็นชายรักชาย ซึ่งรายละเอียดของข้อมูลเหล่านี้ อาจหมายถึงความเข้าใจชายรักชายที่ครอบคลุม ไม่ว่าจะเป็นความเข้าใจผลของการตีตรา การเหยียด อคติ และความรุนแรงที่มีต่อชายรักชาย สุขภาวะโดยรวมของชายรักชาย พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่แสดงถึงความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย เข้าใจกระบวนการเกิดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน และความสำคัญที่เรื่องนี้มีต่อผู้มารับบริการปรึกษา (Crisp & McCave, 2007; Dew et al., 2005; Garnets et al., 1991) ซึ่งข้อมูลและความคุ้นเคยกับข้อมูลเหล่านี้เป็นปัจจัยพื้นฐานที่ช่วยเอื้อให้นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 มุมมองที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย คุณสมบัติที่สำคัญที่สุดที่นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องมีในการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายคือมุมมองที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย (Ritter & Terndrup, 2002) และ มองว่าชายรักชาย หญิงรักหญิง และบุคคลรักสองเพศนั้นสามารถมีชีวิตที่เต็มเต็มได้ไม่ต่างจากบุคคลรักต่างเพศ (Garnets et al., 1991) เข้าใจว่าความรู้สึกดีงดูตงทางเพศ และการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลเพศเดียวกันเป็นส่วนหนึ่งในความหลากหลายทางเพศ (Diversity)

อีกแง่หนึ่งของความเป็นตัวตนของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีความสำคัญเทียบเท่ากับการมีมุมมองที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย คือการไม่มีท่าทีที่เหยียดความเป็นชายรักชาย หรือปฏิบัติต่อชายรักชายในแง่ลบ จากเจตคติที่ยืนยันความเป็นตัวตนของเป็นชายรักชายจึงนำมาสู่คำพูดหรือพฤติกรรมที่ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องตระหนักถึงผลของคำพูด การกระทำ เจตคติและความเชื่อที่ตนมีเกี่ยวกับบุคคลในกลุ่มนี้ที่อาจแฝงการเหยียดและแบ่งแยกต่างๆ ไว้ซึ่งอาจส่งผลในทางลบต่อการให้คำปรึกษา และเป็นข้อจำกัดในการให้ความช่วยเหลือ (Malyon, 1982 อ้างใน Harrison, 2000) โดยหลีกเลี่ยงที่จะทำให้เกิดความรู้สึกเหล่านี้ซ้ำอีกในชายรักชาย และให้ความช่วยเหลือชายรักชายที่ประสบกับการเหยียดหรืออคติต่างๆ (Herek & Garnets, 2007) และไม่จับผิดว่าชายรักชายจะต้องมีความรู้สึกด้อยค่าแฝงอยู่หรือยึดเยียดภาพในทางลบที่สมาชิกอาจจะไม่ได้มีอยู่ หากแต่ต้องคอยสังเกตและสำรวจจากเรื่องราวและปัญหาที่สมาชิกที่เป็นชายรักชายมีว่ามีประเด็นที่แฝงภาพในทางลบเหล่านี้หรือไม่

เข้าใจความแตกต่างและหลากหลายภายในกลุ่มประชากรชายรักชาย มากกว่าที่จะมีมุมมองแบบเหมารวม (stereotype) ว่ากลุ่มชายรักชายทั้งหมดมีความเหมือนกัน (Crisp & McCave, 2007;

Dew et al., 2005; Milton & Coyle, 1999; Tasker & McCann, 1999) ความพยายามใดก็ตาม เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงรสนิยมทางเพศนั้นไม่มีประสิทธิภาพ หรือไม่ปลอดภัยโดยไม่ควรมั่นใจให้ชาย รักชายอยากที่จะเปลี่ยนแปลงรสนิยมทางเพศของตนเอง ไม่ใส่ใจหรือมองปัญหาของชายรักชายเป็น เรื่องเล็ก (Garnets et al., 1991; Herek & Garnets, 2007) ดังเช่นกรณีตัวอย่างต่อไปนี้ที่ผู้ดำเนิน กลุ่มเอื้อให้กลุ่มยืนยันว่าการเป็นชายรักชายนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ตามธรรมชาติ ไม่สามารถที่จะ เปลี่ยนแปลงว่าจะเป็นหรือไม่เป็นชายรักชายได้ดังใจอยาก

P 4: สังคมจะมองผมยังไงผมเฉยๆ และ เพราะที่ในบ้านผ่านมาเยอะจนผมไม่รู้จะยังไงแล้ว ข้างนอกผมก็เปิดเผย แต่ Facebook แม่ก็เล่นพ่อก็เล่น ให้ไปหลบที่ไหนครับ Camfrog เขายังเล่นไฉ

P 8: เขาตักทุกทางว่างั้น

P 4: เขารู้เลยตักทุกทางเพื่อไม่ให้ เขาพยายามทุกอย่าง พาเราไปหาหมอ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แต่ก็อย่างว่านะครับ แม้จะตักแล้วคนเรามีเลือดเนื้อจิตใจที่เป็นของตัวเอง ที่ไม่ ว่าพยายามจะเปลี่ยนแปลงอย่างไรมันไม่ใช่ว่าจะเปลี่ยนได้ เพราะจริงๆ เราต่างก็รู้ดีนะ ครับว่าความเป็นตัวเรา...

P 8: ไม่ได้เป็น Trait

P 5: มันเป็นยีนในตัวเราที่เปลี่ยนไม่ได้นะ

P 8: เหมือนอยู่ดีๆ ใครอยากเป็น (ชายรักชาย) ก็เป็นอย่างงี้หรือ? มันก็ไม่ใช่ซะ

1.3 ความสามารถในการทำงานกับชายรักชาย นอกจากที่นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องมี คุณสมบัติในเบื้องต้นแล้ว นักจิตวิทยาการปรึกษายังต้องพัฒนาความคุ้นเคย สามารถในการตอบสนอง และทำความเข้าใจกับเรื่องราวของชายรักชายที่มีความเฉพาะเจาะจง และความหลากหลายได้อย่าง เหมาะสมและพร้อมกับการทำงานกับชายรักชายในประเด็นที่แตกต่างหลากหลาย (Crisp & McCave, 2007; Garnets et al., 1991; Tasker & McCann, 1999) ทั้งโดยผ่านการการทบทวน เจตคติของผู้ดำเนินกลุ่มที่มีต่อความเป็นชายรักชาย หรือทำที่ที่ผู้ดำเนินกลุ่มปฏิบัติต่อชายรักชาย โดย อาจกล่าวได้ว่าคุณสมบัติดังกล่าวเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้นักจิตวิทยาสามารถที่จะรับฟังและทำความเข้าใจกับเรื่องราวและประเด็นต่างๆ ของสมาชิกในกลุ่มได้ และไม่ก่อให้เกิดความรู้สึกด้อยค่าจากการ รักเพศเดียวกันต่อชายรักชาย (Rosser et al., 2008) ดังเช่นกรณีต่อไปนี้

P 4: การยอมรับทางสังคม (ต่อกลุ่มชายรักชาย) ผมเชื่อว่าคงมีผู้นำทางสังคมบางคนที่ผลักดัน เรื่องนี้ให้เป็นที่เห็นชอบได้ในอนาคต

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แอบหวังไว้ลึกๆ ว่าจะสามารถไปสู่จุดนั้นได้นะครับ

P 4: ครับ ผมหวังไว้ว่าในไทยอีกสัก 1-2 generation น่าจะเป็นไปได้ แต่ถ้าจะให้ทางบ้าน
เรายอมรับแบบทางประเทศในยุโรปที่เขาเปิดรับอยู่แล้วเนี่ยยากครับ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: รู้สึกว่าไม่ใช่เรื่องง่ายและไม่ใช่เรื่องที่สามารถเกิดได้ข้ามคืนนะครับ

P 4: ใช่ครับ และถึงจะเกิดขึ้นได้ก็จะมีแรงเสียดทานหรือการต่อต้าน

2. กลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย เมื่อนักจิตวิทยา
การศึกษามีความพร้อมที่จะให้บริการการศึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายและมีความเข้าใจใน
ประเด็น เรื่องราวและความเป็นตัวตนของสมาชิกกลุ่มที่เป็นชายรักชายจึงสามารถเอื้อให้กระบวนการ
กลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายมีบรรยากาศที่มีความรู้สึก
ไว้วางใจและปลอดภัยสำหรับสมาชิก ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในกระแสกลุ่มช่วงที่ 1 วางใจ ปลอดภัย ที่
เอื้อให้กลุ่มมีความเหมาะสมสำหรับการให้บริการการศึกษาเชิงจิตวิทยาและการยืนยันความเป็น
ตัวตนของชายรักชาย ดังต่อไปนี้

2.1 บรรยากาศของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรัก
ชาย กลุ่มมีบรรยากาศที่สมาชิกรับฟัง เข้าอกเข้าใจกันในเรื่องราวของกันและกัน ยอมรับตัวตนของ
สมาชิกแต่ละคนในฐานะที่เป็นชายรักชาย (Malley & Tasker, 2007) เปิดกว้าง ยอมรับความ
แตกต่าง ไว้วางใจกันที่เอื้อให้สมาชิกสามารถเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเต็มที่ (Israel et al., 2008;
Nel et al., 2007; Pixton, 2003) โดยผู้ดำเนินกลุ่มเริ่มจากการให้สมาชิกในกลุ่มได้ลองเปิดเผย
เรื่องราวของตนเองซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกคนอื่น ๆ ได้มีส่วนร่วมในเรื่องราวของสมาชิกคน
อื่นๆ ในขณะที่เดียวกันผู้ดำเนินกลุ่มก็ทำหน้าที่เป็นต้นแบบที่รับฟัง เข้าอกเข้าใจสมาชิกในกลุ่มที่เป็น
เจ้าของเรื่องราวดังกล่าว ดังเช่นในกรณีต่อไปนี้

P 11: ตอนนั้นที่ anti เพราะกลัวว่าจะเจ็บ (กับเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก) มีเพื่อน
ที่เป็นตุ๊ดแล้วเขามาพูดหรือทูลุเลยทำให้เรา anti ถ้าเพื่อนไม่มารอกหูเราอาจจะ
happy (ที่มีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก) นึกออกปะ เราอยู่โรงเรียนชายล้วนมีเพื่อนมา
บอก เฮ้ยกูฟังโดนวะ กูเจ็บวะ เลือดออก กรอกๆๆๆ ทำให้เราจิตตก แล้วอีกอย่างคน
ที่มาชอบเขาเป็นผู้ใหญ่กว่าเรา เขาต้องจ้องที่จะเอาเราแน่นอน คือภาพลักษณ์เขาเป็น
ผู้ชายเราก็ไม่ใช่ว่าจะเป็นผู้ตุ๊ดนะ เรายังมองไม่ออกเพราะตอนนั้นยังไม่รู้จักเรื่อง sex ยัง
เอาและถูกเอาไม่เป็น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ตอนนั้นรู้สึกกระแวง

P 11: รู้สึกกระแวง ว่าถ้าเราคบกับพี่เขาแล้วเราจะต้องเจ็บก็เลยกลายเป็น anti ไป ไม่ชอบ
ขึ้นมาว่าถ้ามีผู้ชายมาชอบเราต้องถูกเอา โดยสังคมของเราอาจจะเจอแต่เพื่อนที่เป็นตุ๊ด
แล้วถ้ามีผู้ชายกับผู้ชายชอบกันเนี่ย ในพื้นฐานแล้วเราจะต้องเป็นคนถูกกระทำก่อนเป็น

อันดับแรก รีเปล่านั้น มันเลยคิดอย่างไง anti จนผ่านมาครั้งที่หนึ่ง สอง แต่กลับกลายเป็นสิ่งที่ basic ง่ายๆ เลยเลยที่ทำให้เราเปลี่ยน

P 9: แต่คนที่รับผมส่งสาร เวลาจะมีอะไรกับรักแต่ละที

P 12: พี่ขอแชร์ว่าการเป็นรักเป็นรับมันเป็นเรื่องของคนสองคน เพียงแค่ว่า ไม่ได้แปลกที่ผู้ชายแมนๆ จะชอบรับ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เป็นรสนิยมและความชอบส่วนบุคคล

P 12: ซึ่งถ้าพี่เจอคนที่ชอบ ที่รักและใช้จริง ๆ ถามว่าถ้าเขาจะเอา ตอนนั้นก็ยอมให้เอา แต่ถ้าถามบอกตรงๆ เคยคิดที่จะลองแล้วครั้งหนึ่งแต่ไม่ไหว ถีบกระเด็นเลย

P 16: เรื่อง sex มันมีความหลากหลายอยู่ที่รสนิยมแต่ละคนชอบ สำหรับเราอาจจะรู้สึกว่าการนี้พอแล้ว แคได้กอดกัน บางคน sex แคไหนก็ไม่พอ เหมือนกินข้าว

P 12: บางคนชอบกินเผ็ด บางคนชอบกินหวาน บางคนชอบกินจืด

เมื่อกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่นักจิตวิทยาปฏิบัติ มีบรรยากาศกลุ่มและเจตคติต่อเรื่องราวและความเป็นตัวตนของสมาชิกที่เปิดกว้าง ยอมรับความแตกต่างของสมาชิกแต่ละคนโดยไม่ตัดสินในความต่างเหล่านั้น และไม่ได้ตัดสินหรือมีมุมมองที่สื่อออกมาว่าการเป็นชายรักชายเป็นสิ่งที่ไม่ดี หรือเป็นเรื่องผิดปกติ (Pixton, 2003) ผ่านทางจุดยืนและท่าทีที่นักจิตวิทยาเองมีต่อสมาชิกที่เป็นชายรักชายและกลุ่มทำให้เกิดบรรยากาศที่มีการสนับสนุนกัน ปลอดภัย ไว้วางใจกัน และไม่มีอคติ (Israel et al., 2008; Nel et al., 2007; Pixton, 2003) จึงช่วยเอื้อให้สมาชิกในกลุ่มมีการยอมรับการเปิดเผยความเป็นชายรักชายของสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนต่อกลุ่มชายรักชายที่แตกต่างกันออกไปทำให้การดำเนินกลุ่มเป็นไปได้อย่างราบรื่น ซึ่งผลตอบรับในทางบวกต่อการเปิดเผยรสนิยมทางเพศของสมาชิกช่วยเอื้อให้สมาชิกที่อยู่ในขั้นตอนต่อเอกลักษณ์ทางเพศและขึ้นยอมรับเอกลักษณ์ทางเพศ ตามโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass สามารถยอมรับตนเองได้มากขึ้นและพัฒนาไปสู่ขั้นถัดไป (Cass, 1979) ดังเช่นในกรณีต่อไปนี้ที่แม้ P 4 จะยังมีประเด็นปัญหาเกี่ยวกับเรื่องการจัดการกับทางบ้านของ P 4 แต่ P 5 ซึ่งในปัจจุบันไม่มีปัญหาเหล่านี้เพราะทางบ้านของ P 5 สามารถยอมรับในความเป็นชายรักชายของ P 5 ได้แล้ว ก็ไม่ได้ตัดสิน P 4 แต่มีความเข้าใจใส่ใจสภาวะของ P 4 ที่ยังไม่สามารถผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากไปได้

P 4: กลับมาบ้านแม่ก็นัดครับให้ผมไปคุยกับทางบ้านของเพื่อนผู้หญิง เขาให้เวลา 7 ปีในการหาคนที่แต่งงาน

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 4 รู้แหละว่าที่บ้านคาดหวังกับผมเยอะทีเดียว

P 4: ครับ เขาก็รู้แต่เขารับไม่ได้ เขาไม่เคยรับความจริง ไม่เคยเลย แคได้ยินคนในตลาดพูดถึงผมในทางนี้ก็กลับมาที่ร้องไห้เป็นวรรคเป็นเวรแล้ว

P 5: ผมขอเสริมนิดหนึ่งนะครับว่ามันอยู่ที่ครอบครัวหรือพ่อแม่ อย่างครอบครัวผมแม่รู้นะ
ท่านก็พูดคำเดียวว่าจะคบใครเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายแล้วแต่ให้เราเลือกเอง เพราะท่านอยู่
กับเราไม่นาน แต่เราจะอยู่กับใครอยู่ที่ตัวเรา ผมเลยมองว่าอยู่ที่ครอบครัว

P 4: (ทางบ้าน) เขาไม่มีทางยอมรับ เขาไม่ได้มองแค่ผมอยู่กับใครแล้วมีความสุข เขามองถึง
เรื่องสมบัติพัสถานของญาติพี่น้องทั้งฝั่งพ่อและแม่ มันไม่มีใครแล้ว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มีบ่วงอยู่หลายเรื่องที่คุณผมไว้นะครับ

P 4: ใช่ครับ

P 8: อยู่ที่ P 4 คนเดียว

P 5: ก็เข้าใจได้แหละ ถึงต้องมีคนอย่าง X (นักแสดงท่านหนึ่งที่ยอมแต่งงานและมีลูกทั้งที่ตน
เป็นชายรักชาย)

2.2 การสำรวจเจตคติของชายรักชาย เมื่อกระบวนการกลุ่มดำเนินมาถึง ช่วงที่ 2 สํารวจ
ตน ที่สมาชิกในกลุ่มไว้วางใจกันหรือสามารถที่จะเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเต็มที่จึงเป็นจังหวะที่
เหมาะสมที่นักจิตวิทยาการศึกษาจะสำรวจในประเด็นหรือการมองโลกของสมาชิกในแง่ต่างๆ ซึ่งการ
เปิดประเด็นที่มีความเฉพาะหรือเน้นไปที่การมองโลกของชายรักชายนั้นเป็นกุญแจสำคัญในการเอื้อให้
สมาชิกได้สำรวจอารมณ์ มุมมองและเจตคติของตนเองว่ามีความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน
หรือภาพในทางลบต่อความเป็นชายรักชายแฝงอยู่มากน้อยเพียงใด ดังเช่นกรณีที่ผู้ดำเนินกลุ่มเปิด
ประเด็นเรื่องมุมมองที่สมาชิกมีต่อคำที่ใช้สื่อถึงบุคคลที่เป็นชายรักชาย

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ผมสงสัยว่าแต่ละคนสะดวกใจกับคำ (ที่ใช้เรียกชายรักชาย) แต่ละคำแค่ไหน
และรู้สึกอย่างไรเวลาที่ถูกเรียกแบบนั้น

P 4: sensitive เนาะ

P 2: ตอนเด็กโดนเรียกว่ากระเทย ตูด ไม่ชอบ ซึ่งตอนนั้นความหมายนั้นเราคิดว่าหมายถึงคน
ที่ออกสาว แต่งหญิง เดินบิตตุต ซึ่งเราไม่ใช้แบบนั้นเราเลยไม่ชอบ โดนเรียกมากๆ ก็
กระซอกคอเสื้อเพื่อนก็มี พอมีคำว่าเกย์ก็ดีขึ้นในระดับหนึ่ง แต่ในสังคมก็คุยกับเพื่อน
ผู้ชาย ผู้หญิงปกติ ไม่บอกว่าเป็นหรือไม่เป็นให้ดูเอาเอง แต่ถ้าเพื่อนที่เป็นกลุ่มเกย์ด้วย
กันเองเรียก โอเค แต่ถ้าเป็นคนข้างนอกเรียกจะรู้สึกไม่ชอบ

ประเด็นที่ผู้วิจัยเลือกมาใช้สำรวจเจตคติของชายรักชายในแต่ละช่วงของการดำเนินกลุ่มนั้น
ล้วนเป็นประเด็นที่มีความเป็นสากลในกลุ่มชายรักชาย หรือช่วยเอื้อให้ชายรักชายได้สำรวจมุมมอง
และความรู้สึกที่มีต่อคำว่าชายรักชาย (Lebolt, 1999) และความเป็นชายรักชายของตนเองได้อย่าง
เต็มที่ในหลากหลายบริบท เช่น ภาพที่สังคมมีต่อความเป็นชายรักชายในภาพรวม ความเท่าเทียม
ประเด็นเกี่ยวกับครอบครัว สถาบันการศึกษา การทำงาน การเปิดเผยหรือไม่เปิดเผยเพศวิถีของ

สมาชิก และผลจากท่าทีของบุคคลรอบข้างของชายรักชาย ดังเช่นตัวอย่างที่แสดงให้เห็นถึงมุมมองในทางลบหรือความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันหรือการเหยียดในสังคมในบริบทต่างๆ ดังต่อไปนี้

P 4: กลับไปบ้านเกิดมีคนล้อก็รับไม่ได้นะ เพราะเมืองมันเล็ก มีเพื่อนล้อแม่ค้าได้ยีนก็เอาไปฟ้องแม่ อยู่คนละที่ผมเหมือนอยู่คนละโลกเลย ผมแมนมากเลยอยู่บ้านเกิดนะ ถึงผมอยากให้มันมีแค่ด้านเดียวก็ทำไม่ได้ ... ถ้ายังเลือกได้ผมก็ยังอยากเป็นผู้ชายนะ มันเป็นความขัดแย้งในตัวผมเอง ยังสับสน

P 12: (คนอื่นในชมรมที่ไม่ใช่เพศที่สาม) เค้ามองเราว่าแปลกแยก เราต้องปรับตัวเข้าหาเรื่อง ที่ผู้ชายคุยหรือผู้หญิงคุย บางคนเค้าไม่เข้าใจความคิดของเรา ผู้ชายผู้หญิงคิดไม่เหมือนเรา อยากจะพูดอะไรบางอย่างก็พูดกับผู้ชายแต่ไม่ได้หรือผู้หญิงไม่ได้ มันไม่มีใครเข้าใจเราอะ แม้แต่เพื่อนที่สนิท เราพูดกับใครไม่ได้ก็รู้สึกอึดอัดแต่เราก็กอดมันเอาไว้ อย่างนั้นไม่แสดงออก ยิ้มอย่างเดียว

P 5: (หนังสือพิมพ์) คู่เกย์ฆ่ากัน พาดหัวข่าวอย่างโหดเลย แต่หญิงชายฆ่ากัน column เล็กๆ เออ ทำไมมันแตกต่างอะ เค้าก็มีความรักเหมือนกัน ถึงจะเป็นเพศเดียวกัน แต่ทำไมข่าวหนึ่งพาดหัวใหญ่ อีกข่าวหนึ่งเล็กๆ

2.3 แนวทางในการให้ความช่วยเหลือแก่ชายรักชาย ต่อเนื่องมาจาก **ช่วงที่ 2** สํารวจตอนที่นักจิตวิทยาการศึกษาได้พบประเด็นในทางลบที่แฝงอยู่เหล่านี้ นักจิตวิทยาก็จะดำเนินการให้ความช่วยเหลือแก่ชายรักชายใน **ช่วงที่ 3 ยืนยันตน** ตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายนั้น นักจิตวิทยาการศึกษาที่มีแนวทางในการให้ความช่วยเหลือแก่ชายรักชายเพื่อช่วยลดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันแบ่งออกเป็นสองแนวทาง แนวทางแรกคือการท้าทายเจตคติ มุมมองและภาพในทางลบที่ชายรักชายมีต่อการเป็นชายรักชายหรือต่อตนเอง และแนวทางที่สองคือการยืนยัน เจตคติ มุมมองและภาพในทางบวกที่ชายรักชายมีต่อการเป็นชายรักชายหรือต่อตนเอง ซึ่งทั้งสองแนวทางนั้นก็สามารถนำมาปรับใช้เพื่อให้ชายรักชายสามารถพัฒนาไปสู่ขั้นยอมรับเอกลักษณ์ทางเพศ ขั้นภูมิใจในเอกลักษณ์ทางเพศและขั้นสังเคราะห์ทางเอกลักษณ์ทางเพศตามโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass ได้ตามความเหมาะสมของประเด็นที่แตกต่างกันออกไป โดยมีรายละเอียดและความแตกต่างไปตามแต่กรณีและประเด็นดังต่อไปนี้

2.3.1 การท้าทายเจตคติในทางลบต่อการเป็นชายรักชาย ในแง่ของการท้าทายมุมมองในทางลบ หน้าที่ของนักจิตวิทยาการศึกษาคือการมองหาประเด็นเหล่านี้ที่แฝงอยู่ในเรื่องราวและประเด็นของสมาชิกและเอื้อให้สมาชิกสมาชิกตระหนักถึงการเหยียด การเหมารวมและความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในหลายๆ แง่ โดยประเด็นหนึ่งที่พบเจอได้บ่อยหรือสมาชิกที่เป็นชายรัก

ชายในกลุ่มมีร่วมกันคือความเชื่อในทางลบเกี่ยวกับชายรักชายที่ว่า “ความสัมพันธ์ระหว่างชายรักชายไม่ยืนยาว” “ชายรักชายไม่สามารถมีคู่รักคนเดียวโดยไม่อกใจได้” ผู้ดำเนินกลุ่มจึงหยิบยกประเด็นดังกล่าวขึ้นมาในกลุ่ม ดังเช่นในกรณีที่ผู้ดำเนินกลุ่มทำทนาย P 13 ที่มีความเชื่อหรือมุมมองแบบเหมารวมว่าในปัจจุบันชายรักชายไม่สามารถที่จะมีความสัมพันธ์ที่ยืนยาว หรือหาได้ยาก เนื่องจากในปัจจุบันมีโปรแกรมต่างๆ ในโทรศัพท์มือถือที่มีไว้เพื่อตอบสนองโจทย์ในการมีเพศสัมพันธ์เท่านั้น โดย P 13 ก็ใช้โปรแกรมเหล่านี้เช่นกัน ผู้ดำเนินกลุ่มจึงให้ความช่วยเหลือแก่ P 13 โดยการกลับมาสำรวจความต้องการของ P 13 เพื่อให้ P 13 สามารถหาแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ตอบสนองความต้องการของตนเองมากขึ้น และชี้ให้ P 13 เห็นว่าแนวทางดังกล่าวตอบโจทย์ P 13 แต่ในแง่ของความต้องการเรื่องเพศ แต่ไม่ใช่ในแง่ของความสัมพันธ์และความรัก

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 13 จริงๆ โอเครีเปล่านั้นไปเจอกันแล้วอีกฝ่ายก็หายไป

P 13: ไม่โอเค

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แล้วมันตอบ P 13 บ้างมัยที่ไป one night stand หรือไม่เลย

P 13: มันก็ตอบ ที่ว่าเรารู้แล้วนะว่าเขาแค่ต้องการ sex เขาต้องทำขนาดนี้พูดขนาดนี้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: คือก่อนหน้านี้มันมีคำหลายอย่างเลยนะ P 13

P 13: ใช่ครับ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มันก็คือการวัดใจนะครับ

P 13: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: อาจจะพูดได้ว่าสิ่งที่ P 13 ต้องการคือ sex แต่ต้องการคนที่จริงใจที่มากกว่าแค่ one night stand

P 13: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เพียงแต่ตอนนี้ยัง และช่องทางนี้ยังตอบโจทย์ได้ไม่ดีเท่ากับที่ต้องการ

ความเชื่อในทางลบอีกส่วนหนึ่งที่ชายรักชายมีคือการมองว่าการเป็นชายรักชายนั้นเป็นต้นเหตุของปัญหาที่ชายรักชายประสบ ซึ่งนักจิตวิทยาเองก็ต้องมองว่าทัศนคติทางเพศเป็นไม่ใช่ต้นเหตุของปัญหาทุกอย่างที่ชายรักชายมี โดยไม่ตีความไปว่าปัญหาไม่ว่าจะเป็นเรื่องความรัก ความสัมพันธ์ การตีแม่เหล้าหรือเป็นโรคซึมเศร้าที่เกิดกับกลุ่ม LGBT เกิดจากเพศวิถีแบบชายรักชาย (Crisp & McCave, 2007; Davison, 2001; Garnets et al., 1991; Milton & Coyle, 1999) ดังเช่นในกรณีที่ P 12 มองว่าการเป็นชายรักชายของตนเองนั้นเป็นอุปสรรคที่ทำให้ตนไม่สามารถมีความรักและความสัมพันธ์ดังที่ P 12 คาดหวัง

P 12: อีกแห่งหนึ่งรู้สึกน้อยใจด้วยประสบการณ์ที่ว่ายังไม่เคยเจอความรัก คิดว่าถ้าเราเป็น

ผู้หญิงเราก็คงเจอไปแล้ว แต่อาจจะด้วยนิสัยส่วนตัวด้วยแหละที่ทำให้ไม่เคยเจอแบบนี้

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ยังรู้สึกว่าเป็นอีกด้านหนึ่งนะครับที่ไม่ได้มีโอกาสเท่ากับคนที่ เป็นชายหญิง ขนาดนั้น

P 12: เหมือนเวลาเราเจอในสถานการณ์ปกติเราไม่ได้เจอเกย์ เจอแต่ชายแท้ น้อยมากที่จะเจอเกย์

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ขาดโอกาสตรงนี้ รู้สึกว่ายังไม่พินกับโอกาสตรงนี้นะครับ

P 12: ประมาณนั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: รู้สึกว่าเป็นอีกแง่ที่ถ้าไม่เป็นชายรักชายก็น่าจะเติมเต็มได้มากกว่านี้และจะพูดว่า (บุคคลที่เป็นชายรักชาย) เท่าเทียมได้เต็มปาก

P 12: อาจจะไม่ได้เกี่ยวกับความเป็นชายรักชาย อาจอยู่ที่นี่เลยเราด้วยความที่เราเป็นคนไม่กล้าแสดงออกในด้านนั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: มองในแง่ที่เป็นกลางที่น่าจะเป็นปัจจัยจากตัว P 12 เอง

P 12: ใช่

ค่านิยมและความเชื่อหรือภาพต่างๆ ในทางลบที่สมาชิกที่เป็นชายรักชายมีนั้นจริงๆ แล้วส่วนใหญ่ได้รับอิทธิพลมาจากภาพที่สังคมมี ทั้งในส่วนของสังคมโดยรวมหรือในสังคมของชายรักชายเอง ซึ่งการสำรวจผลกระทบของมุมมองและเจตคติเหล่านี้ที่มีต่อระดับการยอมรับในตนเองของชายรักชายเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้สมาชิกได้รับการยืนยันว่าการเหยียดที่ตนเองได้รับมาจากบริบทในสังคมและท่าทีที่สังคมมีต่อสมาชิก ซึ่งเป็นเรื่องของบริบทในสังคมและประสบการณ์ที่สมาชิกประสบมาเท่านั้น ไม่ใช่สิ่งที่เป็นตัวชี้วัดคุณค่าของสมาชิก

P 5: เราให้ความสำคัญกับนิยามการใช้ชีวิตยังไง อยู่ที่เรา เราให้ความสำคัญมากน้อยแค่ไหน ตั้งแต่เมื่อวานที่เราได้คุยกันเรื่องในอดีตว่าการใช้ชีวิตในกลุ่มเกย์มันเป็นแบบไหน จะว่าลำบากก็ไม่ใช่ซะทีเดียว จะว่าสบายก็ไม่ใช่ซะทีเดียว แต่ในปัจจุบันมันเปิดกว้างมากกว่า เพียงแต่บางคนที่เขานิยามว่าผมไม่ใช่เกย์แต่ผมมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายได้ก็ยังมีอยู่ โอเค ด้วยหน้าที่การงาน เนื่องด้วยบริบทของเขาว่าผมมาตรงนี้เพราะเป็นงานแต่ผมไม่ใช่เกย์กลับบ้านไปผมก็เป็นผู้ชายปกติ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: พี่เลยยกตัวอย่างเมื่อเข้ามาว่าภาพในสังคมโดยรวมก็อย่างหนึ่ง แต่ว่ากับที่เราเลือกแยกมันออกจากกันก็อีกส่วนหนึ่ง

P 3: ผมมองว่าสังคมไทยมันเปิดมากกว่าแต่ก่อนนะ แต่ถ้าให้เปิดกว่านี้ต้องคล้ายเมืองนอก เช่นมีการจดทะเบียน ควรจะเป็นอย่างนั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ไม่ใช่แค่ปัจจุบันนะครับ ในระยะยาวด้วย

P 3: ใช่ เรื่องของกฎหมาย เรื่องของทรัพย์สิน ผมมองว่าสังคมไทยมันควรจะเปิดถึงขนาดนั้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ถ้าเป็นไปได้

P 3: ถ้าเป็นไปได้

P 5: ซึ่งตอนนี้ก็พยายามที่จะทำให้มันเป็นไปได้อยู่อย่างค้ำหน้าหน้านาง ก็เลยพยายามผลักดันแล้วมีเคล็ดลับที่น้องคนหนึ่งไปคัดเลือกทหารแล้วไปตัดสินเขาว่าเป็นบุคคลวิกลจริต ซึ่งไปทำงานไม่ได้ถ้าเป็นแบบนั้น อย่างในยุคเดิมเขาจะมองว่า สด 43 คนที่เป็นตุ๊ดและเกย์มีความวิปริต ซึ่งมันไม่ใช่ไง มันเป็นสิ่งที่เขาชอบ เขาอยากจะเป็นตัวตนของเขาแบบเนี้ย ก็เลยแก้ไขกันไป สังคมยุคปัจจุบันให้ความสนใจกับคนกลุ่มนี้มากขึ้น เพราะผมเชื่อว่าต่อไปคนกลุ่มนี้ก็จะขยายตัวกว้างขึ้น อย่างปัญหาเรื่องสินสมรสว่าถ้าชายกับชาย สร้างสมขึ้นมาแล้วคนใดคนหนึ่งจากไป ญาติจะมาทวงตามซึ่งเป็นสิทธิมันก็ไม่ถูกกฎหมาย ผู้ดำเนินกลุ่ม: เรื่องกฎหมายก็เป็นเรื่องหนึ่งที่สะท้อนสภาพสังคม (ต่อชายรักชาย) นะครับ ซึ่งจริงๆ เหมือนอย่างที่ว่า P 5 บอกนะครับ อยู่ที่บุคคลจะเลือกมากกว่า

การทำทนายมองในทางลบเกี่ยวกับความเป็นชายรักชายตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาบางส่วนเป็นประเด็นที่อ่อนไหวสำหรับชายรักชายในสังคมไทย ดังเช่นประเด็นเรื่องการปิดบังรสนิยมทางเพศต่อผู้ปกครองของชายรักชาย หรือการไม่แสดงท่าทีที่บ่งบอกถึงความเป็นชายรักชายต่อหน้าผู้ปกครองของตนเอง ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากการให้ความสำคัญแก่ครอบครัวกับค่านิยมเรื่องความกตัญญูในสังคมไทย ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องระมัดระวังและไม่ควรด่วนตัดสินว่าการกระทำดังกล่าวเกิดจากความรู้สึกต่อยาคจากการรักเพศเดียวกัน แต่ควรจะช่วยทำให้ชายรักชายได้สำรวจทางเลือกที่มี และนักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องตระหนักว่าการปิดบังนั้นคือรูปแบบหนึ่งของการจัดสมดุลและจัดการความเสี่ยงสำหรับชายรักชายที่ยังไม่พร้อมจะเปิดเผยตนเองกับครอบครัว (นพสิทธิ์ สิริจฺญชัย, 2555) ดังที่แสดงในตัวอย่างต่อไปนี้

P 16: คือที่ไม่บอกที่บ้านไม่ใช่เพราะไม่อยากเป็นอิสระ หรือไม่อยากให้พ่อแม่ยอมรับ แต่ด้วยรู้ว่าถ้าพูด ถ้าอธิบาย ณ ตอนนี้อย่างไม่พร้อมนะ คือความคาดหวังของพ่อแม่ ของครอบครัวเขามันสูงเกินกว่าที่พ่อแม่บอกไปว่าเป็นเกย์เขาจะยอมรับ อย่างการพาแฟนเข้าบ้านมันมีความเสี่ยงนะ อย่างตอนนี้พ่อแม่ผมก็ยังไม่รู้ ผมก็ไม่แสดงออกนะ เพราะครอบครัวผมอย่างตอนนี้ถ้าแสดงออกตั้งตั้งเขาก็ไม่เอานะ แต่เพราะผมเป็นอย่างนี้อย่างเวลากลับบ้านเสื้อผ้าที่ดูออกกว่าเป็นเกย์ผมก็ไม่ใส่นะ แต่ไม่ใช่ว่าผมไม่ยอมรับตัวเอง แต่เพราะผมคิดถึงแม่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: แคร่ความรู้สึกคุณแม่ล่ะครับ

P 16: ผมไม่ได้แคร์ความรู้สึกคนรอบข้างเลย ผมแคร์แต่ความรู้สึกแม่ เมื่อไหร่ที่เรากลับจากบ้านแล้วแม่จะโดนคนอื่นว่า ลูกมีอย่างนั้นอย่างนั้น คือเราแคร์ความรู้สึกคนที่เรารักอะ แล้วพอเราแคร์เขาเสื้อผ้าที่เอาไปก็จะเอากางเกงบอล หรือชุดที่บ่งบอกว่าเราเป็นเกย์

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ชุดที่รู้สึกว่าจะไม่นำความเดือดร้อนมาให้เขา

P 16: ใช่ คือเพื่อที่คนข้างบ้านไม่ติฉินนินทาเรา คือเรารู้ว่าเขาไม่ได้ แต่อย่างน้อยจะอย่างไรที่ไม่ให้แม่เราเดือดร้อนให้มากที่สุด แต่บางที่เขาก็เจอ อย่างวันก่อนบ้านนั้นเขาก็ว่าเรา แต่เราก็พิสูจน์ตัวเองว่าอย่างน้อยเราทำงานแล้ว ดูแลเขาได้ อย่างกรณีผมคำพูดที่ไปบอกเขามันบอกไม่ได้ แต่เวลากับสถานะจะเป็นตัวบอกเขาเอง เขาไม่เคยบอกนะว่า ยอมรับให้เป็นเกย์ แต่เวลาพาแฟนเข้าบ้านเขาก็รู้แหละว่าคนที่พามาเป็นแฟนและลูกเป็นอะไร คนข้างบ้านก็รู้เพราะอายุขนาดนี้แล้ว สุดท้ายเขาเองก็เห็นว่าเราดูแลตัวเองได้ เขาพึ่งพาเราได้ แต่เขาแค่มีความคิดว่าเราจะเปลี่ยนได้ เราก็จะใช้คำพูดว่า แม่ เราอยู่กันสองคนนะ เขาก็จะรู้ละ เพราะครอบครัวแต่ละครอบครัวจะมีความ sensitive ต่างกัน

2.3.2 การยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาทำหน้าที่ยืนยัน และยอมรับความเป็นชายรักชาย โดยเป็นแนวทางที่มีความสำคัญอย่างมากในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเช่นเดียวกันกับการท้าทายเจตคติในทางลบ (Herek & Garnets, 2007; Hicks, 2000; Kirby, 2008; Mayfield, 2001) เพราะมีส่วนช่วยเสริมสร้างและเพิ่มพูนพลังทางใจให้แก่ผู้รับบริการ ช่วยให้ความรู้สึกด้อยค่าและภาพในทางลบต่อการเป็นชายรักชายลดลง (Crisp & McCave, 2007; Hicks, 2000) และเกิดเป็นภาพการมองตนเองแบบใหม่ที่ยอมรับตนเองได้มากขึ้น (Harrison, 2000; Herek & Garnets, 2007) ซึ่งทำที่ที่สอดคล้องกับแนวทางนี้คือการยอมรับความเป็นชายรักชายอย่างไม่มีเงื่อนไข ให้ชายรักชายได้รู้สึกสบายใจกับความ เป็นชายรักชายของตนเอง โดยการเอื้อให้ชายรักชายเข้าใจและสามารถสัมผัสถึงความรู้สึกที่ตนมีอยู่ ภายใน พร้อมกับสำรวจความรู้สึกและการมองตนเองของชายรักชายไปพร้อมๆ กัน

การยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย อาจหมายรวมถึงการสนับสนุนให้เกิดการยอมรับและความภาคภูมิใจในเพศวิถีแบบชายรักชายของผู้รับบริการ (Kirby, 2008) ซึ่งอาจเอื้อให้เกิดขึ้นโดยการตั้งคำถามถึงความรู้สึกที่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมีต่อการเป็นชายรักชายของตนเอง ซึ่งนอกจากจะเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ดำเนินกลุ่มสามารถสนับสนุนมุมมองในทางบวกที่สมาชิกมีต่อการเป็นชายแล้ว ยังเป็นการสำรวจว่ามีความรู้สึกในทางลบแฝงอยู่ในมุมมองหรือเจตคติของชายรักชายด้วย ดังเช่นตัวอย่างต่อไปนี้ที่ P 14 และ P 11 รู้สึกภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: การเป็นชายรักชายทำให้เรารู้สึกเป็นยังไงบ้าง

P 14: มีความสุข เต็มใจ รู้สึกดีที่เป็นอย่างนี้แล้วมีความสามารถที่ทำให้ตัวเรามีหน้าที่การงานที่ดี

P 11: ภูมิใจ เพราะรู้สึกที่เราทำได้และพิสูจน์ตัวเองได้

อีกวิธีหนึ่งคือการสำรวจจุดเปลี่ยนในอดีตที่ทำให้ชายรักชายยอมรับในตนเองมากขึ้น ซึ่งสามารถช่วยให้ชายรักชายเห็นถึงการยอมรับตนเองที่เพิ่มมากขึ้นเมื่อเทียบกับอดีต สามารถสำรวจถึง

อารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไปจากเหตุการณ์ในอดีตเหล่านั้น ซึ่งนักจิตวิทยาสามารถช่วยเสริมแรงกับแนวทางหรือเหตุการณ์ดังกล่าวเพื่อเป็นการเสริมสร้างเอกลักษณ์ทางเพศแบบชายรักชายให้เข้มแข็งและชัดเจนยิ่งขึ้นในวิถีทางเพศของตนเอง

P 2: ร่วมหอเดียวกันที่ เป็นผู้ชายก็มาจีบ เราก็เป็นเด็กใหม่ต่างจังหวัดครั้งแรก ก็เลยมีอะไรกัน หลังจากนั้นก็เริ่มเปิดตัวเองมาเรื่อยๆ แต่ไม่ได้บอกว่าตัวเองเป็นหรือไม่เป็น จนกระทั่งมีคนรู้เยอะขึ้นเรื่อยๆ ก็ยอมรับตัวเองมากขึ้น

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เดียวนะครับ ฟังดูตอนแรกไม่เอา (กับความเป็นชายรักชาย) อย่างเดียวเลย

P 2: ใช่

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ฟังดูเหมือนประสบการณ์กับเพื่อนนั้นจะเป็นจุดเปลี่ยนเหมือนกันนะครับ P 2 รู้สึกยังไงบ้าง

P 2: คือตอนนั้นเราก็เป็นเด็กต่างจังหวัดไม่มีเพื่อนเลย เขามาจีบแล้วเขาชอบเที่ยว เราก็อยากไปเที่ยว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ใจจริงตอนนั้นแค่อยากไปเที่ยวเฉยๆ

P 2: ใช่ ไม่ได้คิดว่าจะต้องมีอะไรกัน แล้วตอนนั้นยังอายุไม่ถึง 18 ไปกับเขาเลยเข้าได้ กับผู้หญิงก็เคยมีอะไรกันนะ กับคนหนึ่งเราเคยแอบปลื้มแอบชอบ แล้วเขาก็มาชอบเรา ก็เลยลองมีอะไรกัน พอมาเจอแฟนที่เป็นเกย์ที่หน้าตาดีก็เลยเลิกกับผู้หญิง ไม่ได้คิดอะไรกับผู้หญิงอีกเลย มีผู้หญิงมาจีบอยู่ เราก็บอกว่าเราเป็นเกย์ เขาก็บอกว่ารับได้ ก็บอกเขาไปว่าไม่คบนะ รู้สึกว่ามันไม่ใช่ ไม่ชอบผู้หญิง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ครับ จากตอนแรกไม่ใช่ พยายามตลอด จนตอนสุดท้ายพูดได้เต็มปากว่าเป็น (ชายรักชาย) ชัดเจน แล้วระหว่างทางตรงไหนครับที่เป็นจุดเปลี่ยนจากที่เคยรู้สึกไม่ดีต่อการเป็นชายรักชายเป็นโอเคมากขึ้น แล้วมันทำให้ความรู้สึกต่อคำว่าเกย์หรือที่ชอบผู้ชายต่างไปยังไงบ้างครับ

P 2: ช่วงที่ทำงานกลางคืน ช่วงนั้นมีคนมาจีบมารุมล้อม ตอนนั้นเขาเรียกกันเลยว่าคนของประชาชน ช่วงนั้นเป็นจุด Peak แล้วพอมายู่กรุงเทพก็ค่อยๆ เปิดมากขึ้น

นักจิตวิทยาเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้คุยและสำรวจมุมมองในแง่ต่างๆ เช่นความรักและความสัมพันธ์ ด้านการทำงาน หรือความสัมพันธ์สำหรับชายรักชายนั้นมีส่วนที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันจากบุคคลที่ไม่ใช่ชายรักชายอย่างไร และในความเหมือนหรือแตกต่างกันนั้นมีรายละเอียดอย่างไรใน **ช่วงที่ 4 ยอมรับตน** ซึ่งหากมองว่าเท่าเทียมกัน นักจิตวิทยามีหน้าที่สนับสนุนมุมมองว่าชายรักชายมีความเท่าเทียมกับบุคคลที่ไม่ใช่ชายรักชาย และการเป็นชายรักชายนั้นไม่ได้ดีด้อยกว่าการเป็นชายรักต่างเพศ อีกทั้งยังทำการสนับสนุนให้ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชายมีค่านิยมเป็นของตนเอง โดยไม่ใช่บรรทัดฐานทางสังคมเป็นเกณฑ์ในการตัดสินหรือประเมินคุณค่าของตนเอง ซึ่งเจตคติเหล่านี้

สะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนามาตามโมเดลหกลำดับขั้นของ Cass ในชั้นสังเคราะห์เอกลักษณ์ทางเพศของ P 15 และ P 16 ที่มีความรู้สึกที่โลกของรักร่วมเพศและรักต่างเพศนั้นไม่ได้แยกออกจากกัน แต่รวมเป็นเนื้อเดียวกัน โดยไม่ต้องพยายามปกป้องตนเอง

P 16: อีสระ นอกกรอบ ไม่จำเป็นต้องเอาตัวเราเองไปเปรียบเทียบกับใคร และไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับใคร เลือกยังไงก็ได้และไม่ไปปิดกรอบของใคร

P 15: สำหรับที่คำว่าชายรักชายความรู้สึกเฉยๆ นะ แต่คำว่าโอกาสดีหรือรู้สึกดีมันอยู่ที่ตัวเราว่าเราจะทำตัวเราให้มีความสุข ณ วินาทีนี้เปล่า และเราจะหาโอกาสช่องทางยังไงไปสู่ความสุขที่เราต้องการ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ยังยืนยันนะครับว่ามันเกินคำว่าชายรักชายที่จะมาขีดเส้นแบ่งหรือจำกัด มันเลยคำนั้นไปแล้ว

P 15: ใช้มันเลยคำนั้นไปแล้ว นี่คือความรู้สึกส่วนตัวนะ แต่คนอื่นอาจจะไม่มองอย่างนั้น เข้าใจชีวิตว่ามันเหมือนคนทั่วไปอะ แต่เราจะหาความสุขให้เราอย่างไรเท่านั้นเอง

ผู้ดำเนินกลุ่ม: คือจะบอกว่าเหมือนกันนั่นแหละ

P 15: ใช่

นอกจากการสนับสนุนความเท่าเทียมในการเป็นชายรักชายแล้วนั้นการสำรวจจุดแข็งในการเป็นบุคคลที่แตกต่าง หรือในฐานะบุคคลที่เป็นชายรักชายยังเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยเสริมพลัง และการเห็นคุณค่าในตนเองให้แก่ชายรักชาย ซึ่งเป็นส่วนที่ช่วยเพิ่มพลังใจและความภาคภูมิใจให้แก่ผู้รับบริการที่เป็นชายรักชาย

P 10: ผมมองอีกมุมหนึ่ง บางครั้งเราอาจจะเหนือกว่าเพศหญิงเพศชายด้วยซ้ำ อย่างเรื่องแพชั่น จะมองว่าผู้ชายจะตามแพชั่นของชายรักชายมากขึ้น เหมือนเป็นตัวนำ

ผู้ดำเนินกลุ่ม: เป็นจุดเด่นนะครับ

P 10: อาจจะเป็นเรื่องที่ทำแล้วแปลกดี โอเค ก็มีคนทำนะ ชายหญิงก็ตามเรา ซึ่งสุดท้ายดูเหมือนจะไม่ต่างกัน และจะก้าวข้ามเขาไปด้วยซ้ำ

P 14: คิดว่าเพศอย่างเราโชคดี มันเป็นผลบวกมากกว่าผลลบ แต่คิดว่าความสามารถของทุกเพศมีเท่ากันหมด แต่เรามีมากกว่าเขาในหลายๆ ด้าน ก็มีสิ่งที่เขามีความสามารถเหมือนพวกเราแต่น้อยคนที่เราจะแสดงออกมา แต่เราคิดปั๊บทำเลย ทำให้เรามีโอกาสมากกว่า

ผู้ดำเนินกลุ่ม: P 14 จะมองว่าไม่ได้ว่าใครมีความสามารถเหนือกว่า แต่อยู่ที่คนจะใช้

P 14: ทุกคนคิดได้เท่ากันหมด อย่างผู้หญิงผู้ชายทุกคนก็คิดได้เหมือนเรานั้นแหละแต่เขาไม่ได้ทำ

3. แนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยม ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อ ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายดังที่กล่าวมาข้างต้นสอดคล้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แนวอัตถิภาวะนิยมที่มุ่งเน้นไปที่การร่วมกันสร้างความเข้าใจมุมมองในการมองโลกของผู้รับบริการ ผ่านทางการสำรวจ การเผชิญหน้า การทำให้กระจ่างและประเมินความเข้าใจชีวิต (Spinelli, 2006) มุมมองที่ชายรักชายมีต่อสังคม (Mitwelt) เป็นเรื่องที่สำคัญที่ผู้ดำเนินกลุ่มสนใจในกระบวนการ ปรึกษา เนื่องจากสังคมมีบทบาทเป็นอย่างมากต่อความเป็นชายรักชายและความรู้สึกดีต่อกิจจากการ รักเพศเดียวกัน เพราะว่าคนที่ เป็นชายรักชายจะสามารถเปิดเผยและเป็นตัวของตัวเองได้อย่างมี ความหมายและหาจุดยืนในสังคมหรือกลุ่มที่ตนเองต้องการจะเป็นส่วนหนึ่งได้ก็ต่อเมื่อสามารถที่จะ เป็นตัวตนที่จริงแท้ต่อคนที่อยู่ตรงหน้า และไม่ปิดบังบางบางส่วนหรือบางด้านที่สำคัญสำหรับตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านที่เป็นชายรักชายของตน (C. M. Clarke, 2007) ดังนั้นผู้ดำเนินกลุ่มจึงสำรวจ และสนับสนุนมุมมองดังกล่าว

P 12: รู้สึกดี เราอยากทำอะไรทำ เราแตกต่าง เราภูมิใจ อิสระ เสรีกับสิ่งที่เราเป็น

P 13: เราภูมิใจที่เกิดมาเป็นแบบนี้ เรามีอะไรที่ผู้หญิงหรือผู้ชายทำไม่ได้ เรากล้า มี ความสามารถ คนอื่นชื่นชมเรา เพศอย่างพวกเราสามารถทำทุกอย่างได้โดยไม่ต้องอาย ทำได้อย่างเต็มที่ ... ได้ปลดปล่อย เพราะว่าได้ทำสิ่งที่อยากทำ ได้เป็นตัวของตัวเอง ไม่ ต้องปกปิด ไม่อึดอัดอะ

P 10: ความรู้สึกทางบวกหลายๆ อย่างรวมกัน เป็นตัวของตัวเอง ได้ทำอะไรหลายๆ อย่างที่ อยากจะทำ สังคมยอมรับได้ในระดับหนึ่ง พอใจที่เป็นแบบนี้

อีกมุมมองหนึ่งตามแนวอัตถิภาวะนิยมของชายรักชายที่สำคัญคือมุมมองต่อความสัมพันธ์ (Eigenwelt) โดยกลุ่มสนับสนุนให้ชายรักชายได้กลับมาพิจารณาเอกลักษณ์ของตนเอง เพิ่มการ ตระหนักรู้ในตนเอง โอกาสหรือทางเลือกต่างๆ ในการเลือกใช้ชีวิตเพื่อให้เกิดความหมายและการเติม เต็มอย่างแท้จริงสำหรับชายรักชาย โดยไม่ยึดถือค่านิยมหรือติดอยู่กับเงื่อนไขหรือข้อจำกัดที่เคย ประสบมาในอดีต เพื่อให้ค้นพบค่านิยมและความเชื่อที่ชายรักชายแต่ละคนมี

P 12: ตอนแรกเรายังยึดติดกับค่านิยมของสังคมอยู่ว่าผู้ชายต้องคู่กับผู้หญิง แต่สักพักหนึ่งพอ เราเริ่มโตขึ้นเราก็ละทิ้งค่านิยมนั้นไป เราสร้างค่านิยมของตัวเองขึ้นมาเพื่อจะเปิดเผย เอกลักษณ์ของตนเองขึ้นมาว่าเราเป็นแบบนี้

P 15: มีโอกาสไม่เหมือนกัน ผู้ชายก็มีทางของเค้า แต่บังเอิญเราได้ไปทั้งช่องทางของผู้ชาย และผู้หญิงด้วย เราก็เลยภูมิใจ ... สามารถจะทำอะไรได้นอกกรอบความเป็นชายหญิงที่ เค้ากำหนดขึ้นมา ไม่ต้องคอยกังวลว่าทำอย่างนี้แล้วจะดูไม่แมนรีเปล่า

การช่วยให้ชายรักชายเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเองหรือมุมมองที่ตนเองมีนั้นตามแนวอัตถิภาวะนิยมก็เพื่อให้ชายรักชายสามารถที่จะมีความรับผิดชอบต่อมุมมองที่ตนเองมี และต่อชีวิตของชายรักชายเอง เพราะการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวอัตถิภาวะนิยมมองว่าบุคคลทุกคนมีอิสรภาพในการเลือกและตัดสินใจต่างๆ และมีบทบาทสำคัญในการกำหนดชีวิตและชะตากรรมของตนเองเป็น ซึ่งนำไปสู่การเป็นตัวเองอย่างจริงแท้ (Authenticity) หรือการเชื่อมต่ออิสรภาพและความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อการมีตัวตนของตนเอง และมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งการตระหนักถึงอิสรภาพหรือความรับผิดชอบที่ชายรักชายมีต่อโลกในแง่ต่างๆ อาจเป็นสิ่งที่เพิ่มพลังหรือให้ความหวังแก่ชายรักชายด้วยก็เป็นได้

P 15: เห็นด้วยเรื่องการกระทำ แต่ในแง่ของความต่างกับชายหญิง ไม่ได้แปลกจากการเป็นชายหญิงทั่วไป อยู่ที่ตัวเองจะทำตัวดีหรือไม่ดี ทำให้คุณค่าตัวเองมากน้อยแค่ไหนแค่นั้นเอง

P 11: ค่าของคนอยู่ที่การกระทำ ถ้าเราทำดี ได้ดี นั่นคือผลของเรา

P 9: เห็นด้วยนะ อยู่ที่การกระทำเกย์ที่ดีก็มี ที่ไม่ดีก็มี สุดท้ายอยู่ที่เราทำ ดีช่วยอยู่ที่ตัวทำ สูงต่ำอยู่ที่ทำตัว

ผู้ดำเนินกลุ่ม: ฉันสรุปได้ว่าอยู่ที่การกระทำมากกว่าการเป็นชายรักชายนะครับ

ประเด็นหนึ่งที่มีความหมายและสำคัญสำหรับชายรักชายและมีการพูดถึงบ่อยครั้งในกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่เกิดขึ้นใน **ช่วงที่ 5 เข้าใจตน** คือประเด็นเรื่องความสัมพันธ์และความรัก หรือตามแนวอัตถิภาวะนิยมคือการแสวงหาเอกลักษณ์ในตนเองผ่านทางความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Striving for Identity and Relationship to Others) ซึ่งมองว่าบุคคลล้วนต้องการแสวงหา และคงเอกลักษณ์ของตนเองไว้ ซึ่งในการแสวงหาเหล่านี้บุคคลเลือกที่จะแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองจากภายนอก ผ่านทางการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และไปแบกรับเอาความคาดหวังที่ผู้อื่นมีต่อตนมาเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งจริงๆ แล้วประเด็นเหล่านี้เกิดจากความเหงา ความโดดเดี่ยว และความต้องการจะเป็นคนสำคัญในสายตาของคนอื่น โดยการช่วยให้ชายรักชายสามารถยอมรับเรื่องความเหงาและความโดดเดี่ยวมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะถ้าชายรักชายยอมรับได้ว่าตนเองต้องเป็นผู้จัดการชีวิตของตนเอง ไม่ใช่เอาความเป็นตนเองไปแขวนไว้กับคนอื่น หรือต้องรอคนอื่นมายืนยันว่าตนเองเป็นใคร ก็จะช่วยให้บุคคลมีพลังที่จะลุกขึ้นมาจัดการกับชีวิตของตนเองได้ ทั้งในแง่ของความเหงา ความโดดเดี่ยว แยกจากคนอื่น (Corey, 2009a)

- P 5: แทบจะไม่มีเรื่องความเหงาเลยเพราะเราได้ช่วยทำงานจิตอาสาให้กับสมาคมที่เฉพาะในกลุ่มชายรักชาย มันก็คลายเหงาเพราะได้เจอเพื่อนๆ หรือทำประโยชน์ให้กับคนในวงกว้างด้วย
- P 1: วิธีจัดการความเหงาคือการทำอะไรที่มันสร้างสรรค์และมีประโยชน์ พวกชานาต่างๆ ก็เคยไปนะ แต่พอไปเสร็จกลับมากก็เหงาอีก ก็เลยไม่ไปดีกว่า ... เราก็ไม่ได้อยากเป็นโสด แต่ถ้าวอกมาว่าเราเป็นโสด ก็ต้องตั้งตัวอยู่กับความโสดของเราให้ได้
- P 4: ผมทำนั่นทำนี่ให้ตัวเองยุ่งเพื่อจัดการความเหงา ไปเที่ยวที่ต่างๆ ไหว้พระ (P 4)
- P 3: เราต้องอยู่ให้ได้ในสังคมนะ ไม่ว่าเราจะมีใครหรือไม่มีใคร อนาคตเราแก่ตัวเราก็จะต้องดูแลตัวเอง ... ถ้าเหงาแล้วไม่มีใครแต่ไม่รู้จะทำยังไงจะนอน หรือไม่ก็จะขับรถคนเดียวไปไกลๆ ยาวสุดก็สองวัน เหมือนเป็นความรับผิดชอบของเราที่จะต้องรับผิดชอบต่อความรู้สึกเหงา เพราะว่าปลงกับคนที่ผ่านเข้ามาในชีวิต เมื่อก่อนก็เคยให้ใจคนที่เข้ามาไปร้อยเปอร์เซ็นต์จนมันไม่เหลือ คิดว่าเข้ามาก็คงเหมือนเดิม มองว่าใช้ชีวิตของเราเองคนเดียวดีกว่า ... คือคิดว่าถ้าเหงาเราก็ต้องจัดการกับมัน หรืออย่างเวลาเหงาก็จะคิดถึงเพื่อนนะ
- P 11: บั้นปลายก็ต้องตายจากกันอยู่ดี เพราะฉะนั้นถ้าปัจจุบันเราสามารถยอมรับที่จะอยู่คนเดียวได้มันก็ดีดีกว่า ทำ ณ วันนี้ให้ดีที่สุด ทำรักเราวันนี้ให้หวานที่สุด

สรุปได้ว่ากระบวนการของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่ผู้วิจัยใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยโดยมีแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายเป็นแนวทางหลักที่มีแนวทางอัตถิภาวะนิยมและหลักการดำเนินกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นแนวคิดเสริม มีความเหมาะสมกับการให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับบุคคลในกลุ่มที่เป็นชายรักชาย โดยช่วยลดเจตคติในทางลบต่อความเป็นชายรักชายโดยรวมและของตนเอง ลดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน ยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย เพิ่มความเข้าใจในปรากฏการณ์ต่างๆ ของผู้รับบริการ โดยไม่มีจุดยืนที่เหยียดหรือส่งผลในทางลบต่อความเป็นตัวตนของชายรักชาย (C. M. Clarke, 2007; Milton & Coyle, 1999) และสามารถช่วยให้ชายรักชายยืนหยัดและต่อสู้กับภาพทางลบในสังคม มีเจตคติในทางบวกต่อตนเองเพิ่มมากขึ้น สามารถใช้ชีวิตที่เต็มเปี่ยมและมีความหมาย

4. ประสบการณ์และการเรียนรู้ของสมาชิก นอกจากนั้นประสบการณ์หรือบริการที่สมาชิกได้รับในระหว่างกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นมีความแตกต่างจากประสบการณ์ที่สมาชิกประสบหรือได้รับนอกกลุ่ม ดังที่สมาชิกได้แบ่งปันในช่วงยุคกลุ่มคือ **ช่วงที่ 6 แบ่งปัน เรียนรู้** โดยสามารถอภิปรายตามปัจจัยที่ทำให้เกิดกระบวนการช่วยเหลือภายในกลุ่มและการเปลี่ยนแปลงในบุคคลตามแนวคิดเรื่องกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของ Yalom (2005) ดังต่อไปนี้

ในส่วนแรกกลุ่มมีความเป็นกลุ่มเดียวกัน (Cohesiveness) ด้วยประสบการณ์กลุ่มที่มีสมาชิกทั้งหมดเป็นชายรักชายจึงช่วยเอื้อให้สมาชิกสามารถที่จะไว้วางใจหรือรู้สึกปลอดภัยได้ง่ายกว่าบริบทในสังคมทั่วไป ที่สมาชิกประสบนอกกลุ่ม ซึ่งสมาชิกรับรู้ได้ว่าบรรยากาศในกลุ่มที่ไว้วางใจและปลอดภัยช่วยให้สมาชิกสามารถที่จะเปิดเผยหรือแบ่งปันเรื่องราวที่ลึกซึ้งและพิเศษต่อสมาชิกมากกว่าที่สมาชิกเคยประสบมากับเพื่อนหรือคนใกล้ชิดที่อยู่ในชีวิตประจำวันทั่วไปของตนเองด้วย (Yalom, 2005) ซึ่งหลายเรื่องราวสมาชิกไม่เคยได้พูดหรือแบ่งปันที่ไหนมาก่อน

P 4: พอมาถึงตรงนี้แล้วรู้สึกเลยว่ามันพิเศษมาก เพราะว่าเรื่องที่เราทั้งหมดในกลุ่มเพื่อนที่สนิทที่สุดยังไม่เคยรู้เลย มันมากกว่าคำว่าขอบคุณและไว้ใจ ผมถือว่างานนี้ผมได้ประโยชน์ ไม่ใช่ผู้วิจัย คือรู้สึกว่าการที่เราได้มากกว่าผู้วิจัยนะ

P 16: ที่เราแชร์ประสบการณ์ร่วมแปลว่าเรากล้าแล้ว เราเปิดใจแล้ว ไม่ได้คิดว่าเรื่องนี้ความลับ แปลว่าพื้นที่นี้เริ่มปลอดภัยแล้ว จากที่ฟังทุกคนไม่ได้ว่ามีใครแอบแฝงหรือปกปิด แล้วทุกคนมีอารมณ์ร่วมกับประสบการณ์ทั้งหมด ซึ่งไม่จำเป็นจะต้องเจอแต่คนรู้จักหรือคนสนิทเท่านั้นที่จะเปิดเผยในมุมลับของเรา จริงๆ แล้วการที่เป็นพื้นที่ปลอดภัยเนี่ย มันไม่จำเป็นต้องเป็นคนสนิทก็ได้ เพราะบางทีคนสนิทถ้าไม่ได้รับฟังจริงๆ ก็ไม่ได้ปลอดภัย เพราะคำว่าปลอดภัยมันอยู่ที่บรรยากาศและความรู้สึก คือมาที่นี่ได้ทั้งบรรยากาศและความรู้สึกที่ปลอดภัย

สมาชิกสัมผัสได้ถึงความแตกต่างของบรรยากาศในกลุ่มเมื่อเทียบกับประสบการณ์ที่สมาชิกเคยประสบเมื่ออยู่กับเพื่อนๆ หรือคนรู้จักภายนอกเนื่องจากว่าภายนอกกลุ่มนั้นหลายครั้งสมาชิกจะมีการหยอกล้อหรือเล่นหัวกันเยาะ หรือไม่มีโอกาสที่ได้พูดคุยเรื่องส่วนตัวที่ลึกซึ้งและเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเป็นชายรักชายดังที่เกิดขึ้นในกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชาย

P 12: รู้สึกดีดี มัน (ข้างนอกกลุ่ม) ไม่มีโอกาสที่จะได้คุยกันอย่างนี้ เป็นกิจกรรมที่ชอบ เป็น การละลายพฤติกรรมให้รู้จักกันมากขึ้น ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์

P 13: ถือว่าตรงนี้ (การเข้ากลุ่ม) เป็นโอกาสที่ดีมาก เพราะถ้าเราไม่มานั่งรวมกัน ณ จุดจุดนี้ ถ้าเราไปเจอกันข้างนอกเราจะไม่ได้แชร์ประสบการณ์ จะไม่ได้มารับรู้ปัญหาแต่ละคน ตั้งแต่ต้น

จึงอาจกล่าวได้ว่าบรรยากาศดังกล่าวเอื้อให้สมาชิกในกลุ่มสามารถที่จะสบายใจกับความเป็นชายรักชายของตนเอง และสามารถสำรวจเรื่องราวและแง่มุมต่างๆ ของตนเองในฐานะชายรักชายคนหนึ่งได้อย่างเต็มที่ (Lebolt, 1999) สามารถที่จะเป็นตัวเอง และแสดงความเป็นตัวตนของตัวเองได้อย่างอิสระ ซึ่งเป็นพื้นที่กลุ่มที่เหมาะสมแก่การเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่ม

(Interpersonal Learning) และยังเอื้อให้เกิดการปลดปล่อยอารมณ์ที่สมาชิกรู้สึกค้างค้ำจากในอดีต (Catharsis) (Yalom, 2005)

P 4: จะบอกว่ามาที่นี่ (กลุ่ม) แค่วันเท่ากับการปลดปล่อยของผมเป็นครั้งก่อนปีเลยนะ ครับ อย่างชีวิตส่วนมากมันอยู่กับคนอื่นไงครับ เลยไม่ได้ระบายออก อย่างในห้องก็ไม่ได้ เพราะอยู่กับเพื่อนร่วมห้องที่เขาไม่รู้ว่าผมเป็น ส่วนตัวที่สุดของผมคือในลิฟท์หรือเดินป่า เลยได้ปลดปล่อย

P 6: สิ่งที่เราได้คือพอมารู้สึก (กับสมาชิกแต่ละคน) เหมือนเราได้มาเติมเต็ม เราได้มา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เหมือนว่าตรงนี้เป็นทั้งเพื่อน พี่ และน้องที่เราสามารถจะแชร์ ประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้ครับ ทำให้เรารู้สึกอบอุ่น ไม่ได้เหงา มีคนที่มาอยู่เคียงข้างเรานะ แค่นี้ก็เหมือนได้ดอกเบี๋ย เยอะเกินแล้ว ดอกเบี๋ยของชีวิต

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายที่มีบรรยากาศที่ปลอดภัยและไว้วางใจกันเป็นพื้นที่ที่ช่วยเปิดโอกาสให้สมาชิกชายรักชายสามารถที่จะแบ่งปัน ประสบการณ์และได้เปรียบเทียบประสบการณ์ในระดับที่ลึกซึ้งและมีความหมายต่อตนเองกับสมาชิก กลุ่มคนอื่นๆ ที่คล้ายคลึงกันจากประสบการณ์ร่วมที่แต่ละคนมี ได้ทำความรู้จักและสัมผัสตัวตนของ สมาชิกคนอื่นๆ ที่เป็นชายรักชาย ในขณะที่เดียวกันก็ได้เรียนรู้ความแตกต่างของสมาชิกคนอื่นๆ ใน ฐานะชายรักชายเช่นเดียวกัน ซึ่งช่วยให้เกิดความเข้าใจในความหลากหลายในหมู่บุคคลที่เป็นชายรัก ชายมากยิ่งขึ้น

P 15: ภาพของแต่ละคนบางเรื่องอาจจะสะดุดตรงกับภาพของเราโดยที่ภาพของเราตรงกับ ภาพนั้นแล้วเรารู้สึกถึงภาพนั้นไป เฮ้ย เออวะ เรื่องนี้มันเกิดกับฉันนี่หว่า เออใช่วะ ซึ่ง บางทีเรารู้สึกภาพนั้นไปอะ ... เรียนรู้ความแตกต่างของแต่ละคน เพราะแต่ละคนมีสไตล์ ของตัวเอง และการปรับตัวของแต่ละคนเพื่อให้ตนเองอยู่ในสังคมได้ และเติมเต็มสังคม ได้

P 12: เหมือนเป็นการเปิดโลกให้เราได้พบเจออะไรใหม่ๆ มากขึ้น คือบางมุมเราก็ไม่ได้รู้จัก บางมุมเราก็เคยเห็นมาแล้ว ทำให้เห็นอะไรมากขึ้น เป็นการฝึกตัวเองให้มองในมุมกลับ แล้วปรับมุมมอง มองคนในหลายแง่มุม ... ได้เรียนรู้ความแตกต่างแต่ละคน ทำให้ได้เห็น อะไรหลายๆ มุม เป็นสิ่งหนึ่งที่ชีวิตเราก็มีบางคนที่มีเหมือนและต่างกับเรา เข้าใจอะไรได้ มากขึ้น ได้เรียนรู้เกี่ยวกับคน

P 11: เราสามารถกลุ่มและแชร์ประสบการณ์ถึงสิ่งที่พบและพฤติกรรม ทั้งอารมณ์ ความรู้สึก วิธี และลำดับของสิ่งที่เจอในชีวิต ในบางส่วนกลุ่มจะมีคล้ายคลึงกับเรา บางคนคนละ

แนวทางกับเรา ทำให้เรามีแง่คิดและบทเรียน ถ้ามีโอกาสสามารถที่จะนำมาปรับใช้กับชีวิตเรา แลกเปลี่ยนทัศนคติแต่ละคน

P 14: ได้มาพูด แลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ มันมีอะไรที่เหมือนและแตกต่างกัน ได้รู้จักจุดเปลี่ยนแต่ละคน ได้พูดถึงความรักของแต่ละเพศ ความรัก การทำงาน การใช้ชีวิตในชีวิตประจำวัน สาธารณะ ส่วนรวม ส่วนบุคคล รู้สึกดีที่ได้มาแชร์กัน คุยกันกับเพื่อนมีจริงบ้าง ตอบบ้าง รู้สึกดีที่ได้เล่าชีวิตของเราให้ฟัง

อีกปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญคือกลุ่มการปรึกษามีสมาชิกของกลุ่มที่เป็นชายรักชายทั้งหมดที่ต้องประสบกับเหตุการณ์ที่ต้องผ่านความยากลำบากในการใช้ชีวิตอยู่กับสภาพทางลบในสังคม หรือการพัฒนาภาพในการมองเห็นที่เป็นบวกมากขึ้น (Universality) ดังนั้นกลุ่มจึงเป็นเหมือนแหล่งประสบการณ์ที่ฉายภาพประสบการณ์ของชายรักชายแต่ละคนตลอดช่วงชีวิตที่ผ่านมาที่สมาชิกในกลุ่มสามารถที่จะแบ่งปัน แลกเปลี่ยน และเรียนรู้จากประสบการณ์ของกันและกันได้ ดังนั้นสมาชิกที่เป็นชายรักจึงสามารถที่จะได้รับประโยชน์จากสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ ที่มีประสบการณ์ทั้งในส่วนที่แตกต่างกันและเหมือนกันได้อย่างมากมาย ผ่านทางเรื่องราวและประสบการณ์ที่แตกต่างกันออกไปเหล่านี้ (Interpersonal Learning) (Yalom, 2005)

P 1: ถ้าไม่มาก็ไม่รู้ว่าจะรักชายที่คิดอย่างนี้ ที่มีมุมมองแตกต่างจากเรา ดีตรงที่ไม่เหมือนกัน ถ้าเหมือนกันประสบการณ์จะน้อย

P 4: ถึงจะมีครั้งต่อๆ ไปก็ยังอยากจะมา เพราะรู้สึกว่าจะต้องได้อะไร รู้สึกว่าเป็นพื้นที่ที่ชีวิตนี้ไม่เคยเจอมาก่อน ต้องขอบคุณพี่ๆ ทุกคน เหมือนสิ่งใหม่ (ตั้งแต่เกิดมา) ผมไม่เคยมีสังคมแบบนี้เลย

P 11: ได้ข้อคิด แลกเปลี่ยนทัศนคติแต่ละคน เรียนรู้ทัศนคติที่แต่ละคนมีต่อกลุ่มชายรักชาย และแสดงความเป็นตัวตนของของแต่ละคน เรียนรู้บทเรียนและ case study ที่มาเป็นบทเรียนให้กับเราได้ มาแล้วได้ประสบการณ์ที่ได้รับรู้ได้เห็นในสิ่งที่ไม่เคยรู้มาก่อน

P 16: ได้ทบทวนความรู้สึก วิถีชีวิตตนเอง ความเป็นมาเป็นไป คือบางอย่างเกิดขึ้นกับตัวเรา แต่เราไม่เคยทบทวนตัวเอง ด้วยบรรยากาศ (เอื้อให้เกิดการทบทวน) ... ได้เรียนรู้ในช่วงเวลาเดียวกับเรา เพื่อนอาจจะมามีวิถีชีวิตอีกอย่างหนึ่ง เป็นการแลกเปลี่ยน ได้เรียนรู้ทบทวนตัวเองแล้วเราได้เอาเรื่องของเราเองมาวิเคราะห์ เอาเรื่องของคนอื่นมาวิเคราะห์

ความหลากหลายเรื่องอายุและระดับในการเปิดเผยตนเองที่ต่างๆ กันของสมาชิกในกลุ่ม เป็นผลดีต่อสมาชิกในกลุ่มในแง่ต่างๆ กันไป เนื่องจากว่าสมาชิกกลุ่มที่มีอายุมากกว่าหรือเปิดเผยตนเองมากกว่าสามารถทำหน้าที่เป็นต้นแบบและแบ่งปันประสบการณ์ของตนเองให้แก่บุคคลที่อายุน้อยกว่า (Imparting Information) ซึ่งการแบ่งปันดังกล่าวนอกจากจะเป็นการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง

ให้กับสมาชิกกลุ่มดังกล่าวแล้ว ยังยืนยันความเป็นตัวตนแบบชายรักชายอีกด้วย (Altruism) ในขณะที่สมาชิกที่มีอายุน้อยกว่าหรือปิดบังตนเองอยู่ ก็สามารถที่จะเรียนรู้จากเรื่องราวที่ได้เรียนรู้ สามารถที่จะพิจารณาแนวทางในการเปิดเผยตนเอง จัดการรับมือกับผลจากการเปิดเผยตนเอง และรับมือกับความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน (Imitative Behavior) (Dietz & Dettlaff, 1997; Yalom, 2005)

P 5: อยากจะให้กำลังใจ (สมาชิกอีกคนที่อายุน้อยกว่า) คือบางทีเห็นเขาพูดว่าไม่มีใครเข้าใจเขา อยากจะบอกเขาว่าเข้าใจ แต่จะบอกว่าเป็นอย่างไรนั้นลึกลับก็ไม่ใช่ ก็ต้องอยู่ที่ตัวเขาเอง

P 1: (สมาชิกอีกคน) ได้แชร์ ได้ระบาย แสดงความอัดอั้นในใจ แต่อยากบอก (ให้สมาชิกอีกคน) ฟังว่า คุณไม่ได้ผิดปกตินะ ทุกคนก็มีความปกติหรือแตกต่างของแต่ละคน จะไม่มีใครเหมือนผมและผมก็ไม่เหมือนใคร

P 3: ขอขอบคุณมิตรภาพของทุกๆ คนที่มาแชร์ความรู้สึกและสิ่งดีๆ กันในวันนี้ ผมเองขับรถตามมาทีหลังบอกเลยว่าประทับใจ ทั้งที่ๆ ที่ให้ความรู้ น้อยๆ ที่ให้ประสบการณ์ จะบอกว่ารู้สึกดีที่สองวันนี้ได้มานั่ง ณ จุดๆ นี้

P 10: เป็นการแลกเปลี่ยนสำหรับคนที่มืออะไรแตกต่างกันอะ ทั้งอายุ และประสบการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมามากกว่า ...เค้ามีอายุมากกว่า เค้าอาบน้ำร้อนมาก่อน ประสบการณ์เค้าก็จะมากกว่า ด้วยยุคสมัยที่ต่างกัน ทำให้เข้าใจเค้าในอีกแบบหนึ่ง เข้าใจความต่าง ... ได้เติมเต็มในสิ่งที่ไม่เคยสัมผัสมาก่อน ได้เติมเต็มให้มันมีชีวิตมากขึ้น (ประสบการณ์ที่ต่างๆ กันไป) มันก็รู้ว่ามันเป็นยังไง มีข้อดีข้อเสียยังไง

เนื่องจากสมาชิกบางส่วนไม่ได้มีเพื่อนที่เป็นชายรักชายมากนัก หรือไม่ได้สะดวกใจที่จะมีเพื่อนที่เป็นชายรักชายในชีวิตโดยทั่วไปของตนเอง กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายยังเป็นโอกาสพิเศษที่เอื้อให้ชายรักชายสามารถที่จะพัฒนาทักษะในการปฏิสัมพันธ์และเข้าสังคมชายรักชาย (Development of socializing techniques) ได้มาลองเปิดโลกทัศน์ ทำความรู้จักกับสังคมและบุคคลที่เป็นชายรักชายให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น เปิดวงสังคมที่ชายรักชายมีให้กว้างขวางยิ่งขึ้น (Nel et al., 2007; Yalom, 2005)

P 7: ประสบการณ์มันหลากหลาย ผมเอง (ตามปกติ) ไม่เคยได้เปิดเผยตัวเองอยู่เสียๆ แต่เป็นคนมีปัญหาที่แตกต่าง ประสบการณ์ชีวิตที่แตกต่างกันไป

P 2: ที่ฟังมาก็เห็นวิถีชีวิตของชายรักชายแต่ละคนแตกต่างกันออกไปและก็ไม่คิดว่าจะมีคนเป็นเหมือนเรา ซึ่งปกติไม่ค่อยมีเพื่อนที่เป็นเกย์ เพราะว่าไม่ค่อยจะคุยและไม่ค่อยจะคบด้วย เราเป็นคนไม่สูงลิ่วอะไรมา ... ไม่รู้เลยว่าสังคมอย่างเราๆ ยังมีกลุ่มที่มีมุมมองและ

ทัศนคติที่ดีๆ อย่างจริงๆ เพราะปกติจะไม่ค่อยพยายามคบกับเพื่อนกลุ่มพวกนี้ เพราะจริงๆ อยากมีอยากนี้แต่เหมือนตัวเองยังปิดกั้นอยู่ คืออยากจะทำกับเพื่อนผู้ชายผู้หญิงปกติ คือมาอย่างงี้เลยได้มาเห็นกลุ่มคนอย่างงี้ที่มีทัศนคติดีๆ อยู่ ได้เห็นคนที่ช่วยเหลือสังคม ได้ประสบการณ์จากชีวิตแต่ละคนที่น่าจะเอาไปปรับใช้ได้

P 12: แต่ก่อนเวลามีเพื่อนแบบนี้จะเป็นอีกอารมณ์หนึ่ง ไม่ใช่แบบนี้ เราจะเจอในด้านลบมากกว่า แล้วก็รู้สึกมีอคติ แต่พอเรามาคุยแบบจริงๆ จังๆ มันก็ทำให้อคติของเรามันลดลง มันหายไป มันเหมือนเราเปิดใจที่จะยอมรับมากขึ้น ในความแตกต่าง ได้เรียนรู้ในความแตกต่างในสิ่งที่เราเป็นเหมือนกัน

เมื่อชายรักชายได้มาเข้าร่วมกลุ่ม จึงเอื้อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และเป็นส่วนหนึ่งของสังคมชายรักชายที่เอื้อให้ชายรักชายรู้สึกว่าตนเองไม่ได้โดดเดี่ยวหรือเป็นเพียงคนเดียวที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่ตนเองต้องเผชิญอยู่ (Instillation of Hope) รู้สึกว่าตนเองเป็นคนส่วนใหญ่ในกลุ่มหรือเป็นคนกลุ่มที่ไม่แปลก ซึ่งช่วยให้ผู้รับบริการสะดวกใจกับการใกล้ชิดกับบุคคลที่เป็นชายรักชายหรือการมีเพื่อนที่เป็นชายรักชายด้วยกันมากยิ่งขึ้น (Lebolt, 1999) ช่วยเพิ่มพูนพลังใจช่วยให้บุคคลที่เป็นชายรักชาย สอดคล้องกับงานของภาคภูมิ เดชะอนันต์วงศ์ (2555) ที่พบว่าเมื่อชายรักชายมีสัมพันธภาพกับเพื่อนที่เป็นชายรักชายจะทำให้รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและสังคมชายรักชาย ส่งผลให้ชายรักชายรู้สึกเป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง

P 13: พอมาอยู่ในกลุ่มนี้เรากลายเป็นส่วนที่ไม่แปลกสำหรับพวกเรา

P 12: เรามาคุยกันเรื่องคนชายขอบ กำลังสร้างความเป็นเอกภาพอยู่ ทุกคนรวมเป็นหนึ่งเดียว แล้วก็พยายามไม่ให้แต่ละคนเป็นชายขอบ เรากำลังทำให้ทุกคนเข้าใจกันผ่านทางการแชร์ประสบการณ์ แล้วก็วันนี้นั้นเห็นได้ชัดมากขึ้น ทุกคนกล้าเปิดมากขึ้น เป็นการเปิดโลกทัศน์ มันยังทำให้เราเข้าใจตัวเอง บางเรื่องเราคิดว่าเราเป็นอยู่คนเดียว อ้าวคนอื่นก็เป็นหรือ อย่างบางเรื่องทำให้เรากลายเป็นคนแปลกแยกสำหรับอีกกลุ่มหนึ่ง (กลุ่มที่ไม่ใช่ชายรักชาย) แต่พอมากลุ่มนี้มันกลายเป็นว่า เฮ้ย เราคือคนส่วนใหญ่ของกลุ่มนี้ เราเลยรู้สึกว่ากลุ่มนี้แตกต่าง

P 16: มาช่วยเสริมพลังให้กับตัวเราเอง ว่าจริงๆ เราไม่ใช่เรื่องเดียว หรือจุดเล็กๆ จริงๆ จุดเล็กๆ มีอยู่หลายจุด พอรวมกันก็เท่ากับจุดใหญ่เสริมพลังให้เรา ดูนีพลัง เป็นแรงผลักดันให้เรา

ข้อจำกัดในการวิจัย

ข้อจำกัดหลักในการวิจัยครั้งนี้คือความยากลำบากในการได้มาซึ่งผู้ร่วมการวิจัยที่เป็นชายรักชายที่สนใจที่จะเข้าร่วมกลุ่ม มีความพร้อม มีเวลาว่างตรงกัน และสะดวกที่จะให้เวลาในการวิจัย ดังนั้นข้อจำกัดนี้ทำให้ผู้วิจัยต้องดำเนินกลุ่มในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบมาราธอน อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มเป็นชายรักชายที่ได้มาผ่านการประชาสัมพันธ์ทางเว็บไซต์เฉพาะกลุ่ม S (นามสมมติ) และสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทยเท่านั้น

ข้อเสนอแนะ

การนำไปใช้

1. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายสามารถช่วยลดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันผ่านทางแนวทางที่ผู้วิจัยกล่าวถึงเบื้องต้น โดยสามารถนำไปปรับใช้กับการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายทั้งในรูปแบบเดี่ยวและกลุ่มในอนาคต
2. การทำหามุมมองในทางลบเกี่ยวกับความเป็นชายรักชายตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาบางส่วนเป็นประเด็นที่อ่อนไหวสำหรับชายรักชายในสังคมไทย ดังเช่นประเด็นเรื่องการปิดบังรสนิยมทางเพศต่อผู้ปกครองของชายรักชาย หรือการไม่แสดงท่าทีที่บ่งบอกถึงความเป็นชายรักชายต่อหน้าผู้ปกครองของตนเอง ทั้งนี้อาจจะเนื่องมาจากการให้ความสำคัญแก่ครอบครัวกับค่านิยมเรื่องความกตัญญูในสังคมไทย ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงต้องระมัดระวังและไม่ควรด่วนตัดสินว่าการกระทำดังกล่าวเกิดจากความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน แต่ควรจะช่วยทำให้ชายรักชายได้สำรวจทางเลือกที่มี และนักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องตระหนักว่าการปิดบังนั้นคือรูปแบบหนึ่งของการจัดสมดุลและจัดการความเสี่ยงสำหรับชายรักชายที่ยังไม่พร้อมจะเปิดเผยตนเองกับครอบครัว
3. การพัฒนาองค์ความรู้และทักษะในการทำงานในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ทำงานกับชายรักชายมีความสำคัญต่อกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายอย่างยิ่ง ดังนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ทำงานกับชายรักชายจึงต้องสำรวจความรู้สึกและมุมมองในทางลบต่อความเป็นชายรักชายที่อาจแฝงอยู่ในตนเองอยู่เสมอ เพื่อช่วยให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยากับชายรักชายมีประสิทธิภาพ

การวิจัยครั้งต่อไป

1. ผู้ร่วมการวิจัยทั้งหมดในการวิจัยครั้งนี้เป็นชายรักชายที่ปัจจุบันอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครหรือเขตปริมณฑลและเป็นชายรักชายที่สมัครใจจากเว็บไซต์เฉพาะกลุ่ม S (นามสมมติ) และสมาคมฟ้าสีรุ้งจึงอาจเป็นแค่ตัวแทนของประชากรชายรักชายกลุ่มเดียวในประเทศไทยเท่านั้น ซึ่งหากการวิจัยในอนาคตมีแนวทางการได้มาของกลุ่มตัวอย่างที่ครอบคลุมถึงประชากรชายรักชายในวงกว้างก็อาจช่วยให้ผลของงานวิจัยครอบคลุมประชากรชายรักชายมากยิ่งขึ้น

2. การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบกลุ่มในการวิจัยเป็นแบบมาราธอนเพียงรูปแบบเดียวเท่านั้น ซึ่งในอนาคตอาจมีการวิจัยที่จัดการทดลองเพื่อทดสอบผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายในกลุ่มรูปแบบอื่นที่มีต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักชาย เช่นกลุ่มแบบรายสัปดาห์ และเพื่อเป็นการยืนยันว่าผลจากกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าวยั่งยืนหรือไม่ อาจมีการติดตามผลของการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันในหลังระยะเวลาที่เสร็จการเข้าร่วมกลุ่ม (Follow up)

3. ประสพการณ์จากการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของสมาชิกชายรักชายในการวิจัยครั้งนี้มีความเฉพาะและพิเศษ ซึ่งหากมีการวิจัยเชิงคุณภาพถึงประสพการณ์ของชายรักชายในการเข้าร่วมกลุ่มนั้นอาจเอื้อให้เกิดความเข้าใจชายรักชาย และการให้ความช่วยเหลืออย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นในอนาคต

4. การวิจัยครั้งต่อไปอาจมีการเปรียบเทียบผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายกับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยทั่วไป เพื่อให้เห็นได้ชัดเจนขึ้นว่ากระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักชายนั้นเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่มีประสิทธิภาพแตกต่างจากกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยทั่วไปอย่างไร

รายการอ้างอิง

- Alderson, K. G. (2004). A different kind of outing: Training counsellors to work with sexual minority clients. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 38(3), 193-201.
- Allen, D. J., & Oleson, T. (1999). Shame and internalized homophobia in gay men. *Journal of Homosexuality*, 37(3), 33-43.
- American Psychological Association. (2011). *Practice guidelines for LGB clients: Guidelines for psychological practice with lesbian, gay, and bisexual clients*. Washington, DC: Author.
- Banks, C., Muhajarine, N., Waygood, K., Duczek, L., & Hellquist, G. (2003). *The cost of homophobia: Literature review on the human impact of homophobia in Canada*: Community-University Institute for Social Research.
- Barnes, D. M., & Meyer, I. H. (2012). Religious affiliation, internalized homophobia, and mental health in lesbians, gay men, and bisexuals. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(4), 505-515.
- Berghe, W. V., Dewaele, A., Cox, N., & Vincke, J. (2010). Minority-specific determinants of mental well-being among lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(1), 153-166.
- Brown, J., & Trevethan, R. (2010). Shame, internalized homophobia, identity formation, attachment style, and the connection to relationship status in gay men. *American Journal of Men's Health*, 4(3), 267-276.
- Cass, V. C. (1979). Homosexual identity formation: A theoretical model. *Journal of Homosexuality*, 4(3), 219-235.
- Clarke, C. M. (2007). Facilitating gay men's coming out: An existential-phenomenological exploration. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 11(1-2), 61-73.
- Clarke, V., Ellis, S. J., Peel, E., & Riggs, D. W. (2010). *Lesbian, gay, bisexual, trans and queer psychology: an introduction*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cochran, S. D., Sullivan, J. G., & Mays, V. M. (2003). Prevalence of mental disorders, psychological distress, and mental health services use among lesbian, gay, and bisexual adults in the United States. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(1), 53-61.
- Corboz, J. (2008). Feeling queer and blue: A review of the literature on depression and related issues among gay, lesbian, bisexual and other homosexually active people: Executive Summary: Beyondblue.

- Corey, G. (2009a). *Theory & practice of counseling and psychotherapy* (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Corey, G. (2009b). *Theory & practice of group counseling* (7th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Corrie, S., & Milton, M. (2000). The relationship between existential-phenomenological and cognitive-behaviour therapies. *European Journal of Psychotherapy, Counselling & Health*, 3(1), 7-24.
- Crisp, C., & McCave, E. L. (2007). Gay affirmative practice: A model for social work practice with gay, lesbian, and bisexual youth. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 24(4), 403-421.
- D'Augelli, A. R. (1994). Lesbian and gay male development: Steps toward an analysis of lesbians' and gay men's lives. In B. Greene & G. M. Herek (Eds.), *Lesbian and gay psychology: Theory, research, and clinical applications* (pp. 118-132). Newbury Park, CA: Sage.
- Dahl, A., & Galliher, R. V. (2012). The interplay of sexual and religious identity development in LGBTQ adolescents and young adults: a qualitative inquiry. *Identity*, 12(3), 217-246.
- Davison, G. C. (2001). Conceptual and ethical issues in therapy for the psychological problems of gay men, lesbians, and bisexuals. *Journal of Clinical Psychology*, 57(5), 695-704.
- Dew, B. J., Myers, J. E., & Wightman, L. F. (2005). Wellness in adult gay males: Examining the impact of internalized homophobia, self-disclosure, and self-disclosure to parents. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 1(1), 23-40.
- Dietz, T. J., & Dettlaff, A. (1997). The impact of membership in a support group for gay, lesbian, and bisexual students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 12(1), 57-72.
- Drasin, H., Beals, K. P., Elliott, M. N., Lever, J., Klien, D. J., & Schuster, M. A. (2008). Age cohort differences in the developmental milestones of gay men. *Journal of Homosexuality*, 54(4), 381-399.
- Dreyer, Y. (2007). Hegemony and the internalisation of homophobia caused by heteronormativity. *HTS Theological Studies/Teologiese Studies*, 63(1), 1-18.
- Dube, E. M. (2000). The role of sexual behavior in the identification process of gay and bisexual males. *The Journal of Sex Research*, 37(2), 123-132.
- Dube, E. M., & Savin-Williams, R. C. (1999). Sexual identity development among ethnic sexual-minority male youths. *Developmental Psychology*, 35(6), 1389-1398.

- Eliason, M. J., & Schope, R. (2007). Shifting sands or solid foundation? Lesbian, gay, bisexual, and transgender identity formation. In I. H. Meyer & M. E. Northridge (Eds.), *The health of sexual minorities: Public health perspectives on lesbian, gay, bisexual and transgender health* (pp. 3-26). New York: Springer.
- Fontaine, J. H., & Hammond, N. L. (1996). Counseling issues with Gay and Lesbian adolescents. *Adolescence*, 31, 817-830.
- Foreman, M., & Quinlan, M. (2008). Increasing social work students' awareness of heterosexism and homophobia - A partnership between a community gay health project and a school of social work. *Social work education*, 27(2), 152-158.
- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2009). Internalized homophobia and relationship quality among lesbians, gay men, and bisexuals. *Journal of Counseling Psychology*, 56(1), 97-109.
- Garnets, L., Hancock, K. A., Cochran, S. D., Goodchilds, J., & Peplau, L. A. (1991). Issues in psychotherapy with lesbians and gay men: A survey of psychologists. *American Psychologist*, 46(9), 964.
- Gold, S. D., Marx, B. P., & Lexington, J. M. (2007). Gay male sexual assault survivors: The relations among internalized homophobia, experiential avoidance, and psychological symptom severity. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 549-562.
- Greene, D. C., & Britton, P. J. (2012). Stage of sexual minority identity formation: The impact of shame, internalized homophobia, ambivalence over emotional expression, and personal mastery. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 16, 188-214.
- Harris, J. I., Cook, S. W., & Kashubeck-West, S. (2008). Religious attitudes, internalized homophobia, and identity in gay and lesbian adults. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 12(3), 205-225.
- Harrison, N. (2000). Gay affirmative therapy: A critical analysis of the literature. *British journal of guidance and counselling*, 28(1), 37-53.
- Herek, G. M. (2000). The psychology of sexual prejudice. *Current Directions in Psychological Science*, 9(1), 19-22.
- Herek, G. M. (2002). Heterosexuals' attitudes toward bisexual men and women in the United States. *Journal of sex research*, 39(4), 264-274.
- Herek, G. M. (2004). Beyond "homophobia": Thinking about sexual prejudice and stigma in the twenty-first century. *Sexuality Research & Social Policy*, 1(2), 6-24.

- Herek, G. M. (2007). Confronting sexual stigma and prejudice: Theory and practice. *Journal of Social Issues, 63*(4), 905-925.
- Herek, G. M., Cogan, J. C., Gillis, J. R., & Glunt, E. K. (1997). Correlates of internalized homophobia in a community sample of lesbians and gay men. *Journal of the Gay and Lesbian Medical Association, 2*, 17-26.
- Herek, G. M., & Garnets, L. D. (2007). Sexual orientation and mental health. *The Annual Review of Clinical Psychology, 3*, 353-375.
- Herek, G. M., Gillis, J. R., & Cogan, J. C. (2009). Internalized stigma among sexual minority adults: Insights from a social psychological perspective. *Journal of Counseling Psychology, 56*(1), 32-43.
- Hicks, D. (2000). The importance of specialized treatment programs for lesbian and gay patients. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy, 3*(3-4), 81-94.
- Horne, S. G., & Levitt, H. M. (2004). Psychoeducational and counseling groups with gay, lesbian, bisexual, and transgendered clients. In J. L. Delucia-Waack, D. A. Gerrity, C. R. Kalodner & M. T. Riva (Eds.), *Handbook of group counseling and psychotherapy* (pp. 224-238). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Isacco, A., Yallum, N. K., & Chromik, L. C. (2012). A review of gay men's health challenges, strengths, and interventions. *American Journal of Lifestyle Medicine, 6*(1), 45-62.
- Isay, R. A. (1989). *Being homosexual: gay men and their development*. London: Farrar, Straus and Giroux.
- Israel, E., Gorcheva, R., Burnes, T. R., & Walther, W. A. (2008). Helpful and unhelpful therapy experiences of LGBT clients. *Psychotherapy Research, 18*(3), 294-305.
- Johnson, S. D. (2012). Gay affirmative psychotherapy with lesbian, gay, and bisexual individuals: Implications for contemporary psychotherapy research. *American Journal of Orthopsychiatry, 82*(4), 516-522.
- Johnston, L. B., & Jenkins, D. (2003). Coming out in mid-adulthood: Building a new identity. *Journal of Gay & Lesbian Social Services, 16*(2), 19-42.
- Kashubeck-West, S., Szymanski, D., & Meyer, J. (2008). Internalized heterosexism clinical implications and training considerations. *The Counseling Psychologist, 36*(4), 615-630.
- Kayler, H., Lewis, T. F., & Davidson, E. (2008). Designing developmentally appropriate school counseling interventions for LGBTQ students. *Journal of School Counseling, 6*(6).
- Kirby, A. (2008). Gay-affirmative Therapy and Emerging Integrative Solutions. *New Zealand Journal of Counselling, 28*(2), 69-91.

- Langdridge, D. (2007). Gay affirmative therapy: A theoretical framework and defence. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 11(1-2), 27-43.
- Lebolt, J. (1999). Gay affirmative psychotherapy: A phenomenological study. *Clinical Social Work Journal*, 27(4), 355-370.
- Liu, J. X., & Choi, K. (2006). Experiences of social discrimination among men who have sex with men in Shanghai, China. *AIDS and Behavior*, 10(1), 25-33.
- Mair, D. (2003). Gay men's experiences of therapy. *Counselling and Psychotherapy Research*, 3(1), 33-41.
- Maladze, P., & Brown, J. (2009). *Integration of culture, religion and sexuality: A study of Caucasian and Asian gay men*. Macquarie University.
- Malley, M., & Tasker, F. (2007). "The difference that makes a difference": What matters to lesbians and gay men in psychotherapy. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 11, 93-109.
- Marszalek, J. F., & Cashwell, C. S. (1999). The gay and lesbian affirmative development (GLAD) model: facilitating positive gay identity development. *Adultspan Journal*, 1, 13-31.
- Mayfield, W. (2001). The development of an internalized homonegativity inventory for gay men. *Journal of Homosexuality*, 41(2), 53-76.
- Meyer, I. H. (1995). Minority stress and mental health in gay men. *Journal of Health and Social Behavior*, 36(1), 38-56.
- Meyer, I. H. (2007). Prejudice and discrimination as social stressors. In I. H. Meyer & M. E. Northridge (Eds.), *The health of sexual minorities: Public health perspectives on lesbian, gay, bisexual and transgender health* (pp. 242-267). New York: Springer.
- Meyer, I. H., Dietrich, J., & Schwartz, S. (2008). Lifetime prevalence of mental disorders and suicide attempts in diverse lesbian, gay, and bisexual populations. *American Journal of Public Health*, 98(6), 1004-1006.
- Milton, M. (2007). Being sexual: Existential contributions to psychotherapy with gay male clients. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 11(1-2), 45-59.
- Milton, M., & Coyle, A. (1999). Lesbian and gay affirmative psychotherapy: Issues in theory and practice. *Sexual and Marital Therapy*, 14(1), 43-59.
- Nel, J. A., Rich, E., & Joubert, K. D. (2007). Lifting the veil: Experiences of gay men in a therapy group. *South African Journal of Psychology*, 37(2), 284-306.
- Newcomb, M. E., & Mustanski, B. (2010). Internalized homophobia and internalizing mental health problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 1019-1029.

- Nicely, E. (2001). *Internalized homophobia, stages and processes of change and alcohol use among gay men*. The California School of Professional Psychology.
- Pachankis, J. E. (2007). The psychological implications of concealing a stigma: a cognitive-affective-behavioral model. *Psychological Bulletin*, 133(2), 328-345.
- Pachankis, J. E., & Goldfried, M. R. (2004). Clinical issues in working with lesbian, gay, and bisexual clients. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(3), 227-246.
- Pachankis, J. E., Goldfried, M. R., & Ramrattan, M. E. (2008). Extension of the rejection sensitivity construct to the interpersonal functioning of gay men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(2), 306-317.
- Pandya, A. (2006). *Voices of invisibles: Coping responses of men who have sex with men (MSM) Strength Based Strategies 2006*. Hyderabad, India: The Brisbane Institute of Strengths Based Practice Inc in collaboration with Sanghamitra Andhra Pradesh.
- Perez, A. (2005). Internalized oppression: How it affects members of the LGBT community. *The Diversity Factor*, 13(1), 25-29.
- Pixton, S. (2003). Experiencing gay affirmative therapy: An exploration of clients' views of what is helpful. *Counselling and Psychotherapy Research*, 3(3), 211-215.
- Radkowsky, M., & Siegel, L. J. (1997). The gay adolescent: Stressors, adaptations, and psychosocial interventions. *Clinical Psychology Review*, 17(2), 191-216.
- Ragins, B. R. (2008). Disclosure disconnects: Antecedents and consequences of disclosing invisible stigmas across life domains. *Academy of Management Review*, 33(1), 194-215.
- Reinhart, K. M. (2004). A path to one's identity: Helping LGBTQ students face the challenges of adolescence *Multiculturalism, Gender, and Inclusion in Schools: Villanova University*.
- Ritter, K. Y., & Terndrup, A. I. (2002). *Handbook of affirmative psychotherapy with lesbians and gay men*. New York: The Guilford Press.
- Rosario, M., Schrimshaw, E. W., Hunter, J., & Braun, L. (2006). Sexual identity development among gay, lesbian, and bisexual youths: consistency and change over time. *Journal of sex research*, 43(1), 46-58.
- Ross, M. W., & Rosser, B. R. (1996). Measurement and correlates of internalized homophobia: A factor analytic study. *Journal of Clinical Psychology*, 52(1), 15-21.

- Ross, M. W., Rosser, B. R., & Neumaier, E. R. (2008). The relationship of internalized homonegativity to unsafe sexual behavior in HIV seropositive men who have sex with men. *AIDS Education and Prevention*, 20(6), 547-557.
- Rosser, B. R., Bockting, W. O., Ross, M. W., Miner, M. H., & Coleman, E. (2008). The relationship between homosexuality, internalized homo-negativity, and mental health in men who have sex with men. *Journal of Homosexuality*, 55(2), 185-203.
- Rowen, C. J., & Malcolm, J. P. (2002). Correlates of internalized homophobia and homosexual identity formation in a sample of gay men. *Journal of Homosexuality*, 43(2), 77-92.
- Russell, G. M., & Bohan, J. S. (2006). The Case of Internalized Homophobia Theory and/as Practice. *Theory & Psychology*, 16(3), 343-366.
- Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M., & Sanchez, J. (2009). Family rejection as a predictor of negative health outcomes in white and Latino lesbian, gay, and bisexual young adults. *Pediatrics*, 123(1), 346-352.
- Savin-Williams, R. C. (1994). Verbal and physical abuse as stressors in the lives of lesbian, gay male, and bisexual youths: associations with school problems, running away, substance abuse, prostitution, and suicide. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 261-269.
- Savin-Williams, R. C. (1998). The disclosure to families of same-sex attractions by lesbian, gay, and bisexual youths. *Journal of Research on Adolescence*, 8(1), 49-68.
- Savin-Williams, R. C. (2005). *The new gay teenager*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Sheerin, J. (2009). *Transgender individuals' experiences in therapy and perception of the treatment experience*. Smith College School for Social work.
- Shoptaw, S., Weiss, R. E., Munjas, B., Hucks-Ortiz, C., Young, S. D., Larkins, S., . . . Gorbach, P. M. (2009). Homonegativity, substance use, sexual risk behaviors, and HIV status in poor and ethnic men who have sex with men in Los Angeles. *Journal of Urban Health*, 86(1), 77-92.
- Skinata, M. D. (2007). *The effects of bullying and internalized homophobia on psychopathological symptom severity in a community sample of gay men*. (Doctor of Philosophy), Kent State University.
- Spinelli, E. (2006). Existential psychotherapy: An introductory overview. *Análise Psicológica*, 24(3), 311-321.

- Sylva, D., Rieger, G., Linsenmeier, J. A. W., & Bailey, J. M. (2010). Concealment of sexual orientation. *Archives of Sexual Behavior*, 39(1), 141-152.
- Szymanski, D. M., & Carr, E. R. (2008). The roles of gender role conflict and internalized heterosexism in gay and bisexual men's psychological distress: Testing two mediation models. *Psychology of Men & Masculinity*, 9(1), 40-54.
- Szymanski, D. M., & Gupta, A. (2009). Examining the relationship between multiple internalized oppressions and African American lesbian, gay, bisexual, and questioning persons' self-esteem and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 56(1), 110-118.
- Szymanski, D. M., Kashubeck-West, S., & Meyer, J. (2008). Internalized heterosexism measurement, psychosocial correlates, and research directions. *The Counseling Psychologist*, 36(4), 525-574.
- Tasker, F., & McCann, D. (1999). Affirming patterns of adolescent sexual identity: The challenge. *Journal of Family Therapy*, 21(1), 30-54.
- Taywaditep, K. J. (2002). Marginalization among the marginalized: Gay men's anti-effeminacy attitudes. *Journal of Homosexuality*, 42(1), 1-28.
- Van Heeringen, C., & Vincke, J. (2000). Suicidal acts and ideation in homosexual and bisexual young people: A study of prevalence and risk factors. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35(11), 494-499.
- Wagner, G. (1998). Internalized homophobia scale. In C. M. Davis, W. L. Yarber, R. Bauserman, G. Schreer & S. L. Davis (Eds.), *Handbook of sexuality-related measures* (pp. 371-372). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Wagner, G., Brondolo, E., & Rabkin, J. (1996). Internalized homophobia in a sample of HIV+ gay men, and its relationship to psychological distress, coping and illness progression. *Journal of Homosexuality*, 32(2), 91-106.
- Wang, F. T. Y., Bih, H. D., & Brennan, D. J. (2009). Have they really come out: Gay men and their parents in Taiwan. *Culture, health & sexuality*, 11(3), 285-296.
- Warriner, K., Nagoshi, C. T., & Nagoshi, J. L. (2013). Correlates of homophobia, transphobia, and internalized homophobia in gay lesbian and heterosexual samples. *Journal of Homosexuality*, 60(9), 1297-1314.
- White, D. A. (1997). *Effects of psychoeducational intervention on internalized homophobia*. San Jose State University.
- Williamson, I. R. (2000). Internalized homophobia and health issues affecting lesbians and gay men. *Health Education Research*, 15(1), 97-107.
- Yalom, I. D. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). New York: Basic Books.

- Yarhouse, M. A. (2001). Sexual identity development: The influence of valuative frameworks on identity synthesis. *Journal of Psychotherapy*, 38, 331-341.
- Zea, M. C., Reisen, C. A., & Poppen, P. J. (1999). Psychological well-being among Latino lesbians and gay men. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 5(4), 371-379.
- เดโช ชัยวุฒิ. (2554). ประสบการณ์การเปิดเผยความโน้มเอียงทางเพศของชายรักชายต่อครอบครัว. (หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพสิทธิ์ สิริจรรยาชัย. (2555). ประสบการณ์ทางจิตใจของชายรักชายที่ไม่เปิดเผยความโน้มเอียงทางเพศของตนเองต่อครอบครัว. (หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บังอร เทพเทียน. (2551). วัฒนธรรมทางเพศและชีวิตครอบครัวของกลุ่มคนรักร่วมเพศเดียวกัน. (หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภาควงศ์ เดชะอนันต์วงศ์. (2555). การยอมรับความโน้มเอียงทางเพศของชายรักชาย : การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน. (หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ก เอกสารรับรองโครงการวิจัย คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-8147
ที่ จว547/55 วันที่ 12 กันยายน 2555
เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณะบดีคณะจิตวิทยา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. ใบรับรองผลการพิจารณา
 2. เอกสารข้อมูลสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
 3. หนังสือแสดงความยินยอม

ตามที่ นายรัตนกร รัตนชีวร นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอโครงการวิจัยที่ 094.2/55 เรื่อง ผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อยืนยันความเป็นตัวตนของชายรักรายต่อความรู้สึกด้อยค่าจากการรักเพศเดียวกันของชายรักราย (THE EFFECT OF THE GAY AFFIRMATIVE COUNSELING GROUP ON THE INTERNALIZED HOMOPHOBIA OF HOMOSEXUAL MEN) เพื่อให้กรรมการผู้ทบทวนหลักพิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

การนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลัก ได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ รับรองวันที่ 7 กันยายน 2555 โดยมีข้อสังเกต ดังนี้

จากคำชี้แจงข้อ 4.1 แบบวัดอยู่ระหว่างการพัฒนา ดังนั้น เมื่อดำเนินการแล้วเสร็จ ให้ผู้วิจัย รายงานค่าความตรงและความเที่ยง และนำเสนอแบบวัดดังกล่าวให้คณะกรรมการฯ ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลกับ กลุ่มตัวอย่างจริง และในกรณีที่พัฒนาแล้วมีจำนวนข้อต่างจากที่ระบุไว้ในเอกสารข้อมูลฯ ให้ปรับและส่งฉบับ ใหม่ด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เรียน ผอ.ฝ่ายบริหาร
จึงเรียนมาเพื่อโปรด
ทราบ
 ทราบ
 พิจารณา
 ดำเนินการ
 อนุมัติ
เสร็จเรื่อง *อรช*

ดร. นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)

กรรมการและเลขานุการ

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ดร. นันทรี
(อ. นันทรี)
nat@cmu.ac.th

เรียน คุณคัลลภ
เพื่อเก็บชิ้นข้อมูลและ
หนังสืออาจารย์ที่ปรึกษา และนิติ
ทนาย

มงคลพงษ์
14 กย. 55

ภาคผนวก ข

รายละเอียดของข้อคำถาม ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อ (CITC) และค่าอำนาจการจำแนกรายข้อ ในการพัฒนาแบบวัดความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกัน

ข้อที่	ข้อคำถามจากมาตรวัดเดิม	ข้อคำถามที่เป็นภาษาไทย	จากแบบวัด	ช่องทาง	Mean	SD	CITC (ก่อนตัดข้อ)	t-test	ข้อที่ผ่านเกณฑ์	ข้อที่เลือกใช้	CITC (หลังตัดข้อ)
1	Whenever I think a lot about being gay, I feel depressed.	ฉันรู้สึกหดหู่มากเมื่อคิดถึงคนที่ฉันคิดถึงความเป็นชายรักชายของฉัน	NHAI-R, IHS, IHSI	+	2.14	1.06	.55	5.57	✓	✓	.56
2			NHAI-R, IHS	-	2.14	1.08	.60	7.38	✓	✓	.62
3			NHAI-R	+	1.94	1.01	.75	11.04	✓	✓	.75
4			NHAI-R	+	1.92	1.06	.60	8.56	✓	✓	.62
5			NHAI-R	-	2.29	.99	.44	4.97	✓	✓	.45
6	My homosexuality does not make me unhappy.	การเป็นชายรักชายไม่ได้ทำให้ฉันไม่มีความสุข	NHAI-R	-	2.55	1.31	.19	2.95	-	-	-
7			NHAI-R, IHS	+	2.70	1.33	.39	4.34	✓	✓	.40
8			NHAI-R	+	1.59	.89	.69	6.95	✓	✓	.69
9			NHAI-R	+	1.61	.95	.64	6.19	✓	✓	.62
10			NHAI-R	+	1.52	.82	.60	5.66	✓	-	-
11	Marriage between gay people should be legalized.	การแต่งงานระหว่างชายรักชายควรเป็นเรื่องถูกกฎหมาย	NHAI-R	-	2.22	1.07	.51	5.96	✓	✓	.54
12			NHAI-R, IHS	-	1.73	.86	.29	2.72	✓	✓	.26
13			NHAI-R	+	2.35	1.10	.26	2.30	✓	-	-
14			NHAI-R	+	1.51	.80	.59	6.68	✓	✓	.59
15			NHAI-R, IHS	-	2.53	1.14	.03	.57	-	-	-

ภาคผนวก ข (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความจากมาตรวัดเดิม	ข้อความที่เป็นภาษาไทย	จากแบบวัด	ช่องทาง	Mean	SD	CITC (ก่อนตัดข้อ)	t-test	ข้อที่ผ่านเกณฑ์	ข้อที่เลือกใช้	CITC (หลังตัดข้อ)
16	Life as a homosexual is not as fulfilling as life as a heterosexual.	ฉันเชื่อว่าการรักเพศเดียวกันสามารถเติมเต็มชีวิตได้เท่ากับรักต่างเพศ	NHAI-R, IHS, IHNI	- (กลับข้อ)	1.76	.91	.48	6.27	✓	✓	.49
17			NHAI-R	-	1.77	.87	.61	6.31	✓	✓	.59
18			NHAI-R	-	2.16	1.01	.36	3.89	✓	-	-
19			NHAI-R	-	2.40	1.11	.47	5.11	✓	✓	.48
20			NHAI-R	-	2.46	1.19	.51	5.92	✓	✓	.50
21	It is important for me to conceal the fact that I am gay from most people.	การปิดบังว่าฉันเป็นชายรักชายจากคนส่วนใหญ่เป็นเรื่องสำคัญสำหรับฉัน	NHAI-R	+	2.56	1.17	.54	6.23	✓	✓	.54
22			NHAI-R	+	2.16	1.05	.58	6.52	✓	✓	.56
23			NHAI-R	+	2.22	1.12	.67	8.37	✓	✓	.67
24			IHS	-	1.72	1.04	.30	4.28	✓	-	-
25			IHS	-	2.38	1.14	.62	7.38	✓	✓	.63
26	Homosexuality is deviant.	การรักเพศเดียวกันเป็นเรื่องหลุดกรอบสังคม	IHS	+	2.02	1.07	.43	3.89	✓	✓	.45
27			IHS	+	2.68	1.33	.64	9.58	✓	✓	.65
28			IHS	-	2.05	1.06	.64	7.89	✓	✓	.64
29			IHNI	-	2.38	1.05	.56	8.64	✓	✓	.56
30			IHNI	+	2.09	1.06	.48	6.86	✓	✓	.49

ภาคผนวก ข (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความจากมาตรวัดเดิม	ข้อความที่เป็นภาษาไทย	จากแบบวัด	ช่องทาง	Mean	SD	CITC (ก่อนตัดข้อ)	t-test	ข้อที่ผ่านเกณฑ์	ข้อที่เลือกใช้	CITC (หลังตัดข้อ)
31	I feel ashamed of my homosexuality.	ฉันรู้สึกอับอายที่ฉันเป็นชายรักชาย	IHNI	+	1.86	.90	.78	10.93	✓	✓	.80
32			IHNI	+	2.39	.87	.60	5.98	✓	✓	.60
33			IHNI	+	2.45	1.14	.69	8.22	✓	✓	.69
34			IHNI	+	2.29	1.19	.70	8.23	✓	-	-
35			IHNI	+	1.70	.96	.51	5.84	✓	✓	.53
36	I believe it is unfair that I am attracted to men instead of women.	ฉันคิดว่าไม่เป็นธรรมสำหรับฉันที่ฉันชอบผู้ชายแทนที่จะชอบผู้หญิง	IHNI	+	2.11	1.07	.65	8.95	✓	✓	.64
37			(ผู้วิจัยตัดข้อ คำถามเพิ่ม)	-	2.0500	1.00	.64	7.37	✓	✓	.62
38			(ผู้วิจัยตัดข้อ คำถามเพิ่ม)	-	1.7600	.99	.52	7.83	✓	✓	.50
39			IHNI	+	2.1500	1.23	.65	8.92	✓	✓	.65

ภาคผนวก ค ใบอนุญาตขอใช้แบบวัด

ใบอนุญาตขอใช้แบบวัด *Nungesser Homosexual Attitude Inventory Revised (NHAIR)* ของ Shidlo (1994)

10/7/2555

Hotmail Print Message

Re: Dear RIWW Admin

From: **ariel shidlo** (ariel@ashidlo.net)
Sent: Monday, July 09, 2012 4:21:49 PM
To: Rattanakorn Ratanashevorn (@hotmail.com)

Dear Rattanakorn,

You have my permission to use the measure. I would be grateful if you would make a note to yourself to send me your dissertation once you are finished. Good luck with the project it sounds very exciting. I would love to hear more about what kind of counseling you are planning to use in the study.

Best wishes,

Ariel Shidlo, PhD
Co-Director
Research Institute Without Walls (RIWW)
420 w 24 Street
New York, NY 10011, USA

Clinical Assistant Professor of Psychology in Psychiatry
Weill Cornell Medical College

ariel.shidlo@riww.org

www.riww.org

Skype: Ariel Shidlo

+1.347.467.1130

This communication (and/or any accompanying attachment) may contain confidential healthcare information belonging to the sender that is protected by psychologist-patient privilege as provided for by New York State and Federal law. Nothing contained in this communication or any attachment thereto is intended to waive any privileges or rights of confidentiality. The information contained is not to be construed as psychotherapy. The information is intended only for the use of the individual(s) or entity to which it is addressed. If you are not the intended recipient, you are hereby notified that law strictly prohibits any disclosure, copying, distribution, or taking of any action in reliance on the contents of this transmission. If you have received this transmission in error, please immediately notify the sender by telephone, destroy any electronic copies, and arrange to return any hard copies to the sender.

ใบอนุญาตใช้แบบวัด *Internalized Homophobia Scale (IHS)* ของ Wagner et al. (1994)

9/7/2555

Hotmail Print Message

RE: Dear Dr. Glenn Wagner

From: **Wagner, Glenn** (gwagner@rand.org)
 Sent: Friday, June 29, 2012 12:09:52 AM
 To: Rattanakorn Ratanashevorn ([mailto: [redacted]@hotmail.com])
 1 attachment
 IH scale info.PDF (86.5 KB)

You are welcome to use the scale. I only used it for my dissertation, 20 years ago, so I don't have further comments.

From: Rattanakorn Ratanashevorn [mailto: [redacted]@hotmail.com]
Sent: Tuesday, June 26, 2012 6:46 PM
To: Wagner, Glenn
Subject: Dear Dr. Glenn Wagner

June 27th 2012

Dr. Glenn Wagner, Ph.D.
 New York State Psychiatric Institute,
 New York, NY 10032

Dear Dr. Glenn Wagner:

I have read your paper on *Internalized Homophobia in a Sample of HIV+ Gay Men, and Its Relationship to Psychological Distress, Coping, and Illness Progression (1997)* and found the paper very useful. In my thesis project, I plan to investigate the effect of Gay Affirmative Counseling Group on Thai gay men's *Internalized Homophobia*. In this regard, I am really interested in your Inventory of Internalized Homophobia Scale (IHS). Since the inventory was not validated among the Asian population, I intend to develop and validate it myself.

I am writing to ask your permission to use the *Internalized Homophobia Scale (IHS)* you developed. Currently, I am a master student in the Counseling Psychology program, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand, and have worked on my master thesis project, "The effect of Gay Affirmative Counseling Group on the Internalized Homophobia of Homosexual Men."

9/7/2555

Hotmail Print Message

I am wondering whether you could kindly share with me the Internalized Homophobia Scale (IHS) and the instruction for administration. I would appreciate if you could also provide your advice about the instrument, limitations and concerns for the use of the scale (if any). Please feel free to contact me at email address: _____@hotmail.com or my thesis advisor (Dr. Kannikar Nolrajsuwat) at _____@chula.ac.th if any further information about me or my project is needed.

Thank you in advance for your time and consideration on this message. I am looking forward to hearing from you.

Sincerely,

Rattanakorn Ratanashevorn

Cell Phone: 66 8 1

Email: _____@hotmail.com

This email message is for the sole use of the intended recipient(s) and may contain confidential information. Any unauthorized review, use, disclosure or distribution is prohibited. If you are not the intended recipient, please contact the sender by reply email and destroy all copies of the original message.

ใบอนุญาตใช้แบบวัด *Internalized Homonegativity Inventory for Gay Men (IHNI)* ของ
Mayfield (2001)

9/7/2555

Hotmail Print Message

IHNI

From: **Mayfield, Wayne A.** (mayfieldw@missouri.edu)
Sent: Thursday, June 28, 2012 1:16:42 AM
To: Rattanakorn Ratanashevorn (@hotmail.com)
2 attachments
IHNI article.pdf (181.5 KB) , IHNI.doc (21.0 KB)

Rattanakom—

You have my permission to use the scale. Attached is the original article, as well as a file containing the IHNI and directions.

In my opinion, some of the items on the scale are dated (e.g., "I believe that more gay men should be shown in TV shows, movies, and commercials," given that so much has changed in popular culture in the US since the scale was first developed). Please feel free to adapt the IHNI in any way you see fit. The initial norming was done with a US sample as you can see in the attached article. I am interested in the specifics of your research project and how a revised IHNI performs with a Thai population.. When you complete your thesis, I would like an email summarizing the results, if possible.

Good luck with you research endeavors!

Wayne Mayfield, Ph.D.

Research Associate

Office of Social and Economic Data Analysis (OSEDA)

608 Clark Hall, University of Missouri

573.882.5428

ภาคผนวก ง

คะแนนดิบในช่วงก่อนและหลังการการทดลองและอายุแบบรายบุคคลของสมาชิกกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุม

คนที่	อายุ	กลุ่มทดลอง		อายุ	กลุ่มควบคุม	
		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	31	39	35	26	41	49
2	28	40	37	23	48	60
3	40	46	48	29	50	47
4	33	48	42	27	50	50
5	21	50	38	27	51	70
6	32	52	46	25	52	59
7	21	52	47	26	57	59
8	30	58	54	26	59	57
9	19	59	55	25	60	73
10	32	60	34	20	64	67
11	21	63	45	25	69	55
12	21	70	59	36	72	77
13	31	76	44	28	75	55
14	26	78	74	28	79	84
15	31	82	83	25	86	90
16	24	108	82	21	112	114

ภาคผนวก จ ข้อคิดและข้อปรับปรุงจากการดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องกับชายรักชาย

กลุ่มที่ 1

1. ผู้วิจัยเห็นความกดดันที่ตนเองมีต่อกลุ่ม และความคาดหวังที่อยากจะให้กลุ่มออกมาตรงกับวัตถุประสงค์ของวิทยานิพนธ์มากจนเกินไป ทำให้ผู้วิจัยถามคำถามที่วนอยู่กับความคิด หรือเน้นประเด็นที่ตรงกับข้อมูลในเล่มวิทยานิพนธ์จนเลยเรื่องราวของสมาชิกในกลุ่ม
2. ผู้วิจัยเห็นอิทธิพลของเจตคติในทางลบของผู้วิจัยที่มีต่อกลุ่มชายรักชาย จนทำให้สัมพันธ์ภาพในกลุ่มไม่ราบรื่น
3. ผู้วิจัยเห็นความสำคัญของการเลือกใช้คำถามต่างๆ ในกลุ่มที่เฉพาะเจาะจง แต่ไม่ได้ตีตรากับสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้เหมาะสมกับการดำเนินกลุ่ม
4. ผู้วิจัยเห็นว่าควรเพิ่มเกณฑ์ในการเกลี้ยเพื่อใช้แบ่งสมาชิกแต่ละกลุ่มออกจากกันอีกเกณฑ์หนึ่งคือระยะเวลาที่เปิดเผยความเป็นชายรักชายของตนกับผู้ปกครอง ซึ่งเป็นเกณฑ์ที่บ่งชี้ลักษณะทางเพศ และปัญหาที่ต้องเผชิญเกี่ยวกับเรื่องเพศที่แตกต่างกัน

กลุ่มที่ 2

1. ผู้วิจัยเห็นว่ากระแสของกลุ่มและเรื่องราวที่ดำเนินไปนั้นดำเนินไปไม่ราบรื่นนัก เนื่องด้วยจำนวนสมาชิกเพียง 3 คน ดังนั้นจึงต้องเพิ่มจำนวนสมาชิกในการดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องครั้งต่อไป
2. ผู้วิจัยพบแนวทางในการอยู่กับสมาชิกในกลุ่มอย่างลงตัวยิ่งขึ้น ด้วยการเน้นที่การสร้างความสัมพันธ์และความสบายใจในการอยู่ร่วมกันในกลุ่มก่อน และผู้วิจัยเองก็มีอีกบทบาทหนึ่งด้วยการแบ่งปันเรื่องราวกับสมาชิกในกลุ่มด้วย จากนั้นจึงค่อยเคลื่อนประเด็นไปยังเรื่องราวของสมาชิกกลุ่ม
3. ผู้วิจัยพบว่าผู้วิจัยมีความกลัวที่จะสำรวจเรื่องราวของสมาชิกในประเด็นที่ค่อนข้างลึกและส่วนตัว เนื่องจากผู้วิจัยกลัวว่าการทำเช่นนั้นอาจทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกในกลุ่มแย่ลง แต่ในขณะเดียวกันก็เป็นอุปสรรคในการสำรวจประเด็นต่างๆ ของสมาชิกด้วยเช่นกัน
4. ผู้วิจัยพบจุดลงตัวในการสำรวจประเด็นเรื่องราวในกลุ่มให้เฉพาะเจาะจง โดยเริ่มสำรวจจากเรื่องราวกว้างๆ ก่อน จากนั้นเมื่อมีประเด็นที่ตรง จึงค่อยๆ ตามทิศทางของเรื่องราวไป

กลุ่มที่ 3

1. ผู้วิจัยเห็นว่ากลุ่มสามารถที่จะแบ่งปันและเปิดเผยเรื่องราวที่มีความเฉพาะและลึกซึ้งได้มากขึ้น แต่ส่วนหนึ่งที่ผู้วิจัยสามารถที่จะเพิ่มเติมให้เกิดความลึกซึ้งขึ้นได้คือประเด็นเกี่ยวกับความหมายต่างๆ ตามแนวทางอัตถิภาวะนิยม (ความรัก, ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว, ความไม่พร้อมในการเปิดเผยรสนิยมทางเพศของตนเอง และความเต็มใจที่ได้ช่วยเหลือสมาชิกที่เป็นชายรักชายในกลุ่ม)

2. ผู้วิจัยเห็นว่าการพูดคุยประเด็นต่างๆ ในกลุ่มต้องระบุงเรื่อง analytical discussion การถกกันในแง่ของการวิเคราะห์ เพราะจะทำให้วนเวียนอยู่ที่เรื่องของการคิดเป็นหลัก

3. ผู้วิจัยเห็นพัฒนาการของตนเองว่าสามารถทำให้ประเด็นที่สมาชิกพูดถึงซึ่งวนเวียนอยู่กับความคิดเยอะๆ กลับมาสู่ความรู้สึกและตัวตนของชายรักชายได้ดีขึ้นได้ดีขึ้น

4. ผู้วิจัยเห็นแนวทางการดำเนินกลุ่มในช่วงเริ่มต้นที่มีประสิทธิภาพและหลากหลายมากขึ้น

5. ในหลายครั้งผู้วิจัยสามารถจับประเด็นที่มีความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันแฝงอยู่ได้ แต่ยังไม่สามารถจัดการหรือให้ความช่วยเหลือกับสมาชิกได้

6. สามารถจัดการแบ่งเวลาและจัดสรรประเด็นในแต่ละช่วงของกระบวนการกลุ่มได้อย่างลงตัวมากขึ้น

7. ผู้วิจัยสามารถเห็นถึงความกดดันที่ตนเองมี โดยสามารถตั้งสติแล้วดำเนินกลุ่มต่อไปได้อย่างราบรื่น

ภาคผนวก ฉ

ตารางขั้นตอนพัฒนาและปรับแก้แผนการดำเนินกลุ่ม

ขั้นตอน	แผนการดำเนินกลุ่มเดิม	แผนการดำเนินกลุ่มที่ปรับแก้	เหตุผล
การปรึกษากับคณาจารย์ ผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนดำเนินกลุ่มศึกษานำร่อง	วัตถุประสงค์กลุ่มในช่วงที่ 2 เน้นการเอื้อให้สมาชิกตระหนักรู้ถึงความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ตนเองมี	วัตถุประสงค์กลุ่มในช่วงที่ 2 เน้นการสำรวจความรู้สึกของชายรักชาย และวัตถุประสงค์กลุ่มในช่วงที่ 3 เน้นการเอื้อให้สมาชิกตระหนักรู้ถึงความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ตนเองมี	ช่วงที่ 2 ไวกินกว่าที่จะเอื้อให้สมาชิกตระหนักรู้ถึงความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันที่ตนเองมี
การดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องกลุ่มที่ 1	ผู้วิจัยไม่สามารถดำเนินแผนการดำเนินกลุ่มตามที่วางแผนไว้ เนื่องจากผู้วิจัยมีเจตคติในทางลบ และความคาดหวังที่ผู้วิจัยมีต่อการดำเนินกลุ่มตามแผนการดำเนินกลุ่มที่ตั้งเป้าหมายไว้มากเกินไป	ผู้วิจัยคงแผนดำเนินกลุ่มไว้ตามเดิม แต่กลับมาพิจารณาและสำรวจตนเองว่าปัจจัยใดบ้างที่เป็นอุปสรรคในการดำเนินกลุ่ม	ยังไม่สามารถดำเนินตามแผนการดำเนินกลุ่มได้
การดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องกลุ่มที่ 2	แผนการดำเนินกลุ่มเริ่มตรงตามที่วางแผนไว้ แต่ผู้วิจัยได้เห็นถึงความลังเลใจของผู้วิจัยการดำเนินกลุ่ม	ผู้วิจัยคงแผนดำเนินกลุ่มไว้ตามเดิม แต่กลับมาพิจารณาแนวทางในการดำเนินตามแผนการดำเนินกลุ่มให้ชัดเจนและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น	แผนการดำเนินกลุ่มที่วางไว้สามารถเอื้อให้เกิดกระแสกลุ่มตามที่ผู้วิจัยตั้งใจไว้
การดำเนินกลุ่มศึกษานำร่องกลุ่มที่ 3	วัตถุประสงค์กลุ่มในช่วงที่ 4 เน้นการสำรวจความรักและสัมพันธ์แบบชายรักชาย	วัตถุประสงค์กลุ่มในช่วงที่ 4 เน้นการสำรวจมุมมองที่สมาชิกมีต่อสังคมที่มีความเป็นรักต่างเพศเป็นใหญ่ และความแตกต่างระหว่างความเป็นชายรักชายและบุคคลที่เป็นบุคคลรักต่างเพศ	แนวทางการสำรวจมุมมองที่สมาชิกมีต่อสังคมที่มีความเป็นรักต่างเพศเป็นใหญ่ และความแตกต่างระหว่างความเป็นชายรักชายและบุคคลที่เป็นบุคคลรักต่างเพศช่วยเอื้อให้เกิดการสำรวจความรู้สึกต่อยค่าจากการรักเพศเดียวกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ภาคผนวก ข

ตารางแสดงผลการตอบแบบสอบถามในงานวิจัยของ Nel และคณะ (2007)

	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย และไม่ เห็นด้วย พอกัน	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. การเข้ากลุ่มเป็นประสบการณ์ทางบวก สำหรับฉัน	-	-	1	6	8
2. ฉันพบว่าได้รับประโยชน์และการช่วยเหลือ จากกลุ่ม	-	-	2	5	8
3. ฉันได้เรียนรู้มากมายจากประสบการณ์ใน กลุ่ม	-	1	-	6	8
4. กลุ่มสามารถตอบความคาดหวังของฉัน ทั้งหมด	-	1	4	6	4
5. ฉันจะสนับสนุนให้คนอื่นมาร่วมกลุ่ม	-	-	-	6	9
6. การเข้ากลุ่มสนับสนุนให้ฉันเปิดเผยเพศวิถี ของตนเองมากขึ้น	-	4	-	5	6
7. ความสัมพันธ์ของฉันที่ดีขึ้นเป็นผลมาจาก ประสบการณ์กลุ่มของฉัน	-	4	1	6	4
8. ฉันมองตนเองต่างออกไปเป็นผลมาจาก ประสบการณ์กลุ่มของฉัน	1	1	3	3	7
9. การเข้ากลุ่มกับนักจิตวิทยาการศึกษาที่ เปิดเผยว่าตนเองเป็นชายรักชายมีส่วนให้ ฉันรู้สึกว่าคุณได้รับการยอมรับ	-	-	-	7	8
10. นักจิตวิทยาการศึกษาที่มีความเป็นมือ อาชีพ มีแรงบันดาลใจ และให้ความ ช่วยเหลือฉัน	-	-	-	4	11
11. สมาชิกกลุ่มช่วยเหลือกันและกัน	-	1	1	8	5
12. ชีวิตของฉันมีการเปลี่ยนแปลงไปใน ทางบวกจากประสบการณ์กลุ่มของฉัน	-	2	2	3	8
13. การเข้ากลุ่มช่วยฉันไว้ในหลายๆ แง่ของ ชีวิตฉัน	-	2	3	2	8
14. ตอนแรกฉันกลัวว่าหากเข้ากลุ่มฉันจะถูก เปิดโปงหรืออยู่ในตำแหน่งที่อ่อนแอ	2	3	2	4	4

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายรัตนกร รัตนชีวร เกิดเมื่อวันที่ 20 เมษายน พ.ศ. 2531 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2549 ได้เข้าศึกษาที่คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและสำเร็จการศึกษาวิทยาศาสตร์บัณฑิต ในปีการศึกษา 2552 (เกียรตินิยมอันดับ 2) และในปีการศึกษา 2553 ได้เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ที่สนใจเนื้อหาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สามารถติดต่อกับผู้เขียนวิทยานิพนธ์ได้ที่ E-mail: r.rattanakorn@gmail.com



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY