

ประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงาน : กรณีศึกษาบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

นายธนพล เลี้ยงสุขสันต์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2555

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

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 Graduate School.

Experience Of Integrated Life And Work: A Case Study Of Counseling Psychology
Graduates

Mr. Thanapol Leangsuksant

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

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2012

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงาน :

กรณีศึกษาบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

โดย

นายธนพล เลี้ยงสุขสันต์

สาขาวิชา

จิตวิทยาการปรึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศิมา มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์สุภาพรรณ โคตรจรัส)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

..... กรรมการ

(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต็มพันธ์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(อาจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)

ธนพล เลี้ยงสุขสันต์ : ประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงาน : กรณีศึกษา
บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา (Experience Of Integrated Life And Work: A Case
Study Of Counseling Psychology Graduates) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก :
ผศ. ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 122 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์ความกลมกลืนในการดำเนินชีวิตและการทำงาน
ของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิง
คุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการ การสัมภาษณ์เชิงลึก
จากผู้ให้ข้อมูลหลัก การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลประกอบ การสังเกตการบันทึกภาคสนาม การใช้
แหล่งข้อมูลอ้างอิง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ใสรหัสข้อมูล จัดหมวดหมู่ สรุป
ประเด็นย่อยและประเด็นหลัก ผลการวิจัยพบประสบการณ์ความกลมกลืนในการดำเนินชีวิต
และการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ดังนี้

1. เมล็ดพันธ์แห่งชีวิตและงาน ได้แก่ ประสบการณ์การศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการ
ปรึกษาประสบการณ์จากบุคคลรอบข้าง เช่น ครอบครัว อาจารย์ เพื่อนร่วมสาขา
และการเผชิญชีวิต
2. ความเติบโตและงอกงาม ประกอบด้วยการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง การเรียนรู้
สังเกตใจตนเองและผู้อื่น การนำความรู้และทักษะมาพัฒนาตนเอง
3. วิธีชีวิตและงาน มีความสอดคล้องกลมกลืน และการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า
4. ความสัมพันธ์กับผู้อื่น ประกอบด้วยเห็นคุณค่าและเข้าใจผู้อื่น และช่วยเหลือพัฒนา
ผู้อื่นให้งอกงามในชีวิตและการทำงาน

ผลการวิจัยทำให้เกิดความเข้าใจในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาใน
สังคมไทย และเป็นแนวทางในการพัฒนานักวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาที่มีคุณภาพ

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา..... ลายมือชื่อนิสิต.....
ปีการศึกษา 2555..... ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

5278110938: MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEYWORDS: LIFE EXPERIENCE / INTEGRATED LIFE AND WORK /
COUNSELING PSYCHOLOGIST

THANAPOL LEANGSUKSANT: EXPERIENCE OF INTEGRATED LIFE AND
WORK: A CASE STUDY OF COUNSELING PSYCHOLOGY GRADUATES.
ADVISOR: ASST. PROF. KANNIKAR NOLRAJSUWAT, Ph.D., 122 pp.

This study explored the experience of integrated life and work of counseling psychology graduates, using case study approach. Data were collected from 3 participants via multiple sources including in-depth interview, interviewing other informants, field observation, and other secondary sources. Content analysis was used to encode and categorize data into themes and subthemes. Four major themes were:

1. Seeds of life and work: counseling psychology class experiences, surrounded persons experiences (e.g., family, teachers, and classmates), and life experiencing
2. Development and growth: continuous self-development, mind-observation and learning from others, and applying acquired knowledge
3. Way of life and work: harmonious congruence, and meaningful living
4. Relationship with others: valuing and understanding others, and facilitating growth in others' life and work.

Findings yielded better understanding in counseling psychology graduates in Thai society and implication for counselor education and professional development.

Field of Study : ..Counseling Psychology...

Student's Signature

Academic Year :2012.....

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีจากความช่วยเหลือ ความอนุเคราะห์ และการสนับสนุนจากบุคคลมากมายดังที่ผู้วิจัยขอกล่าวดังต่อไปนี้

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่เป็นผู้ให้คำแนะนำปรึกษาทั้งด้านวิชาการ และเป็นตัวแบบในการดำเนินชีวิต รวมทั้งให้การดูแลผู้วิจัย ตลอดระยะเวลาที่ศึกษาเล่าเรียนคณะกรรมการสอบทุกท่าน ที่ให้ความกรุณาสละเวลาเพื่อตรวจสอบคุณภาพของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ และช่วยเหลือให้ผู้วิจัยทำงานได้สำเร็จลุล่วง คณาจารย์ในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาทุกท่าน ที่บ่มเพาะความรู้ สติปัญญา ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัย รวมทั้งคณาจารย์คณะจิตวิทยาทุกท่าน ที่เป็นผู้มอบองค์ความรู้ในศาสตร์จิตวิทยา อบรมสั่งสอนผู้วิจัยให้เป็นนิสิตที่มีความรู้ความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์ และประพฤติปฏิบัติตนให้สมกับความเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยทุกท่าน ที่เอื้ออาทรผู้วิจัยด้วยความเป็นรุ่นพี่จิตวิทยาการปรึกษา ให้ความร่วมมือสนับสนุนในการวิจัยเป็นอย่างดี และยินดีถ่ายทอดแง่มุมต่างๆ ในชีวิตของตน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย และเป็นตัวอย่างที่ดีงามให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้ ทั้งขอขอบคุณบุคคลใกล้ชิด ผู้ให้ข้อมูลทุกท่าน ที่ให้การช่วยเหลืออย่างเต็มที่แก่ผู้วิจัย ทั้งอำนวยความสะดวก และหยิบบ่นมิตรภาพให้แก่กัน

ขอบคุณเพื่อน พี่น้องร่วมสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ที่เป็นผู้ร่วมเดินทาง เป็นกัลยาณมิตรผู้ร่วมเรียนรู้ชีวิต และเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน เป็นส่วนสำคัญในชีวิตการศึกษาของผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณพ่อแม่และครอบครัว ที่เอื้อให้ผู้วิจัยได้เติบโตด้วยความรักความห่วงใย ให้การยอมรับในตัวผู้วิจัยอย่างไม่มีเงื่อนไข สนับสนุนในทุกก้าวของการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข และเอื้ออาทรให้ผู้วิจัยสามารถเผชิญอุปสรรคตลอดมา

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	8
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
ระบบการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา.....	11
พัฒนาการส่วนบุคคล และพัฒนาการเชิงวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา.....	14
คุณลักษณะของนักจิตวิทยาการปรึกษา.....	19
การวิจัยเชิงคุณภาพ.....	24
การวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี.....	27
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	31
การเตรียมการก่อนการวิจัย.....	31
การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล.....	32
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล.....	36
การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูลวิจัย.....	37

	หน้า
การตรวจสอบข้อมูล.....	38
การวิเคราะห์ข้อมูล	39
การสรุปและอภิปรายผลการวิจัย.....	40
บทที่ 4 กรณีศึกษาชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา.....	41
กรณีศึกษาที่ 1.....	41
กรณีศึกษาที่ 2.....	64
กรณีศึกษาที่ 3.....	74
บทที่ 5 ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา	82
เมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน.....	83
ความเติบโตและงอกงาม.....	85
วิถีชีวิตและงาน.....	88
ความสัมพันธ์กับผู้อื่น.....	89
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	92
สรุปผลการวิจัย.....	92
อภิปรายผล.....	95
ข้อเสนอแนะ.....	98
รายการอ้างอิง.....	100
ภาคผนวก.....	106
ภาคผนวกก.....	107
ภาคผนวกข.....	114
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	122

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ.....	26
ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล.....	33

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 สนามหน้าโรงเรียน.....	42
ภาพที่ 2 ร่มไม้ในโรงเรียน.....	43
ภาพที่ 3 หนังสือเก่าของพ่อ.....	45
ภาพที่ 4 ศาลาไม้หลังโรงเรียน.....	51

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การให้ความช่วยเหลือหรือการบำบัดรักษาทางจิตใจนั้นมีมาช้านาน มุมมองที่มีต่อสุขภาพจิตและวิธีการปฏิบัติต่อปัญหาทางจิตใจนั้นมีมากมาย ในอดีตหรือในบางวัฒนธรรมมีความเชื่อว่าความไม่ปกติทางร่างกายและจิตใจมีสาเหตุมาจากภูตผีปิศาจหรือวิญญาณร้าย และใช้วิธีการตามความเชื่อเพื่อการรักษา เช่น การไล่ผีของนักบวชหรือหมอผี บางช่วงเวลาหรือบางวัฒนธรรมเชื่อว่าความผิดปกติทางร่างกายและจิตใจเกิดจากความไม่สมดุลของพลังในร่างกายหรือพลังตามธรรมชาติ มีการใช้วิธีการทางศาสนาและปรัชญาเข้ามาช่วย เมื่อการแพทย์และวิทยาศาสตร์ของโลกตะวันตกได้พัฒนาและมีอิทธิพลอย่างมากต่อวงการสุขภาพและวงการวิชาการของโลก ศาสตร์และวิชาชีพที่ให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจจึงได้ก่อกำเนิดและพัฒนาไปพร้อมกับศาสตร์อื่นๆ (Capra, 1982) การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นศาสตร์ประยุกต์ที่มีที่มาจาก การรวบรวมองค์ความรู้และการมองธรรมชาติของชีวิตและจิตใจมนุษย์จากหลายศาสตร์ มุมมองในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอาจเกิดจากการหลอมรวมมุมมองต่างๆ เข้าด้วยกัน เช่น มุมมองด้านปรัชญา ศาสนา วิทยาศาสตร์ พัฒนาการ บุคลิกภาพ สังคมและวัฒนธรรม การสะสมและการพัฒนาองค์ความรู้ร่วมกันภายในวงการของศาสตร์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาในปัจจุบัน บวกกับความต้องการของสังคมโลกทำให้มีการเติบโตของศาสตร์ รวมทั้งโครงสร้างของวิชาชีพในสังคมอย่างรวดเร็ว (Schmolling, Youkeles, & Burger, 1997)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นวิธีการให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจแก่บุคคลที่เป็นที่นิยมในวัฒนธรรมของสหรัฐอเมริกา (Hackney & Cormier, 2009) ทั้งที่เป็นปัญหาภายในของตัวบุคคลนั้น (intrapersonal) และที่เป็นปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal) สมาคมจิตวิทยาการปรึกษาอเมริกัน (American Counseling Association: ACA, 2010) ได้ให้คำนิยามของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไว้ว่า:

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาคือสัมพันธ์ภาพในเชิงวิชาชีพที่มุ่งส่งเสริมให้บุคคล
ครอบครัว และกลุ่มบุคคลที่มีความแตกต่างหลากหลายได้มีสุขภาพจิต สุขภาวะ
การศึกษา และเป้าหมายทางอาชีพที่ดี

หรือนิยามก่อนหน้า (ACA, 1997) ได้ให้ไว้ว่า:

การประยุกต์ใช้หลักการด้านสุขภาพจิต จิตวิทยา และพัฒนาการมนุษย์ ผ่าน
กลวิธีทางด้านกระบวนการคิด อารมณ์ พฤติกรรม และการแทรกแซงอย่างเป็น
ระบบ เพื่อมุ่งจัดการเกี่ยวกับสุขภาวะ ความมองอกงามทางจิตใจ พัฒนาการด้าน
อาชีพ และความผิดปกติทางจิต

และนิยามที่สมาคมจิตวิทยาอเมริกัน (American Psychological Association: APA, 2011)

ได้ให้ไว้ว่า:

จิตวิทยาการปรึกษาคือบริการทั่วไปและบริการสุขภาพจากบุคลากรในวิชาชีพ
จิตวิทยา ที่ให้ความสนใจแก่การปรับตัวตลอดช่วงชีวิตของบุคคลและการปรับตัว
ระหว่างบุคคลในด้านอารมณ์ สังคม การงาน การศึกษา รวมทั้งด้านที่เกี่ยวข้อง
สุขภาพ พัฒนาการ และปัญหาในองค์กรจิตวิทยาการปรึกษาให้ความสนใจทั้ง
พัฒนาการทั่วไปและพัฒนาการที่ผิดปกติในชีวิตมนุษย์ ทั้งในรูปแบบของบุคคล
ครอบครัว กลุ่มบุคคล ระบบ และองค์กร

กล่าวได้ว่า นักจิตวิทยาการปรึกษา คือบุคคลผู้ให้บริการด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อ
ช่วยให้ผู้รับบริการสามารถพัฒนาจิตใจ พัฒนาชีวิต และเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง
เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น หรือเกิดความเติบโตของจิตใจ

คำว่า “นักจิตวิทยาการปรึกษา” อาจเป็นที่คุ้นเคยสำหรับบางคน แต่หลายคนอาจยังไม่
เคยได้ยินคำนี้ หรือรู้จักคำนี้แต่ก็ยังไม่มีความเข้าใจที่แตกต่างกัน ทั้งที่นักจิตวิทยาการปรึกษา
เกี่ยวข้องกับวิชาชีพด้านการช่วยเหลืออื่นๆ อย่างนักจิตวิทยาคลินิก จิตแพทย์ หรือนักสังคม
สงเคราะห์แม้ว่าประโยชน์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะเป็นที่ยอมรับจากสังคมและเป็นที่ต้องการ

มากขึ้นเรื่อยๆ แต่ก็ยังมีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนและคลุมเครืออยู่อีกมาก (Tyler, 1969, cited in Neukrug, 2007)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นวิชาชีพในการให้ความช่วยเหลือที่มีลักษณะเฉพาะตัวที่เน้นความสำคัญที่คุณสมบัติของนักจิตวิทยาการปรึกษามากกว่าเครื่องมือหรือความรู้เพียงอย่างเดียว นักจิตวิทยาการปรึกษา เป็นผู้ที่มีส่วนอย่างมากในการช่วยเหลือให้ผู้คนได้มีชีวิตจิตใจที่เป็นปกติสุข พวกเขาปฏิบัติงานด้วยความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนมนุษย์ รั้วรู้ เข้าใจ และให้การช่วยเหลือผู้คนได้อย่างลึกซึ้ง มนุษย์มีความแตกต่างหลากหลาย และชีวิตของบุคคลหนึ่งก็มีหลากหลายแง่มุม เราไม่อาจทำความเข้าใจและให้การช่วยเหลือมนุษย์ในฐานะปัจเจกบุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ในสังคมรอบตัวที่มีอิทธิพลต่อกันและกันอย่างใกล้ชิดต่อเนื่องได้เลย (Capra, 1982)

แนวคิดทฤษฎีในการให้การช่วยเหลือในปัจจุบันมีอยู่หลายแนวคิด สภาพการณ์ เงื่อนไข วิธีการ และผลลัพธ์ของแต่ละแนวคิดก็มีทั้งที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างกันออกไปได้มาก แม้กระนั้นยังมีข้อสรุปที่ชัดเจนสำหรับแนวคิดต่างๆ ที่ชัดเจนตายตัวเหมือนกับวิทยาศาสตร์แขนงอื่นๆ เช่น ชีววิทยา ฟิสิกส์ หรือคณิตศาสตร์ ภาวะความรับผิดชอบของนักวิชาชีพ บวกกับความซับซ้อนของศาสตร์และจิตใจมนุษย์ทำให้งานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นความท้าทายต่อผู้ปฏิบัติวิชาชีพนี้เป็นอย่างยิ่ง นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องมีมุมมองต่อโลกและชีวิตอย่างชัดเจน ยืดหยุ่น สามารถประยุกต์ความรู้ ทักษะ คุณสมบัติ โดยคำนึงถึงปัจจัยต่างๆ เพื่อพัฒนาวิธีการให้การช่วยเหลือที่เหมาะสมและมีความเฉพาะตัวต่อแต่ละบุคคลหรือกลุ่มบุคคลได้เป็นอย่างดี

ความพิเศษและความท้าทายในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาดังกล่าว ทำให้การผลิตบุคลากรผู้เชี่ยวชาญในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไม่ใช่สิ่งที่ทำได้โดยง่าย กว่าที่บุคคลหนึ่งจะมาเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาได้นั้น จะต้องผ่านการเรียนรู้ฝึกฝน ซึ่งเรียกว่าเป็นกระบวนการเติบโตอย่างต่อเนื่องในทุกแง่มุมของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของจิตใจ ประสบการณ์ ทักษะ คุณสมบัติต่างๆ ซึ่งล้วนเกี่ยวเนื่องกันในตัวบุคคล นักจิตวิทยาการปรึกษามุ่งพัฒนาตนเองและมองตนเองในฐานะที่เป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุดในการปฏิบัติงาน (Schoener, 1999) ไม่ได้เน้นเพียงในเรื่องของความรู้หรือทักษะเท่านั้น การปฏิบัติงานภายในสายวิชาชีพส่วนใหญ่จะขึ้นอยู่กับตัวของนักจิตวิทยาการปรึกษาในฐานะบุคคลคุณสมบัติที่สำคัญของนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นประเด็นที่ได้รับการ

คำนึงถึงมากในการพัฒนานักจิตวิทยาการปรึกษาให้มีคุณภาพ นักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีคุณภาพจะเป็นผู้ที่เข้าใจและมีความตระหนักรู้ในตนเอง มีสุขภาพจิตดี มีใจที่เปิดกว้าง ให้เกียรติ มีความน่าเชื่อถือไว้วางใจ เข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล (Hackney & Cormier, 2009) เป็นผู้มีความจริงใจ เข้าถึงจิตใจ และยอมรับในผู้อื่น (Rogers, 1961) เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในศักยภาพที่จะเติบโตของมนุษย์ มีจิตใจที่รักการช่วยเหลือและมีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ต่อผู้อื่น กระบวนการในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งเกิดจากการขัดเกลาตนเองของบุคคล บวกกับการได้รับการขัดเกลาจากสถาบันที่ศึกษา จึงจะต้องมีความพิเศษจากวิชาชีพอื่นๆ ที่จะหล่อหลอมคุณสมบัติเหล่านี้ให้เกิดขึ้นในตัวของนักจิตวิทยาการปรึกษาวิชาชีพในศาสตร์จิตวิทยามีความคล้ายคลึงกับวิชาชีพด้านแพทยศาสตร์ตรงที่ให้ความสำคัญกับการฝึกอบรมที่เน้นการฝึกปฏิบัติเป็นอย่างมาก ความเชื่อมั่นในระบบการศึกษาและฝึกอบรมจากสังคมที่มีต่อวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาทำให้เกิดความคาดหวังว่าบัณฑิตที่จบการศึกษาออกมาจะสามารถให้บริการด้านสุขภาพจิตที่มีคุณภาพและปลอดภัยได้เป็นอย่างดี (Schoener, 1999)

ในช่วงแรกของการศึกษาและฝึกฝนพัฒนาตนเอง ความสนใจอาจมุ่งเน้นไปที่ประเด็นทางวิชาการและวิชาชีพที่เป็นความเกี่ยวข้องภายนอกกับนักศึกษาและบริบทในการปรึกษา ต่อเมื่อเวลาผ่านไปการให้ความสำคัญกับคุณสมบัติและกระบวนการปรึกษาจะเน้นที่ความเป็นตัวบุคคลมากยิ่งขึ้น และค่อยพัฒนาไปในทางที่หลอมรวมความรู้ ทักษะ คุณสมบัติ และประสบการณ์เข้าด้วยกันให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับตัวตนของนักศึกษาในที่สุด (Hackney & Cormier, 2009) กระบวนการที่มีความเกี่ยวเนื่อง ต่อเนื่องเป็นพิเศษนี้จะนำไปสู่การให้การช่วยเหลือตามลักษณะวิชาชีพโดยบุคคลที่เชื่อว่ามีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และเต็มเต็มมากกว่าบุคคลทั่วไป เป็นเสมือนความผูกพัน ความรับผิดชอบตลอดชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษา ที่จะดำเนินชีวิตด้วยความต้องการ ด้วยแรงจูงใจที่จะ “ดีขึ้นกว่าเดิม” ทั้งในแง่บุคคลและในแง่ของความเป็นนักวิชาชีพ (Rogers, 1961; Neukrug, 2007; Kottler, 1986) กระบวนการเหล่านี้เป็นการพัฒนาที่ยาวนานและไม่หยุดยั้ง ตั้งแต่การศึกษา ฝึกฝน ปฏิบัติหน้าที่การงาน และสั่งสมประสบการณ์ในทุกช่วงชีวิต เพราะเกี่ยวข้องกับตัวตนและชีวิตทั้งหมดของนักจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งน่าสนใจว่ากระบวนการเหล่านี้เกิดขึ้น ดำเนินไป และนำไปสู่ชีวิตและการงานที่สมบูรณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษาได้อย่างไร

นอกจากความพยายามในการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาแล้ว สถาบันการศึกษามีส่วนอย่างมากในการสร้างพื้นฐานที่ดีต่อนักจิตวิทยาการปรึกษา หน้าที่หลักของสถาบันนอกจากการให้ความรู้ทางวิชาการและโอกาสในการฝึกฝนประสบการณ์คือการให้สิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่เหมาะสม เอื้อให้เกิดการเรียนรู้ สังเกตและพัฒนาตนเองของผู้ศึกษา เอื้อให้ผู้ศึกษาได้เกิดการแบ่งปันทั้งความรู้และประสบการณ์ร่วมกัน ในขณะเดียวกันก็ได้เติบโตไปด้วย เอื้อให้ผู้ศึกษาได้พัฒนาระบบความคิดและการมองโลกที่ยืดหยุ่นและสอดคล้องกับความเป็นจริง สิ่งแวดล้อมและบรรยากาศดังกล่าวจะทำให้ผู้ศึกษาได้เพิ่มความเข้าใจ ความตระหนักรู้ในตนเอง รับฟังอย่างเข้าใจทั้งในความคิดความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อโลกของเขา และที่มีต่อตัวผู้ศึกษาได้เป็นอย่างดี สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสอดคล้องกลมกลืน (Neukrug, 2007)

คุณสมบัติและคุณภาพของนักจิตวิทยาการปรึกษา ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพจิต ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ เป็นประเด็นที่มีการพูดถึงและได้รับความสนใจมาอย่างเนิ่นนาน (Schoener, 1999) ในประเทศตะวันตก โดยเฉพาะสหรัฐอเมริกาที่ถือว่าเป็นประเทศแม่แบบของศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาในปัจจุบัน มีองค์วิชาชีพด้านจิตวิทยาการปรึกษาเกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อที่จะสร้าง ควบคุมมาตรฐานของวิชาชีพในแง่ต่างๆ รวมทั้งปกป้องพิทักษ์สิทธิของทั้งตัวสมาชิก ผู้รับบริการ รวมทั้งรวมดำเนินงานให้สอดคล้องกับนโยบายทางกฎหมาย องค์การที่มีความสำคัญและมีสมาชิกจำนวนมากคือ สมาคมจิตวิทยาอเมริกัน (The American Psychological Association: APA) และ สมาคมจิตวิทยาการปรึกษาอเมริกัน (The American Counseling Association: ACA) ซึ่งมีสมาชิกประมาณ 150,000 คน และ 52,000 คนตามลำดับ (Neukrug, 2007) กลไกการดูแลต่างๆ นั้นจะมีทั้งหน่วยงานหลักและหน่วยงานย่อยของสมาคมวิชาชีพ ซึ่งจะรับผิดชอบด้านองค์ความรู้และมาตรฐานวิชาชีพเฉพาะด้าน มีการดูแลมาตรฐานการปฏิบัติงานผ่านหลักปฏิบัติด้านจริยธรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษา (ACA, 2005) และการสอบใบอนุญาตวิชาชีพ (ACA, 2010)แม้ความสนใจและการให้ความสำคัญต่อคุณสมบัติและคุณภาพของนักจิตวิทยาการปรึกษาในแง่ผู้ปฏิบัติวิชาชีพจะมีความเข้มข้นจากการมีเกณฑ์มาตรฐานทางวิชาชีพต่างๆ ซึ่งถูกกำหนดขึ้นเป็นพิเศษโดยสมาคมวิชาชีพและกฎหมาย แต่เรื่องที่ยังขาดความกระจ่างในแง่วิชาการและวิชาชีพคือ ภาพรวมในชีวิต รวมทั้งพัฒนาการของนักจิตวิทยาการ

ปรึกษาในแง่มุมมองต่างๆ ว่ามีการหลอมรวม ผสมผสาน และส่งผลต่อความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาได้อย่างไร

ในวงการจิตวิทยาการปรึกษา มีการร่วมมือกันเพื่อสร้างองค์ความรู้ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้วยการศึกษาวิจัยอย่างมีระบบ ปัจจุบันมีวารสารที่รวบรวมงานวิจัยจำนวนมากที่มีความน่าเชื่อถือ ผ่านการตรวจสอบทางวิชาการมาเป็นอย่างดี(ACA, 2010; APA, 2011) ทำให้การพัฒนาของวงการจิตวิทยาการปรึกษาเป็นไปอย่างเข้มแข็ง แม้กระนั้นก็ตามงานวิจัยที่เน้นศึกษาในหัวข้อเกี่ยวกับตัวนักจิตวิทยาการปรึกษาก็ยังนับว่ามีจำนวนน้อย โดยงานวิจัยตั้งแต่ปี 1973 ถึง 1988 และตั้งแต่ปี 1999 ถึง 2009 มีหัวข้อที่เกี่ยวกับการฝึกฝน/นิเทศนักจิตวิทยาการปรึกษา กับหัวข้อที่เกี่ยวกับการรับรู้ของผู้คนต่อนักจิตวิทยาการปรึกษา/การปรึกษาเชิงจิตวิทยา รวมกันประมาณ 10% และ 6% ของงานวิจัยทั้งหมดตามลำดับ(Buboltz Jr., Deemer, & Hoffman, 2010) ที่ผ่านมามีความสนใจแต่เพียงภาพรวมที่เกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างให้การช่วยเหลือเท่านั้นแต่ยังไม่มี ความเข้าใจในเชิงวิชาการต่อชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษาอย่างครอบคลุม

ในเรื่องของบทบาทหน้าที่ และสถานที่ทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษาในสหรัฐอเมริกา จากการสำรวจของ Goodyear, Murdock, Lichtenberg, McPherson, Koetting และ Petren(2008) พบว่านักจิตวิทยาการปรึกษาส่วนใหญ่ทำงานในสถานประกอบการส่วนตัว และสถาบันการศึกษา เช่น มหาวิทยาลัย มีจำนวนเล็กน้อยที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพจิตของชุมชน โดยมากกว่าครึ่งมีบทบาทหน้าที่เป็นผู้ปฏิบัติงานทางคลินิก รองลงมาเป็นนักวิชาการและผู้บริหาร (ในองค์กรที่สังกัดอยู่) มากกว่า 80-90% ของจำนวนดังกล่าวเป็นผู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอกในสาขาที่เกี่ยวข้อง และได้รับใบอนุญาตในการประกอบวิชาชีพ สถานะของวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษาสำหรับประเทศไทยในปัจจุบัน ถึงแม้จะมีสถาบันอุดมศึกษาหลายแห่งผลิตและฝึกฝนบุคคลเพื่อเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา แต่ความต้องการของตลาดงานยังไม่มี ความชัดเจน ยังไม่มีตำแหน่งงานหรือสถานที่ประกอบวิชาชีพสำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยตรง ประกอบกับการไม่มีกฎหมายหลักปฏิบัติที่เกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพ เช่น สมาคมวิชาชีพใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ ดังที่พบในวิชาชีพอื่น เช่น จิตแพทย์ (สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย)

ไทย, 2005) และนักจิตวิทยาคลินิก (สมาคมนักจิตวิทยาคลินิกไทย, 2005) วิชาชีพเหล่านี้ได้รับการยอมรับจากสังคมเป็นอย่างดี และโครงสร้างเกี่ยวกับการประกอบวิชาชีพในมิติต่างๆ เช่น ขอบเขตหน้าที่การทำงานภายในวงการสุขภาพจิตและสถาบันที่ให้การรองรับ ดังนั้นจะเห็นได้ว่ายังมีความท้าทายอีกมากในการพัฒนาวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษา ให้มีการรองรับทางมาตรฐานวิชาชีพ มีขอบเขตงานที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ใกล้เคียงกับในต่างประเทศ (ACA, 2010; APA, 2010) ในแต่ละปีจะมีบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาจำนวนหนึ่งที่สามารถศึกษาออกมาประกอบอาชีพ ความเป็นไปได้อย่างหนึ่งที่น่าจะเกิดขึ้นจากสถานะที่ไม่ชัดเจนของวิชาชีพนี้คือ ผู้ที่เข้าศึกษาต่อในสาขานี้ อาจมีจำนวนไม่มากเท่าที่ควร หรือการแข่งขันเพื่อคัดเลือกบุคคลที่มีคุณภาพอยู่ในอัตราต่ำ ส่งผลต่อศาสตร์และวิชาชีพในระยะยาว

นอกจากแนวทางการแก้ปัญหาดังกล่าวโดยตรงด้วยความพยายามร่วมกันภายในวิชาชีพที่จะยกระดับสถานะของวิชาชีพในระยะยาว ผู้สำเร็จการศึกษาในสาขาจิตวิทยาการปรึกษาหลายคนปรับตัวต่อปัญหาดังกล่าวโดยการเลือกแนวทางอาชีพที่ใกล้เคียงกับการนำความรู้ความสามารถในวิชาชีพไปใช้ เช่น การทำงานเป็นอาจารย์ด้านจิตวิทยา นักวิจัย งานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาและความมั่งคั่งของมนุษย์ ซึ่งแต่ละงานหากพิจารณาภายนอกแล้วคงมีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษาแตกต่างกันไป บางงานอาจดูไม่เกี่ยวข้องเลย เช่น พนักงานบริษัท อาชีพเดิมที่บุคคลเคยทำก่อนเข้าศึกษา และอาชีพอิสระต่างๆ นับเป็นการแก้ปัญหาทางอ้อมที่มีการใช้กันมากกว่าการแก้ปัญหาโดยตรง วิธีแก้ปัญหาเหล่านี้เป็นที่น่าสนใจว่าส่งผลต่อการปรับตัวเพื่อนำความรู้ความสามารถทางวิชาชีพของคุณไปใช้ในงานและชีวิตอย่างไร คำถามที่ว่าความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาส่งผลให้บุคคลมีชีวิตที่อึดเต็มและสมบูรณ์ได้อย่างไร ไม่ว่าจะประกอบอาชีพที่ตรงสาขาหรือไม่ เป็นคำถามที่อยู่ในความสนใจหลักของงานวิจัยนี้

ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของความรู้ความเข้าใจในศาสตร์และวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา ที่จำเป็นต่อผู้ที่กำลังศึกษา นักวิชาชีพ และบุคลากรในวงการจิตวิทยาการปรึกษาทั้งหมด แต่องค์ความรู้เกี่ยวกับนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีอยู่อย่างจำกัดอาจลดโอกาสในการเติบโตของศาสตร์และวิชาชีพ ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จำเป็นต้องเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการพัฒนานักจิตวิทยา

การปรึกษา งานวิจัยนี้มุ่งทำความเข้าใจที่ตัวนักจิตวิทยาการศึกษาโดยเฉพาะ ในความเป็นตัวตน และบทบาทที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและการทำงานทั้งหมด เพื่อให้ผู้อ่านเห็นภาพรวมและรายละเอียดในระดับลึก ว่าการใช้ชีวิตและประกอบอาชีพการงานที่กลมกลืน ซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ฝึกฝน และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ตลอดช่วงชีวิตของบัณฑิตในฐานะผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการศึกษา และบุคคลผู้มีจิตใจที่สมบูรณ์นั้นเป็นอย่างไร เพื่อที่จะทำความเข้าใจวิชาจิตวิทยาการศึกษาได้ดียิ่งขึ้น เป็นแนวทางในการพัฒนาองค์ความรู้ของศาสตร์ การปฏิบัติวิชาชีพ รวมทั้งพัฒนาบัณฑิตได้อย่างสอดคล้องกับความต้องการของวิชาชีพและสังคมต่อไป

คำถามการวิจัย

บัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีประสบการณ์ในการใช้ชีวิตและการทำงานที่กลมกลืนอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในฐานะผู้ผ่านการอบรมฝึกฝนความเป็นผู้ให้การช่วยเหลือที่มีความเข้าใจโลกและชีวิต

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี(Case Study Qualitative Research) จำนวน 3 รายกรณีด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ควบคู่ไปกับการสังเกตแบบ

มีส่วนร่วม โดยอาศัยข้อมูลจากหลากหลายแหล่ง เช่นการบันทึกเสียงและการจดบันทึกภาคสนาม และข้อมูลที่ได้รับจากผู้ให้ข้อมูลประกอบ เพื่อศึกษาทำความเข้าใจประสบการณ์ความกลมกลืนในการใช้ชีวิตและการทำงานตามการรับรู้ของผู้ให้ข้อมูล รวมถึงบริบทที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ทำการบรรยาย พรรณนาสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างละเอียด แล้วสรุปเพื่อค้นหาสาระสำคัญของปรากฏการณ์

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ความกลมกลืนของชีวิตและการงาน หมายถึง การดำเนินชีวิต และการประกอบการงาน อันเป็นผลมาจากการศึกษาและพัฒนาตนเองของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาอย่างต่อเนื่อง จนสามารถหลอมรวมความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ ความเข้าใจโลกและชีวิตเข้าด้วยกันอย่างสอดคล้องกลมกลืน

บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา หมายถึง ผู้สำเร็จการศึกษาปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา และ/หรือผู้สำเร็จการศึกษาปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในงานวิจัยนี้กำหนดว่าเป็นผู้สำเร็จการศึกษามาแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เข้าใจประสบการณ์ชีวิตและการงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

2. เข้าใจประสบการณ์การพัฒนาดตนเอง ที่หลอมรวมความรู้ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทักษะ ประสบการณ์ ความเข้าใจโลกและชีวิต มาสู่การดำเนินชีวิตและการทำงานของ บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา
3. ได้ความรู้ความเข้าใจที่เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนที่ผลิตนักจิตวิทยาการ ปรึกษา
4. ได้องค์ความรู้ด้านจิตวิทยาการปรึกษาในบริบทสังคมไทย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำเสนอเพื่อใช้เป็นความรู้พื้นฐานและเป็นแนวทางในการศึกษาความกลมกลืนในชีวิตและการงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ประกอบด้วย

1. ระบบการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา
2. พัฒนาการส่วนบุคคล และพัฒนาการเชิงวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา
3. คุณลักษณะของนักจิตวิทยาการปรึกษา
4. การวิจัยเชิงคุณภาพ

1. ระบบการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

ในชีวิตประจำวันเรามักจะได้รับการช่วยเหลือจากผู้อื่น และให้การช่วยเหลือต่อผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา ทั้งที่ไม่เป็นแบบแผน และที่เป็นแบบแผนมากน้อยต่างกันไป การช่วยเหลืออย่างไม่เป็นแบบแผนบุคคลที่เกี่ยวข้องนั้นอาจจะเป็นเพื่อน ครอบครัว หัวหน้างาน หรือบุคคลอื่นๆ ที่เรามีความสัมพันธ์อยู่ก่อนแล้ว ระดับความรู้ความสามารถของผู้ให้การช่วยเหลือก็มีหลากหลาย เนื่องจากไม่ได้รับการฝึกหัดในด้านนี้ ดังนั้นผลที่ได้รับอาจคาดหวังไม่ได้ชัดเจนนัก(Brammer & MacDonald, 2003; Egan, 2007) ป้อยครั้งความช่วยเหลือที่กำลังให้หรือรับอยู่นั้นอาจไม่ดีเพียงพอหรือไม่เหมาะสมกับปัญหาที่เผชิญและอาจมีวิธีการ หรือบุคคลที่ให้การช่วยเหลือได้อย่างมีประสิทธิภาพ นั่นคือการช่วยเหลือจากนักวิชาชีพในด้านนี้

วิชาชีพด้านการให้ความช่วยเหลือมีอยู่หลายวิชาชีพ ส่วนใหญ่จะอยู่ในแวดวงสุขภาพ สาธารณสุข และสังคมศาสตร์ ได้แก่ จิตแพทย์ พยาบาลจิตเวช นักสังคมสงเคราะห์ วิชาชีพเหล่านี้ถือเป็นวิชาชีพที่ไม่เพียงแต่ให้การช่วยเหลือแก่เพื่อนมนุษย์เท่านั้น หากแต่ยังหน้าที่อีกอย่างหนึ่งในการรับผิดชอบต่อสุขภาพหรือความเป็นอยู่อันดีของผู้รับบริการช่วยเหลือด้วย นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นวิชาชีพที่จัดอยู่ในข่ายนี้ มีภาระหน้าที่ในเชิงป้องกันและรักษาควบคู่กันไปนักจิตวิทยาการปรึกษาจะใช้การพูดคุยสำรวจ เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการมองเห็นทั้งอุปสรรคและความเข้มแข็งองตงามของตนเอง เข้าใจจุดยืนของตนเองและมีมุมมองต่อชีวิตที่เป็นจริง รวมทั้งใช้สิ่งเหล่านี้ในการพัฒนาและแก้ปัญหาตนเองได้การจะทำหน้าที่ของนักวิชาชีพได้ดีนั้นจำเป็นต้องมีการศึกษาฝึกฝน

ที่เข้มข้นเพื่อให้มีความเชี่ยวชาญในศาสตร์ มีประสบการณ์และความพร้อมในการเผชิญสถานการณ์เชิงวิชาชีพเป็นอย่างดี (Schmolling, Youkeles, & Burger, 1997)

ในต่างประเทศ มีมหาวิทยาลัยที่เปิดสอนด้านจิตวิทยาการปรึกษาอยู่เป็นจำนวนมาก ทั้งระดับปริญญาโทและปริญญาเอกเช่น สาขาวิชาการปรึกษาเชิงอาชีพ การปรึกษาในชุมชน การปรึกษาทางสุขภาพจิต การปรึกษาในโรงเรียน การปรึกษาแบบครอบครัว การปรึกษาในสถานศึกษา ในสหรัฐอเมริกาสาขาวิชาเหล่านี้จะได้รับการรับรองมาตรฐานจากคณะกรรมการการศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา (Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs: CACREP) อันเป็นการรับประกันคุณภาพและมาตรฐานในการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถที่จำเป็นต่อการรับรองคุณสมบัติทางวิชาชีพ รวมทั้งได้รับโอกาสการประกอบวิชาชีพในอนาคต (CACREP, 2011) สำหรับการศึกษาระดับปริญญาโทส่วนใหญ่จะใช้เวลาประมาณ 2 ปี และ 5 ถึง 6 ปีสำหรับระดับปริญญาเอก ในการศึกษา การทำวิทยานิพนธ์ รวมทั้งฝึกประสบการณ์ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (practicum & internship) ช่องทางในการศึกษารวมทั้งประกอบวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษานั้นมีหลากหลาย ถึงกับมีการรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการสถาบันการศึกษาและการประกอบวิชาชีพ ทั้งจากนักวิชาการด้านจิตวิทยาการปรึกษา และสมาคมวิชาชีพจิตวิทยา/จิตวิทยาการปรึกษาทั้งในรูปแบบสิ่งพิมพ์ และเอกสารออนไลน์เป็นจำนวนมาก (Gelso & Fretz, 1992)

ปัจจุบันมีมหาวิทยาลัยในประเทศไทยที่เปิดการเรียนการสอนจิตวิทยาอยู่ 23 แห่ง ทั้งที่เป็นคณะ ภาควิชา และสาขาวิชาจิตวิทยา โดยมีทั้งระดับปริญญาตรีถึงปริญญาเอก ในจำนวนนี้มีประมาณ 1 ใน 3 ที่เปิดสอนในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา รายละเอียดการศึกษาในแต่ละแห่งก็มีความแตกต่างกันออกไป สำหรับคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เปิดการสอนในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต และหลักสูตรศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต คำอธิบายโดยสังเขปของหลักสูตร(คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553) ได้ให้ไว้ว่า:

จิตวิทยาการปรึกษา (Counseling Psychology) เป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) ซึ่งเป็นกระบวนการที่มุ่งให้ผู้มีปัญหาได้ทำความเข้าใจกับปัญหาของตน และมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง โดยนักจิตวิทยาการปรึกษา (Counselor) มีหน้าที่เป็นผู้เอื้อให้ผู้มีปัญหาได้เข้าใจปัญหาของตนอย่างชัดเจนที่สุด นักจิตวิทยาการปรึกษาจะไม่เข้าไปบงการ แนะนำ หรือ แทรกแซง ผู้รับบริการ แต่จะช่วยให้เขาสามารถจัดการปัญหาได้ด้วยตัวเอง...ผู้เข้ารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะได้รับประโยชน์ ในแง่ของการเกิดความเข้าใจในตนเอง และสามารถวางแนวทางการดำเนินชีวิตตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถเผชิญสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมั่นคง และสามารถจัดการปัญหาของตนได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสมกับความเป็นจริง และยังช่วยให้ค้นพบศักยภาพได้อย่างเต็มที่ ในการพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ขยายทัศนคติการมองโลก และชีวิตก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดี ผู้สำเร็จหลักสูตรนี้จะออกไปประกอบอาชีพเป็น

1. ครู อาจารย์ในสถาบันการศึกษาของรัฐและเอกชน
2. นักจิตวิทยาการปรึกษาที่ปฏิบัติงาน และให้บริการทางวิชาการ
3. นักจิตวิทยาการปรึกษาในสถาบันศึกษาหน่วยงานทางสุขภาพจิต องค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน
4. บุคลากรในหน่วยงานต่างๆ ที่ทำหน้าที่ด้านการช่วยเหลือ ป้องกัน แก้ไขปัญหา และพัฒนาคน

ในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิตใช้เวลาในการศึกษา 2 ปี ซึ่งประกอบไปด้วยรายวิชาทางจิตวิทยา จิตวิทยาการปรึกษา การวิจัยทางจิตวิทยาการปรึกษา การทำวิทยานิพนธ์ รวมทั้งการฝึกประสบการณ์ภาคสนามในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และการฝึกงานด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553)

2. พัฒนาการส่วนบุคคล และพัฒนาการเชิงวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา

การศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยเป็นช่วงเวลาของการหาความรู้ ประสบการณ์ต่างๆ เพื่อเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาตนเองทั้งในแง่ส่วนบุคคลและแง่วิชาชีพในระหว่างการศึกษา (Hackney & Cormier, 2009) ทั้งยังเป็นจุดเริ่มต้นอันชัดเจนของชีวิตสู่ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา คำถามหนึ่งที่ผู้ศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาจำเป็นต้องถามตนเองคือ จะทำอย่างไรจึงจะได้รับประสบการณ์ที่เอื้อต่อการศึกษาและพัฒนาตนเองได้มากที่สุด โดยไม่มุ่งเน้นเพียงการผ่านเกณฑ์ประเมินผลหรือการจบการศึกษาเท่านั้น (Gelso & Fretz, 1992) ประสบการณ์ดังกล่าวอาจจะได้รับการศึกษาโดยตรง ได้แก่ การศึกษาฝึกฝนทางทักษะและทางจิตใจซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของวิชาการทั้งในและนอกห้องเรียน และจากประสบการณ์ในการให้การช่วยเหลือทางจิตใจแก่ผู้คน เพราะกระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไม่เพียงแต่ให้ผลต่อผู้รับบริการเท่านั้น หากยังส่งผลถึงตัวตนของนักจิตวิทยาการปรึกษาอีกด้วย นักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีความมานะมุ่งมั่นจะทุ่มเทความรู้ความสามารถ และความเป็นตัวตนทั้งหมดของเขาในระหว่างให้การช่วยเหลือแก่ผู้รับบริการ ในขณะเดียวกันก็ได้มีโอกาสเติบโตองงามทางจิตใจจากการช่วยเหลือนั้นเช่นกัน (Brammer & MacDonald, 2003) พัฒนาการที่สำคัญจึงได้มาจากการศึกษา และความเข้าใจในตนเองที่มีมากขึ้น ซึ่งเป็นผลมาจากเรียนรู้จากผู้รับบริการและประยุกต์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการช่วยเหลือนั้นเข้ากับตนเอง

โดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึงพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษา เรามักจะนึกถึงพัฒนาการในแง่มุมมองต่างๆ เช่น จิตใจ สติปัญญา ทักษะ จรรยาบรรณ เป็นต้น สำหรับในทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษานั้นมักจะกล่าวถึงพัฒนาการส่วนบุคคล (personal development) และพัฒนาการเชิงวิชาชีพ (professional development) เป็นหลัก (Wilkins, 1997; Gelso & Fretz, 1992) ซึ่งทั้ง 2 เรื่องนี้เป็นเรื่องที่ว่าการศึกษาและการฝึกหัดนักจิตวิทยาการปรึกษาให้ความสนใจกันมาเป็นเวลานาน สมาคมวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาอเมริกันได้ยึดอุดมการณ์ในการส่งเสริมพัฒนานักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นหนึ่งในพันธกิจของสมาคม (ACA, 2005) สมาคมวิชาชีพจิตวิทยาอเมริกันได้ถือเอาหน้าที่ในการพัฒนาความรู้ความสามารถ ประสบการณ์ตามแนวทางที่เพียงพอต่อการให้บริการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาเป็นหนึ่งในจรรยาบรรณของนักจิตวิทยา (APA, 2010) นักวิชาการบางท่านมีความเชื่อว่านักจิตวิทยาการปรึกษาจะช่วยเหลือนำพาผู้รับบริการไปได้ดีในแง่ของการเรียนรู้ชีวิต ตราบเท่าที่

นักจิตวิทยาการปรึกษาจะมีความสามารถบรรลุถึงจุดมุ่งหมายนี้ได้ด้วยตนเอง นั่นหมายความว่า พัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษามีส่วนสัมพันธ์กับและเกื้อหนุนต่อพัฒนาการของผู้รับบริการ อย่างใกล้ชิด (Wilkins, 1997) ความหมายของพัฒนาการทั้ง 2 แห่งนี้ ไม่เพียงสื่อถึงความเป็น ผู้ปฏิบัติงานที่มีประสิทธิภาพเท่านั้น แต่ยังรวมถึงและมีที่มาจากความเป็นบุคคลที่ถึงพร้อม สมบูรณ์ในความรู้ความเข้าใจต่อชีวิตจิตใจของตนอีกด้วย

แนวคิดทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่างก็ให้น้ำหนักความสำคัญแตกต่างกันไปสำหรับ พัฒนาการส่วนบุคคล และพัฒนาการเชิงวิชาชีพ สำหรับแนวคิดด้านจิตวิเคราะห์นั้นให้ความสำคัญมากกับการที่นักจิตวิเคราะห์จะต้องเข้ารับการบำบัดด้วยตนเองเสียก่อน ซึ่งถือว่า จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการฝึกหัดพัฒนาเพื่อเป็นผู้ให้บริการที่มีประสิทธิภาพ แนวคิดที่เน้นการทำงานกับอารมณ์ความรู้สึกและประสบการณ์ของผู้รับบริการ เช่น แนวคิดด้านมนุษยนิยม ก็มีความเชื่อว่า การช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษามีความ เข้าใจอย่างลึกซึ้งซึ่งต่อตนเองและต่อผู้รับบริการ ด้วยการเข้าถึงและสัมผัสถึงตัวตนที่แท้จริงของทั้งสองฝ่าย (Rogers, 1961) ความเข้าใจที่ลึกซึ้งซึ่งต่อตนเองเช่นนี้อาจทำได้โดยผ่านกระบวนการ ปรึกษาที่นักจิตวิทยาการปรึกษาได้รับจากผู้เฒ่าหรือผู้ให้บริการที่มีประสบการณ์ เพื่อให้เข้าใจ และจัดการกับเรื่องที่ยังคงค้างในใจ (Rowan, 1983) ส่วนแนวคิดด้านกระบวนการคิดและปัญญานั้นมิได้เน้นความสำคัญของพัฒนาการส่วนบุคคลหรือตัวนักจิตวิทยาการปรึกษามากเท่าสอง แนวคิดข้างต้น แม้แต่ละแนวคิดจะมีความคิดเห็นที่แตกต่างบ้าง สิ่งหนึ่งที่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไป คือหลักการที่ว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่เพียงใช้เทคนิคหรือเครื่องมือในการช่วยเหลือเพียงอย่างเดียว การศึกษาของHolzman, Searight, and Hughes(1996) พบว่า นักศึกษาที่ศึกษาสาขาวิชา จิตวิทยาคลินิกในระดับบัณฑิตศึกษา ส่วนใหญ่มีเจตคติที่ดีมากต่อการเข้ารับการปรึกษาใน ระหว่างที่กำลังศึกษาอยู่ พวกเขารายงานว่า การเข้ารับการปรึกษาทำให้เข้าใจและแสดงความรู้สึก ของตนได้ดีขึ้น จึงพัฒนาทักษะในการปรึกษา รวมทั้งจิตใจที่ร่วมรู้สึกและเข้าใจผู้รับบริการได้ดีขึ้น ความเติบโตของงานของนักจิตวิทยาการปรึกษานี้นอกจากจะมีผลดีต่อตัวนักจิตวิทยาการปรึกษาเองแล้ว ยังส่งผลต่อเนื่องไปถึงความสามารถในการปฏิบัติงานที่ดีอีกด้วย (Faiver, Eisengart, & Colonna, 2004)การปรึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้นจะต้องอาศัยนักจิตวิทยาการปรึกษาที่สามารถ ปรับตัวให้มีรูปแบบการทำงานที่ยืดหยุ่นและเข้ากันได้ดีกับผู้รับบริการที่หลากหลาย การปรับตัวได้

ดีของนักจิตวิทยาการศึกษาก็มีพื้นฐานมาจากความเข้าใจในตนเอง ต่อทัศนคติ บุคลิกภาพ และสิ่งต่างๆ ที่เป็นแกนกลางรวมทั้งส่วนประกอบในการดำเนินชีวิตของตนเอง (Gelso & Fretz, 1992)

ประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องและเกี่ยวพันอยู่หลาย ปัจจัย ทั้งในส่วนของตัวนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้รับบริการ และบริบทแวดล้อมต่างๆ ในส่วนของ ปัจจัยที่ส่งผลต่อรูปแบบการพัฒนาของนักจิตวิทยาการปรึกษา มีปัจจัยที่สำคัญได้แก่ (Gladding, 2009)

1. บุคลิกภาพและภูมิหลังของนักจิตวิทยาการปรึกษา
2. การศึกษาอบรมของนักจิตวิทยาการปรึกษา และ
3. การเข้าร่วมในกิจกรรมเชิงวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา เช่น การศึกษา ต่อเนื่อง การนิเทศ

Corey (2005) ได้อธิบายถึงบุคลิกภาพหรือคุณสมบัติของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ เอื้ออำนวยต่อการให้ความช่วยเหลือไว้ว่า เป็นผู้ตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับความ เปลี่ยนแปลงและการตัดสินใจที่สำคัญต่อความเปลี่ยนแปลงในชีวิต มีความจริงใจ ซื่อสัตย์ทั้งต่อ ตนเองและผู้อื่น มีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน ไม่ยึดอยู่กับอดีต ไม่หวังพะวงถึงอนาคต มีความเมตตาและ ชอบช่วยเหลือผู้อื่น รักในงานและเต็มคำกับความหมายของชีวิตผ่านงานที่ทำ ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้ มิใช่สิ่งที่เป็นเกณฑ์มาตรฐานที่บุคคลจะต้องบรรลุอย่างครบถ้วนบริบูรณ์เพื่อเป็นนักจิตวิทยาการ ปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ หากเป็นแนวทางเพื่อให้บุคคลสำรวจและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ทั้ง ในฐานะบุคคลและในฐานะนักวิชาชีพ

บุคคลที่เข้าศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา หรือผู้ที่ผ่านการฝึกหัดเพื่อเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษานั้นต่างมีแรงจูงใจหรือเหตุผล รวมทั้งภูมิหลังในแง่ของประสบการณ์ชีวิตที่ แตกต่างออกไป ซึ่งแรงจูงใจและภูมิหลังเหล่านี้มีส่วนอย่างมากต่อรูปแบบแนวทางในการพัฒนา และชะตากรรมตัวของนักจิตวิทยาการปรึกษา (Kottler, 1986) รวมทั้งการทำงานด้วย นอกจากนี้ แรงจูงใจในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษานี้จะส่งผลต่อการพัฒนาความหมายของชีวิตจากการ ทำงานในวิชาชีพต่อไป

จะเห็นได้ว่า ปัจจัยและกระบวนการดังกล่าว จะเกี่ยวเนื่องกันไปตลอดเวลาบนเส้นทางการเติบโตของนักจิตวิทยาการปรึกษา ไม่ว่าจะในที่สุดแล้วผู้ศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาจะเลือกเส้นทางอาชีพในด้านนี้หรือไม่ เขาก็มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรับผิดชอบในการสำรวจตนเองอยู่เสมอ ควบคู่ไปกับหน้าที่ในการช่วยให้ผู้อื่นสำรวจตนเอง การสำรวจตนเองอย่างละเอียดลออนั้นจะช่วยให้การตอบสนองของความต้องการพัฒนาส่วนบุคคลและในเชิงวิชาชีพเป็นไปได้อย่างตรงจุดและต่อเนื่อง (Faiver, Eisengart, & Colonna, 2004; Wilkins, 1997) โดยเฉพาะในช่วงแรกของระยะการศึกษาฝึกหัด ซึ่งผ่านประสบการณ์ที่แปลกใหม่ เข้มข้น การปรับตัวที่ยากลำบาก รวมทั้งการดูแลอย่างใกล้ชิดจากผู้ให้เทศน์ ผู้ศึกษาจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ที่เห็นได้ชัดเจนคือ ความรู้ความชำนาญในศาสตร์ ทฤษฎี ทักษะ ความรู้ความเข้าใจในชีวิต ซึ่งมักควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงมุมมองที่มีต่อชีวิตอย่างชัดเจน (Kottler, 1986) ในระหว่างการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษา สิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องพบและทำความเข้าใจได้แก่ (Hackney & Cormier, 2009)

1. ประเด็นส่วนบุคคล เกี่ยวกับค่านิยม ความคิดความรู้สึก รวมถึงประสบการณ์ชีวิตและมุมมองต่อชีวิต ทั้งที่ตระหนักและไม่เคยตระหนักมาก่อน
2. ความขัดแย้งระหว่างประเด็นในข้อ 1 กับหน้าที่ความรับผิดชอบในเชิงวิชาชีพ ซึ่งในบางกรณีอาจนำมาสู่การแก้ไขโดยการยกเลิกความตั้งใจในการเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา
3. การปรับปรุง แก้ไข เรียนรู้ด้วยการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา

Ronnestad และ Skovholt (2003) ได้ทำการศึกษาพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษาและนักจิตบำบัดจำนวน 100 คน ด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ สามารถสรุประยะพัฒนาการบนเส้นทางการแห่งการเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือทางจิตใจได้เป็น 6 ระยะ และมีลักษณะประสบการณ์/พัฒนาการดังนี้

1. ระยะผู้ให้การช่วยเหลือที่ไม่มีความเชี่ยวชาญ

บุคคลมีประสบการณ์การช่วยเหลือในชีวิตประจำวันแก่ผู้อื่นก่อนที่จะเข้าสู่ระบบการศึกษาฝึกหัดในเชิงวิชาชีพ เขามักจะระบุปัญหาของผู้อื่นอย่างรวดเร็ว ให้การสนับสนุนทางอารมณ์อย่างมาก และให้คำแนะนำที่ชัดเจนโดยอิงจากมุมมอง ประสบการณ์ และคตินิยมยึดถือ

เป็นหลัก ลักษณะสำคัญคือการใช้ส่วนเกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดและรับผิดชอบกับปัญหาของผู้อื่น ซึ่งอาจขัดขวางประสิทธิภาพในการช่วยเหลือได้

2. ระยะเริ่มต้นฝึกหัดในระบบ

บุคคลเข้าสู่การศึกษาเชิงวิชาชีพเป็นครั้งแรก ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่น่าตื่นเต้นและยากลำบากในเวลาเดียวกัน เนื่องจากต้องปรับตัวให้เข้ากับบริบทและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเชิงวิชาชีพ ในระยะนี้บุคคลจะพบว่าคติในการช่วยเหลือที่ตนเคยยึดถือมาก่อนนั้น อาจจะไม่ใช้ได้อีกต่อไป สิ่งสำคัญที่เขาจะต้องเผชิญคือการเปลี่ยนแปลงในตนเองไปสู่บทบาทของนักวิชาชีพที่ไม่คุ้นเคยและเป็นงานที่ยากยิ่ง บุคคลจะตั้งคำถามกับตนเองอยู่ตลอดเวลา ว่าเขามีความเหมาะสมและมีคุณสมบัติที่จำเป็นแล้วหรือไม่ และมักจะได้รับอิทธิพลจากอาจารย์/ผู้นิเทศก์เป็นอย่างมากต่อพัฒนาการของตน

3. ระยะฝึกหัดในระบบขั้นสูง

บุคคลได้เข้าใจการจบการศึกษาฝึกหัดและมักจะปฏิบัติงานในเชิงการฝึกงานด้านการช่วยเหลือต่างๆ เขามีความคาดหวังและตั้งใจเป็นอย่างมากที่จะปฏิบัติงานในฐานะนักวิชาชีพให้ได้อย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งอาจกลายเป็นความกดดันหลักในระยะนี้ ทำให้ปฏิบัติงานด้วยความระมัดระวัง รอบคอบ รับผิดชอบสูง และเนื่องจากบุคคลมีประสบการณ์ในระดับหนึ่งจึงสามารถผสมความรู้ความเข้าใจ ประกอบกับการเรียนรู้จากตัวแบบ เช่น ผู้นิเทศก์และผู้ชำนาญการในสถานที่ฝึกงาน เพื่อเลือกแนวทางพัฒนาการของตนเองได้

4. ระยะนักวิชาชีพมือใหม่

การเริ่มต้นชีวิตเมื่อจบการศึกษานับเป็นความท้าทายของบุคคล มีการปรับตัวทั้งในด้านความรู้ ประสบการณ์ที่ได้รับจากการศึกษา และการสำรวจพัฒนาตนเองที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น เขาจะพบกับความอิสระในการคิดและการทำงาน ต่างจากเมื่อครั้งยังศึกษาอยู่ อีกทั้งยังพบว่าตนเองมีหลายสิ่งที่ยังไม่สมบูรณ์ในฐานะนักวิชาชีพ ต้องพบความท้าทายและการทดสอบตนเองเป็นอย่างมาก และความเข้มข้นเหล่านี้ทำให้บุคคลต้องพยายามที่จะปฏิบัติงานให้ได้ดี รวมทั้งพัฒนาตนเองด้วยการพึ่งพาตนเองอย่างแท้จริง

5. ระยะนักวิชาชีพผู้มีประสบการณ์

ในระยะนี้บุคคลมีการปรับตัวในวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง มีประสบการณ์ช่วยเหลือกลุ่มคนที่หลากหลาย ภายในบริบทที่หลากหลาย ดังนั้นงานพัฒนาการที่สำคัญในระยะนี้คือการสร้างบทบาทในการเป็นผู้ให้การช่วยเหลือตามแนวทางที่จำเพาะ และมีความสอดคล้องสูงกับตัวตนของบุคคล ความเชี่ยวชาญในวิชาชีพและประสบการณ์ที่สั่งสมมามาก ทำให้การประยุกต์เทคนิควิธีการในการปรึกษานั้น เป็นไปอย่างยืดหยุ่น สั้นไหว และมีประสิทธิภาพ ทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง รวมทั้งเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง

6. ระยะนักวิชาชีพอาวุโส

ประสบการณ์ในวิชาชีพที่ได้รับการสั่งสมมา อาจเป็นเวลามากกว่า 20-25 ปีขึ้นไป ทำให้บุคคลได้ชื่อว่าเป็นนักวิชาชีพอาวุโส บุคคลจะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอีกครั้งหนึ่งไปสูบทบาทการเป็นผู้ฝึกสอน/ให้การแนะนำแก่นักวิชาชีพมือใหม่ หน้าที่การงานที่ลดน้อยลงจากเดิม และการเตรียมตัวสู่การเกษียณอายุ แม้ว่าบางคนจะสามารถปรับตัวได้ดีและทำประโยชน์ในหน้าที่การงานได้มาก ประสบการณ์ที่อาจเกิดขึ้นในระยะนี้คือ ความรู้สึกแปลกแยก ไม่มีพลัง และเบื่อหน่าย

3. คุณลักษณะของนักจิตวิทยาการปรึกษา

นักจิตวิทยาการปรึกษาในปัจจุบันได้รับการศึกษา และมีกรอบแนวคิดทฤษฎีในการช่วยเหลือหลากหลายรูปแบบ ตลอดเวลาที่ผ่านมาได้มีการอภิปรายถกเถียง และทำการวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดทฤษฎีต่างๆ แม้จะยังไม่สามารถหาข้อสรุปที่ชัดเจน หรือระบุรูปแบบการปรึกษาที่สมบูรณ์ที่สุด มีประสิทธิภาพมากที่สุด แต่เป็นที่เห็นพ้องร่วมกันว่า คุณลักษณะของนักจิตวิทยาการปรึกษานั้นว่าเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกระบวนการและผลลัพธ์ของการช่วยเหลือเป็นอย่างมาก

3.1 คุณลักษณะด้านสัมพันธภาพในการปรึกษา

Carl Rogers (1961) ผู้พัฒนาแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (person-centered approach) ซึ่งมีคุณูปการอย่างใหญ่หลวงต่อวงการจิตวิทยา และเป็นพื้นฐาน

สำคัญของระบบการฝึกหัดนักจิตวิทยาการปรึกษาในปัจจุบัน ได้ทำการค้นคว้าวิจัยผ่าน
 ประสบการณ์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่หลากหลายตลอดชีวิตการทำงานของเขา และเสนอ
 คุณลักษณะด้านสัมพันธภาพระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษากับผู้มาปรึกษาไว้ดังนี้

ความจริงใจ (congruence) หมายถึง ชื่อสัตย์ต่อทั้งตนเองและผู้รับบริการ ในการปรึกษา
 เชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาจะเผชิญความคิดความรู้สึกที่หลากหลายเช่นเดียวกับผู้รับบริการ โดยจะ
 ปฏิบัติต่อความคิดความรู้สึกต่างๆ ด้วยความจริงใจ ความจริงใจมีองค์ประกอบ 2 ชั้นคือ รับรู้ และ
 แสดงออก นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องเรียนรู้ที่จะรับรู้ความคิดความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่าง
 ตรงไปตรงมา ซึ่งอาศัยความละเอียดลออในการสังเกตภาวะจิตใจของตน และแสดงออกอย่าง
 เหมาะสมกลับไปยังผู้รับบริการ ซึ่งอาศัยทักษะการสื่อสารที่จะเชื่อมต่อกับกระบวนการปรึกษา เปรียบ
 ได้กับการถอดหน้ากากที่ปกปิดซ่อนเร้นตัวตนของนักจิตวิทยาการปรึกษา ตัวตนของนักจิตวิทยา
 การปรึกษาที่มีความจริงใจจะช่วยสร้างความไว้วางใจซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการปรึกษาต่อไป

การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (unconditional positive regard) คุณลักษณะข้อที่สองของ
 นักจิตวิทยาการปรึกษา หมายถึงการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาให้การยอมรับด้วยความอบอุ่นในตัว
 ผู้รับบริการ ในฐานะมนุษย์คนหนึ่งที่น่าจะมีทั้งความดี และข้อจำกัดต่างๆ มีทั้งสิ่งที่นักจิตวิทยา
 ชอบ หรืออาจไม่ชอบเกี่ยวกับตัวผู้รับบริการ เช่น พฤติกรรมหรือเจตคติบางอย่าง เขาพึงยอมรับใน
 ทุกๆ แง่มุมของผู้รับบริการโดยที่ไม่มีข้อแม้เงื่อนไข ปราศจากการบังคับผลักดันใจของตน แต่
 เป็นไปด้วยความห่วงใยเอื้ออาทร แม้ว่าคุณลักษณะข้อนี้จะดูเป็นการยากสำหรับนักจิตวิทยาการ
 ปรึกษาที่จะปฏิบัติตามได้อย่างสมบูรณ์ แต่การฝึกฝนและการรับรู้เท่าทันจิตใจของตนเองจะมีส่วน
 ช่วยในการพัฒนาคุณลักษณะข้อนี้ได้ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขจะส่งผลให้ผู้รับบริการเกิด
 ความไว้วางใจ เชื่อมั่นในสัมพันธภาพระหว่างการปรึกษา

ความเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (empathic understanding) นักจิตวิทยาการปรึกษาที่ดีจะ
 สามารถเข้าใจโลกของผู้รับบริการได้อย่างลึกซึ้ง เขาสามารถมองเห็น สัมผัส รับรู้ ความคิด
 ความรู้สึกของผู้รับบริการได้เสมือนว่าเป็นผู้รับบริการ โดยที่ความรู้สึกและการรับรู้เหล่านี้จะไม่
 ปะปนกับความรู้สึกของนักจิตวิทยาการปรึกษาเอง ความเข้าใจที่ลึกซึ้งและความสามารถในการ
 สื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพนี้จะยิ่งทำให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเองได้ชัดเจน ตัวนักจิตวิทยาการ

ปรึกษาเปรียบเสมือนแว่นขยายในส่วนที่ผู้รับบริการรับรู้อยู่แล้วให้มีความละเอียดยิ่งขึ้น แม้กระทั่งส่วนที่ตนเองละเอียดหรือไม่สามารถมองเห็น รู้สึกสัมผัสได้ชัดก็จะปรากฏในการรับรู้ได้ดีขึ้น

3.2 คุณลักษณะด้านความงอกงามและความเข้าใจในชีวิต

นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้ให้การช่วยเหลือทางด้านจิตใจ โดยมุ่งเน้นให้ผู้รับบริการได้สำรวจมุมมอง ความรู้สึก ทศนคติ ท่าทีต่อเรื่องต่างๆ ในชีวิต เพื่อให้สามารถมองเห็นปัญหาที่ตนกำลังประสบอยู่ นำไปสู่การแก้ไขในสิ่งที่ติดขัดบกพร่อง ในขณะเดียวกันก็เพิ่มพูนความเข้าใจในโลกและชีวิตของตน และเป็นพื้นฐาน แนวทางในการพัฒนาชีวิตของตนต่อไป การจะบรรลุเป้าหมายนี้ได้ นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่เพียงแต่จะต้องมีความรอบรู้ในศาสตร์และเชี่ยวชาญในการใช้ทักษะการช่วยเหลือเท่านั้น หากยังต้องมีพื้นฐานจิตใจ ความเข้าใจโลกและชีวิตที่เพียงพอหรือมากกว่าผู้รับบริการ สร้างความงอกงามส่วนบุคคล (personal growth) ด้วยการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อนำพาผู้รับบริการผ่านกระบวนการช่วยเหลือให้สำเร็จลุล่วง แนวคิดด้านความงอกงามส่วนบุคคลที่สำคัญได้แก่ การเป็นบุคคลที่มีชีวิตที่เต็ม (fully functioning person) และการบรรลุสัจการแห่งตน (self-actualization) ซึ่งกระบวนการเหล่านี้เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เป็นกระบวนการตลอดชีวิตของบุคคล

การเป็นบุคคลที่มีชีวิตที่เต็ม (fully functioning person) คือมโนทัศน์ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางของ Carl Rogers (1961, 1969) ที่กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของบุคคลหลังรับการบำบัด/การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ว่าเป็นกระบวนการที่มีแนวโน้มพัฒนาไปในแนวทางที่เอื้อให้เกิดความงอกงามทางจิตใจและการดำเนินชีวิตที่ดีงาม อันเป็นผลมาจากการเลือกของอินทรีย์ หรือตัวตนทั้งหมดของบุคคลโดยองค์รวมมโนทัศน์นี้แม้จะถูกสร้างมาในบริบทของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อความรู้ความเข้าใจด้านความงอกงามของบุคคลแม้ไม่ได้รับกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เช่นด้านการศึกษา (Rogers, 1961) หรือเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษา บุคคลที่มีชีวิตที่เต็มนั้นจะมีการพัฒนาลักษณะสำคัญดังนี้

1. บุคคลจะมีการมองโลกและดำเนินชีวิตอย่างเปิดรับประสบการณ์(openness to experience) เข้าใจและยอมรับตนเองได้อย่างถ่องแท้ลึกซึ้ง ไม่ว่าจะเป็นแง่มุมทางบวกหรือทางลบ ภาพความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและตนเองที่แท้มีความสอดคล้องกันสูง ทำให้กลไกป้องกันตนเอง (defensiveness) ที่สร้างขึ้นเพื่อตอบสนองความไม่ลงรอยในตัวตนลดลง การรับรู้ตนเอง การเผชิญประสบการณ์ต่างๆ จึงมีลักษณะคมชัดแม่นยำ โดยไม่ถูกบิดเบือน
2. บุคคลจะดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย มีความสิ้นเปลือง มีชีวิตชีวา สัมผัสและเปิดรับประสบการณ์ในปัจจุบันขณะอย่างเต็มที่ (existential living) โดยไม่ถูกครอบงำบิดเบือน จากกรอบความคิดหรือประสบการณ์เดิม เท่าทันจิตใจและประสบการณ์ในปัจจุบันขณะในฐานะผู้สังเกตตนเอง ไม่ถูกกำหนดหรือควบคุมโดยประสบการณ์ของอินทรีย์
3. บุคคลจะมีความเชื่อมั่นในอินทรีย์หรือตัวตนทั้งหมดของบุคคล (trust in his organism) อันเป็นผลรวมจากความคิด ความรู้สึก ประสบการณ์ของบุคคลจากภายใน รวมถึงข้อมูลจากภายนอกทั้งหมด เพื่อการดำเนินชีวิตหรือการตัดสินใจอันนำไปสู่ผลที่ตนพึงพอใจ การเชื่อในอินทรีย์แบบองค์รวมนี้บุคคลจะกระทำในสิ่งที่ 'รู้สึกว่าจะใช่' มากกว่าสิ่งที่ 'ควรจะทำ' ซึ่งอย่างหลังเป็นการขึ้นกับข้อมูลหรือประสบการณ์เพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่ง บุคคลดำเนินชีวิตด้วยการขับเคลื่อนแบบองค์รวม ยอมรับชีวิตได้ในทุกรูปแบบ และยินดีปรับปรุงแก้ไขอยู่เสมอในการตัดสินใจที่ผิดพลาด

Rogers เชื่อว่ามนุษย์มีแรงจูงใจที่จะเติบโตและพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพ เป็นในสิ่งที่ตนสามารถเป็นได้ เป็นตัวจริงของตนเอง

การบรรลุสู่จักรการแห่งตน (self-actualization) มโนทัศน์ที่กล่าวถึงแรงจูงใจ รวมถึงความงอกงามส่วนบุคคล เป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎี ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์(hierarchy of needs) ซึ่งได้รับความนิยมนำมาใช้ในวงการจิตวิทยาโดย Abraham Maslow (1970 อ้างถึงใน Worchel & Goethals, 1989) ความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์มี 5 ขั้น เริ่มจากความต้องการด้านร่างกายและความอยู่รอด ความต้องการด้านความปลอดภัยของร่างกายและจิตใจ ความ

ต้องการด้านความรัก การเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ความต้องการด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง เมื่อเติมเต็มความต้องการในลำดับขั้นที่ต่ำกว่าจึงพัฒนาไปสู่การเติมเต็มความต้องการในลำดับขั้นที่สูงขึ้น การที่ความต้องการพื้นฐาน 4 ชั้นแรกได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอจะเป็นบันไดให้บุคคลก้าวไปสู่ภาวะบรรลุสัจการแห่งตน หรือความเข้าใจในตนเองอย่างลึกซึ้ง ซึ่งมีลักษณะดังนี้ (Maslow 1968, 1970 อ้างถึงใน Goud&Arkoff, 2009)

1. บุคคลมีประสบการณ์อย่างอึดอัด มีชีวิตชีวาที่มีการรับรู้อย่างเต็มที่ในห้วงเวลาปัจจุบัน โดยปราศจากการคิดคำนึงถึงตัวตน ความคิดฟุ้งซ่านหรือสิ่งไม่สำคัญอื่น เป็นภาวะที่บุคคลมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับประสบการณ์ในขณะนั้น
2. บุคคลมีแนวโน้มที่จะเลือกการตัดสินใจที่นำไปสู่การบรรลุสัจการแห่งตนที่มากยิ่งขึ้น ทางเดินในชีวิตแต่ละก้าวล้วนมุ่งสู่ความมั่งคั่งในตนเอง
3. บุคคลจะเรียนรู้ที่จะรับฟังเสียงภายในของตน ซึ่งจะทำให้เขารู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ และค้นพบตนเองได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับการละเลยที่จะทำความเข้าใจตนเอง และปล่อยให้เสียงภายนอก ได้แก่บุคคลอื่น หรือความคิดค่านิยมจากสังคม มาครอบงำ และชี้นำความคิดการกระทำของตนโดยปราศจากความตระหนักรู้
4. บุคคลมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง และรับผิดชอบในทุกการกระทำของตน
5. บุคคลยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็นในทุกๆ มิติ เช่น ร่างกาย คุณสมบัตินั้นๆ ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ไม่พยายามเป็นในสิ่งที่ตนเองไม่ได้เป็น เขากล้าที่จะยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็นแม้ว่าสิ่งนั้นจะไม่ใช่ที่พึงปรารถนาก็ตาม
6. การบรรลุสัจการแห่งตนมิใช่จุดมุ่งหมายหรือภาวะที่มีความคงที่ หากเป็นกระบวนการที่บุคคลได้รับรู้และใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ในช่วงเวลานั้นๆ ซึ่งหมายความว่าบุคคลที่เข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้จะสามารถพัฒนาตนเองได้ไม่มีที่สิ้นสุด
7. ผู้ที่เข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้จะมีความคิดและการกระทำที่มุ่งประโยชน์ต่อส่วนรวม มีความเสียสละในการทำงาน ในชีวิตประจำวัน ไม่คำนึงถึงแต่ตนเอง ไม่มีความเห็นแก่ตัว

4. การวิจัยเชิงคุณภาพ

4.1 ปรัชญาและแนวคิดพื้นฐานของการวิจัยเชิงคุณภาพ

การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เป็นวิธีการศึกษาวิจัยรูปแบบหนึ่งที่มีประวัติความเป็นมายาวนาน มีต้นกำเนิดและแพร่หลายในแวดวงนักสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาเป็นหลัก (Denzin & Lincoln, 1998) และแม้ว่าวิธีการเชิงคุณภาพจะมีมานานแล้ว แต่ด้วยอิทธิพลและความนิยมที่มีมากกว่าของแนวคิดปฏิฐานนิยม (Positivism) ซึ่งเป็นหัวใจของการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) ที่ใช้กันมากในวงการวิทยาศาสตร์ทำให้ที่ผ่านมามีการวิจัยเชิงคุณภาพดูเหมือนจะจำกัดอยู่ในหมู่นักวิชาการที่คุ้นเคยกับวิธีการนี้เท่านั้น ในปัจจุบันการวิจัยเชิงคุณภาพเริ่มเป็นวิธีการและทางเลือกในการศึกษาวิจัยที่แพร่หลายมากขึ้นในหลายวงการ รวมถึงวงการวิทยาศาสตร์และจิตวิทยาด้วย (ชาย โพธิ์สิตา, 2550) จิตวิทยาการปรึกษาในฐานะที่เป็นศาสตร์ที่ตั้งอยู่บนแนวคิดวิทยาศาสตร์เป็นหลักก็ได้รับวิธีการนี้มาใช้เช่นกัน และมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จากอัตราส่วนจำนวนงานวิจัยที่ใช้วิธีการนี้ต่อจำนวนงานวิจัยที่ใช้วิธีการเชิงปริมาณที่นิยมแต่เดิม (Heppner, Kivlighan, & Wampold, 1999) ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการวิจัยเชิงคุณภาพที่เป็นเครื่องมืออีกอย่างหนึ่งในการแสวงหาองค์ความรู้ นิยามของการวิจัยเชิงคุณภาพที่เป็นที่ยอมรับได้แสดงไว้ดังนี้

การวิจัยเชิงคุณภาพคือการศึกษาที่ใช้วิธีการร่วมกันหลายวิธี รวมถึงการตีความข้อมูลและการเข้าถึงข้อมูลด้วยวิธีการธรรมชาติ หมายถึงผู้วิจัยพยายามศึกษาในบริบทดั้งเดิมของข้อมูล พยายามทำความเข้าใจหรือตีความปรากฏการณ์ในความหมายของการรับรู้ที่บุคคลให้แก่เหตุการณ์นั้น โดยใช้การเก็บข้อมูลเชิงประจักษ์ที่หลากหลาย ได้แก่ กรณีศึกษา ประสบการณ์ส่วนบุคคล การสำรวจตนเอง ประวัติชีวิต การสัมภาษณ์ การสังเกต ข้อมูลเชิงประวัติศาสตร์ การเข้าไปมีส่วนร่วมของผู้วิจัย และข้อมูลลายลักษณ์อักษร เป็นต้น การใช้วิธีการที่หลากหลายก็เพื่อมุ่งหวังให้ได้มาซึ่งความเข้าใจที่ชัดเจนในเรื่องที่ศึกษา (Denzin & Lincoln, 1998)

การวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณนั้นมีความแตกต่างกันอยู่หลายประการ หมายรวมตั้งแต่ความเชื่อ/ปรัชญาที่เกี่ยวกับธรรมชาติของความจริง การเข้าถึงความจริง และได้มาซึ่งองค์ความรู้ โดยรวมแล้วการวิจัยเชิงปริมาณเป็นการวิจัยประเภทที่มุ่งหาความสัมพันธ์ของมโนทัศน์หรือปัจจัยต่างๆ ในเชิงเส้นตรง เช่นความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ พยายามจัดกระทำและควบคุมตัวแปรหรือสิ่งรบกวนต่างๆ เช่นบริบททางเวลา สถานที่ วัฒนธรรม และบริบททางจิตใจของผู้ให้ข้อมูล เช่น ความคาดหวัง ค่านิยม ประสพการณ์ โดยมีความเชื่อว่า ยังสามารถควบคุมหรือขจัดอิทธิพลของ “สิ่งปนเปื้อน” เหล่านี้ให้เหลือน้อยเท่าใด คุณค่าของข้อค้นพบจะหนักแน่นน่าเชื่อถือ และไปถึงความสัมพันธ์ในเชิงเส้นตรงได้ดีขึ้นเท่านั้น (Heppner, Kivlighan, & Wampold, 1999) การวิจัยเชิงคุณภาพจะไม่พยายามควบคุมจัดกระทำในลักษณะเดียวกัน แต่มีความเชื่อว่าการศึกษาเรื่องหนึ่งๆ เราจะทำความเข้าใจได้ดีที่สุดก็ต่อเมื่อพิจารณาเรื่องนั้นในลักษณะที่เป็นองค์รวม นั่นหมายถึงเป็นเรื่องที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องซับซ้อนกันกับปัจจัยแวดล้อมต่างๆ ความพยายามในการลดทอนความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนเหล่านั้นให้เหลือเป็นเชิงเส้นตรงหรือศึกษาปรากฏการณ์หนึ่งในมุมมองเดียวอาจทำให้มีความเข้าใจที่ไม่ครบถ้วนสมบูรณ์ มุ่งเน้นความเข้าใจหรือการตีความความหมายปรากฏการณ์ที่ศึกษาเป็นหลัก (ชาย โภธิสิตา, 2550) สรุปลักษณะสำคัญของการวิจัยทั้งสองรูปแบบได้ดังนี้

ตารางที่ 1

ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ

ที่มา : Holliday (2002)

การวิจัยเชิงปริมาณ	การวิจัยเชิงคุณภาพ
ลักษณะการศึกษา	
<ul style="list-style-type: none"> ● ศึกษาปรากฏการณ์เชิงปริมาณในกลุ่มประชากรกลุ่มใหญ่ ● ใช้หลักการทางสถิติและการทำซ้ำเพื่อการสรุปอ้างอิง ● พยายามขจัดอิทธิพลของตัวแปรอื่นให้ 	<ul style="list-style-type: none"> ■ ศึกษาปรากฏการณ์เชิงคุณภาพที่เกิดขึ้นในชีวิต ■ ทำการศึกษาในสถานที่ที่เอื้ออำนวยต่อการทำความเข้าใจปัจจัยทางสังคมที่เกี่ยวข้อง และคำนึงถึงขอบเขตในการจัดกระทำต่างๆ ■ เข้าไปศึกษาอย่างใกล้ชิดกับแหล่งข้อมูล

การวิจัยเชิงปริมาณ	การวิจัยเชิงคุณภาพ
เหลือน้อยที่สุด	ทำให้สามารถสำรวจเชิงลึกในส่วนที่สนใจ
แนวคิดของการวิจัย	
<ul style="list-style-type: none"> ● เพื่อจะพิสูจน์ในประเด็นที่ต้องการศึกษา ● ให้ความสำคัญกับการใช้เครื่องมือที่ได้รับการพัฒนามาแล้ว ● การใช้เครื่องมือที่มีประสิทธิภาพจะทำให้การแสวงหาความจริงและข้อสรุปสุดท้ายในเรื่องที่ศึกษามีความเป็นไปได้ ● ใช้หลักการสรุปอ้างอิงเชิงนิรนัย 	<ul style="list-style-type: none"> ■ สิ่งที่มีความสำคัญต่อเรื่องที่ศึกษาสามารถค้นพบได้ในระหว่างทำการศึกษา ■ ให้ความสำคัญกับปรับวิธีการในระหว่างทำการศึกษาเพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์และผู้ให้ข้อมูลต่างๆ ■ ความเป็นจริงนั้นมีความซับซ้อน หลากหลายแ่งมุมเกินกว่าจะสามารถหาข้อสรุปได้อย่างเบ็ดเสร็จ ต้องทำความเข้าใจผ่านการตีความ ■ ใช้หลักการสรุปอ้างอิงเชิงอุปนัย
ขั้นตอนในการวิจัย	
<ul style="list-style-type: none"> ● ระบุปัญหาหรือจุดเน้นของงานวิจัยที่ต้องการศึกษา (เช่น การทดสอบสมมุติฐานหนึ่งๆ) ● จัดทำ/จัดทำเครื่องมือ (เช่น แบบสอบถาม แบบวัด หรือการทดลอง) ● เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง 	<ul style="list-style-type: none"> ■ พิจารณาหัวข้อการศึกษาที่น่าสนใจ ■ ศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง ■ ระบุจุดเน้นและแนวทางการศึกษาจากข้อมูล ■ พัฒนาการวิจัยไปพร้อมกับการเก็บข้อมูล
ความเข้มงวดในการศึกษา	
<ul style="list-style-type: none"> ● ใช้หลักมาตรฐานในการวิจัยอย่างเคร่งครัด ได้แก่ สถิติ และการออกแบบการวิจัย 	<ul style="list-style-type: none"> ■ หลักการทำวิจัยมีความยืดหยุ่น เพื่อให้เหมาะสมกับสิ่งที่ศึกษาและบริบทแวดล้อม

อย่างไรก็ตาม แม้แนวคิดและวิธีการเหล่านี้จะมีข้อได้เปรียบ/ข้อจำกัดที่แตกต่างกันไป ประเด็นเรื่องความน่าเชื่อถือการวิจัยเชิงคุณภาพก็ได้รับการพิจารณาเป็นอย่างมากจากวงการศึกษาวิจัยแนวนี้ (Silverman, 2004)

Kirk และ Miller(1986 อ้างถึงใน Peräkylä, 2004) ได้ให้คำจำกัดความของ ความเที่ยงในงานวิจัยเชิงคุณภาพไว้ว่า ‘ระดับความเชื่อมั่นว่าข้อค้นพบที่ได้ไม่ใช่เหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นโดยบังเอิญ’ หมายถึงต้องสามารถอธิบายหรือแสดงสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน (Leininger, 1985 อ้างถึงใน ธีรจุฑา จรัสโยธินนุวัฒน์, 2547) ส่วนคำว่า ความตรง นั้นหมายถึงการที่นักวิจัยสามารถทำความเข้าใจความหมาย และ/หรือลักษณะปรากฏการณ์ในสิ่งที่ศึกษาได้อย่างถูกต้อง (Kirk and Miller, 1986; Altheide and Johnson, 1994; Silverman, 2001 อ้างถึงใน Peräkylä, 2004)

4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี

ผู้วิจัยเลือกใช้การวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี (Case Study Approach) ซึ่งเป็นวิธีการศึกษาเชิงคุณภาพรูปแบบหนึ่งที่ถูกนำมาใช้เป็นเครื่องมือศึกษาวิจัยในหลากหลายขอบเขต หลากหลายศาสตร์ เช่นในขอบเขตขององค์กร สังคม การเมือง ในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ รัฐศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ ธุรกิจ การตลาด กระทั่งการทำความเข้าใจต่อบุคคลหรือกลุ่มบุคคลในเชิงจิตวิทยา ด้วยความแพร่หลายนี้ทำให้รูปแบบการวิจัยแบบการศึกษาเฉพาะกรณีมีความแตกต่างกันแปร ตามแต่จุดประสงค์ของการวิจัย แนวคิดการในมองปัญหาของแต่ละศาสตร์ รวมถึงการออกแบบการวิจัยให้เหมาะสม

ลักษณะสำคัญของการวิจัยแบบการศึกษาเฉพาะกรณีคือ มุ่งทำความเข้าใจสิ่งที่ศึกษา หรือผู้ให้ข้อมูลจำนวนไม่มาก ทำให้สามารถศึกษาในรายกรณีนั้นๆ ได้อย่างลึกซึ้งและรอบด้าน (Hammersley & Gomm, 2000) เน้นการศึกษาภายในสถานการณ์จริง เพื่อพัฒนาความเข้าใจที่เจาะจงเกี่ยวกับรายกรณีนั้นๆ Yin (2009) ได้ให้คำจำกัดความของการวิจัยรูปแบบนี้ไว้ว่า:

การหาข้อมูลเชิงประจักษ์เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่กำลังเกิดขึ้น (หรือกรณีตัวอย่าง) ภายในบริบทของเหตุการณ์หรือกรณีตัวอย่างนั้น โดยเฉพาะเมื่อขอบเขตของ

เหตุการณ์หรือกรณีตัวอย่างกับบริบทไม่สามารถแยกจากกันได้อย่างชัดเจน

(p. 18).

การมุ่งทำความเข้าใจปรากฏการณ์ในบริบทที่เป็นจริง ไม่สามารถแบ่งแยกปรากฏการณ์ออกจากบริบทที่ศึกษาได้ ทำให้การเก็บและวิเคราะห์ข้อมูลมีความซับซ้อน จำเป็นต้องใช้ข้อมูลจากหลากหลายแหล่ง หลากหลายวิธีการมาประกอบกัน เพื่อให้สามารถทำความเข้าใจในเรื่องที่ศึกษาได้ชัดเจนและเที่ยงตรงที่สุด (Yin, 2003) ดังนั้นผู้วิจัยจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับผู้ใช้ข้อมูลและบริบทของปรากฏการณ์ที่ศึกษา ด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) เพื่อศึกษาปรากฏการณ์และการให้ความหมายต่อปรากฏการณ์นั้นในมุมมองของผู้ให้ข้อมูลด้วยตนเอง ไม่ใช่ในมุมมองของผู้วิจัยการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณีมุ่งหมายที่จะทำความเข้าใจปรากฏการณ์ต่างๆ หรือสิ่งที่ได้เกิดขึ้นจริง (มิใช่เกิดขึ้นจากการจัดกระทำ) ด้วยคำถามเชิงสำรวจในแง่กระบวนการว่า “อย่างไร” หรือ “เพราะเหตุใด”(Yin, 2003)ด้วยการมองเข้าไปในโลกแห่งประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลอย่างลึกซึ้ง

ขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะรายกรณี

ระเบียบวิธีวิจัย และขั้นตอนการวิจัยแบบการศึกษาเฉพาะรายกรณีนั้นอาศัยหลักปรัชญาและแนวทางจากการวิจัยเชิงคุณภาพค่อนข้างมาก แนวทางการศึกษาวิจัยแบบเฉพาะรายกรณีอาจสรุปรวมได้ดังนี้ (Stake, 1995)

1. กำหนดหัวข้อ ขอบเขตของปัญหาที่ต้องการศึกษา ระบุคำถามในการการวิจัย
2. เลือกกรณีศึกษาที่มีความเด่นชัดในแง่ความลึกซึ้งและครอบคลุมของข้อมูล
3. รวบรวมและทบทวนองค์ความรู้ รวมถึงข้อมูลที่เป็นในการศึกษาวิจัย ทั้งระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ วางแผนการวิจัยที่เหมาะสม ทฤษฎีพื้นฐานในเรื่องที่จะศึกษา รวมถึงผลการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง อันจะทำให้มีความรู้ความเข้าใจอย่างรอบด้านในเรื่องที่ทำการศึกษา และสามารถดำเนินการวิจัยได้ตามแผนงาน รวมถึงปรับแก้ข้อบกพร่องที่อาจเกิดขึ้นตลอดการวิจัย

4. เก็บข้อมูลตามแนวทางการวิจัยที่ออกแบบไว้ ด้วยการใช่วิธีการที่หลากหลายมาประกอบกันดังจะกล่าวในหัวข้อต่อไป

5. นำเสนอข้อมูลด้วยการพรรณนา โดยมีจุดมุ่งหมายอยู่ที่การให้รายละเอียดของกรณีศึกษา พร้อมทั้งบริบทที่ทำการเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยจะสกัดเนื้อหาสาระมานำเสนอตามแนวทางและขอบเขตของคำถามการวิจัย เพื่อให้เห็นภาพรวมของข้อมูลโดยไม่เน้นขั้นตอนการวิเคราะห์ (Yin, 2003)

6. วิเคราะห์ข้อมูล เพื่อหาสาระสำคัญของปรากฏการณ์หรือกรณีศึกษา ด้วยการตีความที่เหมาะสมกับข้อมูลความเข้าใจในข้อมูลของกรณีศึกษาของผู้วิจัยยังมีมากเท่าใด เมื่อประกอบกับการพิจารณาแนวทางและคำถามการวิจัย จะทำให้การวิเคราะห์ข้อมูลมีความลึกซึ้งชัดเจนมากขึ้นตามลำดับ

7. ตรวจสอบความถูกต้องน่าเชื่อถือของข้อมูล

8. เขียนรายงานการวิจัย

วิธีการเก็บข้อมูลของการวิจัยแบบการศึกษาเฉพาะกรณีนั้นสามารถทำได้หลากหลาย ซึ่งวิธีการเก็บข้อมูล รวมถึงแหล่งที่มาของข้อมูลที่ใช้กันโดยทั่วไปนั้นมีดังต่อไปนี้ Gillham(2000)

1. ข้อมูลที่เป็นลายลักษณ์อักษร หรือข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ เช่นบันทึก หรืออัตชีวประวัติ
2. การสังเกตภาคสนาม
3. การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล ทั้งผู้ให้ข้อมูลหลักและผู้ให้ข้อมูลประกอบ
4. หลักฐานทางวัตถุ เช่นข้าวของเครื่องใช้ของผู้ให้ข้อมูล
5. ข้อมูลเชิงปริมาณ เช่นตัวเลขสถิติ เพื่ออ้างอิงประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล และทำให้เห็นภาพรวมของกรณีตัวอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น

การที่ผู้วิจัยจะเลือกใช่วิธีการเก็บข้อมูลแบบใดนั้นมิได้มีหลักเกณฑ์กำหนดไว้ตายตัว ทั้งนี้ อาจพิจารณาประยุกต์ใช้การเก็บข้อมูลมากกว่าหนึ่งวิธีผสมผสานกัน ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของการวิจัย และการออกแบบการวิจัยนั้น อนึ่ง การใช้ประโยชน์จากการเก็บข้อมูลด้วยวิธีที่

หลากหลาย การใช้ข้อมูลจากผู้สังเกตต่างบุคคลกัน การมองข้อมูลจากหลายมุมมองหรือหลาย
ทฤษฎี กระทั่งการใช้ระเบียบวิธีวิจัยที่หลากหลายมาประกอบกัน เหล่านี้ถือเป็นวิธีการเพิ่มความ
น่าเชื่อถือของข้อมูลได้อีกทางหนึ่ง เรียกว่า การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation: Yin,
2012) การวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเฉพาะแบบการศึกษาเฉพาะกรณีนั้นมีลักษณะการออกแบบการ
วิจัยที่สามารถทำได้อย่างยืดหยุ่น ทั้งในแง่การเก็บข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และนำเสนอข้อมูล เปิด
โอกาสให้นักวิจัยใช้เทคนิคนี้ในการเพิ่มความถูกต้อง น่าเชื่อถือให้กับงานวิจัยได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี เพื่อศึกษาทำความเข้าใจประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการประกอบภาระงาน หลังสำเร็จการศึกษาและได้มีประสบการณ์อย่างยาวนาน ของนิสิตปริญญาโทและปริญญาเอก สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ประกอบด้วย การเตรียมการ การดำเนินการเก็บข้อมูล การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการสรุปอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การเตรียมการก่อนการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้เตรียมตัวก่อนการทำวิจัยโดยการวางแผนการทำวิจัยที่ครอบคลุมถึงบริบทของสิ่งที่ศึกษา รวมทั้งเตรียมความพร้อมของผู้วิจัยในฐานะผู้เก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล

1.1 การเตรียมความพร้อมของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมในการเก็บข้อมูล ซึ่งใช้ตัวผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหลักที่สำคัญที่สุด โดยการลงทะเบียนเรียนในรายวิชา การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล ที่คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เนื่องจากในภาคเรียนดังกล่าวไม่มีรายวิชาการวิจัยเชิงคุณภาพของคณะจิตวิทยาเปิดสอน ผู้วิจัยเห็นว่าระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล และทางจิตวิทยาการปรึกษามีรายละเอียดที่คล้ายคลึงกัน และสามารถนำมาปรับใช้ระหว่างกันได้ ประกอบกับผู้สอนเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ มีประสบการณ์ในการสอนและการทำวิจัยเชิงคุณภาพ จึงเลือกเรียนในรายวิชา ได้ศึกษาหาความรู้ผ่านทางทฤษฎีและฝึกปฏิบัติโดยการทำวิจัยย่อยเรื่อง ประสบการณ์ในการประกอบอาชีพของบัณฑิตใหม่ที่ประกอบอาชีพไม่ตรงกับสาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษา โดยศึกษาเชิงปรากฏการณ์

นิยม นอกจากนั้นทำการศึกษาค้นคว้าความรู้ทางการวิจัยเพิ่มเติมจากเอกสารและตำราวิชาการที่เกี่ยวข้อง

1.2 การเตรียมความพร้อมด้านความรู้เกี่ยวกับประเด็นที่ศึกษา

ผู้วิจัยเป็นผู้ศึกษาในหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษา จึงมีความรู้พื้นฐานทั้งในด้านทฤษฎีและการปฏิบัติในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษา จึงมีมุมมองในฐานะคนใน อันจะช่วยให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาด้านจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสถาบันอื่นๆ ทั้งในและต่างประเทศ ค้นคว้าข้อมูลด้านวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา และศึกษาเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักจิตวิทยาการปรึกษา และการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จากเอกสาร ตำราทางวิชาการ

1.3 การเตรียมความพร้อมด้านการวางแผนการวิจัย

ผู้วิจัยทำการวางแผนการวิจัย โดยอาศัยความรู้ทั้งด้านการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษาเฉพาะกรณี และความรู้เกี่ยวกับประเด็นที่ศึกษา พิจารณาร่วมกับความเป็นไปได้ของการวิจัย ทั้งการเข้าถึงแหล่งข้อมูล ขอบเขตของการวิจัย ระยะเวลาในการดำเนินการ และเรื่องอื่นๆ ที่เป็นไปได้ เพื่อวางแผนการวิจัยที่รอบคอบรัดกุม ในขณะที่เดียวกันก็มีความยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ในการศึกษาและข้อมูลที่ไม่ได้คาดคิดไว้ได้

2 การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 3 รายดังนี้

- 2.1.1 เป็นผู้สำเร็จการศึกษาในด้านจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับบัณฑิตศึกษามาแล้วอย่างน้อย 20 ปี เหตุผลคือระยะเวลาดังกล่าวเป็นระยะเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลได้รับการศึกษา รวมทั้งออกไปประกอบอาชีพยาวนานเพียงพอที่ทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่เข้มข้นหลากหลาย ทั้งในการใช้ชีวิตและการประกอบการทำงานมีการหลอมรวมความรู้ความเข้าใจด้านการปรึกษาเชิง

จิตวิทยา ความรู้ความเข้าใจในโลกและชีวิต มาสู่การดำเนินชีวิตและการประกอบกิจการที่มีความกลมกลืนเป็นเนื้อเดียวกัน ซึ่งเทียบได้กับระยะพัฒนาการทางวิชาชีพของ Ronnestad และ Skovholt (2003) ในระยะที่ 5 คือ นักวิชาชีพผู้มีประสบการณ์

- 2.1.2 มีความเต็มใจในการให้ข้อมูล รวมทั้งเป็นผู้มีประสบการณ์ด้านการใช้ชีวิตและการประกอบกิจการในฐานะบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาที่เข้มข้น หลากหลาย (Information-rich) สามารถถ่ายทอดประสบการณ์ดังกล่าวออกมาได้โดยละเอียด
- 2.1.3 คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลโดยอาศัยความเห็นจากอาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มีประสบการณ์การสอนในช่วงเวลาดังกล่าวมากกว่า 30 ปี เป็นหนึ่งในผู้ร่วมก่อตั้งหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมีสายสัมพันธ์อันดีกับนิสิต และบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา เป็นผู้นำผู้วิจัยเข้าสู่แหล่งข้อมูล (gate keeper)

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูล	เพศ	อายุ	สถานภาพ	ภูมิลำเนา	สถานที่ทำงาน	อาชีพ
ID 1	หญิง	52	โสด	ภาคเหนือ	ภาคเหนือ	เจ้าของ, ผู้อำนวยการโรงเรียน
ID 2	หญิง	55	สมรส	ภาคเหนือ	กรุงเทพมหานคร	นักธุรกิจ
ID 3	หญิง	54	สมรส	กรุงเทพมหานคร	กรุงเทพมหานคร	อาจารย์

2.2 ผู้ให้ข้อมูลประกอบ

เป็นบุคคลที่ให้ข้อมูลนอกเหนือไปจากข้อมูลที่ได้จากตัวผู้ให้ข้อมูลเอง หรือจากการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการอื่นๆ ซึ่งจะต้องเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิดกับผู้ให้ข้อมูล รู้จักและเข้าใจประสบการณ์

วิถีชีวิต รวมทั้งการทำงานของผู้ให้ข้อมูลเป็นอย่างดี สามารถถ่ายทอดมุมมองและให้ข้อมูลเพื่อประกอบการวิจัยได้อย่างละเอียด ทั้งในแง่มุมมองที่สนับสนุน เสริม หรือขัดแย้งกับข้อมูลอื่น เพื่อให้การตรวจสอบและความน่าเชื่อถือของการวิจัยมีความหนักแน่นยิ่งขึ้น ประกอบด้วย เพื่อนร่วมงาน เพื่อน และสมาชิกในครอบครัวของผู้ให้ข้อมูล

2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในขั้นการเก็บรวบรวมข้อมูล จะดำเนินการตามแผนการวิจัยที่ได้วางไว้ โดยใช้การเก็บข้อมูลจากหลายแหล่ง หลายวิธีมาประกอบกัน ได้แก่การสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลหลักการ สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลประกอบการสังเกตและจดบันทึกภาคสนามข้อมูลจากแหล่งข้อมูลอ้างอิง ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล มีรายละเอียดดังนี้

- 2.3.1 ทำการวิจัยนำร่อง (try-out study) โดยการสัมภาษณ์บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 1 ราย เพื่อทบทวนกรอบความคิดในการเก็บข้อมูล ทำความเข้าใจประสบการณ์ของผู้ที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับผู้ให้ข้อมูล และปรับคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึกให้มีความเหมาะสมต่อการศึกษาวิจัยมากยิ่งขึ้น
- 2.3.2 เข้ารับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- 2.3.3 เมื่อผ่านการอนุมัติจริยธรรม ผู้วิจัยได้ติดต่อผู้ให้ข้อมูลตามที่ผู้นำผู้วิจัยเข้าสู่แหล่งข้อมูลได้ให้คำแนะนำ
- 2.3.4 ติดต่อผู้ให้ข้อมูลที่ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย ชี้แจงรายละเอียดของการศึกษาวิจัย และขอความร่วมมือ รวมทั้งนัดวันเวลาในการเข้าเก็บข้อมูลภาคสนาม รวมถึงการสัมภาษณ์
- 2.3.5 เข้าเก็บข้อมูลภาคสนาม ด้วยการสังเกตภายในบริบทชีวิตประจำวันและการทำงานของผู้ให้ข้อมูลเท่าที่จะเป็นไปได้ประกอบด้วยวิธีการเก็บข้อมูล 2 วิธี ได้แก่ การสังเกตภาคสนาม (field observation) คือสังเกตกิจกรรม พฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลโดยอาศัยการดู การฟัง แล้วจดบันทึกและการสังเกตแบบมีส่วนร่วม

(participant observation) คือการเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ให้ข้อมูลและบุคคลแวดล้อม รวมถึงเข้าร่วมในกิจกรรมที่ผู้ให้ข้อมูลทำ ขั้นตอนการเก็บข้อมูลภาคสนามจะรวบรวมข้อมูลจาก 3 แหล่งคือ

- 1) ข้อมูลภาคสนาม
- 2) ข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลประกอบ คือ ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน
- 3) ข้อมูลจากแหล่งข้อมูลอ้างอิง คือ ภาพถ่าย เอกสาร บันทึกออนไลน์ของผู้ให้ข้อมูล และหนังสือที่ผู้ให้ข้อมูลอ่าน

- 2.3.6 ในขั้นการเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล ก่อนการสัมภาษณ์ ทำการชี้แจงรายละเอียดของการศึกษาวิจัยที่จำเป็น การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล ขออนุญาตในการบันทึกเสียง และขอให้ผู้ให้ข้อมูลลงนามยินยอมในการให้ข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัย
- 2.3.7 ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล โดยรักษาแกนกลางสัมพันธ์ภาพด้วยความไว้วางใจ เป็นมิตร ให้เกียรติผู้ให้ข้อมูล และระมัดระวังเป็นอย่างยิ่งที่จะไม่ใช้สถานะของผู้วิจัย ความคิดเห็น รวมทั้งอคติต่างๆ ของผู้วิจัย เข้าไปมีอิทธิพลทั้งโดยตรงและทางอ้อม ต่อคำถาม ท่าทีในการสัมภาษณ์
- 2.3.8 ทำการสัมภาษณ์ด้วยความคิดที่เปิดกว้างต่อผู้ให้ข้อมูล โดยใช้ทักษะการสัมภาษณ์เชิงลึกตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนและครบถ้วน ในแง่ปริมาณและรายละเอียด เท่าที่ได้รับจากผู้ให้ข้อมูล
- 2.3.9 คำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์จะประกอบไปด้วยคำถามที่ตามโครงสร้างที่ได้เตรียมมาไว้แล้ว เป็นคำถามสำคัญที่ผู้วิจัยเห็นว่าจำเป็นต่อการได้มาซึ่งข้อมูลที่ต้องการ และคำถามที่เกิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์ ซึ่งมีหน้าที่ขยายความข้อมูลที่ต้องการ และเสริมข้อมูลอื่นๆ โดยการเรียงข้อคำถามไม่จำเป็นจะต้องตายตัว แต่มีความยืดหยุ่นเหมาะสมกับสถานการณ์ระหว่างสัมภาษณ์ เพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีคุณภาพ และสอดคล้องกับบรรยากาศการสัมภาษณ์ที่มีความเป็นธรรมชาติ ในบริบทชีวิตและงานของผู้ให้ข้อมูล ระหว่างการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะสังเกตอารมณ์

ความรู้สึก รวมถึงท่าทีของผู้ให้ข้อมูลต่อคำถามและข้อมูลต่างๆ และจดบันทึกอย่างละเอียดเพื่อใช้ประกอบการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการบันทึกภาคสนาม ในบริบทชีวิตประจำวันและการทำงานของผู้ให้ข้อมูลต่อไปโดยมีแนวคำถามหลักในการสัมภาษณ์ คือ

“ขอให้เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในตนเองของท่านที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนจิตวิทยาการปรึกษา และการดำเนินชีวิตหลังจนถึงปัจจุบัน”

“การเรียนในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มีผลต่อชีวิตของท่านอย่างไร”

“ในการดำรงชีวิตและการทำงานของท่านประกอบไปด้วยความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ได้รับการหล่อหลอมมาอย่างไร”

หลังการสัมภาษณ์ทุกครั้ง ผู้วิจัยพัฒนาคำถามในการสัมภาษณ์เพิ่มเติม เพื่อให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์เชิงลึกของผู้ให้ข้อมูลในแต่ละกรณี โดยพิจารณารูปแบบคำถามว่าผลต่อความเข้าใจของผู้ให้ข้อมูล ส่งผลต่อคุณภาพและความครอบคลุมของข้อมูลอย่างไรจากนั้นปรับข้อความที่จำเป็น และเสริมข้อความใหม่เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ดียิ่งขึ้นในการสัมภาษณ์ครั้งต่อไป

2.3.10 ในระหว่างกระบวนการเก็บข้อมูล ข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลทุกวิธี ทุกแหล่งข้อมูล จะนำมาใช้ร่วมกันในการวิเคราะห์ข้อมูล

2.3.11 เมื่อทำการสัมภาษณ์และวิเคราะห์ข้อมูลจนพบว่า ข้อมูลที่ได้จากผู้ให้ข้อมูลรายใหม่ ไม่มีลักษณะใดที่แตกต่างไปจากเดิม ไม่มีใจความสำคัญใหม่ๆ จึงสรุปว่าข้อมูลอิ่มตัว แล้วยุติการเก็บข้อมูล

2.4 ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยเริ่มการเก็บข้อมูลหลังจากผ่านขั้นตอนการขอพิจารณาด้านจริยธรรมในการวิจัยเรียบร้อยแล้ว โดยเข้าเก็บข้อมูลภาคสนามร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึกการสัมภาษณ์ในแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง ขึ้นอยู่กับปริมาณข้อมูล ความหลากหลายของข้อมูล และรูปแบบการ

สื่อสาร การบรรยายพรรณนาของผู้ให้ข้อมูลในการเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายผู้วิจัยจะเข้าไปสังเกตอย่างใกล้ชิดภายในบริบทชีวิตและการทำงานของผู้ให้ข้อมูลเท่าที่จะเป็นไปได้ ใช้จำนวนผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 ราย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

เก็บข้อมูลภาคสนาม ณ ภูมิลำเนาและสถานที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล 2 ครั้ง และสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 3 ครั้ง ในช่วงการเก็บข้อมูลภาคสนาม
ครั้งที่หนึ่ง เดือนตุลาคม 2554 ระยะเวลา 5 วัน
ครั้งที่สองเดือนมกราคม 2555 ระยะเวลา 4 วัน

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

สัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน 2 ครั้ง ในวันที่ 15 และ 22 กันยายน 2555

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

สัมภาษณ์เชิงลึก จำนวน 2 ครั้งในวันที่ 12 และ 22 มกราคม 2555

2.5 การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยคำนึงถึง และรักษาไว้ซึ่งจรรยาบรรณของการศึกษาวิจัยอย่างเคร่งครัด อันจะเป็นการปกป้องรักษาสิทธิของผู้ให้ข้อมูลทุกราย ก่อนการเก็บข้อมูลมีการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลโดยแจ้งรายละเอียดของการวิจัย ซึ่งรวมถึงวัตถุประสงค์ รูปแบบการวิจัย วิธีการและขอบเขตในการสัมภาษณ์ ระยะเวลาและสถานที่ในการเก็บข้อมูลภาคสนาม การสัมภาษณ์ และสอบถามความสมัครใจในการให้ข้อมูล โดยให้ลงนามไว้เป็นหลักฐาน ในการสัมภาษณ์นั้นผู้วิจัยจะแจ้งรายละเอียดในการวิจัยที่จำเป็นแก่ผู้ให้ข้อมูลทุกครั้ง และผู้ให้ข้อมูลสามารถซักถามในประเด็นที่ ต้องการทราบได้ เช่นสิทธิของผู้ให้ข้อมูลในการตอบคำถามหรือให้ข้อมูลเฉพาะเรื่องที่สะดวกใจ หากมีข้อจำกัดในการให้ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสามารถยกเลิกการให้ความร่วมมือได้ทุกเมื่อ ขออนุญาตบันทึกเสียงในระหว่างการสัมภาษณ์ โดยชี้แจงว่าข้อมูลและเสียงที่ได้จากการสัมภาษณ์จะถูกนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลอื่นๆ ที่ได้จากการวิจัย โดยจะรักษาข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลเป็นความลับ

การบันทึกเสียงจะถูกทำลายทันทีหลังจากถอดเสียงคำพูดเสร็จเรียบร้อย ข้อมูลที่เป็นเอกสาร หลักฐาน ภาพถ่าย รวมทั้งข้อมูลที่ได้รับจากผู้ให้ข้อมูลประกอบทุกอย่างจะต้องได้รับอนุญาตในการเก็บรวบรวม และการนำข้อมูลไปใช้จะปกปิดตัวตนของผู้ให้ข้อมูลโดยการใช้นามสมมุติ และไม่เปิดเผยข้อมูลอื่นที่อาจมีผลกระทบต่อความเป็นส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล

3 การตรวจสอบข้อมูล

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (Trustworthiness) ของข้อมูลโดยละเอียด เพื่อให้ความมั่นใจว่าข้อมูลดังกล่าวมีความถูกต้อง สามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์ได้ต่อไป โดยมีวิธีการดังนี้

3.1 ตรวจสอบข้อมูลในระหว่างการสัมภาษณ์ ว่าข้อมูลให้ผู้ให้ข้อมูลต้องการสื่อความหมายนั้น มีความชัดเจน ตรงกับความเข้าใจของผู้วิจัยมากน้อยเพียงใด โดยใช้วิธีการสรุป ทบทวนความให้ผู้ให้ข้อมูลฟัง การถามซ้ำหรือใช้คำถามเพื่อขยายความในประเด็นที่ต้องการตรวจสอบหรือต้องการความชัดเจน

3.2 ตรวจสอบภาพรวมของข้อมูล โดยทำในระหว่างการสัมภาษณ์และก่อนจบการสัมภาษณ์ เพื่อยืนยันว่า ข้อมูลที่ได้นั้นมีความครบถ้วนในประเด็นที่ต้องการศึกษา ความครอบคลุมนี้จะตรวจสอบได้จากการใช้คำถามหลักๆที่มีการเตรียมไว้ได้อย่างครบถ้วน รวมทั้งพิจารณาประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องนอกเหนือจากโครงสร้างการสัมภาษณ์ที่เตรียมไว้ ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้โดยมีบริบทแวดล้อมที่ต่างกันไปในผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย สำหรับรายที่จำเป็นต้องทำการสัมภาษณ์ต่อจะใช้คำถามที่ผู้วิจัยคิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์อย่างยืดหยุ่นสอดคล้องกับข้อมูล หากมีความจำเป็นจะขอนัดสัมภาษณ์ใหม่ในครั้งต่อไป ส่วนรายที่ได้ข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์แล้วจึงยุติการสัมภาษณ์ และเมื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ข้อมูลมีความอิมตัว ผู้วิจัยจึงยุติการเก็บข้อมูล

3.3 ตรวจสอบความถูกต้องของการถอดบทสัมภาษณ์ (verbatim transcript) ด้วยการฟังทวนเสียงสัมภาษณ์ เพื่อเปรียบเทียบกับบทสัมภาษณ์ที่ถอดลงเป็นตัวอักษร ให้ถูกต้องและครบถ้วน (confirmability)

3.4 ใช้การยืนยันข้อมูลด้วยวิธีการแบบสามเส้า (data triangulation) เพื่อความน่าเชื่อถือและแม่นยำของข้อมูล โดยใช้ข้อมูลที่ได้จากบันทึกภาคสนาม การสัมภาษณ์ และแหล่งข้อมูลอ้างอิงมาประกอบกันเพื่อยืนยันความสอดคล้องกันของข้อมูลในประเด็นนั้นๆ รวมถึงใช้ข้อมูลจากแหล่งบุคคลอ้างอิงหลายบุคคลมาประกอบกัน

3.5 ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลครอบคลุมถึงรายละเอียดทางกระบวนการวิจัย ระเบียบวิธีวิจัยที่ได้ทำ ให้ครบถ้วน เพื่อให้สามารถติดตามกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลได้ในทุกแง่มุม (dense description data) สามารถตรวจสอบที่มาของขั้นตอนต่างๆ ได้ (audit trail) และมีการตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ (peer examination)

4 การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 จัดระเบียบข้อมูลที่ได้จากขั้นการเก็บข้อมูลภาคสนาม ซึ่งประกอบด้วยบันทึกภาคสนาม ข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลประกอบ และข้อมูลจากเอกสาร บันทึกออนไลน์ ภาพถ่าย ให้เป็นหมวดหมู่ โดยจัดข้อมูลจากต่างแหล่งข้อมูลที่มีรายละเอียดในประเด็นเดียวกัน หรือใกล้เคียงเข้าไว้ด้วยกัน จากนั้นผู้วิจัยทบทวนข้อมูลทั้งหมดอีกครั้งในภาพรวม เพื่อสรุปสาระสำคัญของประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล ใช้ในการเขียนเชิงพรรณนากรณีศึกษา ตามความเด่นชัดของกรณีศึกษาจากผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย

4.2 จัดระเบียบข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ด้วยการนำมาถอดเสียงลงเป็นตัวอักษร โดยบันทึกบทสัมภาษณ์ให้ละเอียดทุกถ้อยคำ (verbatim transcript) ร่วมกับข้อมูลที่ได้จากการสังเกต และจดบันทึกของผู้วิจัย เช่นบริบทในการสัมภาษณ์ ท่าทีและปฏิกิริยาของผู้ให้ข้อมูลในระหว่างการสัมภาษณ์ ทำการวิเคราะห์ความหมายของข้อมูล ความรู้สึก เจตนาของผู้ให้ข้อมูล โดยละเอียดแบบคำต่อคำควบคู่ไปกับการฟังบันทึกเสียง นอกจากการพิจารณาข้อมูลโดยละเอียดแล้ว

จะต้องพิจารณาในระดับภาพรวมควบคู่กันไปเพื่อการรับรู้ วิเคราะห์ และสรุปความที่ชัดเจนที่สุด การวิเคราะห์และตรวจสอบข้อมูลโดยการอ่านและฟังบันทึกการสัมภาษณ์อาจต้องทำซ้ำหลายครั้ง เพื่อตรวจสอบข้อมูล

4.3 ผู้วิจัยเลือกข้อมูลจากหน่วยย่อย เช่นคำหรือข้อความ ที่มีความหมายตรงอยู่ในขอบเขตของเรื่องที่ทำกรวิเคราะห์มาให้รหัส (coding) แล้วรวบรวมหน่วยข้อมูลที่ให้รหัสไว้แล้วไว้ด้วยกัน

4.4 เมื่อพบว่าไม่มีข้อมูลอื่นที่เหลืออยู่ในข่ายที่จะนำมาวิเคราะห์ได้อีกจึงนำหน่วยข้อมูลที่เข้ารหัสไว้มาจัดเข้าเป็นหมวดหมู่ (clustering) ตามลักษณะความสัมพันธ์ที่ข้อมูลหน่วยย่อยเหล่านั้นมีต่อกัน โดยให้ข้อมูลที่อยู่ในประเด็นเดียวกันไว้ด้วยกัน (theme) ในประเด็นหลักจะมีข้อมูลที่เกี่ยวข้องกันเป็นประเด็นย่อย (subtheme) ซึ่งถูกจัดหมวดหมู่ไว้อย่างละเอียดเช่นกัน ในขั้นนี้จะพิจารณาความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกันของข้อมูล ประกอบกับแนวคิดที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาด้วยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง แล้วสร้างข้อสรุปด้วยวิธีการแบบอุปนัย (inductive)

4.5 ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูล และข้อมูลที่ได้รับการวิเคราะห์แล้ว จะผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาการปรึกษาและการวิจัยเชิงคุณภาพ และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์อย่างละเอียด ทำการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์

5 การสรุปและอภิปรายผลการวิจัย

นำข้อมูลที่ผ่านมาการวิเคราะห์แล้ว มานำเสนอในรูปแบบองค์รวม โดยบรรยาย พรรณนา ความสัมพันธ์ของข้อมูล ประกอบกับการยกตัวอย่างข้อมูล รวมทั้งข้อมูลที่ได้จากการสังเกตของผู้วิจัย ให้มีรายละเอียดเนื้อหาที่ชัดเจน ทั้งภาพกว้างในแง่ของความสัมพันธ์ของข้อมูลในประเด็นที่ศึกษา และภาพลึกในแง่ของความคมชัดของข้อมูลในประเด็นที่ศึกษา อภิปรายผลการวิจัยควบคู่กับการพิจารณาองค์ความรู้และงานวิจัยที่มีอยู่ก่อนหน้า และให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับงานวิจัย เพื่อการศึกษาวิจัยต่อไปในอนาคต

บทที่ 4

กรณีศึกษา

ชีวิตและการงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษารายกรณี ในบทนี้ผู้วิจัยขอนำเสนอข้อมูลประวัติชีวิตและงานที่น่าสนใจของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา โดยยกกรณีศึกษาจำนวน 3 ราย

กรณีศึกษาที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของพื้นที่ศึกษา

โรงเรียนธรรมนิเทศวิทยา (นามสมมุติ) เป็นโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดทางภาคเหนือที่มีประวัติความเป็นมายาวนานหลายสิบปี ปัจจุบันเปิดสอนในระดับอนุบาลไปจนถึงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และยังมีสถานรับเลี้ยงเด็กวัย 1-3 ปี

สภาพแวดล้อมภายในของโรงเรียนธรรมนิเทศวิทยามีลักษณะเฉพาะที่อาจต่างไปจากโรงเรียนในเมืองใหญ่หลายโรงเรียนในปัจจุบัน ที่หน้าโรงเรียนมีศาลาไม้ขนาดเล็ก และป้ายชื่อโรงเรียนที่ใช้แผ่นไม้สลักแบบสมัยเก่า เมื่อเข้ามาในโรงเรียนจะพบสนามหญ้า ตรงข้ามสนามหญ้าเป็นที่ตั้งของอาคารอำนวยการซึ่งเป็นทางผ่านนำไปสู่พื้นที่และอาคารอื่นๆ ภายในโรงเรียน อาคารเกือบทั้งหมดจะเป็นอาคารไม้แบบเก่าแก่ซึ่งแม้บางอาคารได้รับการปรับปรุงบูรณะใหม่ เช่นทำเป็นอาคารซีเมนต์แทนได้ถุนอาคารเดิมแต่ก็ยังคงส่วนชั้นบนที่เป็นไม้เอาไว้ แม้จะประกอบด้วยอาคารเรียนและสิ่งก่อสร้างหลายอาคารแต่พื้นที่สีเขียว เช่น สนามหญ้า และต้นไม้ ทั้งไม้ต้นเล็กที่ปลูกขึ้นมาใหม่และต้นไม้ใหญ่ที่มีอายุมากยังคงมีให้เห็น สร้างร่มเงาปกคลุมทั่วบริเวณโรงเรียน เว้นเสียแต่สนามฟุตบอลซึ่งเป็นที่โล่งแจ้งไว้ทำกิจกรรม เล่นกีฬาเท่านั้น ซึ่งเป็นความตั้งใจของผู้อำนวยการโรงเรียนที่เห็นว่าชีวิตวัยเด็กควรจะมีความสุขกับธรรมชาติ ไม่ถูกจำกัดอยู่แต่ในพื้นที่ที่ถูกปรับปรุงให้แวดล้อมด้วยอาคารใหม่ครุฑต่างชาติคนหนึ่งให้ข้อสังเกตว่าต้นไม้ใหญ่น้อยทุกต้นที่นี้จะถูกลบ

ให้เติบโตตามธรรมชาติ ไม่มีการดูแลตัดแต่งเพื่อคงความงามตามธรรมชาติและไม่สิ้นเปลืองเงินทอง ยามที่นั่งทำงานและมองออกไปนอกห้องจะรู้สึกเหมือนกำลังมองรูปภาพหนึ่ง ความร่มรื่นใกล้ชิดธรรมชาตินี้เองที่เป็นที่สะดุดตาประทับใจของผู้มาเยือนในหลายโอกาส เช่น อาจารย์ใหม่หรือแขกจากต่างถิ่น จากการบอกเล่าอย่างภาคภูมิใจของบุคลากรในโรงเรียน โรงเรียนธรรมนิเทศวิทยานี้นอกจากจะเป็นบ้านหลังที่สองของเด็กจำนวนหลายร้อยคนและบุคลากรจำนวนเกือบร้อยคนแล้ว ยังเป็นที่อาศัยของสัตว์นานาชนิด ทั้งที่ถูกนำมาเลี้ยงและที่เข้ามาพักพิงจากภายนอก เช่น ไก่ เป็ด สุนัข กระรอก ทั้งแมลงและกบเขียดก็มีให้เห็นจำนวนมากในยามฝนตกทางโรงเรียนได้ใช้ความพิเศษเหล่านี้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้บทเรียนโดยมีธรรมชาติในโรงเรียนเป็นห้องเรียนอีกห้องหนึ่ง ภาพของเด็กวัยตั้งแต่เล็กจนโตที่ใช้เวลาว่างท่ามกลางธรรมชาติในการเล่น ชม สัมผัส ดูแลสิ่งมีชีวิตต่างๆ เหล่านี้จึงเป็นภาพที่ชินตาของคนในโรงเรียน แม้จะดูแปลกตาในมุมมองของบุคคลภายนอก



ภาพ 1. สนามหน้าโรงเรียน



ภาพ 2. ร่มไม้ในโรงเรียน

ข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลหลักรายที่ 1

ครูบุ๋ม (นามสมมุติ) เป็นสตรีในชวงอายุ 50 กว่าปี รูปร่างเล็ก ตัวผอม ผิวขาวในลักษณะชาวไทยเชื้อสายจีน มีตำแหน่งเป็นผู้อำนวยการโรงเรียนธรรมนิเทศวิทยาซึ่งเป็นกิจการที่ได้รับสืบทอดต่อมาจากคุณพ่อ มีญาติพี่น้องที่เป็นทั้งครูและร่วมกันบริหารโรงเรียนแห่งนี้ ครูบุ๋มมักจะแต่งกายในรูปแบบเรียบง่าย เรียบร้อย ที่มีทั้งผ้าพื้นเมืองและเสื้อผ้าตามสมัยนิยม ไม่นั่งสี่ต้นดูขาดไม้ไผ่เครื่องประดับอื่น ไว้ผมสั้นประมาณต้นคอกที่หวีให้เรียบร้อยแต่ไม่ได้จัดแต่งทรงเพิ่มเติม ทั้งการแต่งหน้าก็เพียงผัดหน้าบางๆ และทาปากสีธรรมชาติ ไม่นั่งที่ความสวยงามสะดุดตามากนัก จุดเด่นบนใบหน้าคือแว่นสายตาที่ครูบุ๋มจะใส่อยู่ตลอดเวลา

วัยเด็กที่ซึมซับความเป็นนักอ่านนักจินตนาการ

ครูนุ้มเป็นชาวไทยภาคเหนือโดยกำเนิด เติบโตและอาศัยในบ้านพักเป็นบ้านไม้ 2 ชั้น ภายในบริเวณโรงเรียนธรรมนิเทศวิทยาซึ่งมีคุณพ่อเป็นครูใหญ่ และมีบ้านของญาติพี่น้องปลูกอยู่เรียงรายกัน ชีวิตในเด็กของครูนุ้มเป็นลูกผู้หญิงที่อยู่บ้านห่างจากแหล่งชุมชน วิถีชีวิตจึงมีทั้งแง่ที่โลดโผนในการเล่นด้วยกันกับญาติพี่น้องผู้ชาย และแง่ที่สงบสันโดษจากการอ่านหนังสือที่บ้าน ทำให้ได้เรียนรู้เรื่องราวต่างๆ พัฒนาทักษะความคิดจินตนาการ และเป็นพื้นฐานที่สำคัญของชีวิต

“คือบ้านที่อยู่ในที่ที่ห่างไกลผู้คน มันไม่มีบ้านที่อยู่ใกล้ๆ กัน พี่เป็นเด็กในโรงเรียนนะแล้วเป็นเด็กผู้หญิงคนเดียวในบ้าน จะทำอะไรโลดโผนมากนักเขาก็ห้าม คนรุ่นเก่าๆ แล้วพ่อก็มีหนังสือเต็มบ้านเลย หนังสือดีๆ ทั้งนั้นเลย หนังสือพวกเด็กก้าวหน้า ชัยพฤกษ์ วิทยาศาสตร์อะไรนี่เขาเป็นครูที่ชอบอ่านนะ แล้วในนั้นมันก็จะมียานนิทานอะไรอย่างนี้ เราก็เริ่มต้นมาจากตรงนั้นก่อน แล้วหลายพี่ก็เรียนรู้จากนิยายนะ มารยาทในการทำนู่นทำนี่ มันก็แฝงอยู่ในนิยาย แล้วก็สิ่งหนึ่งที่เขาไม่หวังกับพี่คือหนังสือ อย่างเป็นทางการใหม่มันมีร้านหนังสือใหญ่เขาก็จะให้เราไปหาเอา นิทาน ชื่อนิทานให้ ก็ไม่ได้มีตั้งกันมากนะแต่นิทานเนี่ยเขาให้ ก็อ่านๆ แล้วก็ไปอยู่บ้านยายที่ต่างจังหวัดก็มีหนังสืออยู่ด้วยก็อ่านอีก แล้วก็เล่นโลดโผนโจนทะยานไป คือโชคดีที่ได้อยู่ต่างจังหวัดมันก็มีอะไรในชีวิตเราเยอะ แล้วก็พี่น้องผู้ชายเยอะก็ได้ทั้งโลดโผนได้ทั้งตรงนี้ วิ่งเล่นกับเขามั่ง ปีนต้นไม้มั่ง ก็โตมาแบบนี้ ทีนี้มันก็ติดกับการอ่านไง เวลาเราอ่านแล้วเราจะมีจินตนาการยังจำได้อ่าน “ตีกร่างรมฝั่ง” แล้วหลังบ้านมันก็เป็นทุ่งนาอะไรเราจินตนาการถึงบ้านที่มันอยู่ลิบๆ อะไรอย่างนี้ มันมีภาพตรงนี้อยู่ เพราะฉะนั้นก็จะเป็นคนที่จินตนาการแล้วก็สนุกกับการอ่าน”

(ID 1, T 1, L 196-207)



ภาพ 3. หนังสือเก่าของพ่อ

เรียนพยาบาลแล้วมาเป็นครู ย้อนสู่วัยบ้านในโรงเรียน

ในวัยเด็กครูนุ่นแม่จะเป็นลูกเจ้าของโรงเรียน แต่พ่อแม่ของครูนุ่นได้ส่งไปหัดอ่านเขียนที่โรงเรียนอื่นและมาสอบเข้าเรียนที่โรงเรียนธรรมนิเทศวิทยาในระดับประถมปลาย ครูนุ่นในวัยเด็กเป็นคนใฝ่รู้และรักการอ่าน ความใฝ่รู้และความสนใจด้านการอ่านนี้ทำให้ครูนุ่นมีผลการเรียนดี ถึงขนาดเคยสอบได้ที่ 1 ของจังหวัด เมื่อจบการศึกษาระดับมัธยมปลายได้เข้าศึกษาต่อในสาขาพยาบาลศาสตร์ เดิมทีครูนุ่นมีความสนใจวิชาชีพทางการพยาบาลและคิดจะประกอบวิชาชีพเป็นอาจารย์พยาบาล เมื่อจบการศึกษาแล้วมีความสนใจในศาสตร์จิตวิทยา จึงได้เข้าศึกษาต่อในระดับบัณฑิตศึกษาที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะครุศาสตร์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ด้วยความต้องการของครอบครัวที่หวังให้ครูนุ่นใช้วิชาความรู้เพื่อจัดการด้านการศึกษาและบริการโรงเรียนซึ่งถือเป็นกิจการของครอบครัวที่จำเป็นต้องมีลูกหลานเป็นผู้สืบทอด ช่วงหลังจบการศึกษาด้านจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจึงเป็นจุดเปลี่ยนในแนวทางวิชาชีพของครูนุ่น จนทำให้กลับมาทำงานด้านการศึกษาและดูแลโรงเรียนอย่างเต็มตัวในเวลาต่อมา

“(ศึกษาที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย) 3 ปีกว่าด้วยนะตอนนั้นนะ จบแล้วก็กลับมา ก็ไม่ได้ตั้งใจจะมาเป็นครูนะตอนแรก ไม่ได้ตั้งใจจะทำงาน ก็ยังจะเป็น...เอ่อ พยายามอยู่แหละ เป็นอาจารย์พยาบาล แต่ว่าที่นี้เขาอยากให้เราช่วย ที่บ้านเขาอยากให้เราช่วย อาจารย์ก็แบบ ส่งเสริมให้กลับมาอะไรอย่างงี้ ก็เลยได้กลับมา”

(ID 1, T 1, L 3-6)

รากฐานจากครอบครัว และประสบการณ์ในมหาวิทยาลัย บ่มเพาะความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา

ช่วงระหว่างที่ครูบ๋มได้ศึกษาต่อที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ครูบ๋มได้รับการปลูกฝังทั้งความรู้และประสบการณ์ที่เข้มข้น หลากหลายทั้งความรู้ในจิตวิทยาหลายสาขา จากครูบาอาจารย์หลายท่าน โดยเน้นหนักที่มุมมองและทักษะของจิตวิทยาการปรึกษา ต้นแบบของความเข้าใจในโลกและชีวิต เจตคติต่อการศึกษาที่ได้รับมาจากครอบครัวคุณสมบัติความเป็นครูที่เป็นผู้ให้ ไม่เอาเปรียบใครของพ่อ บวกกับความเมตตาสั่งสอนจากอาจารย์ที่ช่วยเหลือหลอมให้พร้อมต่อการเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอก และสภาพแวดล้อมในสังคมแห่งการเรียนรู้ในหมู่เพื่อนพี่น้อง ที่ทุกคนเติบโตอย่างต่อเนื่องจากการอยู่ร่วมกัน นับเป็นการเรียนรู้ทั้งวิชาชีพและวิชาชีวิตไปพร้อมกัน ทั้งหมดนี้ครูบ๋มเรียกรวมว่า มวลประสบการณ์

“พี่ค่อนข้างได้มีโอกาสติดตามไปช่วยงานอาจารย์วิวัฒน์ (นามสมมุติ) พอสมควรนะ แล้วก็ได้ร่วมกับทำงานกับพวกพี่ๆ...อาจารย์หลายท่านที่ช่วย พ่อปัญญา อาจารย์แจ่มใสอะไรอย่างนี้ก็จะช่วยเหลือดูแล แต่ว่าหลักๆ เนี่ยอาจารย์วิวัฒน์ก็จะจับโยนเข้าไปในกลุ่มภูมัย มีพวกพี่ๆ ที่สอนเรา ในกระบวนการเนี่ย เข้าไปพี่ก็ต้องเจอกับพวกพี่ๆ พี่แมว พี่ที่อะไรอย่างงี้ ที่จะเป็น leader กลุ่มภูมัย จากนั้นเนี่ยเราก็ต้องออกไปทำบ้าง...พี่ใช้คำว่าหล่อหลอม ให้เรามีแนวคิด ให้มีมุมมอง มีทัศนะต่อโลกที่ชัดเจนขึ้น แต่ถามว่ามันจากตรงนั้นทั้งหมดมัย มันก็อาจจะมาจากฐานของพ่อแม่ที่เขาทำโรงเรียนแบบนี้ด้วยไง เขาก็ทำโรงเรียนแบบไม่ได้ธุรกิจนะ พ่อก็เป็นคนที่ เป็นครูที่เป็นครูเป็นครูอะ(เน้นเสียง) เป็นครูที่รักการเรียน เป็นครูที่มีความสุขกับการสอน ก็มีทัศนะของ

การที่ไม่เอาเปรียบคนอื่นอะไรอย่างนี้ มีทักษะของการที่จะให้คนอื่นข้างมาก เพราะฉะนั้นเราก็เติบโตมาในส่วนนี้ด้วย แต่ว่าตรงนั้นก็คือ หล่อหลอมเรา ชัดเกล้าเรา ให้เรามีวิธีเรียนรู้ มีวิธีมองโลกและชีวิตที่ทำให้เราเชื่อมั่นมากขึ้น มีแนวคิดในการที่จะทำอะไรอย่างเข้าใจมากขึ้นอะไรอย่างนี้มีทักษะ”

(ID 1, T 1, L 33-50)

การเรียนปริญญาโทของพี่บูมในช่วงนี้เป็นช่วงที่มีทั้งความสุข เพราะได้มีโอกาสเดินทางไปยังสถานที่ต่างๆ เพื่อเรียนรู้และสัมผัสประสบการณ์ มีเพื่อนพี่น้องร่วมสาขาที่ร่วมเรียนวิชาการ เรียนรู้ชีวิต และเป็นทั้งกัลยาณมิตรที่คอยช่วยเหลือเกื้อกูลไปพร้อมกัน โดยมีอาจารย์ผู้สอนเป็นผู้ช่วยนำพาให้เพื่อนพี่น้องทุกคนได้ร่วมเดินทาง ทั้งเป็นสะพานที่เชื่อมมิตรภาพระหว่างศิษย์เข้าด้วยกัน

“ถูกกลมเกลอให้อ่อนนุ่มและใส่ใจกับเรื่องราวของผู้คนรอบข้างอย่างละเอียดอ่อนเป็นการสอนด้วยการนำพาให้ได้ค้นหาและรู้จักตนเอง ทั้งได้วิธีช่วยเหลือผู้คนที่ทุกข์สนุกกับการเดินทางขึ้นเหนือ ล่องใต้ ไปในที่ต่างๆ เพื่อเรียนรู้เรื่องราวแห่งชีวิตได้แง่คิด มุมมอง ที่เพิ่มขึ้นจากครูผู้นำทาง ผู้สร้างชุมชนแห่งมิตรไมตรีให้บรรดารุ่นพี่ รุ่นน้อง ผองเพื่อนได้มารวมใจด้วยความผูกพัน ที่ต่อเนื่องยาวนาน

“...สิ่งที่ได้มาจากการเรียน จึงเป็นทั้งความรู้ ความเข้าใจและได้มีครอบครัว เครือข่ายที่มีจุดหมายในการช่วยเหลือเกื้อกูล ประดับประดองกันและกันให้ก้าวไปในเส้นทางของตนโดยหวังผลที่ได้ทำชีวิตให้มีคุณค่า ยามเหนื่อยล้า ก็มีที่พักพิงใจ”

(ID 1, J 19-11-2008)

เริ่มต้นเส้นทางครู เข้าแก้ไขอุปสรรคในงานบริหารโรงเรียน

ช่วงแรกที่กลับบ้านหลังจากจบการศึกษาในระดับปริญญาโท ครูบ่มไม่ได้เข้าเริ่มทำงานในฐานะผู้บริหารหรือเจ้าของกิจการในทันที แต่เริ่มจากงานที่เกี่ยวข้องกับความรู้ที่เพิ่งศึกษาเล่าเรียนมาโดยตรง คือเริ่มงานเป็นครูแนะแนว ระหว่างนั้นก็ศึกษางานบริหาร งานนโยบายการศึกษาของโรงเรียนไปในเวลาเดียวกัน โดยเน้นที่การแก้ไขปัญหาที่โรงเรียนกำลังเผชิญในขณะนั้นคือความต้องการในการศึกษาสายสามัญมีน้อยลง ด้วยระบบอุตสาหกรรมที่พัฒนาขึ้น นักเรียนหันไปเรียนสายอาชีพในสถาบันต่างๆ จำนวนมาก จึงปรับโครงสร้างของโรงเรียนเสียใหม่ เป็นการปิดการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและหันมาเปิดการศึกษาในระดับอนุบาลเพิ่มขึ้น

“ช่วงที่กลับมาเนี่ยมันเป็นช่วงวิกฤติของโรงเรียนไง มันเป็นเวลาที่เป็นช่วงที่ เมื่อก่อนโรงเรียนนี้เขาก็จะมีตั้งแต่ ม.ต้นไปปะ แล้วเขียบไปเป็นม.ปลายสายเกษตร สายวิทยาศาสตร์อะไรอย่างเงี้ย ซึ่งตอนนั้นก็บ่มเพราะว่าคนก็นิยมตรงนี้ซะมั้ง อีกซักรักหนึ่งเนี่ยคนก็หันไปนิยมสาขาอาชีพ ก็ไปทางหุ่นยนต์ ทางนี้ก็ค่อยๆ น้อยลงๆ จนกระทั่งเหลือม.ปลายสายสามัญกับสายเกษตรอยู่อย่างละห้องมั้ง ก็ลดลงมาเรื่อยๆ นะ จนกระทั่งเหลือประมาณจากหลักพันเหลือหลักร้อยอะ ร้อยต้นๆ ได้ เออก็มาช่วงนั้น ก็เลยกลับมา แล้วก็เข้ามาเป็นครูแนะแนวก่อน ได้ซักรักปีมั้ง...แล้วก็ช่วงนั้นเรื่องนิคมอุตสาหกรรมด้วยก็เริ่มเข้ามา เขาส่งเสริมไปทางหุ่นยนต์ส่วนหนึ่ง มันเหมือนกับมีความเปลี่ยนแปลงในตรงนั้น แล้วก็กลับมาที่อยู่แนะแนวได้ซักรักปีหนึ่งมั้ง ปีกว่าๆ เสร็จแล้วก็ต้องคิดนะว่าจะทำยังไงต่อ ก็เลยไปเสนอปิดม.ปลาย ปิดม.ปลายแล้วลงมาเปิดอนุบาล”

(ID 1, T 1, L 10-19)

พิสูจน์ตนเองในฐานะผู้นำรุ่นใหม่ ด้วยรากฐานแนวคิดจากจิตวิทยาการศึกษา

เมื่อเริ่มต้นจากช่วงที่โรงเรียนประสบปัญหา แม้จะเป็นกิจการของครอบครัว แต่ด้วยอายุและประสบการณ์ของครูบ่มในขณะนั้น ที่แทบไม่เคยได้สัมผัสกับงานด้านการบริหารโรงเรียนเลย ในฐานะบัณฑิตที่เพิ่งจบใหม่ก็จำเป็นต้องมาเริ่มต้นเรียนรู้ทุกอย่างใหม่อีกครั้งเช่นกัน ทั้งความรู้มุมมอง

ด้านจิตวิทยาที่ได้ร่ำเรียนมาล้วนมาอิทธิพลต่อแนวทางการทำงานและถูกนำมาประยุกต์ใช้เป็น
 ฐานความคิดในการจัดการศึกษา พร้อมกับเรียนรู้วิธีการจัดการศึกษาในระดับอนุบาลจากแหล่ง
 ความรู้ภายนอกซึ่งได้แก่ เอกสาร ตำรา ประกอบกับการลงมือทำแบบลองผิดลองถูก ดังนั้นแม้จะ
 พบความลำบากและทำทนายในงาน ครูบ๋มก็ได้ใช้โอกาสเหล่านี้ในการสร้างการศึกษาในแนวทาง
 ใหม่ให้กับโรงเรียน

“ก็เรียนรู้ ก็ดูแลอนุบาลมาตั้งแต่ปี 30 ก็ดูอนุบาลมาปลูกปล้ำกับมันมา จากที่ไม่รู้เรื่อง
 อะไรสักเท่าไรก็ช่วยกันกับญาติ รุ่นน้องที่เขาเรียนเอกอนุบาล ก็ต้องศึกษาเองส่วนใหญ่ ก็ต้อง
 ขอบคุณมสธ. นะ อ่านหนังสือมสธ. ไปอบรมรุ่นนี้อะไรอย่างนี้เพื่อให้มีความรู้ทางนี้เพราะว่าที่
 ไม่ได้เทรนทางครูมา แต่ว่าสิ่งที่เราเรียนมาเนี่ย ทั้งสองอันบังเอิญมันประจวบเหมาะกัน คือทั้ง
 พยาบาลทั้งจิตวิทยามันลงลือคในเรื่องนี้ ก็เลยมาทำอนุบาล ก็พอทำไปๆ เนี่ย แรกๆ เราก็โอเคนะ
 คนเขาก็ตื่นเต็นว่าทำอนุบาลแบบ...เอ้อ ก็สว่นกระแสเขาอยู่เนอะ เขาจะเน้นเรื่องการอ่านเขียน
 ตั้งแต่เล็กๆ แต่ว่าที่เน้นด้านพัฒนาการ เราก็ฝืนมางั้ไอ้โรงเรียนได้ร่มไม้บ้าง อะไรมั้งเหล่านั้นนะ
 ทัศนนะที่เราแบกมาจากทางนั้น คือเราอยากทำให้มันเป็นเหมือนกับความฝัน ปณิธานในการดูแล”

(ID 1, T 1, L 20-28)

อย่างไรก็ตามแม้ครูบ๋มจะอยู่ในฐานะที่มีส่วนตัดสินใจและกำหนดนโยบายของโรงเรียนได้
 แต่ด้วยความเป็นคนรุ่นใหม่ที่ยังไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนร่วมงาน บุคลากรที่ทำงานใน
 โรงเรียนมา ทำให้ต้องใช้ความพยายามในการค่อยๆ พิสูจน์ตนเองประกอบกับทัศนนะที่เห็นคุณค่า
 และให้เกียรติในตัวเพื่อนร่วมงาน จนคนรอบข้างยอมรับในความคิดความสามารถ ยอมรับในภาวะ
 ผู้นำของครูบ๋มว่าจะนำพาไปโรงเรียนไปสู่ความเจริญได้ต่อไป

“ในระยะแรกที่มาใหม่ๆ เนี่ยมันเป็นระยะพิสุจน์ คือพี่มาเนี่ยมันมาแบบจู้ๆ กระโดดมา
 แรกๆ เนี่ยก็จะมีคนรู้สึกว่ “เอ๊ะ จะทำได้ไหม เป็นลูกคุณหนูมา เป็นลูกเจ้าของโรงเรียนมา” พี่ก็

พิสูจน์ตัวเองแล้วก็เรียนรู้ไปด้วยกัน จนกระทั่งเดี๋ยวนี้พี่ที่เขาเป็นผู้ช่วยพี่เขาบอกว่า แรกๆ เขาก็ยังต้าน แต่ว่าพี่ก็พิสูจน์ให้เห็นว่าพี่อยู่กับเขาได้ แล้วก็ค่อยๆ ส่งเสริมเขามาจนกระทั่งตอนนี้เขาเข้าใจแล้วว่าทำไมพี่คิดแบบนั้น พี่ทำแบบนี้”

(ID 01, T 2, L 207-211)

“มันเป็นการลองผิดลองถูกด้วย แต่พี่มีโอกาสในการที่จะลองผิดลองถูก เพราะว่าก๊าค่อนข้างมีอิสระในการทำงานตรงนี้ แต่แน่นอนว่าก่อนที่พี่จะมีอิสระเนี่ย พี่ก็ต้องพิสูจน์ตัวเองให้กับทีมทั้งหมดก่อน ซึ่งในขั้นตอนของการพิสูจน์ตัวเองนี้แหละ ความเข้าใจจากที่นั่นทำให้เราต้องอ่อนน้อมถ่อมตน ทำให้เราเรียนรู้ที่จะให้ความสำคัญกับทุกคน ทำให้รู้ว่าเราต้องลงมือก่อนนะ เขาถึงจะตามเรา ให้ก่อนแล้วถึงจะได้ ให้เนี่ยไม่ใช่ที่ว่าหวานโปรยนะ แต่ว่าพิสูจน์ให้เห็นว่าเรามีเขาอยู่ในใจเสมอ ฟังดูลิเกนะแต่ว่ามันจริงๆ ว่าเราจะได้ใจ อย่างประโยคนี้ อาจารย์พูดถึงประโยคของ ลี้คิมฮวง จะได้ตัวก็ต้องได้ใจมาก่อนอะไรอย่างนี้”

(ID 1, T 1, L 114-120)

สะพานกล่องห้องโรงเรียน ครูเดินเข้าไปสอนศิษย์ และให้ศิษย์สอนครู

การที่ครูหนุ่มถือกล่องถ่ายรูปรูปขนาดกะทัดรัดเดินไปเยี่ยมชั้นเรียนต่างๆ โดยเฉพาะชั้นเรียนที่เน้นกิจกรรมการเรียนรู้นอกหนังสือ เป็นภาพที่ชินตาของเด็กและครู ครูหนุ่มจะให้ความสนใจเข้าไปสนทนากับเด็กแต่ละกลุ่ม แต่ละคนที่กำลังเรียนรู้ผ่านกิจกรรมต่างๆ จากโครงการที่เด็กแต่ละคนแต่ละคน จะริเริ่มนำมาเรียนรู้ผ่านการแนะนำ ปรึกษาประคองของครูผู้ดูแล เช่นการจัดสวนถาดด้วยพืชที่หาได้จากภายในโรงเรียน หรือแม้แต่การเลี้ยงจิ้งหรีดที่ครูหนุ่มเข้าไปคลุกคลีกับนักเรียน และตั้งคำถามที่เอื้อต่อการคิดการเรียนรู้ในแนวทางของนักเรียนแต่ละคน และยังเรียนจากนักเรียนได้ในเวลาเดียวกัน วิธีการเหล่านี้เป็นทั้งการทำความเข้าใจในตัวนักเรียน บ่มเพาะความภาคภูมิใจและการรู้จักตนเอง ทั้งเสริมสร้างความสัมพันธ์ในฐานะครู-ศิษย์อีกด้วย ครูหนุ่มชอบพกกล่องถ่ายรูปเพราะเป็นเครื่องช่วยบันทึกความคิดความทรงจำ ทั้งยังทำให้ได้พบปะพูดคุยกับคนใน

โรงเรียนและนอกโรงเรียนเวลาเยี่ยมชมและร่วมทำกิจกรรมต่างๆดังตัวอย่างในบันทึกออนไลน์ของครูบ๋อม ที่ใช้เวลาในวันหยุดสุดสัปดาห์เข้าไปสนทนากับเด็กนักเรียนที่มาดูแลจิ้งหรีด ทั้งขอความรู้ ทั้งแนะแนวทาง กระตุ้นกระบวนการคิดการเรียนรู้ โดยอาศัยกิจกรรมที่เด็กสนใจเป็นตัวตั้ง

“...มาดูไข่จิ้งหรีดครับครู เสาร์อาทิตย์ไม่มีใครดูแล เดี่ยวมันตายจะเอาไปเลี้ยงที่บ้านด้วยครับ จะปิดเทอมแล้ว...ไหนๆครูไม่เคยเห็น นี่ใจครับครู ชาวๆ รึๆ เนี่ยหนุ่มน้อยอดทนเชียยทราญให้ พันไข่อยู่เป็นนาน กว่าครูจะมองเห็น โห..ก็เล็กจิ๊ดขนาดนั้นเมื่อได้พูดคุยซักถาม เห็นความรู้จริงจากการปฏิบัติฉายชัดผ่านการบอกเล่าอย่างเชื่อนั่น...

เมื่อขอให้จับจิ้งหรีดมาถ่ายรูปให้ดูชัดๆ ก็ช่วยให้ได้รู้ทั้งครูและเด็กได้เห็นความแตกต่างเพิ่มเติมตัวเมียกันมันยาวเนาะ มันคงใช้วางไข่ในรูที่ว่าเวลามันออกไข่มันจะเกาะอยู่เต็มทราญนี้เลยครับครู เนี่ย..ตัวนั้นมันร้องแล้วครูดูปีกมันสิเอ๊ะ..ทำไมมันมีกลิ่นหนอยๆ ด้วยนะ..ออกกลิ่นอาหารไก่ไงครู เลี้ยงด้วยอาหารไก่ ว่าแล้วเธอก็ชี้ให้ดูเม็ดอาหารที่หวานไว้และชี้ให้ดูที่ซ่อนถุงอาหาร ก็ชุกไว้แถวใต้คานศาลานั่นแหละถ้าไม่เลี้ยงด้วยอาหารไก่ เลี้ยงด้วยอะไรได้บ้างละลองทำโครงการต่อตอน ม.3 มั้ย..เออแล้วถ้าจะเลี้ยงไว้ขายด้วยจะช่วยให้มีรายได้ระหว่างเรียนเลยนะ น่าสนใจมั้ย..เอ แล้วจะพัฒนาให้ดีกว่าที่เค้าเลี้ยงๆ กันได้ยังไงมั้งเนาะ ฯลฯ

...เพลิดเพลินกับการพูดคุยและขอความรู้จากหนุ่มน้อยทั้งสอง....”

(ID 1, J 28-02-2011)



ภาพ 4. ศาลาไม้หลังโรงเรียน

อุดมการณ์นักจิตวิทยาการศึกษาในความเป็นครูใหญ่

ชีวิตและหน้าที่การงานในตำแหน่งผู้อำนวยการเป็นงานที่ต้องรับผิดชอบสูง ใช้เวลามาก จึงไม่สามารถรับผิดชอบต่องานด้านการสอนได้โดยตรง แม้กระนั้นครูใหญ่ก็ให้ความสำคัญกับเด็กนักเรียนอย่างมากผ่านกิจกรรมและนโยบายต่างๆ ในโรงเรียนที่มีพื้นฐานจากความเข้าใจในมนุษย์เสมอ ดังตัวอย่างแนวคิดจากการทำป้ายหน้าโรงเรียน จะไม่มีป้ายแสดงความยินดีหรือประกาศว่านักเรียนได้รับรางวัลทางวิชาการ สอบแข่งขันหรือสอบเข้าสถาบันที่มีชื่อเสียงได้ เพราะไม่ต้องการให้เกิดความรู้สึกของการแก่งแย่งเพื่อเป็นจุดเด่น เป็นที่หนึ่ง เด็กทุกคนต่างก็มีพื้นฐานที่มา มีความสามารถแตกต่างกัน ดังนั้นพัฒนาการและความสำเร็จของนักเรียนไม่ว่าจะเป็นด้านใด จะเล็กน้อยมิใช่เรื่องสำคัญ หากครูบาอาจารย์จะต้องเข้าใจตัวลูกศิษย์แต่ละคนในแบบที่เขาเป็น แนวคิดเช่นนี้นับว่าเป็นการสวนกระแสของระบบการศึกษาพัฒนาคนที่ส่วนใหญ่มุ่งเน้นสู่ความเป็นเลิศ ให้ความสำคัญกับผลลัพธ์มากกว่ากระบวนการ

“บางที่การอยู่ในวัฒนธรรม การวัดผลที่ต้องมีหลักฐานเป็นรูปธรรมและเน้นย้ำแต่ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่อาจบังคับไม่ให้มองเห็นหน่ออ่อนของความงอกงามในความรักที่จะเรียนรู้ ทั้งความสามารถอีกมากมายที่ซ่อนอยู่ซึ่งพร้อมจะเติบโตในแบบเฉพาะของแต่ละคนจนละเลยและมองข้าม ทอดทิ้งไว้ไม่ได้ทะนุบำรุง พาลให้ฝ่อหายไป ซึ่งน่าเสียดายนักแต่ก็นั่นแหละ เรื่องราวแบบนี้มีหรือจะสำคัญเท่ากับคะแนนสอบ O-NET หรือ NT ที่ต้องมีเป้าหมายประกาศไว้ ให้ทำได้ตามตัวเลขเท่านั้นเท่านั้นในแต่ละปีการศึกษาทั้งบรรดารายชื่อนักเรียนสอบเข้าได้สถาบันดัง ที่แข่งกันตั้งป้ายประกาศเกียรติคุณให้เห็นเด่นชัด

เอาเถอะ...แม้อยู่ในกระแสที่แตกต่าง ก็จะมีมุ่งสร้างมุ่งสอนกันแบบนี้จะ O-NET , NT หรือ การมีนักเรียนสอบเข้าโรงเรียนดัง ก็ยังทำได้อยู่เหมือนกันนะเพียงแต่ขอว่าถ้าจะให้ขึ้นป้ายไว้นิลแสดง ความยินดีกับนักเรียน คงต้องเขียนให้ครบทุกเรื่องตั้งแต่..ยินดีที่สอบเข้าโรงเรียน..ได้ ยินดีที่ชนะเลิศการแข่งขัน.. ยินดีที่เพาะพันธุ์ปลา เลี้ยงไส้เดือน ปลูกผัก เลี้ยงจิ้งหรีด ฯลฯ ได้สำเร็จ.. ยินดีที่ช่วยลุงป้าเก็บขยะ และกวาดถนน..ทุกวันยินดีที่พัฒนาตัวเองจากคนขี้อาย จนคว้าไม้ค้ำเป็นพิธีกรเจ็ยแจ้วได้แล้ว..แบบนี้จะได้ไหม...”

จัดการศึกษาด้วยความรู้ความเข้าใจในมนุษย์

ครูหนุ่มได้ถ่ายทอดพื้นฐานความรู้ความเข้าใจทางจิตวิทยาลงในแนวคิดด้านการพัฒนา มนุษย์ของตนเอง แนวคิดในการพัฒนานักเรียนของโรงเรียนธรรมนิเทศวิทยา คือ “เรียนรู้อย่างมีความสุข ฟังพาดตนเองได้ ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า” แนวคิดข้อแรกนั้นแสดงให้เห็นถึงการให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้ ไม่ได้เน้นเฉพาะผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนซึ่งถือเป็นขั้นการ “รู้” โดยไม่ผ่านขั้นการ “เรียน” ที่เหมาะสม กิจกรรมการเรียนรู้ภายในโรงเรียนทั้งหลายจะเน้นให้เด็กมีความสุขกับการสำรวจ สังเกตสิ่งรอบตัว และคิดหาทางแก้ปัญหาในเรื่องที่ทำนั้น ด้วยเชื่อว่าการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในชีวิตจริงจะทำให้เด็กคิดเป็น ทำเป็น และประยุกต์ใช้ความรู้นอกตำราได้ ตามความถนัดที่แตกต่างกันของแต่ละคน ซึ่งมีได้จำกัดอยู่ที่ด้านวิชาการเพียงอย่างเดียว เมื่อเด็กมีการเรียนรู้ที่มีความสุขและมีประสิทธิภาพ รู้จักและมีความภาคภูมิใจในความรู้ความสามารถ ศักยภาพของตนเองที่ไม่จำเป็นจะต้องเป็นที่หนึ่งหรือเป็นไปตามกระแสนิยมเพียงอย่างเดียว เขาก็จะใช้พื้นฐานเหล่านี้ในการดำรงชีวิตที่ฟังพาดตนเองตามแนวคิดข้อที่สองได้เป็นอย่างดี และเมื่อประกอบกับค่านิยมและมุมมองต่อชีวิตที่โรงเรียนหมั่นปลูกฝัง จะทำให้เขาใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณค่า ทั้งต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสังคม ซึ่งคุณค่าเหล่านี้หมายเอาคุณค่าทางจิตใจเป็นสำคัญกว่าคุณค่าทางด้านวัตถุเงินทอง หรือชื่อเสียงเกียรติยศ

การจัดการศึกษาด้วยความมุ่งหมายที่จะปลูกฝังคุณค่าอันดีงามในตัวนักเรียนนั้นเป็นเรื่องที่ทำได้ไม่ง่าย ผู้เป็นครูเช่นครูหนุ่มต้องใช้กระบวนการคิดและการวางแผนอันซับซ้อน กว่าที่จะสร้างสรรค์บทเรียนที่ดูเรียบง่ายและเหมาะกับตัวเด็ก ทั้งแฝงไปด้วยกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ดังตัวอย่างการวางแผนและทบทวนกระบวนการการเรียนรู้จากกิจกรรมของนักเรียนที่ครูหนุ่มได้บันทึกไว้

“ในความเป็นครู มีเรื่องราวและรายละเอียดมากมายให้ต้องเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาทำอย่างไรจะให้เด็กเกิดปัญญา รู้จริง จนทำได้ และรู้จักเลือกใช้ความรู้ให้เป็นทำอย่างไรให้เด็กเห็นคุณค่าแห่งการงาน และการใช้ชีวิตที่ถูกทาง รู้จักสร้างประโยชน์สุขแก่ตนเองและผู้อื่นทำอย่างไรจะให้เกิดผล ท่ามกลางความหวังในคุณภาพจากผู้คนและวังวนค่านิยมที่สวนทางในวงการศึกษา

เออหนอ..แล้วหนุ่มๆ ทำอะไรให้ได้เห็น..นี่ก็เล่นๆ แบบขวางโลก..หวังให้เด็กประทับใจในการเรียนรู้..หนุ่มก็วิ่งมาดูงานตัวเองในวันหยุดนี้ไงแกมอธิบายได้เรื่องราว จากประสบการณ์ของตัวเอง เป็นฉากๆหวังให้เด็กทำงานเป็นแก้ปัญหาเป็น..ก็ได้เห็นความพยายามทำงานอย่างต่อเนื่องมากกว่า สี่ห้าเดือนทั้งย้ายรังจิ้งหรีดหนี ทั้งมีกลอุบายซ่อนข้าวของไว้ไม่ให้ใครมายุ่งทั้งผลัดกันมาเฝ้าในยามพัก กลัวว่าใครจะมาลักขโมยน้องจิ้งหรีดไปตกเบ็ดทั้งคิดวางแผนไปถึงเรื่องการดูแลจิ้งหรีดยามปิดเทอมแม้เรื่องแบบนี้หนุ่มทำได้ แต่ให้ไปเขียนรายงานเป็นเล่มๆ หนุ่มอาจไม่เอาด้วยถ้าถามมา..หนุ่มก็จะตอบไป.. แต่จะให้เล่าเองตั้งแต่ต้นจนจบอาจได้แสดงภูมิรู้แค่สั้นๆก็วิธีเรียนรู้ของฉันเป็นแบบนี้.. P-D-C-A ตามระบบอาจไม่ครบแบบใครเขาแต่ถ้าเอาประสบการณ์เป็นตัวตั้ง คิดไป ทำไป แก้ปัญหาไป ก็พอทำได้แล้วนะจึงเป็นงานสำหรับครู ที่จะเชื่อมโยงความอยากรู้ และ ทำได้ในเรื่องเล็กๆให้เบ่งบานในตัวเด็กและแผ่ขยายไปในเรื่องอื่นๆเรื่องจิ้งหรีดยังทำได้ ถ้าตั้งใจ เรื่องไหนๆ น่าจะลองทำให้ได้ ให้สนุกกับการเรียนรู้...”

(ID 1, J 28-02-2011)

บริหารงานด้วยการบริหารใจคน

งานบริหารจัดการโรงเรียนนั้นเป็นงานที่ใช้ทั้งความรู้เฉพาะทางด้านการจัดการศึกษา การบริหารองค์กร ในขณะเดียวกันก็อาศัยความรู้ความเข้าใจในมนุษย์เป็นอย่างมาก เรียกว่าต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ ซึ่งองค์ประกอบอย่างหลังนี้มีอาจได้มาจากการตำราเพียงอย่างเดียว หากต้องอาศัยทั้งพื้นฐานความสัมพันธ์ในครอบครัว ผู้ร่วมงาน ที่ซึมซับจากการอยู่ร่วมกันและปรับตัว เพิ่มพูนความเข้าใจระหว่างกัน ประกอบกับประสบการณ์อันยาวนานที่สั่งสมผ่านการทำงานและการเรียนรู้ชีวิตไปพร้อมกัน

แนวคิดในการบริหารโรงเรียนของครูหนุ่มทั้งจากการสังเกตของผู้วิจัย คำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลประกอบซึ่งคือครูบาอาจารย์ เพื่อนร่วมงาน และจากสิ่งที่ครูหนุ่มบอกเล่าด้วยตนเอง ว่ามีลักษณะของความเป็นนักวิชาการมากกว่านักธุรกิจ การเน้นที่คนเป็นหลักสำคัญก่อนสิ่งอื่น เพราะงานทุกอย่างจะสำเร็จได้ด้วยความร่วมมือกันของทุกคน

“พี่เนี่ยถ้าเรียงลำดับความสำคัญนะ พี่ให้ความสำคัญของคนมาอันดับหนึ่ง คนเนี่ยมาอันดับหนึ่งเลย คำว่าคนมาอันดับหนึ่งคือ ทั้งในแง่ของไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น สมมุติว่าข้าวของเสียหาย ระหว่างเลือกว่าจะเอาคนหรือจะเอาของ ถ้าเราเลือกของเนี่ยก็จะพยายามรักษาของสุดชีวิตใช่ไหม คนมันจะรู้สึกยังไงก็ช่างมัน แต่ระหว่างของเสียหายกับทำให้คนรู้สึกว่าเป็นไรแก้ตัวใหม่นี้ละ พี่เลือกอันนี้มากกว่า พี่ยอมให้มันเสีย เพราะฉะนั้นถ้าคนมาก่อนเนี่ย พี่ก็จะให้โอกาสเขาในการที่ทำอะไรโดยผิดไม่เป็นไรอันดับแรกนะ”

(ID 1, T 1, L 229-234)

“...เน้นเรื่องคนก่อน เพราะถ้าคนไปปู้บอย่างอื่นมันก็สะดวก พี่ก็ได้ใช้ซะแหละ ก็คือวิธีการของแกคือขอให้นึกถึงคนก่อน แล้วอย่างอื่นมันก็จะตามมา แต่บางทีเราก็กองไปเนี่ย คือเอางานมาก่อนแต่ว่าลืมนึกถึงใจเขา ใจคนเนี่ย บางทีเราก็กองปริมาณงานให้เสร็จ แต่ว่าไม่ได้ชื่นชมไม่ได้อะไรอย่างนี้ พี่เขาก็จะสอนเยอะ”

(Supporting informant 1, L 3-6)

โรงเรียนคือบ้านของทุกคน

การเติบโตมาในโรงเรียนทำให้ครูหนุ่มซึมซับบรรยากาศการอยู่ด้วยกันแบบครอบครัวของครูบาอาจารย์ บุคลากรทุกคน บรรยากาศการทำงานแบบนี้คือแนวคิดที่พ่อแม่ได้สร้างเอาไว้ คุณแม่ของครูหนุ่มเคยสอนว่า “เราเป็นเหมือนเจ้าอาวาสวัด” ด้วยตำแหน่งหน้าที่ที่อยู่ในจุดสูงสุดขององค์กร หากใช้การปกครองตามระบบที่เคร่งครัดแต่เห็นห่าง หรือเน้นคำสั่งเพียงอย่างเดียวแต่ขาดความเข้าใจซึ่งกันและกัน องค์กรก็มีอาจดำเนินงานทั้งหลายได้อย่างราบรื่น ครูหนุ่มจึงใช้การปกครององค์กรด้วยการดำรงตนให้เป็นแบบอย่างของเพื่อนร่วมงาน บนพื้นฐานของความสัมพันธ์

เชิงครอบครัวดังความรู้สึกและคำยืนยันจากครูในโรงเรียนว่า “เราอยู่กันแบบครอบครัว ช่วยกัน
ด้วยใจ”

บุคลากรทุกคนในโรงเรียนจะเรียกผู้อื่นว่า พี่บ้าง น้องบ้าง ป้าบ้าง แม้แต่บุคลากรที่มีวัย
อาวุโสกว่าครูบ่มแม่จะอยู่ในตำแหน่งที่ต่ำกว่า เช่นแม่บ้านในโรงอาหาร ครูบ่มก็ยกมือไหว้สวัสดิ
ด้วยความเต็มใจ รวมถึงเอ่ยปากขอบคุณในการทำหน้าที่เกื้อกูลเด็กๆ ว่า “ขอบคุณที่ช่วยดูแลน้อง
นะคะ” คำว่าขอบคุณนี้เป็นคำพูดที่ผู้วิจัยได้ยินและสังเกตเห็นจากความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน
ของครูบ่ม ที่สำคัญว่าโรงเรียน ครอบครัว และตนเองที่อยู่ได้นั้นก็เพราะมีผู้อื่นเอื้อเพื่อ ช่วยเหลือ
เกื้อกูลและเสริมแรงสร้างกำลังใจให้แก่กันครูบ่มกล่าวว่า “ทำงานแบบนี้กำลังใจที่สำคัญคือพวก
พี่ๆ เวลาเราเหนื่อยหรือเครียด เห็นเขายิ้มแย้มมีความสุขก็ดีขึ้น เขาก็หยอกเราบ้าง บางทีเราก้
หยอกเขาบ้าง”

“...อาศัยวิถีทาง ที่พ่อ แม่ ก่อร่างสร้างเอาไว้ใช้ชีวิตอย่างสมถะ อ่อนน้อมถ่อมตน
พากเพียร เรียนรู้ และไม่เอาเปรียบผู้อื่นภาพในโรงเรียนที่เห็นเจนตามาแต่เด็ก คือ การร่วมทุกข์
ร่วมสุข และการเป็นผู้ให้ของพ่อแม่ยามงานยุ่งงานด้วยกัน บางครั้งถกเถียงกันเล่น สนั่นห้อง ไม่มี
ลูกน้อง ไม่มีเจ้านายเสร็จจากงานก็ผ่อนคลาย กินข้าวด้วยกัน มีเสียงหัวเราะลั่นจากเรื่องเล่า เรื่อง
ขบขัน เข้ามาแทน...

ยุคสมัยที่เปลี่ยนไป..แม้ใช้วิถีการทำงานแบบพ่อแม่ แต่ต้องปรับให้มีระบบระเบียบเมื่อย่อมอง
เวลาที่ผ่าน พบว่า เริ่มต้นงานที่การพัฒนาคนพัฒนาความรัก ความรู้ ความเข้าใจ สายสัมพันธ์
สร้างวัฒนธรรมการทำงานอันที่พี่น้องและครอบครัวที่มีระบบให้ความสำคัญกับคนเป็นลำดับแรก
เสมอ

จากเรื่องคนจึงจะตั้งต้นสร้างระบบงาน ผสานไปกับการปรับเปลี่ยนวิถีทำงานให้เหมาะสมวง
การศึกษา มักมีเรื่องที่ผ่านมาตามกระแสแฟชั่น ก็ต้องมุ่งมั่นในทิศทางอย่างไม่หวั่นไหวขอให้
ทีมที่เข้าใจ ก็เชื่อมั่นว่าจะร่วมกันก้าวเดินไปได้อย่างมั่นคงเชื่อในเส้นทางแห่งความดีที่มักจะมีผู้
คุ้มครอง ปกป้องด้วยมักจะมีมองเพื่อน มวลหมู่มิตร ที่มักจะมาช่วยคิด ช่วยสร้างอย่างทันการณ์
มาถึงวันนี้ แม้ยังมีสิ่งที่ต้องศึกษาเรียนรู้ต่อไป อีกไม่ใช่น้อยก็ค่อยเดิน ค่อยตกแต่งเส้นทางที่สร้าง

ค่อยทำ ค่อยเดินไปที่ละวันจะเป็นดังฝันหรือเปล่า ก็ไม่เป็นไรไม่ได้เป็นคนเก่งและแกร่ง เท่าใดนัก แค่มียิ่งใจที่ไม่ยอมทิ้งความฝันและรู้ว่าที่พอจะทำอะไรได้นั้น ไม่ได้มีเพียงเพราะเราแต่ก้าวเดินได้เพราะมีผู้คนมากมายช่วยเกื้อหนุนจนเจอ”

(ID 1, J 19-11-2008)

ชวนให้ผู้คนเห็นคุณค่าในจิตใจ และร่วมพัฒนาไปด้วยกัน

การศึกษาด้านจิตวิทยาที่ช่วยให้เกิดความเข้าใจในมนุษย์ ผนวกกับประสบการณ์ด้านการพยาบาลที่ให้การช่วยเหลือด้านสุขภาพ งานด้านการศึกษาที่ถือการพัฒนาคนให้เจริญงอกงาม และต้องคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้คน ชีวิตที่ช่วยเหลือเกื้อกูลอยู่ตลอดเวลาทำให้ครูบ่มถึอปรัชญาชีวิต และการทำงานนี้ ครูระดับผู้บริหารคนหนึ่งซึ่งทำงานมานานก่อนที่ครูบ่มจะมาเป็นผู้อำนวยการ ช่วยยืนยันว่า ครูบ่มจะไม่ใช้วิธีการสั่งใครให้ทำอะไร แต่จะเน้นที่การสอนและทำให้ดูเป็นตัวอย่าง ขอความร่วมมือ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ปรับความเข้าใจกับเพื่อนร่วมงาน และพูดคุยตั้งคำถาม เอื้อให้ครูเรียนรู้จากการทำงานของตนได้ด้วยเป็นวิธีการทำงานที่นอกจากจะสร้างความอบอุ่น ความเข้าใจซึ่งกันและกันแล้ว ยังช่วยเหลือให้ผู้คนได้เติบโต พัฒนาไปพร้อมกัน ดังความคิดของครูบ่มต่อไปนี้

“...แล้วพี่ก็จะคุยกับเขาในเรื่องภายในด้วย พี่จะชวนเขาเป็นครู ชวนเขาเป็นครูมากกว่า เป็นคนรับจ้างสอน...เพราะฉะนั้นเรามุ่งที่จะสอนความรู้เพื่อมุ่งสู่ความดีงามนะ เราเป็นครูเรา ปรนิธานร่วมกันถึงทำให้เรามีคุณค่า คุณค่าของเราไม่ได้อยู่ที่เงินอย่างเดียว แล้วพี่ก็มีชีวิตแบบนี้ เขาก็เห็นว่าพี่มีชีวิตแบบนี้ ก็เหมือนเขาไม่ได้มีอะไรมากมายไปกว่าเขา แล้วพี่ก็ชวนให้เขาเห็น ความสุขที่เรามีกัน พี่ชวนให้เขาเห็นคุณค่าของสิ่งที่เรามี เธอเห็นไหมบรรยากาศที่เราอยู่ ร่วมกันเนี่ยเราเป็นพี่เป็นน้องกัน เธอเห็นไหมคนที่ออกไปเนี่ยเขาก็ยังย้อนกลับมาคุยกับเรา เขายัง รู้สึกดีกับโรงเรียน อันนี้คือสิ่งที่มีค่าเราไม่ช่วยกันรักษาหรือ อะไรอย่างนี้ นี่คือทักษะในการที่เราจะ

พูดคุยกับเขาอย่างจริงจัง ขณะเดียวกันเราก็ต้องทำในสิ่งที่เราพูดด้วย เพราะฉะนั้นเขาก็จะยอมรับเราในแง่ที่ว่ามันพูดมันทำจริง มันบอกว่ามันให้ความสำคัญกับฉัน”

(ID 1, T 1, L 242-252)

ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานของครูบูนุ่มนั้นประกอบไปด้วยลักษณะสำคัญของสัมพันธ์ภาพ 3 ประการของ Rogers (1961) ประการแรก การที่ครูบูนุ่มมีความคิด การกระทำ และคำพูดที่สอดคล้อง ใจจริงต่อเพื่อนร่วมงานสะท้อนให้เห็นถึงคุณลักษณะด้านความจริงใจ (congruence) ประการที่สอง แม้จะเผชิญความแตกต่างด้านความคิดเห็นในการทำงานและเจตคติของผู้คน ครูบูนุ่มก็จะไม่ปฏิบัติตนเป็นคู่ขัดแย้งหรือยึดเยียดความคิดของตน แต่ยอมรับในตัวตนและความคิดของเพื่อนร่วมงานทุกคน ใช้วิธีที่สร้างสรรค์ในการรับฟังและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน สะท้อนให้เห็นคุณลักษณะด้านการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (unconditional positive regard) ประการที่สาม ด้วยความสัมพันธ์ของครูบูนุ่มที่มีลักษณะเท่าเทียมและเคารพในเพื่อนร่วมงาน ครูบูนุ่มใช้โอกาสนี้ในการทำความเข้าใจในเพื่อนร่วมงาน ทั้งความรู้สึกและความคิด ช่องว่างระหว่างเจ้านายและลูกน้องจึงมีน้อย แต่เป็นไปในลักษณะของการร่วมทางไปด้วยกัน สะท้อนให้เห็นคุณลักษณะด้านความเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (empathic understanding)

ชีวิตคืองาน งานคือชีวิต

ชีวิตของครูบูนุ่มส่วนใหญ่จะอยู่ภายในรั้วโรงเรียนเกือบตลอดเวลาและมักอยู่ที่โรงเรียนมากกว่าอยู่ที่บ้านซึ่งห่างกันเพียงไม่กี่กิโล บุคคลรอบข้างต่างยืนยันว่าผู้อำนวยการท่านนี้เป็นผู้ที่ “แต่งกับงาน” และ “ทำงาน 7 วัน” ในวันแรกของการเก็บข้อมูลภาคสนามของผู้วิจัย ครูบูนุ่มได้แนะนำกับผู้วิจัยว่าแนวคิดและเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นในโรงเรียนก็ล้วนเป็นภาพสะท้อนและได้รับอิทธิพลมาจากตัวตนและความคิดของครูบูนุ่ม “ถ้าจะศึกษาชีวิตพีก็ต้องไปดูโรงเรียน เพราะงานในโรงเรียนคือชีวิตของพี” แต่ชีวิตและงานของครูบูนุ่มนั้นเชื่อว่าจะมีแต่ความเคร่งเครียดจากการทำงานอย่างหนึ่งอย่างใดตลอดเวลา เวลาในแต่ละวันครูบูนุ่มจะอุทิศให้กับงานโรงเรียนที่หลากหลาย ยาม

อยู่ในห้องผู้อำนวยการก็จะทำงานเอกสารและงานบริหาร ยามอยู่นอกห้องทำงานไม่ว่าจะเดินอยู่ภายในบริเวณโรงเรียนหรือจะไปเยี่ยมชั้นเรียนไหน ครูหนุ่มก็มักมีภารกิจแตกต่างกันไป เรียกได้ว่าแทบทุกอย่างก้าวนั้นคืองานที่เอื้อประโยชน์ และงานทุกอย่างที่ครูหนุ่มทำก็คือการดำเนินชีวิตและเรียนรู้พัฒนาชีวิตจิตใจของตนเองอยู่เสมอ ความมกอกงามจากการฝึกฝนตนทำให้สามารถดูแลจิตใจของตนให้ห่างจากความเครียดและความกดดัน และแสวงหาความสุขได้จากการดำเนินชีวิตและงาน

“งานก็เป็นชีวิต อยู่ไหนก็เป็นชีวิตทั้งนั้นแหละ แล้วแต่ว่ามันแบ่งแค่ช่วงเวลา ช่วงเวลานี้ฉันต้องมานั่งอยู่ตรงนี้ทำงานอันนี้ถูกไหม เวลานี้ฉันไปอยู่ตรงนั้น แล้วอย่างพีนี่มันก็อยู่ในงานตลอด 24 ชม. อยู่แล้วนะ ทุกอย่างจะอยู่ในนี้ตลอด 24 ชม. เพราะว่าบ้านก็อยู่ในโรงเรียนอะไรอย่างนี้ ก็ปนเปกันไป เออพีไม่รู้่ว่ววิธีคิดชีวิตกับงานมันแยกกันยังไง...แต่ว่าในส่วนของพีเนี่ยทุกอย่างมันก็คือเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันอยู่ในนี้แหละ ทั้งหมดทุกอย่าง ก็สัมพันธ์กัน ประมาณนั้น”

(ID 1, T 1, L 333-341)

“เราก็ต้องฝึกตัวเราเอง ทั้งการคิด ทั้งวิธีสื่อสาร ทั้งทุกอย่างอย่าง ทั้งการดำเนินชีวิตที่เราจะต้องระมัดระวัง ไม่กระทบคนอื่น มันทุกเรื่องที่มีมันอยู่ด้วยกันมา ทีนี้ในส่วนองงานมันก็ดำเนินไป ชีวิตมันก็ดำเนินไปพร้อมๆ กัน บางครั้งเราก็อาจจะหงุดหงิด แต่เมื่อเราหันตัวเองว่า “เฮ้ยไฉนเราคาดหวังกับคนयेะนี้ เราไม่อยู่กับความจริงนี้ เราหงุดหงิดเพราะว่าเราเอาตัวเองเป็นใหญ่หรือเปล่า เราหงุดหงิดเพราะว่าเขาทำไม่ถูกใจเราหรืออย่างไร” อะไรอย่างนี้ มันก็จะมาด้วยกันเรื่อยๆ “เราเมตตาเขาจริงมั๊ย เรามีสติทันหรือเปล่าว่าตอนนี้เรากำลังพูดไม่ดีนะ เรากำลังเอาอารมณ์เข้ามาใส่กับเขาอะ” หรือแม้กระทั่งการที่จะก้าวเข้าไปขอโทษใครสักคนหนึ่งในโรงเรียนเนี่ย อันนั้นก็เป็นการพัฒนาของเราเหมือนกัน การที่เราจะเรียนรู้ที่จะวางใจคนอื่นให้เขาทำตามแบบของเขาเอง หรือการที่เราละเอียดยมากขึ้น นี่มันก็จะเป็นการพัฒนามาเรื่อยๆ เออพีไม่ค่อยได้มองในลักษณะเหล่านี้ละ มันก็มาของมันอย่างนี้ละ หลักๆ มันก็จะมีเรื่องความเข้าใจของเราต่อชีวิต การยอมรับ

ในความจริงอะไรอย่างนี้ หรือว่าทักษะในหลายเรื่องที่เราค่อยๆ พัฒนาขึ้นมา มันก็มาพร้อมๆ กัน มันเสริมกันและกัน มันก็เนื่องกันและกัน มันอธิบายยากนะ”

(ID 1, T 2, L 179-190)

การสร้างฐานใจให้แก่ตนเอง

ชีวิตความเป็นครูและหัวหน้านั้นจะขาดไม่ได้ซึ่งความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์ ซึ่งหมายถึงเด็กนักเรียน ครู บุคลากรในโรงเรียน ที่อยู่ร่วมกันแบบครอบครัว ดังนั้นความรู้ความเข้าใจในชีวิตที่มีพื้นฐานจากศาสตร์จิตวิทยา มีประโยชน์อย่างมากต่อชีวิตที่ดำเนินไปในแต่ละวัน ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ได้รับการปลูกฝัง ซึมซับ หล่อหลอมเป็นตัวตนนั้นช่วยเกื้อหนุน ควบคุมระบอบการดำเนินชีวิตของครูผู้เอง และด้วยทักษะของครูผู้ที่ว่า “จิตใจของความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่อยู่ในตัวพวกเรา คือการช่วยเหลือผู้คนที่ให้เติบโตภายใน” ซึ่งหมายถึงการยกระดับจิตใจ ความเข้าใจในชีวิตให้แก่ผู้อื่น อันจะนำมาซึ่งการเติบโตภายนอก คือการดำเนินชีวิตที่สุขสงบ ประสบความสำเร็จ ครูผู้จึงเริ่มต้นที่การเสริมสร้างความเติบโตภายในให้แก่ตนเองอย่างต่อเนื่อง

ตัวครูผู้เองนั้นแม้ว่าจะมีพื้นฐานการศึกษาทางจิตวิทยา ได้รับการบ่มเพาะในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษา ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และคุณสมบัติ และมีประสบการณ์อันยาวนานในการทำงานเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ แต่ครูผู้มองว่าความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาและพื้นฐานทางจิตใจของตนไขว่คว้าจะมีความสมบูรณ์เพียงพอ เธอมองว่าความเข้าใจในชีวิตผู้ที่ได้รับการฝึกฝนในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษานั้นจะต้องเป็นชีวิตที่มีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา และระดับความเข้าใจในชีวิตและระดับจิตใจนั้นจะพัฒนาได้เมื่อผ่านกระบวนการตกตะกอนเมื่อเวลาผ่านไป ในยามว่างเว้นจากงานครูผู้มักจะใช้เวลาไปกับการอ่านหนังสือ ซึ่งเป็นความชอบที่สั่งสมมาตั้งแต่วัยเยาว์ หนังสือที่ครูผู้อ่านมีหลากหลายแนวซึ่งจะเปลี่ยนไปตามวัยและความสนใจในช่วงนั้นๆ โดยรวมแล้วจะไม่ได้เน้นหนังสือทางวิชาการมากนัก แต่ส่วนใหญ่ก็จะเป็นหนังสือที่มีประโยชน์และให้ข้อคิดแก่ตนได้ เช่น วรรณกรรมเยาวชนที่อ่านในวัยเด็ก นิยายสารที่มีบท

สัมผัสกับบุคคลต่างๆ หนังสือธรรมะเชิงประยุกต์ รวมทั้งหนังสือที่อาจารย์ผู้สอนในคณะจิตวิทยาเขียนและแปล ซึ่งครูบ่มใช้เป็นหลักคิดในชีวิตและงานตลอดมา การอ่านนี้ให้ทั้งองค์ความรู้ในเรื่องต่างๆ ฝึกวิถีคิด จินตนาการ กระทั่งสามารถใช้เรื่องที่อ่านหรือบุคคลในนั้นเป็นข้อคิดเพื่อการเรียนรู้เป็นตัวแบบ เป็นแรงบันดาลใจในชีวิต

“หนังสือคือสิ่งที่ถ่ายทอดความคิดใหม่ๆ สิ่งที่เป็นความสนใจ มันเป็นเรื่องที่เราจะเติมเข้าไปในตัวของเรา ตรงนี้มันโอเคแล้วก็อาจจะเขยิบไปตามการใช้ ตามความสนใจ ตามช่วงเวลานั้น... อืมโตะโตะจั่งอะไรแบบนี้ อยากเป็นครูใหญ่แบบคุณครูของโตะโตะจั่งจั่งเลย อะไรแบบนี้เนาะ มันจะประกอบกันเข้ามา หรือบางช่วงเวลาอย่างของท่านดิชนทอห์น ก็อ่านอยู่นะ แล้วก็ในการอ่านของเราเนี่ยมันจะเป็นการอ่านเพื่อหาในสิ่งที่เหมาะกับเรานะ แล้วมันไม่ใช่หนึ่งต่อหนึ่ง มุมนี้อาจจะแบบนี้ ช่วงเวลานี้อาจจะเติมเรื่องนี้เข้าไป บางประโยคที่มันตรงกับเราในช่วงนั้นๆ แล้วก็ข้อเขียนบทความของอาจารย์วิวัฒน์ก็จะมีส่วนกับชีวิตที่เออะนะ อย่างหนังสือแห่งการงานอันเบิกบาน อะไรอย่างนี้ อันนั้นเป็นหนังสือแปลก็จริง แต่มันมีถ้อยคำในนั้นซึ่งแต่ละประโยคมันนำทางเรามาด้วย และข้อเขียนต่างๆ ที่พวกเรารวบรวมจนทำเป็นหนังสือ 2 เล่ม กระแสธารแห่งชีวิต กับอะไรนะ มันเป็นข้อเขียนที่อาจารย์เขียนและเอาไปใช้ในการฝึกอบรมต่างๆ แต่ทั้งหลายทั้งปวงเนี่ยมันเหมือนกับพีได้โตมากับแนวคิดเหล่านี้ของอาจารย์ แล้วเอาถ้อยคำเหล่านั้นของอาจารย์มาใช้ในการดำเนินชีวิตนะ อย่างเช่นการเป็นหัวหน้าเนี่ยก็ให้คนอื่นก่อน ทำนองนี้ หรือว่าชวนกันทำงานของเรา ไม่ใช่งานของฉัน หรือว่าการที่เรารู้จักขอบคุณต่อทุกสิ่งเนี่ย ทุกสิ่งมันเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันนะ มันเป็นค่าง่ายๆ ที่ทำให้เราเข้าใจ แล้วพอเราเข้าใจแล้วก็ไปอ่านสิ่งที่มันยากได้ชัดขึ้น อันนั้นจะมีอิทธิพลกับพีค่อนข้างมากทีเดียว”

(ID 1, T 2, L 96-112)

นอกเหนือจากการอ่านแล้ว ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ถูกปลูกฝังมาอย่างสอนให้ครู
 บุ่มเป็น “นักเรียนแห่งชีวิต” ในระหว่างการศึกษาที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ครูบุ่มในขณะนั้นได้มี
 โอกาสพบปะบุคคลที่มีแนวคิดและประสบการณ์ที่น่าสนใจ ได้รับประสบการณ์จากกิจกรรมและ
 การฝึกอบรมนอกสถานที่โดยการนำของอาจารย์ในคณะ สิ่งเหล่านี้ได้ติดตัวครูบุ่มมาจนถึงปัจจุบัน
 ทำให้ชีวิตในแต่ละวัน กิจกรรมต่างๆ ที่ทำ เหตุการณ์ที่ประสบ รวมทั้งบุคคลที่พบปะล้วนเป็นแหล่ง
 เรียนรู้ให้ครูบุ่มได้ทั้งสิ้น ทักษะที่ใฝ่เรียนรู้ ประกอบกับนิสัยของตนที่เป็นคนช่างคิดพิจารณา ทำให้
 ครูบุ่มได้เรียนรู้ซึมซับเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ไม่ว่าจะเรื่องนั้นจะเป็นเรื่องใหญ่หรือเรื่องเล็ก ครู
 บุ่มสนุกกับการเรียนรู้ ใคร่ครวญพิจารณาด้วยเห็นว่าชีวิตของคนเรานั้นมีโอกาสในการเรียนรู้
 เพื่อที่จะเติบโตขึ้นได้ตลอดเวลา

“ถ้าพี่อยู่ตรงนี้เฉยๆ พี่ก็คงไม่มีโอกาสได้เรียนรู้จากอาจารย์จ่าง แซ่ตั้ง ถูกมัย พี่ก็คงไม่ได้
 ฟังอาจารย์ประมวล (ประมวล เพ็งจันทร์) เล่าเรื่องราวบางอย่าง ขณะเดียวกันเนี่ย หลายเรื่องใน
 ความเป็น ความเป็นบอสถ้าเทียบกับฝรั่งเนี่ยพี่ก็บอสเต็มตัวแหละ แต่เวลาพี่ไปฟังเพื่อนๆ น้องๆ ที่
 เขาคุยกันถึงความอึดอัดในการทำงานหรือว่านู่นนี่นั่นเนี่ย ก็ทำให้พี่ต้องกลับมาคิดว่าฉันเป็นหัว
 หน้าที่จะทำให้รุ่นน้องอึดอัดไหม คือพี่ไม่สามารถที่จะไปเวียน ในบางสถานะเราไม่สามารถจะไป
 ถามคนที่อยู่ใต้บังคับบัญชาเราได้ทั้งหมด แต่การที่เราฟังเรื่องนู่นเรื่องนี้เรื่องนั้นเนี่ยมันก็เป็น
 เหมือนกับ ทำให้เราต้องระลึกว่าเราทำอะไรให้เขา จะต้องระวังเรื่องไหนบ้าง เป็นต้น คือพี่ว่าที่นั่น
 คือการที่ให้เรามีที่ๆ เรียนไม่มีวันหยุดนะ เรียนไม่จบ เรียนไปเรื่อยๆ แล้วก็มันเหมือนกับว่า
 บางครั้งเราไปสวนโมกข์ ได้เข้าใจถ้อยคำบางอย่าง เวลาไปฟังพระท่านไม่รู้เรื่อง เรามาคูกับ
 อาจารย์ อาจารย์ก็ทำให้เรากระจ่างขึ้น เวลาเราไปอ่านต่อเนี่ย ดูต่อหรืออย่างอื่นต่อ เราก็มีพื้นฐาน
 ในการที่จะเข้าใจอันอื่นที่ชัดขึ้น”

(ID 1, T 1, L 101-111)

“ทุกสิ่งที่ผ่านมาเข้ามา ทุกกลุ่มที่เราได้ไปดู พี่ชอบมองแล้วคิด แล้วบางทีก็สนุกกับความคิดของตัวเอง บางทีก็ทบทวนอะไรอย่างนี้ หลายอย่างเราก็เก็บประเด็นเอาจากตรงนั้น อย่างเวลาเราเข้าไปร่วมกับกลุ่มลานปัญญาเราก็เห็นนะว่า คนนี้เขาเป็นแบบนี้เราก็หยิบเอา หรือว่าบางทีเราก็อ่านหนังสือ อย่างสกุลไทยเนี่ยเขาก็มีบทสัมภาษณ์คนนู้นคนนี้ พี่ชอบอ่านบทสัมภาษณ์ของคนด้วยนะ ว่าเขาคิดยังไงเขาทำยังไง เรื่องของการอ่านก็มีอิทธิพลกับพี่เยอะพอสมควร ก็มีประเภทของการอ่านที่ไม่ได้อ่านทฤษฎีจำ แต่ว่าอ่านนู่นอ่านนี่ แล้วด้วยอ่านแล้วชอบคิด อ่านแล้วก็โยงมันกลับเข้ามาเป็นชีวิตกับการงาน อย่างดูเจาะใจ reality ก็มาขายไอเดียเอาเด็กๆ ทำมั่งสิ”

(ID 1, T 1, L 171-177)

กรณีศึกษาที่ 2

ข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลหลักรายที่ 2

พีจิ่ง(นามสมมุติ) เป็นชาวไทยเชื้อสายจีน เพศหญิง อายุ 50 กว่าปี รูปร่างท้วม ผิวขาว สمرสแล้ว ปัจจุบันมีหน้าที่การงานที่ต้องรับผิดชอบทั้งกิจการของครอบครัวที่เป็นบริษัทเอกชน และงานอาจารย์ที่สอนวิชาทางจิตวิทยาแนวพุทธ ในวันที่ผู้วิจัยเข้าไปเยี่ยมและเก็บข้อมูล ภาคสนามที่จิ่งแต่งกายแบบสุภาพตามหน้าที่อาจารย์ที่กำลังปฏิบัติ คือใส่เสื้อผ้าตามสมัยและรูปแบบที่สุภาพสตรีในวัยนี้มักจะใส่กัน แต่มีจุดเด่นที่ความเรียบร้อยไม่เน้นสีฉูดฉาด แม้ในวันอื่นๆ ที่ได้พบปะ พีจิ่งก็มักแต่งกายในแบบเดียวกัน ไว้ผมสั้นประมาณต้นคอ หวีแสกและไม่จัดแต่งทรงเพิ่มเติม และอาจแต่งหน้าเพียงบางๆ หรือไม่ได้แต่งหน้าเลย พีจิ่งไม่ได้ใส่เครื่องประดับอย่างอื่น นอกจากนาฬิกาข้อมือ ทั้งหมดนี้เป็นรูปลักษณะภายนอกที่ดูเรียบง่าย ประกอบกับสีหน้าท่าทางที่ดูแจ่มใสยิ้มเอิบของพีจิ่งตามการรับรู้ของผู้วิจัย

ในวัยเด็กพีจิ่งเติบโตในจังหวัดทางภาคเหนือและเป็นเด็กต่างอำเภอ ศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนใกล้บ้าน จนขึ้นชั้นมัธยมทางครอบครัวจึงได้ส่งเข้ามาเรียนในตัวเมือง เมื่อเรียนไปได้ระยะหนึ่งก็ได้ย้ายโรงเรียนอีกครั้งเนื่องด้วยทางบ้านของพีจิ่งมีญาติพี่น้องอยู่ในกรุงเทพมหานครหลาย คน จึงย้ายมาเรียนต่อในกรุงเทพมหานครและพักอาศัยอยู่กับญาติ จนกระทั่งสอบเข้ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ได้จึงได้ย้ายกลับไปอยู่ใกล้บ้านอีกครั้งหนึ่ง และประกอบอาชีพเป็นครูได้ระยะหนึ่งก็เข้ามาศึกษาต่อที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชีวิตของพีจิ่งเป็นชีวิตที่ไม่หยุดนิ่ง มีการย้ายถิ่นฐานระหว่างการเรียนและทำงานเสมอ ครั้นจบการศึกษาในระดับปริญญาโทแล้วได้ย้ายมาอาศัยในกรุงเทพมหานครอีกครั้งเพื่อเริ่มงานใหม่ จนกระทั่งสมรสจึงอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครเป็นการถาวร

พีจิ่งศึกษาระดับปริญญาตรีที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ในสาขาวิชาจิตวิทยาตามแบบอย่างอาจารย์ที่โรงเรียนและคุณอาของตน ที่ต่างเรียนสาขาวิชาจิตวิทยาและเป็นศิษย์เก่าของมหาวิทยาลัยนี้ โดยไม่มีเหตุผล แรงจูงใจ หรือความชอบเป็นพิเศษ จึงยังไม่มีเป้าหมายในการเรียนและการประกอบอาชีพที่ชัดเจน ด้วยความที่เป็นคนขยัน จึงอุทิศสละในการเรียน พุ่มเทในการศึกษาจนกระทั่งจบการศึกษา แต่มิได้ประกอบอาชีพตามสายวิชาความรู้ที่ศึกษาโดยตรง

เนื่องจากไม่ถนัดกับงานบริการทางสุขภาพจิตที่ต้องทำงานอยู่ในโรงพยาบาล จึงเบนเข็มไปยังสายงานที่ใกล้เคียง คือการเป็นครูแนะแนว

“พอดีมีอาจารย์แล้วก็มีคุณอาเขาเรียนจิตวิทยาที่มช.ด้วยนะคะ พี่ก็เลยไปเลือกเรียนจิตวิทยา ตอนเรียนจิตวิทยาที่มช.ก็รู้สึกว่าจะไม่รู้เรื่องจิตวิทยาเท่าไร แต่ด้วยสไตล์ที่บอกว่าตั้งใจเรียนด้วยอะไรอย่างนี้คะ ตั้งใจเรียน แล้วก็รู้สึกยังรัก แล้วอาจารย์ที่เป็น advisor เขาก็เอื้อเพื่อแล้วก็ก็เป็นกันเองมากอะไรอย่างนี้ พอจบออกมาตอนแรกพี่นึกว่าจะทำโรงพยาบาลก็ลำบากนะคะ คืออาจจะไม่ match พี่ก็เลยไปสอบเข้าเป็นครูแล้วบังเอิญสอบได้”

(ID 2, T 1, L 14-18)

จุดเปลี่ยนจากความเป็นครูในแบบแผนสู่การเรียนรู้มุมใหม่

เมื่อสอบเข้าเป็นครูได้ พี่จึงทำงานเป็นครูแนะแนวอยู่ 3 ปี จึงลาศึกษาต่อในระดับปริญญาโทที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวเป็นเวลาอีก 3 ปี เมื่อกลับเข้ามาเป็นครูได้อีก 5 ปี ก็ได้เปลี่ยนไปทำหน้าที่ในตำแหน่งศึกษานิเทศก์งานแนะแนวที่กระทรวงศึกษาธิการ เวลามาผ่านไปหลายปีกระทั่งปัจจุบัน หลังจากที่สมรสแล้วได้ช่วยกิจการบริษัทเอกชนของครอบครัวอย่างเต็มตัว ชีวิตที่อยู่แนวทางการศึกษาและจิตวิทยาของพี่จึงแม้จะผันตัวเข้าไปสู่วงการธุรกิจซึ่งถือเป็นอีกแวดวงหนึ่ง ก็ยังคงมีความผูกผันอยู่กับการศึกษาและจิตวิทยาอย่างมาก ปัจจุบันพี่จึงได้รับหน้าที่เป็นอาจารย์พิเศษวิชาจิตวิทยาการศึกษา และจิตวิทยาเชิงพุทธ ที่มหาวิทยาลัยสงฆ์แห่งหนึ่ง

ช่วงเวลาที่สำคัญที่สร้างพื้นฐานหลักทั้งด้านวิชาชีพและมุมมองในชีวิตให้แก่พี่จึงเป็นอันมาก คือช่วงเวลาที่เข้าศึกษาต่อที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แรกเริ่มพี่จึงเข้าศึกษาต่อด้วยจุดมุ่งหมายด้านอุดมศึกษาเป็นหลัก ในปีแรกของการศึกษานั้นบรรยากาศในการเรียน ความคาดหวังและความพยายามของพี่จึงรวมทั้งเพื่อนร่วมชั้นเองต่างก็เป็นไปในทางเดียวกัน คือมุ่งการศึกษาเล่าเรียนเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่พึงปรารถนาในวิชาเรียนอันหลากหลาย ความมุ่งมั่นตั้งใจ

ของผู้เรียนเมื่อประกอบกับมาตรฐานการศึกษาและครูบาอาจารย์ของมหาวิทยาลัยที่เป็นที่ยอมรับในระดับประเทศ ทำให้พี่จึงต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการผ่านการเคียวกรำทางด้านวิชาการ ในช่วงแรกนี้จุดเด่นสำคัญจึงอยู่ที่พื้นฐานด้านวิชาชีพ

“ในสาขาที่เข้าไปเรียนเนี่ยก็จะสาขาครูทั้งหมดเลย จะมีทั้งอาจารย์วิวัฒน์ อาจารย์บุญมี (นามสมมุติ) ฯลฯ ทั้งจิตวิทยาการศึกษาจิตวิทยาการปรึกษาแนะแนว จิตวิทยาสังคม พวกนี้เราก็ได้เรียนทุกอย่างหมดเลย เพราะฉะนั้นในการเรียนทุกอย่างเนี่ย เริ่มแรกก็จะเป็นสไตล์การเรียนที่เรียนเหมือนทั่วไปนะ พี่ว่าเหมือนปริญญาตรีเลย คือทุกคนก็จะเรียนวิชาหลากหลายไปหมด แล้วพอในชั้น...ตอนนั้นก็ดูเหมือนว่าเรียนเพื่อขึ้นด้วยคะแนนนะ ทุกคนก็ตั้งใจเรียน ทำรายงาน ปวดหัวบ้างอะไรบ้าง แล้วก็มุ่งแต่เรียนหนังสือ ยังไม่รู้ว่าจะอะไร..เป้าหมายในการเรียนตอนนั้นเนี่ยเรียนเพื่อให้ได้ปริญญาโท พี่รู้สึกอย่างนั้นนะ ในตอนที่เข้าไปเหมือนกับว่าเป็นครูแล้วพอลาศึกษาต่อไปก็ไปเรียนเพื่อจะได้วุฒิเพิ่ม มุ่งหมายตอนนั้นจริงๆ ว่า เออคนอื่นเขาเรียนได้ปริญญาโทเอามาปรับวุฒิทำงานอะไรอย่างนี้ พี่ก็แรกๆ คิดอย่างนั้นเลย เพราะฉะนั้นเรียนก็ตั้งใจเรียน เขาทำรายงานก็ทำรายงานส่ง ท่องหนังสือหุดดับดับใหม่อะไรอย่างนี้ในช่วงปีแรกนะคะ เรียนกับอาจารย์ที่เขาก็เคียวกรำเนาะ ก็ต้องได้คะแนนเยอะ บางทีคนก็ต้องแข่งกันเรียนในหมู่พวกเรา แต่พี่ก็กลางๆ เนาะ เรียนได้บ้างไม่ได้บ้างแต่ตั้งใจเรียน”

(ID 2, T 1, L 39-50)

ปีที่สองของการศึกษา ระบบการเรียนก็จะเปลี่ยนไปในทางที่มีวิชาเลือก วิชาเฉพาะมากขึ้น พี่จึงมีความสนใจวิชาทางจิตวิทยาการปรึกษา จึงเลือกเรียนในรายวิชาที่อาจารย์วิวัฒน์สอน บรรยายภาคการเรียนในวิชาของอาจารย์วิวัฒน์นี้มีจุดเด่นที่ทำให้พี่จึงสนใจ ความแตกต่างจากระบบการเรียนในรูปแบบอื่นที่พี่จึงรู้สึกว่าอาจารย์กับศิษย์ และเพื่อนร่วมชั้นมีกำแพงแห่งการแข่งขัน ความกลัวที่ปิดกั้นการเรียนรู้ ที่พี่จึงสังเกตตัวเองว่าในหลายคราที่ผ่านมาการเรียนรู้อันจะสัมฤทธิ์ผลแต่ก็มักประกอบไปด้วยความกังวล ความไม่สงบสุขในจิตใจ ลักษณะการสอนของอาจารย์วิวัฒน์จะเน้นที่การสร้างบรรยากาศที่เจอไปด้วยความสุขสบายใจ พี่จึงกล่าวว่าการเรียน

ในรูปแบบนี้คือ “การเรียนรู้ที่มีชีวิต” การเรียนลักษณะนี้ทำให้ความมุ่งหมายในการเรียนที่เดิมที่หวังเพียงวุฒิการศึกษา เปลี่ยนไปในทางที่เน้นเรียนเพื่อทำความรู้จักตนเองและขัดเกลาตนเองมากขึ้น

“เรียนที่มีชีวิตก็คือเอาตัวมาเรียน เอาใจมาเรียน ไม่ต้องเอารูปแบบของการเกร็ง กลัว หรือว่าเวลาฉันถามคำถาม เธอคิดว่าฉันถามคำถามโง่หรือ มีอาจารย์คนหนึ่ง ไม่เอ่ยชื่อ นะคะ อาจารย์ก็จะบอกว่า ถ้าคุณถามคำถามนี้ต้องคิดก่อนในกระบวนการ ถ้าคำถามโง่ๆ ครูไม่ตอบ ในสมัยนั้น นะคะพวกพี่ก็กลัว กลัวกันว่า การถามครูนี้เราต้อง screen เพราะฉะนั้นมันไม่ฟรีใจคะ ไม่ฟรีที่จะเรียนรู้พี่ว่านะ แต่พอมาเรียนกับอาจารย์ อาจารย์คุณนะ เธอจะถามอะไร เธอจะกินขนมก็ได้ แต่พวกเราก็ไม่ได้กินกันฟุ่มเฟือย พวกเราก็รู้ มันเหมือนกับความโล่งโปร่งมั่ง พี่เห็นในขณะนั้น ในคอร์สนั้นว่าโอ้ความโล่งที่เรา open มากๆ เนี่ย การเรียนรู้มันเกิด การเรียนรู้มันเกิดจริงๆ นะ แล้วกระบวนการเนี่ย ตอนนี้อยู่กับพี่มะลิ (นามสมมุติ) อยู่ที่นี่เราใช้วิธีการนั้นเลยนะคะ แล้วนิสิตก็รับรู้ ว่าเรียนกับเราแล้วเข้าใจแล้วก็มีความสุขที่ได้เรียน พี่จำได้ว่ามันต่างกับการเรียนรายวิชาอื่นๆ เยอะมาก ในกระบวนการของการเรียน”

(ID 2, T 1, L 58-67)

ทำความเข้าใจชีวิตด้วยศาสตร์จิตวิทยาการศึกษา

การเรียนรู้ศาสตร์จิตวิทยาการศึกษาเป็นการบ่มเพาะทางความรู้ ทักษะและมุมมองในชีวิตที่สำคัญยิ่งให้แก่พี่จิ้ง ด้วยทัศนะของศาสตร์ที่เห็นว่าการบริการศึกษานั้นจะมีประสิทธิภาพได้ ต้องประกอบด้วยหลายส่วน ทั้งความรู้ ทักษะ และคุณสมบัติของนักจิตวิทยาการศึกษาที่จะช่วยให้ผู้รับบริการเพิ่มพูนความเข้าใจ ความตระหนักรู้ในตนเองได้ ครูบาอาจารย์ในสาขาวิชาจึงเน้นการจัดการเรียนการสอนที่ใช้ตนเองเป็นตัวอย่างแก่นิสิตในการบูรณาการด้านทักษะ คุณสมบัติและคุณภาพจิตใจเข้าด้วยกัน เป็นการเรียนรู้ที่ภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติที่นั้นเกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน และผสมผสานเข้าด้วยกันอย่างแยกย่อย

“อาจารย์อีกท่านหนึ่งที่พี่ชัดเลยก็คือทั้งพ่อด้วย พ่อปัญญา นะคะ ท่านสอน *microcounseling* การสอนที่แฝงเร้นด้วยการที่พ่อเป็น *counselor* แล้วก็อารมณ์หรือความรู้สึกของพ่อในเชิง *counselor* เนี่ยเราชัดเจน พ่อสอนโดยใช้ทฤษฎีของ *Carkuff* มาช่วย เบื้องหลัง *Carkuff* เนี่ยตอนที่พ่อสอนเราไม่รู้เรื่องหรอกค่ะ พี่มารู้ข้างหลังว่าด้วยความที่เป็น *unconditional positive regard* ตามทฤษฎีแต่พี่เห็นความ *unconditional* จากคุณพ่อปัญญา ตอนพ่อสอน พ่อสอนในภาวะที่พ่อมีจริงๆ พ่อเป็น *Rogers* ที่พ่อมีจริงๆ ตอนนั้น เราไม่ค่อยเคยเห็นนะความยินดี ยินร้ายที่พ่อจะลงโทษโดยสภาวะใจเนี่ย พ่อจะเห็นว่าใจที่นี้ ใจที่อยู่ตรงกลางเป็นยังไง แล้วพ่อก็คือค่อยๆ สอน บอก พี่ พ่อเป็นคนฝึก *microcounseling* ที่ทำให้พี่คิดว่า การผสมผสาน *microcounseling* กับ *counseling* แนวอาจารย์ (อาจารย์วิวัฒน์: ผู้วิจัย) *integrate* กันแล้วจะเป็นประโยชน์”

(ID 2, T 1, L 112-121)

เรียนรู้ด้วยการสังเกตตนเอง

การจัดการเรียนการสอนจิตวิทยาการศึกษานั้นเกิดขึ้นในหลายรูปแบบ ไม่จำเป็นจะต้องจำกัดอยู่เฉพาะในตำราหรือในห้องเรียนเท่านั้น พี่จึงได้รับมุมมองใหม่ต่อการศึกษาเล่าเรียนในช่วงนี้ว่าเป็นการเรียนรู้ชีวิต ไม่ว่าจะผ่านกิจกรรมหรืองานใดๆ ก็ตาม ก็สามารถเรียนรู้พัฒนาตนเองในแง่ของความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาได้เสมอ ด้วยอาจารย์ผู้สอนนั้นสอนโดยใช้วิธีการที่หลากหลาย ทั้งการสั่งสอนโดยตรง และการให้นิสิตเรียนรู้จากการปฏิบัติงาน โดยเน้นหนักที่กระบวนการสังเกตตนเองโดยใช้สติตระหนักรู้ ประกอบกับวิธีการพิจารณาโลกและชีวิตด้วยปัญญาเพื่อการพัฒนาตนเองของนิสิต การเรียนรู้ฝึกฝนเพื่อเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่พี่จึงได้ประสบนั้นจึงเป็นการเรียนรู้ฝึกฝนที่เกิดขึ้นตลอดเวลา และส่งผลถึงการดำเนินชีวิตและการทำงานในปัจจุบัน

“พี่ว่าการเรียนรู้ใน class แล้วก็กับท่าที่ที่อาจารย์เอื้อเพื่อพวกเรา ท่าที่อย่างนั้นนะคะ แล้วก็วิธีการ มุมมองของอาจารย์ วิธีการสอนของอาจารย์ที่พูดถึงว่าถ้าเราเรียนจิตวิทยามันจะต้องกลับมาที่ตัวเราไม่ใช่คนอื่น ถ้าตั้งใจจะเรียนรู้เข้าใจจิตวิทยาที่แท้เนี่ยไม่ใช่ไปเป็นจิตวิทยาที่จะมองคนอื่นแล้วมาประเมินนะ มันต้องเรียนรู้ที่จะกลับมาที่เรา การเรียนคอร์สนั้นมันเป็นเรื่องของพี่เล็กๆ เหมือนกันนะ จะรู้ตัวไม่รู้ตัวไม่รู้จะ ต้องกลับมา aware กับตัวเองเสมอ ถ้าครั้งต่อไปนี่สิ่งที่ได้ aware อีกชั้นหนึ่งคือการบ้านที่อาจารย์ให้ทำเป็นงานที่ให้ aware กับตัวเองทุกอิริยาบถ ทุกอิริยาบถแปลว่าจะขึ้นรถจะลงรถจะกินข้าวจะพูดคุยกับใครก็บันทึก คือ aware กับสิ่งที่เกิดขึ้น อันนั้นเนี่ยพี่ทำบันทึกส่งอาจารย์ตามกำหนดเลยนะคะ อาจจะเป็นเพราะว่าเริ่มเห็นการเคลื่อนไหวตัวกลับมาดูตัวเองจนกระทั่งกลับมาดูข้างในตัวเอง ตอนแรกก็กลับมาดูแค่ว่าฉันทำอะไร ฉันกำลัง aware กับอะไร ขึ้นรถเมลันะ ฉันเห็นอะไร ฉันเจอใครฉันกำลังกินข้าวนะ มันเป็นการสอน awareness สมัยก่อน วิชาอันหนึ่งที่พี่อาจจะได้เรียนรู้มาจาก มช. ก็คือ awareness training แต่ตอนนั้นที่เรียนไม่รู้เรื่องหรอก แต่มาเข้าใจตอนที่อาจารย์ให้เขียนบันทึกเพื่อ aware หลากๆ อย่างแล้วพี่ก็เขียนบันทึกส่งอาจารย์ประจำ”

(ID 2, T 1, L 93-105)

วิธีการเรียนรู้ผ่านการสังเกตตนเองที่พี่จึงได้ฝึกฝนนั้น ส่งผลให้เกิดความเติบโตและนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิดและวิธีการสื่อสาร ความสัมพันธ์กับผู้คน พี่จึงพบว่าเทคนิค ความรู้ในศาสตร์จิตวิทยาการปรึกษา เมื่อผสมผสานกับความเข้าใจและรู้เท่าทันจิตใจของตนเอง จะนำไปสู่สัมพันธที่ทำให้เข้าใจผู้อื่นมากขึ้นเช่นกัน

“เปลี่ยนจากเป็นคุณครูทั่วไปที่สอนเสร็จก็ให้การบ้านเด็ก มีการประเมินผลเด็กแล้วก็ เป็น one-way ชะมากเวลาสอน เปลี่ยนมาเป็น two-way แปลว่าถามเด็กเยอะขึ้น จะถามทุกครั้ง ใช้คำถาม พี่สังเกตตัวเองว่าพี่จะใช้คำถามเปิดเยอะขึ้น เยอะมาก ไม่ว่าจะอยู่กับใครก็จะใช้คำถามเปิด เพราะว่าพี่เชื่อว่าเราไม่รู้เขาหรอกถ้าเราจะพูดโดยใส่กระบวนการคิดหรือการกระทำของเรา มากกว่าที่จะใช้ open questioning พอเนี่ยนะฝึก open questioning เป็นเดือนเลย ทั้งเดือนฝึก

open questioning แล้วสังเกต ฝึกแล้วสังเกต เราเห็นอาณาภาพของการใช้คำถามกับผู้คนรอบตัว แล้วเราก็เรียนรู้ได้ด้วยตัวเองว่าถามแล้วจะต้องถามยังไงต่อเพื่อให้ได้ข้อมูลความคิดที่แท้”

(ID 2, T 1, L 154-160)

เครือข่ายแห่งมิตรภาพในหมู่อาจารย์และเพื่อน เอื้อให้เรียนรู้ฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง

นอกจากการศึกษาในระดับปริญญาโทที่พี่จิ้งได้มีโอกาสเรียนรู้ฝึกฝนความเป็นนักจิตวิทยาในตัวอย่างเต็มที่แล้ว หลังจากเรียนจบแม้จะประกอบอาชีพเป็นครู นักการศึกษา และนักบริหารธุรกิจ ตามลำดับ ซึ่งอาจไม่ได้เกี่ยวข้องกับสายงานทางจิตวิทยาการปรึกษาโดยตรง แต่หากเวลาและโอกาสเอื้ออำนวยเมื่อใด พี่จิ้งก็ยังคงไปร่วมทำงานด้านการฝึกอบรมและการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับอาจารย์และเพื่อนๆ แม้ไม่ได้รับผิดชอบอยู่ในฐานะงานประจำ กิจกรรมเหล่านี้ก็นับได้ว่าเป็นทั้งกิจกรรมนอกหลักสูตร และแบบฝึกหัดชีวิตให้แก่พี่จิ้ง เพื่อพัฒนาฝึกฝนทางด้านจิตใจ ในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษารวมทั้งเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวไว้ซึ่งมิตรภาพ ความใกล้ชิดต่อครูบาอาจารย์ และเพื่อนพี่น้องร่วมสาขาตลอดมา

“ตลอดระยะเวลาช่วง 20 ปีมานี้ ด้วยความกรุณาของอาจารย์และพ่อ พ่อปัญญาณี อาจารย์กับพ่อปัญญาณีก็ต้องลากพี่ไปเสมอแหละ...แล้วพี่ก็จะมีกลุ่มเช่นพี่จดี พี่มะลิ พี่แมวอะไรอย่างนี้ที่เราไปทำงาน training ด้วยกัน พี่ว่าอันนี้มันยัง keep พี่ให้อยู่ ให้เรียนรู้และฝึกฝนอยู่ในช่องทางนี้ตลอดมา การทำงานที่หนักก็เป็นก้อนหนึ่ง ทำงานที่นี้เราก็จะเหนื่อยนะ ทั้งอาจารย์ วิวัฒน์ทั้งพ่อปัญญา ทั้งพี่ก็จะมีกลุ่มของพวกเราอย่างพี่น้องรู้คะ เราก็จะแห่ไปทำ training กัน สม่่าเสมอเดือนละ 2 ครั้งโดยประมาณตลอด เพราะฉะนั้นเราก็จะมีกลุ่มเพื่อนที่หมุนกัน เจอหน้าตาเจอตากัน มันไม่ได้ห่างออกจากกัน”

(ID 2, T 1, L 309-315)

ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ถ่ายทอดสู่ความสัมพันธ์กับครอบครัว

ในช่วงที่กำลังศึกษาอยู่ พี่จิ้งได้ฝึกฝนความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาด้วยการติดตามอาจารย์ไปทำงานบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอยู่เสมอ ประสบการณ์ภาคสนามที่เข้มข้น การได้พบเจอผู้คนที่หลากหลายทำให้พี่จิ้งได้รับบทเรียนที่ล้ำค่าจากการช่วยเหลือและสร้างสัมพันธ์กับผู้คนเหล่านั้น ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่พี่จิ้งได้รับการบ่มเพาะมานั้นจึงมิใช่เพียงคุณสมบัติหรือทักษะในวิชาชีพเท่านั้น หากประสบการณ์เหล่านี้ยังได้หล่อหลอมตัวตนของพี่จิ้ง ส่งผลถึงทัศนคติในการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะบทบาทหน้าที่ ความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้ครอบครัว โดยเฉพาะคนในครอบครัว จิตวิญญาณความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาของพี่จิ้งยังส่งผลเอื้อให้บุคคลครอบครัวเกิดความงอกงามในจิตใจไปพร้อมกัน และอยู่ร่วมกันอย่างสงบสันติได้ การได้เรียนรู้ในกระบวนการช่วยเหลือเยียวยาผู้คนนั้นพี่จิ้งได้นำมาปรับใช้ เพื่อให้คนในครอบครัวร่วมดูแลซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี

“เราจะต้องมีองค์ประกอบรอบๆ ตัวเนี่ยเป็นองค์รวมนะ เช่น ครอบครัว นึกออกไหมคะว่าสัมพันธ์ภาพหรือแนวการมอง มุมมองความคิดหรือการกระทำของเราในฐานะที่เป็นภรรยา พี่เป็นแม่ของลูก พี่เป็นลูกของแม่ พี่กำลังมองถึงการกระทำของเราด้วยนะคะกับคนกลุ่มนี้ที่เรามีบทบาทอย่างนี้ เราเอื้อเพื่อ เรา take action อย่งไรที่ทำให้สัมพันธ์ภาพเรากับเขาอยู่อย่างโอเค และมีความสุข เพราะฉะนั้นถ้าในครอบครัวเนี่ย พี่ว่าครอบครัวยินดีให้พี่มาเรียนรู้ตรงนี้ ที่บ้านเขาก็โอเคยินดี และข้อสำคัญคือ ครอบครัวทั้งลูกและสามีเราจะคุยกันเรื่องนี้เสมอ หมายถึงเรื่ององค์ธรรมหรืออะไรอย่างนี้นะคะ อย่างเช่นเวลาเราพูดคุยและเราอาจจะมึนงงขัดแย้งไม่ตรงกันกับลูกพี่ใช้สัญลักษณ์ว่า พุทโธ ทุกคนจะพูดพุทโธพร้อมกัน แล้วก็ทุกคนก็จะคลาย ภาวะ ภาวะที่ลดลง สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นเพราะว่าเมื่อสมัยแต่ก่อนเราไปทำกลุ่ม นึกภาพออกไหมคะ เราทำกลุ่มเยอะๆๆๆ กิจกรรมนั้นมันก็ต่อเนื่องมากับครอบครัวคะ พี่ก็เอามาทำกลุ่มกับที่บ้าน กับพ่อแม่ลูก 4 คน วิธีทำกลุ่มอาจจะไม่เหมือนที่ทำกลุ่มโน้นนะ แต่ให้ออกาสทุกคนพูดเรื่องราวตัวเองแลกเปลี่ยนกัน เราจะมึนงงกิจกรรมอย่างนี้บ่อยคะ อย่างลูกกลับบ้านตอนนี่เราก็ตกมา “เธอเป็นยังไงบ้าง เธอไปเรียนอะไรมา เธอเกิดอะไรขึ้นบ้างแม่เกิดอย่างนี้นะ พ่อเกิดอย่างนี้” เราจะเรียนรู้ เราจะทำกิจกรรมกลุ่มเล็กๆ นี้

บ่อยๆค่ะ ไปเป็นชั่วโมงอะไรอย่างนี้ ทำให้สัมพันธ์ภาพที่บ้านรู้สึกว่ามีพี่ก็เล่าให้พรรคพวกฟังหลายคนถ้าใกล้ๆ นะว่ามันเป็นสัมพันธ์ภาพที่งดงามของครอบครัว”

(ID 2, T 1, L 225-240)

ทั้งแนวคิดในการดำเนินชีวิตและการทำงานของพี่จึงจึงมีพื้นฐานจากความเข้าใจชีวิตและเพื่อนมนุษย์ ซึ่งนอกจากจะถูกถ่ายทอดไปยังความสัมพันธ์ภายในครอบครัวแล้ว ยังถูกถ่ายทอดความสัมพันธ์และบรรยากาศการทำงานในกิจการบริษัทที่พี่จึงดูแล แนวคิดในการอยู่ร่วมกันแบบครอบครัวซึ่งเน้นที่การช่วยเหลือเกื้อกูล ทั้งการให้ความรักเอื้ออาทรแก่กัน แบ่งเบาความทุกข์ทางใจด้วยการเป็นเพื่อนพูดคุย รวมถึงการเกื้อกูลทางด้านวัตถุสิ่งของในยามขัดสน การทำหน้าที่หัวหน้าของพี่จึงจึงเป็นหน้าที่ที่เปี่ยมไปด้วยความเข้าใจต่อลูกน้อง เมื่อใครมีเรื่องไม่สบายใจก็มักจะหันหน้ามาปรึกษาพี่จึงเสมอ พี่จึงเองก็ช่วยเหลือด้วยความเต็มใจด้วยความรู้ทักษะประสบการณ์ที่สั่งสมมา บางครายังให้การช่วยเหลือในรูปแบบของเงินทองข้าวของตามสมควร เช่น ซื้อบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปไว้เลี้ยงพนักงานเมื่อใกล้สิ้นเดือน พี่จึงเป็นหัวหน้าที่มุ่งเป็นแบบอย่างของการอยู่ร่วมกับผู้คนอย่างผูกพันใกล้ชิด ไม่กั้นขวางตนเองกับผู้คนไว้ด้วยกำแพงแห่งหน้าที่ยศศักดิ์และความผูกพันใกล้ชิดนี้เป็นสิ่งที่พี่จึงให้ความสำคัญอย่างมาก ถึงกับเรียกแนวคิดนี้ว่า “บริษัทในฝัน”

“แรกๆ เลยนะ พี่คุยกับแฟนพี่เขาก็โอเคด้วยสไตล์เราเป็นอย่างนี้เราก็จะสร้างบริษัทให้เป็นบริษัทในฝัน ในฝันแปลว่าอยู่อย่างเกื้อกูลแบบพี่น้อง กินข้าวด้วยกันอะไรด้วยกัน...เล่าก่อนว่าถ้าใครมีเรื่องอะไรโทรศัพท์ทีหนึ่งดีสองดีสาม ทะเลาะกับแฟนอะไรอย่างนี้คะ ด้วยสไตล์พี่มันคะ ไม่ได้บอกเขาว่าเป็น counseling หรือเพราะเด็กๆ ก็ไม่รู้ว่าพี่เป็น counselor อะไรทั้งนั้นนะ รู้แต่ว่าเป็นคุณครูแต่เขาก็จะมาเล่าให้ สไตล์เราเวลาคนมาเล่าเรื่องอะไรให้ฟังเราอยู่กับเขา เขาก็รู้สึกดีอะไรอย่างนี้ เพราะฉะนั้นบริษัทนี้เปิดมาตั้งแต่ปี 41 มีสองบริษัท 38, 41 จนกระทั่งตอนนี้พนักงานยังอยู่กันเพียบเลยเพราะว่าเขารับรู้ที่เราไม่ได้ร่ำรวย บริษัทก็ไม่ได้ยิ่งใหญ่ แต่ว่าเราเรียนรู้ที่จะอยู่กับเขา ตอนนี่จากการเป็นหนุ่มเป็นสาวจนกระทั่งมีลูกมีเด้าแล้วนะคะ ตอนนี่เราก็ดูแลแบบ

เด็ก ๆ ตัวเล็ก ๆ ค่ะ อย่างเย็น ๆ เลิกโรงเรียนมาเด็ก ๆ สีหน้าคนก็เต็มบริษัทเลย เจียวจ้าว พี่รู้สึกว่ามัน เป็นชีวิต ชีวิตที่แท้ ไม่ต้องถกหนึ่งสองสามสี่ห้า เพราะก็เท่ากับว่ามันตอบใจที่ด้วยนะว่าการอยู่กับผู้คนเนี่ยเราอยู่อย่างที่เป็นเราจริงๆ ไม่ได้อยู่แบบที่หนึ่งอย่างหนึ่งแล้วอีกที่หนึ่งอย่างหนึ่งนะ”

(ID 2, T 1, L 342-354)

กรณีศึกษาที่ 3

ข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้ข้อมูลหลักรายที่ 3

อาจารย์มะลิ (นามสมมุติ) เป็นสุภาพสตรีในวัย 50 กว่าปี ผิวสองสี รูปร่างผอม เป็นอาจารย์ประจำที่คณะพยาบาลศาสตร์ของวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ด้วยหน้าที่การงานของอาจารย์มะลิในแง่ที่เป็นทั้งบุคลากรทางการแพทย์และแง่ที่เป็นครูบาอาจารย์ อาจารย์มะลิจึงแต่งกายแบบสุภาพเรียบร้อย แต่งหน้าทำผมพอให้ดูสวยงามแต่ไม่มากจนเกินไป เนื่องจากผู้วิจัยได้พบปะกับอาจารย์มะลิมาแล้วหลายครั้ง จึงสังเกตเห็นจุดเด่นภายนอกของอาจารย์มะลิคือ ใบหน้าแววตาที่ยิ้มแย้มเสมอยามพูดคุยกับคู่สนทนา เมื่อประกอบกับบุคลิกที่ดูนุ่มนวล การพูดอย่างช้าๆ ทำให้เพื่อนร่วมรุ่นและรุ่นพี่ของผู้วิจัยหลายคนที่ได้ติดต่อกับอาจารย์มะลิ เช่น การไปฝึกงานในความดูแลของอาจารย์ ต่างรับรู้และยืนยันถึงความใจดี และใจเย็นของอาจารย์มะลิ

ปัจจุบันอาจารย์มะลิมีงานในความรับผิดชอบหลายอย่าง มีตำแหน่งด้านการบริหารภายในองค์กร ด้านวิชาการก็สอนวิชาการพยาบาลมาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน อาจารย์มะลิเป็นอาจารย์ผู้คอยดูแลลูกศิษย์อย่างใกล้ชิดด้วยการริเริ่มกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนหลายอย่าง รวมถึงการเปิดห้องบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของคณะ นอกจากนี้ยังเป็นอาจารย์สอนวิชาจิตวิทยาแนวพุทธในระดับปริญญาโทให้แก่มหาวิทยาลัยสงฆ์ในวันหยุดอีกด้วย

แรงบันดาลใจจากศาสตร์การดูแลสุขภาพกาย สู่ศาสตร์การดูแลสุขภาพใจ

อาชีพพยาบาลแม้จะไม่ถึงกับเป็นความใฝ่ฝันของอาจารย์มะลิมาตั้งแต่ต้น แต่อาจารย์มะลิก็มักทัศนคติที่ดีกับอาชีพนี้ เมื่อจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจึงเลือกเรียนต่อทางด้านพยาบาลในระดับอนุปริญญา แล้วเรียนต่อจนจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีจึงได้ทำงานเป็นพยาบาลวิชาชีพ ในระหว่างที่เป็นพยาบาลอยู่นั้น อาจารย์มะลิมักจะเฝ้าสังเกตพิจารณาการทำงานของตนและบรรยากาศการดูแลสุขภาพของระบบการพยาบาลในโรงพยาบาล จึงมองเห็นข้อละเลยอย่างหนึ่งของการทำงานว่า อาชีพพยาบาลแม้เป็นงานทางด้านกาย แต่

ก็ประกอบด้วยด้านที่เป็นงานบริการอยู่ด้วย และความใกล้ชิดกับคนไข้ของพยาบาลนี่เองที่ทำให้ ทำให้และความสำเร็จของพยาบาลมีส่วนต่อความพึงพอใจของคนไข้ การมุ่งอยู่กับความสำเร็จของการรักษาพยาบาลเพียงด้านเดียวจึงเป็นเสมือนการดูแลร่างกายแต่ไม่ได้ดูแลจิตใจ ดูแลข้างนอกแต่ไม่ได้ดูแลข้างใน ความต้องศึกษาต่อของอาจารย์มะลิเมื่อประกอบกับข้อสังเกตเหล่านี้ ทำให้เกิดความสนใจใคร่รู้เรื่องราวของจิตใจมนุษย์ ทำให้อาจารย์มะลิตัดสินใจศึกษาต่อในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา และปฏิเสธการเข้าศึกษาในสายสาธารณสุขที่ตนเองชอบติดเช่นกัน แม้ว่าในขณะนั้นจิตวิทยาการปรึกษาจะเป็นศาสตร์ที่ยังไม่ได้รับความนิยมเท่าในปัจจุบัน ทั้งสายงานที่รองรับก็ยังไม่เปิดกว้าง แต่แรงบันดาลใจและความสนใจใคร่รู้ก็มีมากเพียงพอ ผลักดันให้อาจารย์มะลิเข้ามีสถานะเป็นนิสิตจิตวิทยาการปรึกษา รุ่นที่ 1 ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

“ระหว่างทำงานที่ก็มองเห็นว่า เหตุไฉนเวลาคนไข้มาพยาบาลก็ทำงานเยอะแต่คนไข้กลับไม่ประทับใจการทำงานของพยาบาล มันมีอะไรเกิดขึ้น เราก็มองเห็นจุดหนึ่งก็คือน่าจะเป็นเรื่องของการที่เรามุ่งอยู่กับงาน เราลืมความเป็นตัวตนของคนไข้ ความเป็นมนุษย์ของเขาที่เขาเข้ามาด้วยต้องการการบริการที่ดี แต่พยาบาลก็ concentrate อยู่กับงานที่จะทำยังไงให้งานตัวสำเร็จ มันก็เลยเหมือนกับจูนกันคนละจุด พอพี่มาเปิดเนื้อหาในหลักสูตรเนี่ยพี่ก็มาติดอยู่กับเนื้อหาของหลักสูตร *counseling*... ก็คิดเอ๊ะจะเลือกเรียนอะไรดี ถ้าไปทางด้านของสาธารณสุขมันก็จะตรงกับสายเราเหมือนกัน เรียนจิตวิทยามันก็เหมือนเป็นแรงข้างในใจว่าเราอยากรู้ล่ะ พี่ก็เลยทิ้งสาธารณสุขแล้วก็มาเรียน *counseling*”

(ID 3, T 1, L 41-56)

เรียนวิชาใจในรั้วจามจุรี

การต้องทำงานพยาบาลไปด้วย เรียนไปด้วยเป็นภาระที่หนักกว่าแต่เดิมมาก ต้องบริหารจัดการเวลาให้ดีโดยสลับเวลาขึ้นเวรทำงานและเวลาเรียนให้เหมาะสม ไม่กระทบต่อกัน แต่ การศึกษาในระดับปริญญาโทของอาจารย์มะลิก็เป็นความทรงจำของช่วงชีวิตวัยเรียนที่มีชีวิตชีวา

เพราะทำให้เห็นความสามารถของตนในการทำงานทั้งสองให้ได้ดีไปพร้อมกัน อาจารย์มะลิเห็นว่า ช่วงของการเรียนจิตวิทยานี้มีลักษณะพิเศษหลายอย่าง กระบวนการสอนที่เน้นปลูกฝังความรู้ ความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์ บทบาทของอาจารย์ที่เป็นทั้งผู้สอนและเป็นทั้งตัวแบบในความเป็น นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงทำให้ได้เรียนทั้งทฤษฎีและปฏิบัติไปในเวลาเดียวกัน ความสัมพันธ์ของ เพื่อน พี่น้องร่วมสาขาก็เป็นลักษณะสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้อาจารย์มะลิสงเกตกับการเรียน ด้วยรูปแบบการเรียนที่ให้ความสำคัญกับการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในหมู่เพื่อนพี่น้องร่วมสาขา รวมทั้งเป็นตัวแบบในการเรียนรู้ชีวิตให้แก่กัน

“พอเข้าไปเรียนแล้วสิ่งที่พี่ได้หลายส่วนในช่วงของการเรียนคือ การที่เรียนทฤษฎีด้วยแล้วก็ปฏิบัติด้วย เพราะเวลาที่เรียนกับวิวัฒน์อาจารย์จะสอนในห้องเรียนพร้อมๆ กับอาจารย์ก็จะพาเราไปปฏิบัติ อาจารย์ก็จะมีโปรแกรมหลายโปรแกรมที่จะเอาลูกศิษย์ไปทำงานด้วย ที่จำได้ก็จะ เป็นโปรแกรมที่เราไปทำที่เชียงใหม่อันนั้นก็จะไปเป็นกิจกรรมของกองกิจการนิสิตของมช. อาจารย์ ก็จะเอาลูกศิษย์รุ่น 1 บวกกับพี่ๆ รุ่นเก่าไปเชียงใหม่ อันนั้นที่เราได้ทำก็จะเป็นผลกับการเรียนและ ผลกับชีวิตที่เราได้ฝึกปฏิบัติด้วย อาจารย์ก็จะมีส่วนของปูนซีเมนต์ที่พาพวกเราไปลงปฏิบัติที่ จะต้องสนทนากับผู้คน โดยมีแนวคิดของอาจารย์สอนเราแล้วเราก็ไปฝึกปฏิบัติ แล้วเราก็กลับมา เข้ากลุ่มก็ศึกษา มันเลยเป็นการเรียนที่พี่ดูเหมือนกับ...การเรียนในตัวหนังสือเนี่ยก็ระดับหนึ่ง แต่ การเรียนในชีวิตที่เป็นการปฏิบัติจริงอันนี้ก็จะมีความหมาย...อาจารย์ก็จะสอนเรื่องของ group เรื่องของ counseling ที่อาจารย์เป็นแบบให้กับเรา อาจารย์ก็จะลงปฏิบัติให้เห็น นั่นพี่มองว่ารุ่นพี่ เป็นรุ่นที่เห็นตัวแบบจากรุ่นพี่เก่าๆ ที่ไม่ใช่ counseling1 แต่เป็นจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว ก็ จะเป็นพี่อรชร พี่จิ้ง พี่กุก พี่แจ้ หนึ่ง ก็จะเยอะมาก พี่ป้อม พี่นุ้ม พวกนี้ก็เป็นพี่เหมือนกับมา สอนเราเวลาที่เราลงปฏิบัติด้วย กระบวนการเรียนการสอนที่อาจารย์สอนที่มีความรู้สึกที่ว่าอาจารย์ แนะนำ คืออาจารย์สอนให้เราต้องจำ นำ คืออาจารย์ทำให้ดู ฉะนั้นการสอนแบบแนะนำของอาจารย์ จึงเป็นการสอนให้เราอยู่ในเชิงทฤษฎีแล้วก็ทำให้เห็นเป็นตัวแบบซึ่งระหว่างเรียนเราก็จะถูกเรียนแบบ นี้”

จิตวิทยาการปรึกษาเป็นศาสตร์แห่งความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้คน ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้คนที่สามารถเพิ่มพูนได้ทั้งจากการศึกษาจิตใจของตนเอง และศึกษาผ่านความสัมพันธ์ของผู้คน ดังนั้นไม่ว่าจะเรียนอยู่ในห้องเรียนหรือปฏิบัติงานนอกห้องเรียน อาจารย์ผู้สอนเป็นผู้มีบทบาทอย่างมากในการชี้ชวนให้ลูกศิษย์ได้พิจารณาความรู้สึก สภาวะต่างๆ ที่เกิดขึ้นในใจของตน และมักจะยกแง่มุมทางจิตใจของบุคคลรอบข้างในเวลานั้นเพื่อเป็นบทเรียนและเป็นแบบฝึกหัดให้แก่ลูกศิษย์เสมอ เรื่องทุกอย่างเกิดขึ้นและที่ผ่านเข้ามาในชีวิตจึงล้วนมีคุณค่าควรแก่การเรียนรู้ ใช้เป็นแบบฝึกหัดทางใจได้ทั้งสิ้น อาจารย์มะลิจึงได้รับการปลูกฝังให้มีใจที่พร้อมจะเรียนรู้จากบทเรียนที่มีชีวิต ดังตัวอย่างการให้คะแนนในรายวิชาของอาจารย์ผู้สอน ที่ใช้เป็นเครื่องมือนำพาให้อาจารย์มะลิได้สำรวจตนเอง

“...จะมีวิธีว่าทำงานในรายวิชานี้เธออยากได้เกรดอะไร พอเธออยากได้เกรดอะไรอันนี้เป็น exercise ของพี่เลยนะ ใจพี่เนี่ยพี่ก็อยากได้ A แต่ถ้าจะใส่ A เนี่ยมันจะเกินไปหรือเปล่า อีกใจหนึ่งมันก็บอกว่าเราคิดไปเองหรือเปล่านั้นเราจะ A...มีเพื่อนคนหนึ่งเขาก็เป็นคนที่ไม่ค่อยเข้ามาเรียนเลย เขาไม่ได้อยู่สาขาเราแต่เขามาเรียนกับเรา เขาเรียนเยอะ งานไม่ส่ง หลากอย่าง เขาก็เอา A พี่ก็ไปถามอาจารย์บอกว่าเจ้านี้เรียนก็ไม่ค่อยเรียน งานก็ไม่ค่อยส่ง เหตุไฉนอาจารย์ให้เขา A...พี่บอกว่าอาจารย์หนูก็อยากได้ อ้าวอยากได้แล้วเหตุไฉนเธอเอา B+ ละ เหตุใดเธอไม่กล้านำเสนอตัวเองว่าเธออยากได้แบบนี้ มันมีอะไรในใจ อาจารย์ก็คุยกับเราแบบนี้ ทำให้เรารู้ว่ามันมี personal บางอย่างของมนุษย์ที่มันมีความคิดความรู้สึกแบบนี้ อาจารย์จะสอนพวกเราแบบนี้ แล้วพี่ก็ได้การสอนของอาจารย์ที่แบบ..อาจารย์หยิบบางสิ่งบางอย่างขึ้นมาแล้วก็สอนเสมอๆ”

(ID 3, T 1, L 66-77)

การสำรวจพิจารณาตนเองนั้นเป็นกระบวนการสำคัญที่จะนำมาซึ่งความเข้าใจในตนเอง ดังนั้นอาจารย์มะลิจึงได้รับการปลูกฝังกระบวนการนี้ผ่านการเรียนการสอนและกิจกรรมที่ทำเสมือนนอกจากการนำพา ชี้ชวนของอาจารย์ผู้สอนแล้ว อีกวิธีการหนึ่งที่ถูกใช้มากคือการกำหนดให้

ผู้เรียนต้องบันทึกประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดของตนเองอยู่ตลอดเวลา ผู้เรียนจะต้องสำรวจพิจารณาตนเอง กลับกรองและถ่ายทอด และบันทึกประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อบทเรียน หรือเรื่องราวในชีวิตที่ได้พบเจอ นอกจากนี้การอ่านบันทึกที่ตนเขียนไว้นั้นถือว่าเป็นเสมือนการส่องกระจกมองตนเองอีกรอบหนึ่ง ทำให้เห็นพัฒนาการทางจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเวลาผ่านไป ในที่สุดสิ่งเหล่านี้จะสั่งสมจนกลายเป็นนิสัยของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาในอนาคต ดังจะเห็นได้จากครู มูมในกรณีศึกษาที่ 1 ที่มักจะสำรวจตนเองแล้วเขียนบันทึกออนไลน์ไว้เผยแพร่เสมอ และจากมุมมองอาจารย์มะลิที่เปรียบเทียบความงอกงามของตนเองที่พัฒนาผ่านกาลเวลาว่า การเดินทาง

“ขณะที่อาจารย์สอนอาจารย์ก็จะบอกว่าสอนเสร็จอาจารย์ก็ให้เรา *reflection* สมัยก่อนอาจารย์จะบอกว่าเธอจะไปทบทวน บันทึกมา เราก็จะมีบันทึกพวกนี้ ฉะนั้นบันทึกพวกนี้เวลาที่เราเวลาผ่านไปเรามาดู เราจะเห็นเส้นที่มัน *growth* ของเรานะ ที่เมื่อวันนั้นเราเป็นอย่างนี้ แล้วพอเวลาผ่านไปมันก็มีการเดินทางจริงๆ เพราะว่าใจที่เราคิดตอนเรียนกับพอเราจบรายวิชานี้ พอเราผ่านจุดนี้ย้อนกลับไปดู *reflection* ที่เราเขียน มันมีอะไรหลายอย่างให้เราเห็นพัฒนาการของใจที่พี่มองว่า ถ้าเราบอกว่าสิ่งนั้นเป็นนามธรรม เรามองเห็นการบันทึกเป็นรูปธรรมให้เห็นชัดได้กับการที่เราจะ *integrate* ตัวนี้ให้ออกมาเป็นตัวเรา”

(ID 3, T 1, L 90-96)

ชีวิตที่ถูกต่อเติมด้วยจิตวิทยาการปรึกษา

การเรียนจิตวิทยาการปรึกษานับได้ว่ามีส่วนอย่างมากต่อการพัฒนามุมมองที่มีต่อโลก และชีวิตของอาจารย์มะลิ อาจารย์มะลิสังเกตเห็นถึงความเปลี่ยนแปลงของทางจิตใจของตนเองอย่างชัดเจน ประการแรกคือมีมุมมองต่องานและวิชาชีพที่เปลี่ยนไป ตัวอย่างที่สำคัญคือประสบการณ์จากการได้ไปสวนโมกขพลารามเพื่อศึกษาธรรมร่วมกับนิสิตและอาจารย์ สนทนากับพระอาจารย์พุทธทาสภิกขุ ซึ่งท่านได้กล่าวถึงคำว่า นักจิตวิทยาล้วงกระเป๋า เป็นความคิดต่อกัน วิชาชีพที่มุ่งเน้นประโยชน์ส่วนตนเพียงอย่างเดียว ทำงานเพื่อแลกกับทรัพย์สินเงินทองเป็นหลัก ที่

ทำให้อาจารย์มะลิหันมาใคร่ครวญและปรับทัศนคติที่มีต่องานของตน ไปในทางที่เห็นถึงความรักในงานที่ทำ ความสำคัญของความสุขความอึดอ้อมในการได้เจอคู่ต่อคู่คน มากกว่าการมองผลตอบแทนที่ได้รับเป็นหลัก นั่นคือการเอาใจไปใส่กับงาน

“...เพราะฉะนั้นจากที่พระอาจารย์พุทธทาสท่านพูดถึงแล้วพี่ก็กลับมาคิด แล้วก็การไปที่สวนโมกข์หลายครั้งก็จะมีข้อคิดอย่างนี้จะกลับมา แล้วพี่มะลิก็มาคิดถึงวิชาพยาบาลของพี่ด้วยว่า มันก็ไม่ต่างอะไรกันถ้าหากเราไม่ได้เอาใจไปใส่กับงาน การที่จะเห็นจะเอาใจไปใส่กับงานได้พี่มะลิว่า มันจะมีบางส่วนที่มันไม่ได้อยู่ที่เงินแล้ว เงินเดือนที่ได้ในแต่ละเดือนมันเป็นแค่ส่วนหนึ่งที่จะให้เรา แต่มันมีสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นคือความสุขที่เกิดขึ้นจากงานที่เราทำ พี่มะลิมองว่าจุดนี้เนี่ยเป็นจุดที่เปลี่ยนมุมมองพี่พอสมควร ทำให้พอเวลาพี่มาอยู่เป็นอาจารย์เนี่ยพี่จะมีงานหลายอย่างที่ทำโดยคิดแล้วก็ไม่ได้รู้สึกว่าจะฉันจะได้อะไรตอบแทน ทำห้อง counseling งานเราจะหนักมากขึ้นเพราะเราไม่ได้มีไอที แต่มันเป็นความสุขที่เวลาเด็กๆ เขาเข้ามาแล้วเขามีหนทางออกไป ที่จะไปใช้ชีวิตของเขา ที่จะเรียนต่อ ที่จะทำอะไร หรือบางเรื่องก็สำคัญกับชีวิตเขาแต่พอเขาเข้ามาแล้วมันมีทางออกนะ พี่ก็รู้สึกว่าการทำห้อง counseling ที่เราทำเนี่ยมันเอื้อเพื่อต่อลูกศิษย์ทุกปีๆ ก็เยอะอยู่กับผู้คน พี่ก็มองเรื่องนี้ค่ะ”

(ID 3, T 1, L 165-175)

ความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่สำคัญประการที่สองของอาจารย์มะลิคือ ความรู้สึกนึกคิดและความสัมพันธ์กับผู้คนรอบตัวที่เปลี่ยนไป อาจารย์เห็นลักษณะนิสัยของตนเองแต่เดิมที่มีความมั่นใจในตนเองสูง และมีความมุ่งมั่นในสิ่งที่ตนเองปรารถนา หากต้องการให้สิ่งใดสำเร็จดังหวังแล้วจะต้องพยายามไขว่คว้าให้ได้ การมีโอกาสได้เรียนรัฐศาสตรจิตวิทยาการศึกษามีส่วนอย่างมากในการช่วยให้อาจารย์มะลิได้สังเกต ทำความเข้าใจกับตนเองอย่างละเอียด แล้วได้ทำความเข้าใจในเพื่อนมนุษย์ มีความเห็นอกเห็นใจผู้คน และเข้าใจโลกรอบตัวมากขึ้น ดังนั้นความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นที่เพิ่มพูนนี้จึงทำให้พี่มะลิลดความยึดมั่นในตนเองลงและอยู่ร่วมกับผู้คนรอบข้างอย่างยืดหยุ่นมากขึ้น มีความสัมพันธ์ที่กลมกลืนกับสังคม นอกจากนี้จิตใจยังมีความสงบสุขุมมาก

ขึ้น มีความพอใจในสิ่งที่มี สิ่งที่เป็น มีความสันโดษในการดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่ายพอเหมาะ กับ
 ตน ไม่พยายามไขว่คว้าหรือเบียดเบียนตนเอง เบียดเบียนผู้อื่น

“พี่ยังอยากจะย้อนไปว่าสมัยที่เรียนพยาบาลโดดๆ ไม่รู้วิชานี้ สิ่งที่เป็นตัวพี่คือ พี่เป็นคนที
 ค่อนข้างที่จะเชื่อมั่นในตัวเองแล้วก็ชอบเอาชนะ ถ้าทำอะไรไม่ทะลุจะไม่ยอม ฉะนั้นบุคลิกแบบนี้
 มันอยู่ในตัวพี่ตั้งแต่สมัยที่พี่เรียนพยาบาล แต่มันเริ่มเปลี่ยนไปเมื่อพี่ไปเรียน counseling พี่มี
 ความรู้สึกว่าจะไต่ที่จะเอาชนะ แล้วต้องทำให้ทะลุ แล้วก็ต้องไปให้ได้ คิดจะเป็นคนซีโกรธด้วยซ้ำถ้า
 ไม่ได้ตั้งใจ มัน change ตัวเองเหมือนกันนะ มันย้อนกลับมาแล้วทำให้พี่เปลี่ยนบางอย่างของตัวเอง
 คือพี่มองโลกกว้างขึ้นแล้วก็อยู่กับผู้คนโดยที่เข้าใจเขามากขึ้น ผลของการที่พี่มองเขาชัดเจนและ
 เข้าใจเขามากขึ้นพี่มองว่ามันคือการที่พี่เริ่มเห็นตัวเองชัดขึ้นว่า ที่ผ่านมาก็เราเป็นที่ที่เราจะเอาชนะ
 ค่ะคนผู้คน ถือดี อวดเก่งอะไรพวกนี้ มันมองกลับไป มันกลับมาสะท้อนตัวเองทำให้เราลดตัวเรา
 ได้ลงและทำให้พี่อยู่ในสังคมที่พี่ว่าพี่มีความสุขขึ้น ผู้คนที่แวดล้อมพี่เขาก็สุขมากขึ้นนะ เวลา
 อะไรเขาก็จะรู้สึกว่าเขาอยากคุยเพราะว่ามาตรงนี้พี่คุยแล้วทุกอย่างมันสงบมันเย็นลง พี่เคยมองว่า
 counseling ไม่ได้ให้พี่กับวิชาชีพอย่างเดียว มันเปลี่ยนตัวพี่เองในเรื่องของบุคลิกภาพ ในเรื่องของ
 การคิด ในเรื่องของการเข้าใจ รวมถึงพี่ว่ามันมีปัญญาบางอย่างที่เกิดขึ้นในตัวพี่ ที่ทำให้พี่ชัดเจน
 กับตัวเองมากขึ้น”

(ID 3, T 1, L 219-231)

“...พี่ก็ว่ามันเปลี่ยนบางอย่างที่ทำให้พี่มีมุมมองกับการใช้ชีวิตที่มีสติมากขึ้น จากคนที่
 อารมณ์ร้อนเราก็ติดเบรก อารมณ์เย็นขึ้น แล้วพอเราพัฒนาความเข้าใจตรงนี้ขึ้นเรื่อยๆ นะ ใต้
 อารมณ์ที่เย็นนี้มันก็มา impact กับตัวเราโดยที่เราไม่รู้ตัวหรือว่าบุคลิกภาพ มุมมองอะไรเรา
 เปลี่ยนไป จนกระทั่งเพื่อนๆ เข้ามา พี่ก็จะมีประชุมรุ่น มีที่ตั้งรุ่นจะจัดที่นี่ เขาก็จะบอกว่าเออพี่มี
 อะไรหลายอย่างที่เปลี่ยนไปนะ เย็นและสงบขึ้น หลายอย่างจาก feedback มานะ แต่ถ้าถามตัวพี่
 พี่รู้ไหม พี่รู้แต่ว่ามันสบายใจกับการที่จะอยู่ในวิชาที่เราสอนหนังสือ อยู่กับเด็ก ไม่รู้สึกละอายใจ
 ได้เหมือนกับสมัยที่เราจบใหม่ๆ ช่วงนั้นเราจะอยากมีนู่นมีนี่ ทำงานพิเศษ ทำอะไรเยอะแยะมาก

ให้ได้มาซึ่งตัวเงิน แต่พอมาตรงนี้ทั้งๆ ที่มีโอกาสหลายอย่างแต่เราก็รู้สึกเฉยๆ ว่าพอ แล้วพอเราพอทุกอย่างมันก็เข้ามาในชีวิต มันก็พอเหมาะกับชีวิตนะค่ะ เราก็อยู่ได้สบายโดยเราไม่ต้องไปวิ่งแสวงหาในสิ่งที่เป็นตัวเงิน การเป็นครู การใช้ชีวิตแบบนี้มันก็มีสะดุ้งสตาจค์เหลือที่เราจะใช้ชีวิตได้อย่างสบายๆ อันนี้พี่ก็มองว่าเป็นส่วนของกระบวนการพัฒนาชีวิตที่เกิดจากการเรียนปริญญาโท สาขา *counseling* ที่พี่ได้เรียน”

(ID 3, T 1, L 253-264)

บทที่ 5

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการทำงานของ

บัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา

การศึกษาวิจัยเรื่อง ประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา ในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการที่หลากหลายในการเก็บและวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลหลัก การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลประกอบ การสังเกตการบันทึกภาคสนาม การใช้แหล่งข้อมูลอ้างอิง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบประสบการณ์ความกลมกลืนในการดำเนินชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา เรียบเรียงและนำเสนอใน 4 ประเด็นหลัก แต่ละประเด็นหลักประกอบด้วยประเด็นย่อยดังนี้

1. เมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน

1.1 การจัดการเรียนการสอน

1.2 บุคคลรอบข้างที่เสริมความองอกงามแก่ชีวิต

1.3 การเผชิญชีวิต

2. ความเติบโตและองอกงาม

2.1 การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

2.2 การเรียนรู้จากการสังเกตใจตนเองและผู้อื่น

2.3 การนำความรู้และทักษะมาพัฒนาตนเอง

3.วิถีชีวิตและงาน

3.1 ความสอดคล้องของกลมกลืน

3.2 การใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า

4.ความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4.1 การเห็นคุณค่า เข้าใจ และก้าวไปด้วยกัน

4.2 การเอื้อให้่งอกงาม

1. เมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน

ในชีวิตของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาตั้งแต่วัยเด็กจนถึงปัจจุบัน ย่อมมีสิ่งที่เป็นเสมือนพื้นฐานของการเติบโต การดำเนินชีวิต และการทำงาน ประสบการณ์อันเป็นรากฐานชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ประกอบด้วย การจัดการเรียนการสอน บุคคลรอบข้างที่มีอิทธิพลในชีวิต และการเผชิญชีวิตของผู้ให้ข้อมูล

1.1 การจัดการเรียนการสอน

บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาได้รับการบ่มเพาะเมล็ดพันธุ์ประสบการณ์ด้านความรู้ ทักษะ การปรึกษาเชิงจิตวิทยา และมุมมองในการดำเนินชีวิตและการทำงาน ในช่วงที่กำลังศึกษา

“...การเรียน *counseling* จุฬามันทำให้เราใช้อะไรในชีวิตได้บ้าง มันมีทั้งวิธีเรียน มันมีทั้งส่วนที่เป็น *skill* มันมีทั้งส่วนที่เขาเรียกว่าองค์ความรู้ก็ไม่หมดนะ มันเป็นมวลประสบการณ์ด้วย”

(ID 2, T 2, L 139-141)

“พี่ไม่รู้ว่ามันเกิดจากอะไรแต่ว่าก็หล่อหลอมนะ พี่ใช้คำว่าหล่อหลอม ให้เรามีแนวคิด ให้มีมุมมอง มีทัศนคติต่อโลกที่ชัดเจนขึ้น”

(ID 1, T 1, L 43-44)

“มันเหมือนกับมีอะไรก้อนหนึ่งนะ มันเป็นความเข้าใจและมันเป็นทัศนคติอันหนึ่งที่นำทางเรา เราจะไปทางนี้ แล้วถามว่าเราจะไปเส้นทางนี้แล้วเรามาจากไหน ทัศนคติเหล่านั้นก็ได้มาจากตรงนั้นแหละ ได้มาจากการเรียนนั่นแหละ”

(ID 1, T 1, L 88-90)

1.2 บุคคลรอบข้างที่เสริมความองกงามแก่ชีวิต

ประสบการณ์ที่มีบุคคลรอบข้างทั้งครอบครัว อาจารย์ในคณะ และเพื่อน พี่น้องร่วมสาขา ในฐานะกัลยาณมิตรผู้ร่วมทาง และช่วยเหลือเกื้อกูลต่อกัน เป็นประสบการณ์ที่เสริมสร้างความองกงามและการพัฒนาตนเองให้เติบโตแก่บัณฑิตจิตติวิทยาการปริศึกษา

“มันก็อาจจะมาจากฐานของพ่อแม่... พ่อก็เป็นคนที่ เป็นครูที่เป็นครูเป็นครูอะ(เน้นเสียง) เป็นครูที่รักการเรียน เป็นครูที่มีความสุขกับการสอน ก็มีทัศนคติของการที่ไม่เอาเปรียบคนอื่นอะไรอย่างนี้ มีทัศนคติของการที่จะให้ค่อนข้างมาก เพราะฉะนั้นเราก็เติบโตมาในสวนนี้ด้วย”

(ID 1, T 1, L 44-48)

“ทั้งหลายทั้งปวงเนี่ยมันเหมือนกับพี่ได้โตมากับแนวคิดเหล่านี้ของอาจารย์ แล้วเอาถ้อยคำเหล่านี้ของอาจารย์มาใช้ในการดำเนินชีวิตนะ อย่างเช่นการเป็นหัวหน้าเนี่ยก็ให้คนอื่นก่อน ทำนองนี้ หรือว่าชวนกันทำเป็นงานของเรา ไม่ใช่งานของฉัน หรือว่าการที่เรารู้จักขอบคุณต่อทุกสิ่งเนี่ย ทุกสิ่งมันเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันนะ”

(ID 1, T 2, L 107-111)

“การเรียนรู้ที่นั่นเนี่ยมันจะ อย่างที่พี่บอกว่ามันให้สิ่งที่มากกว่าความรู้ คือมันให้ครอบครัวที่น้องนะ มันให้กลุ่มคนที่เราจะสามารถเชื่อมโยงกันได้ แล้วในการเชื่อมโยงของกลุ่มนี้เนี่ยมันไม่ใช่การเชื่อมโยงด้วยแค่ฉันจบที่เดียวกันมา แต่มันเหมือนกับบางครั้งเราก็มีความเชื่ออันเดียวกัน บางครั้งเราก็มีทัศนะมุมมอง มีปณิธานในการดำเนินชีวิตเหมือนกัน คล้ายคลึงกัน แล้วเราก็สนใจในสิ่งเดียวกัน แล้วเราก็ช่วยเหลือแลกเปลี่ยน เกื้อกูลกัน เพราะฉะนั้นมันเหมือนกับว่าเรามีโอกาสในการที่จะเรียนรู้เพื่อจะเติบโตขึ้นได้เรื่อยๆ”

(ID 3, T 1, L 91-97)

1.3 การเผชิญชีวิต

ประสบการณ์การเผชิญชีวิตมาอย่างต่อเนื่องที่ได้หล่อหลอมบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาให้มีความกลมกลืนในชีวิตและการงาน

“ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราได้เผชิญมาทั้งภายนอกทั้งภายใน ทุกสิ่งอย่าง อย่างเช่นเราผ่านอารมณ์ความรู้สึก เราผ่านอุปสรรค เราผ่านความพอใจ เราได้พบได้เห็นอะไรอย่างนี้ คือคำว่ามวลประสบการณ์ของพี่เป็นทุกๆ อย่างที่เราได้เผชิญกับมัน นี่หมายถึงเฉพาะกับตัวพี่นะถ้าใช้คำว่ามวลประสบการณ์ ถ้าจะด้วยว่าเป็นเรื่องภายในก็ใช่ เป็นเรื่องภายนอกก็ใช่”

(ID 1, T 1, L 460-463)

2. ความเติบโตและงอกงาม

บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษามุ่งสร้างความเติบโตงอกงามให้แก่ตนเองอยู่เสมอ ไม่หยุดนิ่งแม้จะจบการศึกษา ประสบการณ์ที่มีการพัฒนาและฝึกฝนตนเองอยู่ตลอดเวลา โดยการเรียนรู้และการนำทักษะและความเข้าใจในชีวิตมาพิจารณาก่อให้เกิดความเติบโตงอกงามในจิตใจ และนำไปสู่การดำเนินชีวิตและการงานที่กลมกลืน

2.1 การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

การพัฒนาตนเองมีลักษณะที่ต่อเนื่องไม่หยุดยั้ง และพัฒนาการหรือการเรียนรู้ด้านต่างๆ จะส่งผลเกี่ยวเนื่องซึ่งกันและกัน

“ถ้าถามในช่วงของการพัฒนาก็ยังคงต้องพัฒนาต่อเรื่อยๆ มีอีกตั้งหลายเรื่องที่ยังต้องพัฒนาไปเรื่อยๆ เลยนะ หลายเรื่องนะที่ยังอยู่ในระยะพัฒนา แต่ถามว่าความรู้ความเข้าใจอะไรบางอย่างก็ดูเหมือนจะชัดเจนขึ้นด้วยวัย ด้วยประสบการณ์ มันก็มีอะไรที่เราชัดเจนขึ้น แต่ถามว่ารู้หมดหรือยังก็ไม่ ต้องเรียนต่ออีก ตลอดเวลา ต้องฝึกต่ออยู่ตลอดเวลา แล้วบางทีก็ยิ่งรู้สึกว่ายังมีอีกตั้งหลายอย่างที่เราไม่รู้ที่เราทำไม่ได้”

(ID 1, T 1, L 454-458)

“นี่มันก็จะเป็นการพัฒนามาเรื่อยๆ เออที่ไม่ค่อยได้มองในลักษณะเหล่านี้ละ มันก็มาของมันอย่างนี้ละ หลักๆ มันก็จะมีเรื่องความเข้าใจของเราต่อชีวิต การยอมรับในความจริงอะไรอย่างนี้ หรือว่าทักษะในหลายเรื่องที่เราค่อยๆ พัฒนาขึ้นมา มันก็มาพร้อมๆ กัน มันเสริมกันและกัน มันก็เนื่องกันและกัน มันอธิบายยากนะ”

(ID 2, T 2, L 187-190)

2.2 การเรียนรู้จากการสังเกตใจตนเองและผู้อื่น

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาพัฒนาอย่างต่อเนื่องจากการสังเกตและเรียนรู้ภาวะใจของตนในการดำเนินชีวิต รวมทั้งการเรียนรู้จากการสังเกตใคร่ครวญ วิธีคิดและมุมมองในการดำเนินชีวิตของผู้อื่น

“พี่คุยกับตัวเองเยอะ พี่จะใช้คำว่าคุยกับตัวเอง เฝ้ามอง สังเกตตัวเองด้วย มันก็ไม่ได้ตั้งอกตั้งใจนะ แต่มันเหมือนกับทบทวนด้วย คอยเตือนตัวเองด้วย คำถามก็มีนะ”

(ID 3, T 2, L 194-195)

“บางครั้งเราก็อาจจะหงุดหงิด แต่เมื่อเราหันตัวเองว่า ‘เฮ้ย! ใจนี่เราคาดหวังกับคนเยอะนี่ เราไม่อยู่กับความจริงนี่ เราหงุดหงิดเพราะว่าเราเอาตัวเองเป็นใหญ่หรือเปล่า เราหงุดหงิด เพราะว่าเราทำไม่ถูกใจเราหรืออย่างไร’ อะไรอย่างนี้ มันก็จะมาด้วยกันเรื่อยๆ ‘เราเมตตาเขาจริงไหม เรามีสติทันหรือเปล่าว่าตอนนี้เรากำลังพูดไม่ดีนะ เรากำลังเอาอารมณ์เข้ามาใส่กับเขาอะ’ หรือแม้กระทั่งการที่จะก้าวเข้าไปขอโทษใครสักคนหนึ่ง... อันนั้นก็เป็นการพัฒนาของเราเหมือนกัน การที่เราจะเรียนรู้ที่จะวางใจคนอื่นให้เขาทำตามแบบของเขาเอง หรือการที่เราละเอียดมากขึ้น”

(ID 1, T 2, L 181-187)

“ก็ทุกสิ่งที่ผ่านมาเข้ามา ทุกกลุ่มที่เราได้ไปดู พี่ชอบมองแล้วคิด แล้วบางทีก็สนุกกับความคิดของตัวเอง บางทีก็ทบทวนอะไรอย่างนี้ หลายอย่างเราก็เก็บประเด็นเอาจากตรงนั้น อย่างเวลาเราเข้าไปร่วมกับเขาเราก็เห็นนะว่า คนนี้เขาเป็นแบบนี้เราก็หยิบเอา หรือว่าบางทีเราก็อ่านหนังสือ อย่างสกุลไทยเนี่ยเขาก็มีบทสัมภาษณ์คนนู้นคนนี่ พี่ชอบอ่านบทสัมภาษณ์ของคนด้วยนะ ว่าเขาคิดยังไงเขายังไง เรื่องของการอ่านก็มีอิทธิพลกับพี่เยอะพอสมควร อ่านนู่นอ่านนี่ แล้วด้วยอ่านแล้วชอบคิด อ่านแล้วก็โยงมันกลับเข้ามาเป็นชีวิตกับการงาน”

(ID 1, T 1, L 171-177)

2.3 การนำความรู้และทักษะมาพัฒนาตนเอง

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษามาจากการนำความรู้และทักษะทางวิชาชีพ มาเป็นมุมมองในชีวิตและการงาน ใช้ในชีวิตและการงานและพัฒนาตนเอง

“...หรือแม้กระทั่งเด็กเล็กๆ ทะเลาะกันเราจะแก้ปัญหาโดยใช้อำนาจก็ได้ แต่ถ้าเราฟังเขาเพิ่มอีกหน่อยหนึ่ง มันก็ทักษะทั้งนั้น ใจตรงนี้ทั้งนั้น หรือผู้ปกครองมาบางทีมาแรงเชียวนะ แต่เราจะต้องทำยังไงในการที่จะทำให้เขาสงบลง จะแก้ปัญหาอย่างไร จะต้องลุกขึ้นมาทำอะไร มันเหมือนกับทำให้เราประเมินสถานการณ์ได้รวดเร็วแล้วก็จัดการไปตามสถานการณ์นั้น โดยไม่ใช่ว่า จะต้องหวานยอมตามอย่างเดียว เราเหมือนจะรู้จังหวะว่า โอเคตอนนี้เขาโกรธอยู่นะก็ให้เขาได้

ระบายนารมณโภกร บางทีการที่เราฝึกที่จะสะท้อนความรู้สึกเขาเนี่ย เขาจะงักเลยนะ แล้วพอเรา
ใช้ไปเรื่อยๆ มันจะเนียนๆ นะ มันไม่ใช่ pattern ‘ตอนนี้คุณรู้สึกโกรธอยู่ใช่ไหมคะ’ ขึ้นพูดอย่างนี้ก็
โดนอึดกลับ เราก็ต้องค่อยๆ ที่จะเลือกใช้คำแต่ด้วยความหมายเดียวกัน ใช้อันนี้ไปไม่ได้ผลเอาอีก
อันนี้จะไรอย่างนี้ บางครั้งเราก็ต้องจัดจ่อเหมือนเราทำเคสเลยนะ”

(ID 1, T 1, L 143-152)

3. วิถีชีวิตและงาน

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา แสดงออกใน
วิถีชีวิตและงานของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

3.1 ความสอดคล้องกลมกลืน

ชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาเป็นสิ่งที่ไม่สามารถแยกจากกันได้มี
ความเกี่ยวเนื่องกัน ส่งผลต่อกันอยู่ตลอดเวลา ชีวิตและงานถือว่าเป็นสิ่งเดียวกัน

“ชีวิตคือทุกสิ่งทุกอย่างที่ดำเนินไป ดังนั้นสิ่งที่ดำเนินไปในนั้นคือเรื่องงาน ก็คือชีวิตเหมือนกัน
งานก็เป็นชีวิต อยู่ไหนก็เป็นชีวิตทั้งนั้นแหละ แล้วแต่ว่ามันแบ่งแค่ช่วงเวลา ช่วงเวลานี้ฉันต้องมา
นั่งอยู่ตรงนี้ทำงานอันนี้ถูกไหม เวลานี้ฉันไปอยู่ตรงนั้น แล้วอย่างพีนี่มันก็อยู่ในงานตลอด 24 ชม.
อยู่แล้วนะ ทุกอย่างจะอยู่ในนี้ตลอด 24 ชม....ก็ปนเปกันไป เออพีนี่ไม่รู้ว่าจะคิดชีวิตกับงานมัน
แยกกันยังไง”

(ID 2, T 1, L 332-336)

“...ในส่วนของพีนี่ทุกอย่างมันก็คือเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันอยู่ในนี้แหละ ทั้งหมดทุกอย่าง
ก็สัมพันธ์กัน ประมาณนั้น แต่ก็พยายามนะว่าถ้าแบ่งเวลาก็พยายามแบ่งเวลานะ ไม่ใช่ว่า..แต่ถ้า
ให้พีนี่มองว่าชีวิตมันคือทุกสิ่งทุกอย่างที่รวมเป็นเรานะ ทั้งเราทั้งหมดทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกัน”

(ID 1, T 1, L 340-343)

3.2 การใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาเป็นการดำเนินชีวิตที่เน้นการเห็นคุณค่าและใช้ศักยภาพของตนในการทำหน้าที่ของตนเองเป็นสำคัญ

“ถ้าถามว่าทุกวันนี้ก็ทำหน้าที่ที่ได้เกิดมาเนี่ย ทำหน้าที่ให้มันเต็มที่ เสร็จแล้วก็จะได้ไม่รู้สึกติดค้างถ้าหากเราจากไป นี่คือทัศนะที่มีอยู่นะ เออไหนๆ ก็เกิดมาแล้วก็ทำหน้าที่ที่มันพึงมีนะ แล้วก็พยายามมีความสุขกับมัน แล้วก็เรียนรู้กับมัน”

(ID 1, T 1, L 347-349)

“พอมองเรื่อยๆ โหฉันนี่ทำในสิ่งที่ไม่รู้รูปแบบแต่ที่ทำด้วยใจ กล้าพูดอย่างนี้ กล้าที่จะบอกว่ามันก็อยู่ในชีวิต”

(ID 3, T 1, L 142-143)

4. ความสัมพันธ์กับผู้อื่น

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาสะท้อนให้เห็นในรูปแบบความสัมพันธ์ ความรู้สึก ความเข้าใจต่อบุคคลอื่น สะท้อนออกมาในการดำเนินชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ด้วยการนำความรู้ ทักษะในวิชาชีพ ความเข้าใจมนุษย์ ไปส่งเสริมให้ผู้อื่นเกิดความงอกงามด้วย

4.1 การเห็นคุณค่า เข้าใจ และก้าวไปด้วยกัน

ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาสะท้อนจากการทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น บนฐานของการเห็นคุณค่า เข้าใจผู้อื่น โดยให้ความสำคัญกับทุกคนที่จะร่วมกันทำงาน

“อย่างเช่นการอยู่กับคนอื่นจะเป็นยังไง หรือการที่รู้จักมองโลกด้วยทัศนะที่เห็นในความงามของสิ่งเล็กๆ น่ะ ทำให้เราพอ พอ เราไม่อยากจะอั้นอั้นอั้นนี้ เราไม่ต้องหยุกก็ได้ เราก็อยู่อย่างง่ายๆ และมีความสุขอะไรอย่างนี้ มันเป็นทัศนะในการดำเนินชีวิตที่แฝงอยู่ในสิ่งเหล่านี้ตลอดเวลา แล้วพอเราเป็นแบบนี้แล้วเราก็เข้าใจในสถานะของเราล่ะว่า ถ้าในสถานะของเราในที่นี้มันดูใหญ่มันดูสูงเนอะ แต่ถ้าเราอยู่แบบใหญ่แบบสูงแบบนั้นแต่เราติดอยู่กับสิ่งนั้นด้วยตนด้วยตำแหน่งตรงนั้นเนี่ย เราก็ขาดโอกาสในการที่จะไปคลุกคลีหรือไปเห็นคุณค่าของคนในทุกๆ ระดับ แต่ด้วยทัศนะของการที่บอกว่าทุกสิ่งดำเนินได้ด้วยการเกื้อกูลกัน เราไม่ใช่คนเดียวที่จะทำอะไรทุกสิ่งได้ มันก็มีผลต่อการจัดการทุกอย่างในโรงเรียนนี้ เราก็ไม่ได้สั่ง แต่เราจะคุยกับเขา แล้วบางทีก็มีบทบาทในการที่ถ้าเขาไม่เข้าใจเราก็จะพยายามสอนเขา พยายาม คือมันเหมือนกับเป็นทัศนะของ counselor ที่บอกว่าเดินไปด้วยกันนะ เข้าใจเขาก่อนแล้วก็พาเขาไปอะไรอย่างนี้ แล้วมันทำให้เราเข้าใจในหลักการศึกษบางอย่างที่เขาพยายามจะเป็น student-centered แต่ student ยังไงก็ช่าง แต่ที่รู้แต่ว่าความรู้เหล่านั้นทำให้เราสามารถอธิบายกับคุณครูทั่วไปได้ว่าเขาไม่ต้องเอามันยากหรือจาก student-centered กับ client-centered ก็ไม่ต่างกัน คือก็ต้องเดินไปอยู่ในมุมของเขา start จากในมุมของเขา แล้วค่อยพาเขาไปในตรงไหน”

(ID 1, T 1, L 71-85)

4.2 การเอื้อให้งอกงาม

ความงอกงามส่วนบุคคลของบัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา และทัศนะที่มีต่อชีวิตและการทำงาน เป็นฐานของการพัฒนาเพื่อร่วมงานและบุคคลรอบข้างไปด้วยกัน

“พี่จะชวนเขาเป็นครูมากกว่าเป็นคนรับจ้างสอน...เราเป็นครูเราปณิธานร่วมกันถึงทำให้เรามีคุณค่า คุณค่าของเราไม่ได้อยู่ที่เงินอย่างเดียว แล้วพี่ก็มีชีวิตแบบนี้ เขาก็เห็นว่าพี่มีชีวิตแบบนี้ก็เหมือนเขาไม่ได้มีอะไรมากมายไปกว่าเขา แล้วพี่ก็ชวนให้เขาเห็นความสุขที่เรามีกัน พี่ชวนให้เขาเห็นคุณค่าของสิ่งที่เรามี เธอเห็นไหมบรรยากาศที่เราอยู่ร่วมกันเนี่ยเราเป็นพี่เป็นน้องกัน เธอเห็นไหมคนที่ออกไปเนี่ยเขาก็ยังย้อนกลับมาคุยกับเรา เขายังรู้สึกดีกับโรงเรียน อันนี้คือสิ่งที่มีค่าเราไม่ช่วยกันรักษาหรือ อะไรอย่างนี้”

(ID 1, T 1, L 242-250)

“แล้วอีกอันหนึ่งก็คือว่าพี่จะหาโอกาสให้เขาได้รับความชื่นชมจากสิ่งที่เขาทำตามแนวทางที่เราจัดการ ไม่ใช่ถูกใจเรานะ แต่ให้ชวนกันดูในความสำเร็จเล็กๆ ของแต่ละคน ชวนกันดูในการพัฒนานิดๆ ของแต่ละคน นอกรอบนะ บางอย่างก็พูดกันในที่ประชุม บางอย่างก็พูดกันในวงเล็กๆ นี่ ‘เฮ้ยเธอดูสิเดี๋ยวนี้มันพูดได้แล้ว เมื่อก่อนมันยังมีข้อสงสัยเลยแก’ ก็คือจะพูดต่อหน้าอย่างนี้ แขวมั่งอะไรมั่ง ‘เนี่ยเห็นไหมฉันบอกแล้วว่าคนเรามันต้องทำได้ เนี่ยดูแกซินี่ถึงที่แกอยู่ตอนนั้นซิแกทำได้หรือเปล่า ตอนนี่แกทำได้แล้วนะเว้ย’ ก็จะเป็นแบบนี้ไม่ได้เพราะพริ้งอะไร”

(ID 1, T 1, L 259-264)

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบการศึกษารายกรณี (Case study qualitative research) เพื่อศึกษาวิถีชีวิตและงาน รวมถึงประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงาน ของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

1. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงาน ของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในฐานะผู้ผ่านการอบรมฝึกฝนความเป็นผู้ให้การช่วยเหลือที่มีความเข้าใจโลกและชีวิต

2. ผู้ให้ข้อมูล

ผู้สำเร็จการศึกษาปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มาแล้วไม่ต่ำกว่า 20 ปี มีประสบการณ์การทำงานที่เข้มข้น หลากหลาย มีการประยุกต์ใช้ความรู้ทางจิตวิทยาการปรึกษาในหน้าที่การงานและชีวิตประจำวัน หลอมรวม ความรู้ความเข้าใจด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ความรู้ความเข้าใจในโลกและชีวิต มาสู่การดำเนินชีวิตและการประกอบกิจการที่มีความกลมกลืนจำนวน 3 ราย นอกจากนี้ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูล ประกอบจากบุคคลรอบข้างผู้ให้ข้อมูลอันได้แก่ บุคคลในครอบครัว มิตรสหาย และเพื่อนร่วมงานของผู้ให้ข้อมูล

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลภายในบริบทชีวิตประจำวันและการทำงานของผู้ให้ข้อมูลโดยวิธีการต่างๆเพื่อให้ได้ข้อมูลที่รอบด้าน ดังนี้ 1) การสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลหลัก 2) การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลประกอบได้แก่ ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน 3) การสังเกตและจดบันทึกภาคสนาม 4) ข้อมูลจากแหล่งข้อมูลอ้างอิง ซึ่งประกอบด้วย ภาพถ่าย บันทึกออนไลน์ เอกสาร

บทความที่ผู้ให้ข้อมูลเขียน หนังสือที่ผู้ให้ข้อมูลอ่าน หลังการถอดบันทึกการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยตรวจสอบบันทึกการสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ และตรวจสอบกับผู้ให้ข้อมูลเพื่อความถูกต้อง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ แบบการศึกษาเฉพาะรายการกรณีโดยมุ่งทำความเข้าใจปรากฏการณ์ในบริบทที่เป็นจริง ตามขั้นตอนต่อไปนี้

- 1) จัดระเบียบข้อมูลที่ได้จากขั้นการเก็บข้อมูลภาคสนาม ซึ่งประกอบด้วยบันทึกภาคสนาม ข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลประกอบ และข้อมูลจากเอกสาร บันทึกออนไลน์ ภาพถ่าย ให้เป็นหมวดหมู่ โดยจัดข้อมูลจากต่างแหล่งข้อมูลที่มีรายละเอียดในประเด็นเดียวกัน หรือใกล้เคียงเข้าไว้ด้วยกัน จากนั้นผู้วิจัยทบทวนข้อมูลทั้งหมดอีกครั้งในภาพรวม เพื่อสรุปสาระสำคัญของประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล ใช้ในการเขียนเชิงพรรณนากรณีศึกษา ตามความเด่นชัดของกรณีศึกษาจากผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย
- 2) จัดระเบียบข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ร่วมกับข้อมูลที่ได้จากการสังเกตและจดบันทึกของผู้วิจัยในระหว่างการสัมภาษณ์ ทำความเข้าใจความหมายของข้อมูล ความรู้สึก เจตนาของผู้ให้ข้อมูล โดยละเอียดแบบคำต่อคำควบคู่ไปกับการฟังบันทึกเสียง
- 3) ผู้วิจัยเลือกข้อมูลจากหน่วยย่อย เช่นคำหรือข้อความ ที่มีความหมายตรงอยู่ในขอบเขตของเรื่องที่ทำกรวิเคราะห์มาให้รหัส (coding) แล้วรวบรวมหน่วยข้อมูลที่ให้รหัสไว้แล้วไว้ด้วยกัน
- 4) เมื่อพบว่าไม่มีข้อมูลอื่นที่เหลืออยู่ในข่ายที่จะนำมาวิเคราะห์ได้อีกจึงนำหน่วยข้อมูลที่เข้ารหัสไว้มาจัดเข้าเป็นหมวดหมู่ (Clustering) ตามลักษณะความสัมพันธ์ที่ข้อมูลหน่วยย่อยเหล่านั้นมีต่อกัน โดยจัดเป็นประเด็นหลัก (Theme) ที่ประกอบด้วยประเด็นย่อย(Subtheme)เป็นหมวดหมู่ ในขั้นนี้เน้นการสร้างข้อสรุปด้วยวิธีการแบบอุปนัย (Inductive)

- 5) นำข้อมูลที่ได้รับการวิเคราะห์แล้ว ให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาการศึกษาและการวิจัยเชิงคุณภาพ และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอย่างละเอียดทำการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะ

5. ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ประสพการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการทำงานของบัณฑิตจิตวิทยาการศึกษา สามารถสรุปเป็นประเด็นหลักได้ 4 ประเด็น รวมทั้งประเด็นย่อยดังนี้

1. เมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน

1.1 การจัดการเรียนการสอน

1.2 บุคคลรอบข้างที่เสริมความองอาจแก่ชีวิต

1.3 การเผชิญชีวิต

2. ความเติบโตและองอาจ

2.1 การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

2.2 การเรียนรู้จากการสังเกตใจตนเองและผู้อื่น

2.3 การนำความรู้และทักษะมาพัฒนาตนเอง

3. วิธีชีวิตและงาน

3.1 ความสอดคล้องกลมกลืน

3.2 การใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า

4. ความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4.1 การเห็นคุณค่า เข้าใจ และก้าวไปด้วยกัน

4.2 การเอื้อให้ออกงาม

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากผลการวิจัย พบว่า ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ได้มาจากภูมิลักษณ์ ประสบการณ์ และการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาที่บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาได้รับมา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Gladding (2009) ที่ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพัฒนาการทางวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่สำคัญได้แก่ บุคลิกภาพและภูมิลักษณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษา การศึกษาอบรมของนักจิตวิทยาการปรึกษา และ การเข้าร่วมในกิจกรรมเชิงวิชาชีพของนักจิตวิทยาการปรึกษา เช่น การศึกษาต่อเนื่อง การนิเทศ

ในด้านบุคลิกภาพและภูมิลักษณ์ของนักจิตวิทยาการปรึกษานั้น ผลการวิจัยระบุถึงเมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงานอันได้แก่ บุคคลรอบข้างที่มีอิทธิพลในชีวิต และการเผชิญชีวิตของผู้ให้ข้อมูลประเด็นเหล่านี้ได้รวมเอาทั้งปัจจัยด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น และปัจจัยภายในตนไว้ด้วยกัน ครอบคลุม ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน ครูบาอาจารย์ และเพื่อนพี่น้องร่วมสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ต่างมีส่วนในการบ่มเพาะเมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน รวมถึงเป็นส่วนหนึ่งในการเผชิญชีวิตของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งรวมตั้งแต่ชีวิตในวัยเด็ก วัยเรียน และการประกอบอาชีพ จะเห็นได้ว่าผลการวิจัยมีข้อค้นพบที่มีจุดเน้นที่แตกต่างไปจากแนวคิดของ Gladding (2009) ที่กล่าวถึงมิติเกี่ยวกับตัวตนของนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นหลัก ส่วนผลการวิจัยนั้นนอกจากจะรวมปัจจัยภายในตน (intrapsychic) ไว้แล้ว ยังมีจุดเน้นชัดเจนถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal) โดยอาจเป็นผลมาจากความพิเศษของการจัดการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ใส่ใจกับความสัมพันธ์ระหว่างครูบาอาจารย์กับลูกศิษย์ และระหว่างผู้เรียน ที่มีฐานมาจากแนวคิดสองประการดังนี้

- 1) แนวคิดในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่อ้างอิงจากฐานทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (client-centered) ของ Carl R. Rogers ที่เห็นว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ ควรมีลักษณะของการร่วมทาง มากกว่าการนำทาง นักจิตวิทยาการปรึกษามองตนเองในฐานะผู้เอื้อ (facilitator) และร่วมสำรวจ เรียนรู้มิติทางจิตใจไปพร้อมกับผู้รับบริการ ทฤษฎีของ Rogers นี้ได้รับความนิยมและเป็นที่ยอมรับในการใช้เป็นกรอบแนวคิดเพื่อให้บริการ

ปริญญาเชิงจิตวิทยา และฝึกอบรมนักจิตวิทยาการปรึกษาทั่วโลก โดยเฉพาะในเวลาที่คุณอาจารย์สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยหลายท่าน ได้ไปศึกษาในประเทศสหรัฐอเมริกาซึ่งเป็นต้นกำเนิดของทฤษฎีนี้

2) ลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรมไทย ที่ให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมาก เจตคติและค่านิยมทางสังคมที่ว่า ชีวิตของบุคคลหรือประกอบด้วยครอบครัวญาติพี่น้อง และบุคคลรอบข้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการดำรงชีวิต และประกอบกิจกรรมต่างๆ บุคคลไม่สามารถอยู่ได้โดยลำพัง โดยปราศจากความสัมพันธ์และการช่วยเหลือเกื้อกูลของคนในครอบครัว คนรอบข้าง และคนในสังคม รวมทั้งแนวคิดและหลักธรรมในพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติไทย ที่มีแนวคิดเรื่องความสัมพันธ์ของสิ่งทั้งปวง หรืออทิปปัจจยา (โสรัจโกวิทแก้ว, 2553) ว่าสิ่งทั้งปวงล้วนเกิดขึ้นและดำเนินไปโดยมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เช่นเดียวกับชีวิตของมนุษย์ที่ไม่อาจดำเนินไปโดยลำพัง โดยปราศจากความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2. ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา มาจากการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องผ่านการสังเกตใคร่ครวญตนเอง และการเรียนรู้ในชีวิตประจำวันจากผู้อื่น ไม่ว่าจะ เป็นกิจกรรมที่เป็นเชิงวิชาชีพโดยตรงหรือไม่ก็ตาม จะนำไปสู่ชีวิตและการทำงานที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การที่บัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาสำรวจพิจารณาตนเองอย่างลึกซึ้งอยู่เสมอ นั้น จะช่วยให้การพัฒนาส่วนบุคคลและการพัฒนาเชิงวิชาชีพเป็นไปได้อย่างเด่นชัดและต่อเนื่อง ตามแนวคิดของความงอกงามส่วนบุคคลและพัฒนาการเชิงวิชาชีพ (Faiver, Eisengart, และ Colonna, 2004) การจัดการศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยนั้น ให้ความสำคัญกับการฝึกอบรมนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ใช้กระบวนการสำรวจพิจารณาตนเองของผู้เรียนเป็นอย่างมาก ทั้งตามแนวคิดทฤษฎีของตะวันตก และนอกจากนั้นยังอยู่บนพื้นฐานของพุทธธรรม ซึ่งเป็นแนวคิดที่มีความกว้างขวางและลึกซึ้งในแง่กลวิธี กระบวนการฝึกอบรมจิตใจ จะเห็นได้จากหลักสูตรจิตวิทยาการปรึกษาทั้งระดับมหาบัณฑิตและดุษฎีบัณฑิต ซึ่งบรรจุวิชาที่ผสมผสานแนวคิดทั้งสองอย่างเข้าไว้ด้วยกัน เช่น จิตวิทยาการปรึกษาในบริบทของพุทธธรรม จิตวิทยาการปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งประยุกต์แนวคิดพื้นฐานจากวิชาจิตวิทยาการปรึกษาใน

บริบทของพุทธธรรมมาสู่การปฏิบัติ (คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553) แนวทางการพัฒนานักจิตวิทยาการศึกษานี้มีฐานจากกระบวนการสังเกตพิจารณาตนเอง ที่ศึกษาภายในตนเองไปพร้อมกับการประยุกต์ความรู้ ทักษะในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่พัฒนาจิตใจโดยอาศัยศูนย์กลางคือสติ (sati-mindfulness; ไสริชโพธิแก้ว, 2536) ที่เป็นลักษณะของการรับรู้สรรพสิ่งอย่างชัดเจนและต่อเนื่อง จิตใจที่ดำรงด้วยสติของนักจิตวิทยาการปรึกษาจะเอื้อให้ปัญญา (panna-insight) หรือการรู้แจ้ง การรู้เห็นที่แจ่มใส ชัดเจนเกิดขึ้น อันเป็นประโยชน์โดยตรงต่อพัฒนาความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา

3. ผลการวิจัยครั้งนี้ยังพบว่า ประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและงานของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา มาจากเจตคติ ค่านิยม ความเชื่อของตนเอง มาจากความรู้ เจตคติ และประสบการณ์จากการเรียนการสอนในหลักสูตร มาจากบุคคลรอบข้างและมาจากการได้นำมาพิจารณาตนเองใคร่ครวญอย่างต่อเนื่อง แล้วนำไปสู่วิถีการทำงาน และการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างกลมกลืน ประสบการณ์ชีวิตและงานในลักษณะนี้ดำเนินมาอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษาได้พัฒนาแนวทางการทำงานเป็นของตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่อง พัฒนาการทางวิชาชีพของนักวิชาชีพด้านสุขภาพจิตของ Ronnestad และ Skovholt (2003) ที่กล่าวถึงขั้นพัฒนาการในระยะต่างๆ 6 ระยะ เมื่อเริ่มเข้าศึกษาผู้ให้ข้อมูลจะผ่านประสบการณ์ตั้งแต่ระยะผู้ให้การช่วยเหลือที่ไม่มีความเชี่ยวชาญ ซึ่งเป็นจุดเปลี่ยนสู่วิถีทางแห่งวิชาชีพ นักจิตวิทยาการปรึกษา ผ่านระยะเริ่มต้นฝึกหัดในระบบที่ต้องปรับตัวทางเจตคติ เรียนรู้บทบาทหน้าที่ในวิชาชีพ โดยอาจารย์ผู้สอนมีบทบาทเป็นอย่างมากในระยะนี้ การเรียนรู้ในเชิงวิชาชีพของผู้ให้ข้อมูลดำเนินไปอย่างต่อเนื่องทั้งระยะฝึกหัดในระบบขั้นสูง และระยะนักวิชาชีพมือใหม่ ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตและหน้าที่การงาน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลได้เรียนรู้และเพิ่มพูนความเข้าใจในชีวิต รวมถึงพัฒนา ประยุกต์ สังเคราะห์ ทักษะ ความสามารถในการช่วยเหลือ การอยู่ร่วมกับผู้คน โดยอาศัยจิตวิทยาการปรึกษาเป็นแกนกลางตามแนวทางของตน สู่ความเป็นนักวิชาชีพผู้มีประสบการณ์ในระยะที่ 5 ซึ่งมีความกลมกลืนในชีวิตและงานของตน มีจิตวิญญาณของนักจิตวิทยาการปรึกษา แม้ว่าจะประกอบวิชาชีพในสายงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหรือไม่ก็ตาม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

ผลการวิจัยนี้อาจนำไปใช้ในการจัดการศึกษาในหลักสูตรที่มุ่งเน้นประสบการณ์และ พัฒนาการส่วนบุคคลเพิ่มเติม นอกเหนือไปจากการศึกษาฝึกฝนทางด้านวิชาการหรือทักษะใน วิชาชีพ ให้ผู้เรียนมีการหลอมรวมประสบการณ์ทางวิชาชีพและความมั่งคั่งด้านจิตใจเข้าด้วยกัน อย่างต่อเนื่องทั้งในขณะที่กำลังศึกษา และหลังจบการศึกษาไปประกอบการทำงาน เพื่อผลิตนักจิตวิทยา การปรึกษาที่มีความเหมาะสม สอดคล้องกับบริบททางสังคม และบริบททางวิชาชีพในประเทศไทย รวมทั้งเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองสำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษา

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผลการวิจัยนี้เสนอให้เห็นถึงประสบการณ์ความกลมกลืนในชีวิตและการงานของบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งเป็นการนำเสนอโดยภาพรวมของประสบการณ์ทั้งหมดที่ผู้ให้ข้อมูลได้สัง สมมา ดังนั้นหากมีการศึกษาวิจัยที่ขยายให้เห็นถึงเส้นทางของประสบการณ์ชีวิตและการงาน ที่ พัฒนาไปในแต่ละช่วงชีวิตของบัณฑิตจิตวิทยาการปรึกษา จะทำให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับ พัฒนาการส่วนบุคคลและพัฒนาการเชิงวิชาชีพอย่างละเอียดมากยิ่งขึ้น สำหรับงานวิจัยใน อนาคต มีข้อเสนอแนะแนวทางการศึกษาดังต่อไปนี้

- 1) ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับระยะพัฒนาการของนักจิตวิทยาการปรึกษา โดย ออกแบบการวิจัยเพื่อให้สามารถศึกษาลักษณะเด่นของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มี ประสบการณ์เชิงวิชาชีพ และการพัฒนาตนในระยะต่างๆ เช่นอาจออกแบบการวิจัย แบบการศึกษาระยะยาว (longitudinal study) เพื่อให้เห็นพัฒนาการในระยะยาวของ นักจิตวิทยาการปรึกษา หรือออกแบบการวิจัยแบบตัดขวาง (cross-sectional/cohort study) เพื่อให้เห็นลักษณะพัฒนาของนักจิตวิทยาการปรึกษาแต่ละกลุ่มที่อยู่ในระยะ พัฒนาการต่างๆ

- 2) ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพแบบทฤษฎีรากฐาน (grounded theory) ในบริบททางการศึกษา สังคมและวัฒนธรรมไทย ที่มีความเฉพาะ เพื่อขยายความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตของนักจิตวิทยาการปรึกษา รวมถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการในแต่ละด้านของชีวิต เพื่อพัฒนาเป็นทฤษฎีต่อไป

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2553). *โปรแกรมการศึกษาศาสาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา*. เอกสารการปฐมนิเทศนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาคณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยประจำปีการศึกษา 2552. กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2553). *จิตวิทยาการปรึกษา (Counseling Psychology)*. Retrieved มีนาคม 14, 2553, from เว็บไซต์คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: http://www.psy.chula.ac.th/psy/branch/about_cou.php

ชาย โปธิสิตา. (2550). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งฯ.

สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. (2005). *Home*. คัดมาเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2554, จาก <http://www.psychiatry.or.th/home/>

สมาคมนักจิตวิทยาคลินิกไทย. (2005). *การขึ้นทะเบียนขอรับใบอนุญาตประกอบโรคศิลป์*. คัดมาเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2554, จาก <http://www.thaiclinicpsy.com/index.php?mo=10&art=572518>

ภาษาอังกฤษ

ACA.(2005). *Ethics*. Retrieved February 11, 2011,

from <http://www.counseling.org/resources/codeofethics/tp/home/ct2.aspx>

ACA.(2010). *Journals*. Retrieved February 11, 2011,

from <http://www.counseling.org/publications/journals.aspx>

ACA.(2010). *Licensure and certification*. Retrieved February 10, 2011, from

<http://www.counseling.org/Counselors/LicensureAndCert.aspx>

APA.(2010). *Accredited programs in counseling psychology*.

Retrieved February 10, 2011,

from <http://www.apa.org/ed/accreditation/programs/accred-counseling.aspx>

APA.(2011). *APA and affiliated journals*. Retrieved February 11, 2011, from

<http://www.apa.org/pubs/journals/index.aspx>

APA. (2010, June 1). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*.

Retrieved March 9, 2011, from <http://www.apa.org/ethics/code/index.aspx>

APA.(2011). *Public description of counseling psychology*. Retrieved February 10, 2011,

from <http://www.apa.org/ed/graduate/specialize/counseling.aspx>

Brammer, L. M., & MacDonald, G. (2003). *The helping relationship: Process and skill*.

Boston: Pearson.

Buboltz Jr., W., Deemer, E., & Hoffman, R. (2010). Content analysis of the Journal of

Counseling Psychology: Buboltz, Miller, and Williams (1999) 11 years later. *Journal of Counseling Psychology*, 57, 368-375.

Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs.(2011).

Welcome to CACREP. Retrieved March 8, 2011, from

<http://www.cacrep.org/template/index.cfm>

Capra, F. (1982).*The turning point: Science, society, and the rising culture*.

NY: Bantam Books.

Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling & psychotherapy* (7th ed.).

Belmont, CA: Brooks/Cole.

Csikszentmihalyi, M. (1975).*Beyond boredom and anxiety: The experience of play in*

work and games. CA: Jossey-Bass.

Csikszentmihalyi, M., Holcomb, J. H., &Csikszentmihalyi, I. (1975).Enjoying work:

Surgery. In M. Csikszentmihalyi, *Beyond boredom and anxiety: The experience of play in work and games* (pp. 123-139). CA: Jossey-Bass.

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1998). Introduction: Entering the field of qualitative

research. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln (Eds.), *Strategies of qualitative inquiry* (pp. 1-34). CA: Sage.

Egan, G. (2007). *The skilled helper: A problem-management and opportunity-*

development approach to helping. Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.

Faiver, C., Eisengart, S., & Colonna, R. (2004).*The counselor intern's handbook* (3rd

ed.). CA: Brooks/Cole.

Gelso, C., &Fretz, B. (1992).*Counseling psychology* (2nd ed.). Orlando, FL: Harcourt.

Gillham, B. (2000). *Case study research methods*. London: Continuum.

- Gladding, S. T. (2009). *Counseling: A comprehensive profession* (6th ed.). New Jersey: Pearson.
- Goodyear, R. K., Murdock, N., Lichtenberg, J. W., McPherson, R., Koetting, K., & Petren, S. (2008). Stability and change in counseling psychologists' identities, roles, functions, and career satisfaction across 15 years. *The counseling psychologist, 36*, 220-249.
- Hackney, H. L., & Cormier, S. (2009). *The professional counselor : a process guide to helping*. New Jersey: Pearson.
- Hammersley, M., & Gomm, R. (2000). Introduction. In R. Gomm, M. Hammersley, & P. Foster (Eds.), *Case study method* (pp. 1-16). London: Sage.
- Heppner, P. P., Kivlighan, J. D., & Wampold, B. E. (1999). *Research design in counselling* (2nd ed.). CA: Wadsworth.
- Holliday, A. (2002). *Doing and writing qualitative research*. London: Sage.
- Holstein, J. A., & Gubrium, J. F. (1998). Phenomenology, ethnomethodology, and interpretive practice. In N. K. Denzin, & Y. S. Lincoln, *Strategies of qualitative inquiry* (pp. 137-157). CA: Sage.
- Holzman, L. A., Searight, H. R., & Hughes, H. M. (1996). Clinical psychology graduate students and personal psychotherapy: Result of an exploratory survey. *Professional psychology: Research and practice, 27*, 98-101.
- Kernes, J. L., & Kinnier, R. T. (2008). Meaning in psychologists's personal and professional lives. *Journal of humanistic psychology, 48*, 196-220.
- Kottler, J. A. (1986). *On being a therapist*. CA: Jossey-Bass.

- Neukrug, E. (2007). *The world of the counselor: An introduction to the counseling profession* (3rd ed.). CA: Thomson Brooks/Cole.
- Peräkylä, A. (2004). Reliability and validity in research based on naturally occurring social interaction. In D. Silverman, *Qualitative research: Theory, method and practice* (2nd ed.) (pp. 283-304). London: Sage.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston:Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn*. Ohio: Merrill.
- Rowan, J. (1983).*The reality game: A guide to humanistic counselling and psychotherapy* (2nd ed.). London: Routledge.
- Schmolling, J. P., Youkeles, M., & Burger, W. R. (1997).*Human services in contemporary America* (4th ed.). CA: Brooks/Cole.
- Schoener, G. R. (1999). Practicing what we preach. *The counseling psychologist*, 27, 693-701.
- Silverman, D. (2004). Who cares about 'experience'?: Missing issues in qualitative research. In D. Silverman, *Qualitative research: Theory, method and practice* (2nd ed.)(pp. 342-367). London: Sage.
- Stake, R.E. (1995).*The art of case study research*. California: Sage.
- Wilkins, P. (1997). *Personal and professional development for counsellors*. London: Sage.
- Yin, R. K. (2003).*Case study research: Design and methods* (3th ed.). CA: Sage.

Yin, R. K. (2009). *Case study research: Design and methods* (4th ed.). CA: Sage.

Yin, R. K. (2012). *Application of case study research* (3th ed.). CA: Sage.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
เอกสารรับรองโครงการวิจัยและเอกสาร



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน จุฬทที่ 1 โทร.0-2218-8888
ที่ ขว 448/54 วันที่ 4 กรกฎาคม 2554
เรื่อง แจ้งผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณะบดีคณะจิตวิทยา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. ใบรับรองผลการพิจารณา
 2. ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วม ในการวิจัย
 3. ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ตามที่ นายชนพล เรืองสุขสันต์ นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอโครงการวิจัยที่ 086/54 เรื่อง ประสบการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการทำงาน: กรณีศึกษานิสิตจิตวิทยาการปรึกษา (EXPERIENCE OF INTEGRATED LIFE AND WORK: A CASE STUDY OF COUNSELING PSYCHOLOGY GRADUATE) เพื่อให้กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดถี่ถ้วนแล้ว

การนี้ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ รับรองวันที่ 9 มิถุนายน 2554

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เขียน สมมติฐาน
เขียนปัญหาที่ไมใช่
 การ
 การวัด
 การเก็บ
 ข้อมูล
ก.จ. Aph

Dr. Somran
(ผู้อำนวยการศูนย์ฯ ดร.เนาวรี จิตสุนทรโรจน์)
กรรมการเสนอขออนุมัติ
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
กลุ่มสหสถาบัน จุฬทที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Dr. Somran
Somran
Somran

Dr. N. N. N. N.
Dr. N. N. N. N.
Dr. N. N. N. N.

Dr. N. N. N. N.
22-7-04

AF 01-12



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
อาคารตึก 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ ๑๖ ถนนสุขุมวิท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8347 E-mail: coa@chula.ac.th

COA No. 089/2554

ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ ๑๘๖54 : ประเมินการฝึกความทนทานของชีวิตและการงาน: กรณีศึกษาบริษัท
จิตวิทยาการปรึกษา
ผู้วิจัยหลัก : นายธนพล เตียรุชเชินส์
หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

ลงนาม..... *[Signature]* ลงนาม..... *[Signature]*
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ประทีป ทิศานต์) (ผู้อำนวยการศูนย์ฯ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย)
ประธาน กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 9 มิถุนายน 2554 วันที่หมดอายุ : 8 มิถุนายน 2555

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลที่ผู้วิจัยมีอยู่ก่อนการวิจัยมีส่วนร่วมในคน (ข้อมูลในยื่นขอของศูนย์พิจารณาจริยธรรมการวิจัยมีส่วนร่วมในคน)
- 3) ผู้วิจัย 
 - ชื่อโครงการวิจัย 086/SA
 - วันที่รับรอง 09 มิ.ย. 2554
 - วันที่หมดอายุ 08 มิ.ย. 2555

ถ้อยคำ

1. ผู้ขอรับรองการวิจัยในคนต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขของใบรับรองการวิจัยที่ได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
2. หากใบรับรองการวิจัยในคนหาย การดำเนินการวิจัยต้องหยุดชะงักทันทีจนกว่าจะได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยใหม่ (ถ้ามี) ; เว้นแต่กรณีที่มีการขอ
ดำเนินการวิจัยต่อ
3. ชื่อผู้วิจัยและผู้วิจัยในโครงการวิจัยต้องชัดเจน
4. ให้คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยมีส่วนร่วมในคน (หรือคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยมีส่วนร่วมในคน) และคณะกรรมการพิจารณา
จริยธรรมการวิจัย (ถ้ามี) ตรวจสอบการปฏิบัติตามเงื่อนไข
5. หากใบรับรองการวิจัยในคนไม่ปฏิบัติตามเงื่อนไขของใบรับรองการวิจัย หรือคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยมีส่วนร่วมในคน 5 วันทำการ
6. กรณีการแก้ไขเงื่อนไขการวิจัย ให้ส่งเอกสารการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยต่อคณะกรรมการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน / มี ส่วนเกินจากใบรับรองการวิจัย (AF 01-12) และขอเปลี่ยนแปลงการวิจัยภายใน 35 วัน นับตั้งแต่วันที่โครงการวิจัยได้รับ
ใบรับรองการวิจัยเป็นวันเริ่มต้น หรือเปลี่ยนแปลงการวิจัยภายใน 35 วัน นับตั้งแต่วันที่โครงการวิจัยได้รับ



ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย: ประสิทธิภาพความกลมกลืนของชีวิตและการงาน กรณีศึกษาบัณฑิตศึกษา
การปรึกษา
ชื่อผู้วิจัย: นายชเชศ เต็งสุธพันธ์ ตำแหน่ง: บัณฑิตศึกษาบริหาร คณะศึกษาศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ติดต่อผู้วิจัย: คณะศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 7 อาคารบรมราชชนนีศิลปกรรม
เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 02-218-0925
(ที่บ้าน) 57 หมู่ 10 ต.ทุ่งทอง อ.หัวตะกั่ว จ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา 13000
โทรศัพท์ที่บ้าน - โทรศัพท์มือถือ 08-5335-4044
E-mail : mrpostthmann@hotmail.com

1. ขอเขียนเรื่องก่อนเข้าร่วมในการวิจัย ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยนี้ทำเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลดังกล่าวเป็นอย่างดีและละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ผิดชัดเจนได้ตลอดเวลา
2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับภารกิจของ "ประสพการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการงาน: กรณีศึกษานักศึกษาศึกษาการปรึกษา" โดยประสพการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการงาน หมายถึง การดำเนินชีวิต และการประกอบการทำงาน ซึ่งเป็นผลมาจากการศึกษาและพัฒนาตนเองของบัณฑิตศึกษาศึกษาการปรึกษาอย่างต่อเนื่อง จนสามารถพัฒนาความรู้ ทักษะ ประสิทธิภาพ ความเข้าใจโลกและชีวิตเข้าด้วยกันอย่างสอดคล้องกลมกลืน
3. วัตถุประสงค์ของงานวิจัยชิ้นนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาประสพการณ์ความกลมกลืนของชีวิตและการงาน ของบัณฑิตศึกษาศึกษาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในฐานะผู้ผ่านการอบรมฝึกฝนความเป็นผู้ให้การช่วยเหลือซึ่งมีความเข้าใจโลกและชีวิต
4. ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยนี้คือบัณฑิตศึกษาศึกษาการปรึกษา ที่มีคุณสมบัติตามที่คัดเลือกเข้าและคัดเลือกส่งต่อไปนี้
 - 4.1 เกณฑ์คัดเลือก ประกอบด้วย
 - 4.1.1 เป็นผู้สำเร็จการศึกษาในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับบัณฑิตศึกษา มาแล้วอย่างน้อย 20 ปี
 - 4.1.3 เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านการให้ชีวิตและการประกอบการทำงานในฐานะบัณฑิตศึกษาศึกษาการปรึกษาที่เพิ่มขึ้น หลากหลาย สามารถถ่ายทอดประสบการณ์ดังกล่าวได้อย่างละเอียด นับแต่ช่วงเวลาที่ศึกษา จนถึงปัจจุบัน
 - 4.1.4 มีความสมัครใจและอนุญาตให้ผู้วิจัยบันทึกเสียงได้ รวมทั้งเซ็นรับของเป็นลายลักษณ์อักษรเพื่อให้ความยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย
 - 4.1.5 ไม่มีปัญหาทางการได้ยินหรือการให้ภาษา สามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทยได้
 - 4.2 เกณฑ์คัดออก ประกอบด้วย

- 4.2.1 ไม่มีคุณสมบัติตรงกับเกณฑ์ที่กำหนด
- 4.2.2 ไม่สามารถจ่ายประสบการณ์และความรู้ที่ตนเองได้ในช่วงเวลาดังกล่าว
- 4.2.3 ไม่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยทำการบันทึกข้อมูลจากผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยทั้งสิ้นจำนวน 4-8 คน โดยผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ได้มาโดยการติดต่อผ่านผู้นำทางหรือผู้ที่ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการเข้าถึงผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย โดยผู้ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลาง มีคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับ และรู้จักคุ้นเคยกับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยเป็นอย่างดี สามารถพิจารณาถึงคุณสมบัติของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยได้ เช่น เป็นอาจารย์ในสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ที่ทำการสอนแก่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย รวมทั้งให้การช่วยเหลือแก่ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยในการพัฒนาตนเองระหว่างที่ศึกษาในสาขาวิชา
2. มีการติดต่อสื่อสารกับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ทราบถึงความเป็นไปของชีวิตและการทำงานของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และพัฒนาการดังกล่าวจนถึงปัจจุบัน
3. มีความสมัครใจและยินดีทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางให้ผู้วิจัย

เลขที่ใบตรวจวิจัย 086/54
 วันที่ผู้วิจัย 09 ธ.ค. 2554
 รวมผลรวม 0.8 ธ.ค. 2555



5. กระบวนการการวิจัย

5.1 ในขั้นตอนการคัดกรอง ผู้วิจัยจะขอความร่วมมือจากผู้ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางเพื่อพิจารณาคุณสมบัติของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ซึ่งในจำนวนนี้จะมีรายชื่อของท่านอยู่ด้วย โดยผู้วิจัยจะประสานงานเบื้องต้นกับท่านและผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยรายอื่น ๆ เพื่อสอบถามว่ามีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้หรือไม่ และขออนุญาตเชิญเข้าร่วมงานวิจัย

5.2 หากท่านแจ้งว่าสนใจเข้าร่วมงานวิจัย ผู้วิจัยจะอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย ให้ทราบในเบื้องต้น และขอทราบความสมัครใจจากท่านในการเข้าร่วมงานวิจัย จากนั้นผู้วิจัยจะขอนัดพบ ในวัน เวลา และสถานที่ตามความสะดวกของท่าน เพื่ออธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย และตอบคำถามต่าง ๆ ให้ท่านเข้าใจ พร้อมทั้งให้ท่านได้อ่านเอกสารข้อมูลสำหรับผู้ร่วมการวิจัย และเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย หรือผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการให้ท่านฟัง หากท่านแสดงความยินดีที่จะร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะขอให้ท่านลงนามหรือประทับลายนิ้วมือในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

5.3 จากนั้น ผู้วิจัยจะขอนัดพบในวัน เวลา และสถานที่ตามความสะดวกของท่าน และดำเนินการสัมภาษณ์โดยใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที พร้อมบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์ โดยจะไม่มีภาระบัญชีของท่านบนไฟล์ข้อมูลบันทึกเสียงและระบุเป็นรหัสในการวิจัย ผู้วิจัยเป็นผู้ใช้บันทึกเสียงเหล่านั้น ในพื้นที่ที่ไม่มีใครสามารถเข้าถึงนอกจากตัวผู้วิจัย และจะทำลายไฟล์บันทึกเสียงทันทีเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัย ทั้งนี้หากการสัมภาษณ์ในครั้งแรกยังไม่ได้รับข้อมูลที่สมบูรณ์ ผู้วิจัยอาจจะสัมภาษณ์เพิ่มเติมอีกครั้ง โดยใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที

5.4 ผู้วิจัยจะนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์วิเคราะห์ตามแนวทางการวิจัย และเขียนเป็นรายงานโดยใช้นามสมมติ แล้วนำกลับไปให้ท่านตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งพร้อมทั้งปรับปรุงตาม

AF 04-09

ข้อเสนอแนะของหน่วยงานท่านพอใจ ซึ่ง และข้อมูลส่วนตัวของท่านจะได้รับการปกปิดเป็นความลับ และจะ
นำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวตนของท่านได้

6. ในการศึกษาระบุผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยด้วยวิธีใด ๆ ก็ตาม หากพบว่าผู้วิจัยไม่อยู่ในเกณฑ์คัด
เข้า และอยู่ในสภาวะที่สมควรได้รับความช่วยเหลือแนะนำ ให้ผู้วิจัยจะส่งต่อให้กับผู้ให้บริการปรึกษา และ
แจ้งกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด

7. งานวิจัยนี้ อาจมีความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นแก่ท่านอยู่บ้าง เช่น ท่านอาจเกิดความรู้สึกไม่
ดีหรือไม่พร้อมที่จะให้ข้อมูลในเรื่องที่สัมภาษณ์ได้ เพราะเป็นการสอบถามถึงเรื่องที่ท่านเคยประสบ ทั้งนี้
ผู้วิจัยจะคอยสังเกตอารมณ์และความรู้สึกของท่านในขณะสัมภาษณ์ และคอยถามความพร้อมของท่าน
ในการให้สัมภาษณ์ ถ้าท่านไม่พร้อมเมื่อใดก็ตามแล้ว ผู้วิจัยยินดียุติการสัมภาษณ์ไว้ชั่วคราวจนกว่าท่าน
พร้อมให้ข้อมูลอีกครั้ง

หากท่านเกิดความทุกข์ใจใด ๆ ขึ้นเนื่องจากจากการสัมภาษณ์ ทั้งในระหว่างการทำสัมภาษณ์
หรือเมื่อสิ้นสุดการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะส่งต่อให้กับนักจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อให้ท่านได้รับความช่วยเหลือ
ในทันทีโดยจะรับค่าบริการค่าใช้จ่ายในส่วนนี้หรือผู้วิจัยอาจจะเป็นผู้ให้บริการปรึกษาแก่ท่านด้วยตนเองหาก
เป็นช่วงที่ทำการวิจัยใกล้เสร็จสิ้น

8. ประโยชน์ในการเข้าร่วมวิจัยของท่าน คือ การได้แบ่งปันเรื่องราว และประสบการณ์ของ
ท่านเพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยด้านจิตวิทยาการปรึกษา จากความรู้สึกความเข้าใจที่เป็น
แนวทางในการจัดการเรียนการสอนที่นักศึกษาจิตวิทยาการปรึกษาต่อไป

9. การเข้าร่วมในการวิจัยของท่านเป็นความสมัครใจ และท่านสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือ
ถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่ต้องให้เหตุผล และท่านจะไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับแต่อย่างใด

10. ในการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยไม่มีค่าตอบแทนมอบให้แก่ผู้เข้าร่วมวิจัย

11. หากมีข้อสงสัย ท่านสามารถสอบถามเพิ่มเติมจากผู้วิจัยได้ตามสถานที่ และเบอร์โทรศัพท์
ที่ระบุไว้ข้างต้น

12. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อบ่งชี้กล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณา
จริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุติที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถานี 2 ชั้น
จุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8147 โทรสาร 0-2218-
8147 E-mail: eocc@chula.ac.th



เลขที่เอกสารวิจัย 086/54
วันที่รับทราบ 09 มิ.ย. 2554
วันลงนาม 08 มิ.ย. 2554

Handwritten signature

AF 05-09

หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่.....
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เลขที่.....ประเภทตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า.....ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย.....ประเภทการมีทราบผลภายในของสิทธิและภาระงาน.....กรณีศึกษาในทิศทางการศึกษา

ชื่อผู้วิจัย.....นายธนพล.....เดือนสุรศักดิ์

ที่อยู่ติดต่อ.....คณะจิตวิทยา สาขาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โทรศัพท์.....08-5335-4044.....โทรศัพท์บ้าน.....

ข้าพเจ้า.....ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับวันที่.....และวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย.....รายละเอียดอื่นต่าง ๆ ที่
จะต้องปฏิบัติตามหรือได้รับการปฏิบัติ.....ความถี่ของอันตราย.....และประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัย.....โดยได้ผ่าน
รายละเอียดในเอกสารซึ่งแจ้งเข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด.....และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัย.....จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้.....ตามที่ระบุไว้ในเอกสารซึ่งแจ้งเข้าร่วมการวิจัย.....โดยข้าพเจ้า
ยินยอมให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ 1-2 ครั้ง.....เป็นระยะเวลา 60-90 นาที.....ครั้ง และยินยอมให้บันทึกเสียงการสนทนาและการ
สัมภาษณ์ได้

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์.....โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล.....ซึ่งการถอน
ตัวออกจากกรวิจัยนั้น.....จะไม่มีการตอบในทางใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า.....ผู้วิจัยจะปฏิบัติตามหลักเกณฑ์ข้อมูลที่เป็นไปนอกสารซึ่งแจ้งเข้าร่วมการวิจัย
และข้อมูลใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า.....ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ.....โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวม
เท่านั้น.....ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้า.....และเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัยผู้วิจัยจะทำลายและ
บันทึกเสียง.....และข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวข้องกับตัวข้าพเจ้านี้

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับทราบปฏิบัติดังที่กล่าวมาที่ได้ระบุไว้ในเอกสารซึ่งแจ้งเข้าร่วมการวิจัย.....ข้าพเจ้า
สามารถที่จะเขียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน.....กลุ่มสอนสถาบัน.....ชุดที่ 1.....จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.....ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 จุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330.....โทรศัพท์
0-2218-8147.....โทรสาร 0-2218-8147.....E-mail: ecmu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน.....ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารซึ่งแจ้งเข้าร่วมการวิจัย
และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....
(.....)
ผู้วิจัยหลัก

ลงชื่อ.....
(.....)
ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย



ฉบับที่.....086/54
วันที่.....09 มิ.ย. 2554
เลขที่.....08 มิ.ย. 2555

ลงชื่อ.....
(.....)
PRTU

[Handwritten signature]

ภาคผนวก ข
ตัวอย่างเอกสารที่เกิดขึ้นในการวิเคราะห์ข้อมูล

ตัวอย่างบันทึกภาคสนาม

Observed Data	Note
“ขอบคุณที่ช่วยดูแลน้องนะคะ” → แม่บ้านโรงอาหาร	
“ทำงานแบบนี้กำลังใจที่สำคัญคือพวกพี่ๆ เวลาเราเหนื่อยหรือเครียด เห็น เขายิ้มแย้มมีความสุขก็ดีขึ้น เขาก็หยอกเราบ้าง บางทีเราก็อหยอกเขาบ้าง”	
ครูหนึ่ง “เราอยู่กันแบบครอบครัวช่วยกันด้วยใจ”	สำคัญ
เรื่องดีๆ ยามเช้า “idea คือปกติจะพูดแต่เรื่องที่ต้องปรับปรุงๆ นี่ก็พูดเรื่องดีๆ แทนเขาจะได้ภูมิใจ”	
ครูฝรั่ง “they’re nonjudgmental”	อิงทฤษฎี
ไหว้ต่ำกว่า	
“ครูครับเผาทำไม” “นั่นนะสิจะรู้ได้ไง ไปหาได้ที่ไหน”	เรียนรู้

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต - การอบรมฝึกฝนความเป็นผู้ให้การช่วยเหลือ – การพัฒนาตน

- การฝึกฝนสังเกตใจตนเพื่อมีสติตระหนักรู้

1.1 สังเกตตนเอง

1.2 มีสติตระหนักรู้ในตน

1.3 เรียนรู้ที่จะจัดการความทุกข์ในใจด้วยตนเอง

- เรียนรู้การเป็นผู้ให้

1.4 ฝึกฝนการเป็นผู้ให้

- เรียนรู้ผู้อื่นเพื่อพัฒนาตนในส่วนที่ขาด

1.5 เรียนรู้บุคคลต้นแบบเพื่อพัฒนาตน

2. ความงอกงามจากเมล็ดพันธุ์แห่งการฝึกฝนจนเข้าใจโลกและชีวิต

- การมองเห็นภาวะสัมพันธ์เชื่อมโยง – สำนึกขอบคุณ

2.1 ภาวะสัมพันธ์เชื่อมโยง (อิทัปป)

- ความทุกข์มิใช่เพื่อเรียนรู้และเติบโต

2.2 ความทุกข์มิใช่เพื่อเรียนรู้และเติบโต

2.3 ความสามารถจัดการกับความทุกข์ในใจด้วยตนเอง

- การลดละตัวตนและเปิดพื้นที่ใจ

2.4 การลดละตัวตน

2.5 การมองความงามรอบตัว

2.6 การเปิดพื้นที่ใจในการรับฟังผู้อื่น

2.7 การเป็นผู้ให้เพื่อให้ได้ใจ

- การมีใจเอื้อเพื่อเกื้อกูลกับสิ่งรอบตัว

2.8 การมีใจที่เอื้อเพื่อเกื้อกูล + 2.9 แบ่งปันให้ผู้อื่น

2.10 เกิดทักษะการช่วยเหลือผู้อื่น ได้ดี

- การมีใจที่รู้จักพอ

2.11 มีชีวิตแบบพอเพียง

3. ความเข้าใจโลกและชีวิตสู่ความกลมกลืนของชีวิตและการงาน

- การทำหน้าที่ของตนให้ดีในปัจจุบัน

3.1 ทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด

3.2 เห็นคุณค่าในหน้าที่การงาน ที่ไม่ใช่แค่การทำหน้าที่

3.3 สร้างจิตสำนึกรักองค์กร

3.4 ความรู้คู่ความเข้าใจในชีวิต

- ปฏิบัติต่อผู้ร่วมงานอย่างเข้าใจในธรรมชาติของมนุษย์

3.5 จากใจที่เห็นคุณค่าในการกระทำเล็กน้อยส่งผลให้มาใช้กับผู้ร่วมงาน

3.6 บริหารคนอย่างเข้าใจคน และเปิดใจรับฟังผู้อื่น

3.7 การเข้าใจในธรรมชาติพื้นฐานของมนุษย์

- จิตมั่นคงด้วยการตระหนักรู้ในตน

3.8 จิตใจสงบเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งเร้า

Coding	เดิม	ใหม่ หลัก	ใหม่ ย่อย
“ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราได้เผชิญมาทั้งภายนอกทั้งภายใน ทุกสิ่งอย่าง อย่างเช่นเราผ่านอารมณ์ความรู้สึก เราผ่านอุปสรรค เราผ่านความพอใจ เราได้พบได้เห็นอะไรอย่างนี้ คือคำว่ามวลประสบการณ์ของพี่เป็นทุกๆ อย่างที่เราได้เผชิญกับมัน นี้หมายถึงเฉพาะกับตัวพี่นะถ้าใช้คำว่ามวลประสบการณ์ ถ้าจะถือว่าเป็นเรื่องภายในก็ใช่ เป็นเรื่องภายนอกก็ใช่”	1. เมล็ดพันธุ์แห่งชีวิตและงาน 1.3 การเผชิญชีวิต	1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต เส้นทางบ่มเพาะการเติบโต (ความเข้าใจโลกและชีวิต) ไม่ชัด	
อย่างประโยคนี้ อาจารย์พูดถึงประโยคของลีลมิงฮวง จะได้ตัวก็ต้องได้ใจมาก่อนอะไรอย่างนี้ คำนี้หนึ่งประโยคเนี่ยก็คือการปฏิบัติที่เราต้องมาฝึก มันก็มีประโยคเหล่านี้อยู่ในใจเป็นชุดเลยที่จะให้เราละลึกถึงและหยิบจับมันมาให้เหมาะกับสถานการณ์ นี่ก็คือสิ่งที่พี่คิดว่ามันมีประโยชน์มาก(ID 01/ L119-122)	2. ความเติบโตและงอกงาม 2. ประยุกต์ความรู้วิชาชีพเข้ากับชีวิตประจำวัน	1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต (การสร้างสัมพันธภาพ)	1.4 ฝึกฝนการเป็นผู้ให้
หลายเรื่องที่เราต้องมีความทุกข์อยู่ในชีวิตใช่เปล่า แล้วก็เราจะจัดการกับความทุกข์อันนั้นได้ยังไง ก็ทุกครั้งที่มีความทุกข์ทุกครั้งที่เราสามารถเผชิญกับมันได้ ก็เหมือนกับว่ามันก็มีความสุขแฝงอยู่ในนั้น ว่าเออฉันก็ทำได้ ฉันก็ผ่านมันมาได้ อะไรอย่างนี้	2. ความเติบโตและงอกงาม เผชิญความทุกข์ด้วยการจัดการภายในใจ	2. ความงอกงามจากเมล็ดพันธุ์แห่งการฝึกฝนจนเข้าใจโลกและชีวิต	2.3 สามารถจัดการกับความทุกข์ในใจด้วยตนเอง
มันมีช่วงที่เราไม่ทันตัวเองก็มี มีช่วงที่เราเหนื่อยล้าก็มี มีช่วงที่เรารู้สึกตัวเองว่า เฮ้ยทำไมเป็นยังงี้ ก็มี แต่จะทำยังไงให้เราผ่านช่วงนั้นมาได้			

Coding	เดิม	ใหม่ หลัก	ใหม่ ย่อย
คือเมื่อก่อนตอนเราเล็กๆ เนี่ยเราอาจจะต้องฟังข้างนอกก่อนข้างมาก แต่หลังๆ มาเนี่ยพอผ่านอะไรมาเรื่อยๆ เนี่ย บางทีเราก็ต้องจัดการข้างในด้วยตัวเอง เราจะเหมือนกับว่าโอเคกับมันได้เร็วขึ้น แต่ถามว่าไม่ทุกข้เลยนี่เป็นไปได้ มันเป็นความทุกข์ มันเป็นความกังวล มันเป็นเรื่องที่เราเกี่ยวข้องกับคนเยอะนะ เอ ทุกอย่างก็จะมี ความกังวลแฝงอยู่แต่เราจะอยู่กับความกังวลอย่างนั้นยังไง	2. ความเติบโตและงอกงาม เผชิญความทุกข์ด้วยการจัดการภายในใจ	2. ความงอกงามจากเมล็ดพันธุ์แห่งการฝึกฝนจนเข้าใจโลกและชีวิต	2.3 ความสามารถจัดการกับความทุกข์ในใจด้วยตนเอง
เด็กมีโอกาที่จะแบบ... อย่างสมมุติว่าเมื่อก่อนถ้ากินสองทุ่มไปแล้วถึงจะรู้สึกว่าปลอดภัย เพราะมันจะมีโอกาสมีโทรศัพท์มาถึงเราได้ตลอดเวลา ลูกฉันกลับไม่ถึงบ้านหรืออะไรยังไง ก็งานแบบนี้เนี่ยมันดูเหมือนไม่มีอะไรแต่มันต้องรับผิดชอบพอสมควร หรือบางทีเราก็เอาทุกข์ของคนอื่นมาแบก เช่น “เฮ้ย ไลน์เราจะช่วยมันได้ยังไงมันมีหนี้เยอะ” อะไรอย่างนี้ หรือบางทีในชีวิตของเราเองครอบครัวของเราเองก็มีความทุกข์ เพราะฉะนั้นเราจะยังงั้นที่จะทนมันและที่จะอยู่กับมันได้ ก็เป็นเรื่องปกติมั้งที่คนจะต้องมีสิ่งเหล่านี้ ไม่ได้สบายใจอยู่ตลอดเวลา (ID 01/ L352-365)			
“ที่คุยกับตัวเองเยอะ ฟังจะใช้คำว่าคุยกับตัวเอง เฝ้ามอง สังเกตตัวเองด้วย มันก็ไม่ได้ตั้งอกตั้งใจนะ แต่มันเหมือนกับทบทวนด้วย คอยเตือนตัวเองด้วย คำถามก็มีนะ”	2. ความเติบโตและงอกงาม 2.2 การเรียนรู้จากการสังเกตใจตนเองและผู้อื่น	1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต	1.1 สังเกตตนเอง
“บางครั้งเราก็อาจจะหงุดหงิด แต่เมื่อเราหันตัวเองว่า ‘เฮ้ย ไลน์ เราคาดหวังกับคนเยอะเนี่ย เราไม่อยู่กับความจริงเนี่ย เราหงุดหงิด เพราะว่าเราเอาตัวเองเป็นใหญ่หรือเปล่า เราหงุดหงิดเพราะว่าเขาทำไม่ถูกใจเราหรืออย่างไร’ อะไรอย่างนี้ มันก็จะมาด้วยกันเรื่อยๆ ‘เราเมตตาเขาจริงไหม เรามีสติทันหรือเปล่าว่าตอนนี้เรากำลังพูดไม่ดีนะ เรากำลังเอาอารมณ์เข้ามาใส่กับเขา นะ’ หรือแม้กระทั่งการที่จะก้าวเข้าไปขอโทษใครสักคนหนึ่ง ...อันนั้นก็เป็นการพัฒนาของเราเหมือนกัน การที่เราจะเรียนรู้ที่จะวางใจคนอื่นให้เขาทำตามแบบของเขาเอง หรือการที่เราละเอียดมากขึ้น”	2. ความเติบโตและงอกงาม 2.2 การเรียนรู้จากการสังเกตใจตนเองและผู้อื่น	1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต	1.2 มีสติตระหนักรู้ในตน

Coding	เดิม	ใหม่ หลัก	ใหม่ ย่อย
<p>มันเหมือนกับเป็น ไม่ใช่แนวทางในการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่มันเป็นทักษะในการใช้ชีวิตบางอย่าง เช่นพบว่าสิ่งที่เราทำกลุ่มเนี่ย ทำให้เราฟังคนอื่นชัดและจับประเด็นได้เร็ว แล้วก็ทำให้เราต้องคิดให้เร็ว เพราะว่าเหมือนกับเราต้องแยกประสาทได้ ฟังก็ต้องฟังให้ชัดแล้วก็คิดว่าเราจะต่ออย่างไรดี เราจะนำ เราจะช่วย เราจะมีหลักการบางอย่างในการที่จะอยู่กับคนอื่น (ID 01/ L55-58)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ประยุกต์ความรู้ในวิชาชีพเข้าสู่ชีวิตประจำวัน 	<p>2. ความมองงามจาก เมล็ดพันธุ์แห่งการฝึกฝนจนเข้าใจโลกและชีวิต</p>	<p>2.10 เกิดทักษะการช่วยเหลือผู้อื่นได้ดี</p>
<p>เราจะสนใจในวิถีคิดและวิถีชีวิตนะ อย่างพวกเรานี้เราจะสนใจ ไม่ได้สนใจแต่ว่าอาจารย์จ้างเขียนรูปอะไรหรือยังหรือว่าบทกวีของอาจารย์จ้างเป็นยังไง แต่เหมือนกับเราจะรับรู้ในความรู้สึกของท่านเวลาท่านพูดด้วย เราบางทีเหมือนจะรับรู้ถึงความน้อยใจบางอย่างมึ้นๆอย่างนี้ เราก็จะเห็นว่าเบื้องหลังของคนที่มีชื่อเสียงยิ่งใหญ่มันก็มีสิ่งเหล่านี้ หรืออย่างเช่นเราฟังบางเรื่องแล้วรับรู้ได้ถึงอารมณ์ความรู้สึกลึกซึ้งของเขา ที่รู้สึกอย่างนั้นนะ แล้วก็บางเรื่องมันเป็นแรงบันดาลใจ บางเรื่องมันเป็นเรื่องเตือนใจเราไม่ให้เราที่ถอย บางเรื่องทำให้เรารู้สึกละเอียดที่เราจะเห็น้อย่างนี้ ไม่ใช่แค่อาจารย์จ้างอาจารย์ประมวลนะ เรื่องราวของพี่น้องเรานี้หรือเรื่องเล็กๆ เราเห็นความกล้าหาญของน้อง เราเห็นการสู้ไม่ถอยของแต่ละคนที่มาเล่า เราเห็นในสิ่งที่คนอื่นเขาละเมียดละไมนะ ก็เตือนใจเราให้ฝึกฝนเพิ่ม เออมันไม่ใช่ว่าเขาทำได้แล้วอิจจาริษาแต่ในตรงนั้นมันคือ เออเราขาดส่วนนี้ไปนะ เราอาจจะต้องเติม แล้วเราก็ไม่ต้องเป็นแบบเขา ก็เป็นแบบเรานี้ เราอยู่ตรงไหนล่ะ เหมือนกับค้อยๆ(ID 01/ L131-141)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เข้าถึงจิตใจคน - เห็นคุณค่าของบุคคล - ประยุกต์ประสบการณ์เข้าสู่ชีวิตและการทำงาน 	<p>1. เมล็ดพันธุ์แห่งความเข้าใจโลกและชีวิต</p>	<p>1.6 เรียนรู้บุคคลต้นแบบเพื่อพัฒนาตน</p>

ตัวอย่างการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล

- ในการเรียนของพี่จึงมีคนที่เป็นทั้งตัวอย่างแล้วก็เกือกล...
- I เอื้อเพื่อแล้วก็เกือกล พี่กลับมามองตอนเอื้อถามนี้ไม่ใช่แค่อาจารย์หรือที่โรงเรียนที่พี่ตามมาเรียนนี้ ทั้งผู้คนที่โรงเรียนเขาก็เอื้อเพื่อพี่เยอะนะ อะไรที่ฉันช่วยเธอได้ฉันก็ช่วย อะไรที่เธอไม่ต้องทำอย่างเช่นเวลาที่กลับไป พี่เป็นครุฑมัธยมก็ต้องไปลูกเสือไปเข้าค่ายลูกเสือ ลแล้วพอเข้าค่ายลูกเสือต้องเข้ายาวประเภทต้องไปประจำอยู่ที่ค่ายเลย ทำกิจกรรมก็ต้องซึ่งนะ สมัยแต่ก่อน ลูกเสือจะผลัดไป ม.1 ไป 3 วันก็กลับ ม.2 ไปก็กลับ ม.3 ไปก็กลับ แต่ตำแหน่งพี่ต้องเป็นกองกลางสแตนด์บายอยู่นั่นนะ ใครไปก็ต้องไปจัดค่ายให้ แต่ครูที่โรงเรียนบอกว่าเธอไม่ต้องฉันจัดการเอง เธอไม่สะดวกเธอไปทำงานของเธอให้เสร็จ เพราะฉะนั้นหลังจากลาเรียนและทำ thesis นี้ เพื่อนที่โรงเรียนพี่ว่าเขาก็มีส่วนนะ มากเลย หละที่เอื้อเพื่อ เธอไปทำของเธอให้เสร็จๆ สิ อย่ากังวลเลย
- ที่นี้เรียนจบมาก็ได้อะไรหลายๆ อย่างมานะครับ ที่เห็นชัดๆ กับตัวเองคือ...
- I ได้วิธีการ... หนึ่งถ้าถามเกี่ยวกับงานการสอนนี้พี่ได้เลย เพราะว่าพี่ก็เปลี่ยนวิธีการของพี่เลย ในการเป็นครูแนะแนว counseling เนี่ยพี่ได้แน่ๆ เลยจากก่อนหน้าที่ไม่ได้ไปเรียนพี่ก็ไม่ได้ counseling เด็กหรือ...counseling เหมือนกันแต่ว่าเป็นการ counseling ที่เหมือนกับที่เคยเรียนที่มช.มา ก็เป็นแบบครูที่ต้องกำหนด ก็จะโทษไม่ได้เพราะว่าที่มช.เราไม่ได้เรียน counseling แล้วเราอาจจะจะไม่ได้รับวิชานี้ด้วยซ้ำไป เป็นการเรียนทฤษฎีแล้ว ก็ปฏิบัติกันน้อย แต่พอกลับมาเนี่ยเริ่มรู้ว่า ถ้าedpsyนี้ไม่เอา อย่างอาจารย์สมโภชน์นี่พี่ไม่ใช่สไตล จิตสังคมพี่ไม่ใช่สไตล พี่อาจจะเป็นสไตลที่ match กับอาจารย์โสริช ตอนนั้นในสาขาวิชามันไม่ได้แยก counseling อะไร เราก็มาสนใจเรียนกับคอร์สที่อาจารย์เปิดสอนพิเศษ อาจารย์เริ่มเปิดสอน eastern psychology เป็นวิชาที่อาจารย์เปิดสอน โดยที่ใครจะมาเรียนก็ได้ พี่มันนะ แต่พี่ก็ช่วงนั้นไปทำ thesis ไม่ต้องมาเรียนแล้วแต่อาจารย์ก็เปิดตอนเย็นให้พวกเราที่เป็นลูกศิษย์นะ เรียนประมาณสี่โมงห้าโมง เลิกประมาณทุ่มสองทุ่ม ไม่มีหน่วยกิตอะไรทั้งนั้นนะ อาจารย์ก็จะนั่งเล่า เพราะฉะนั้นในช่วงที่กลับไปทำงานนี้สิ่งที่ได้คือพี่มาเพิ่ม eastern psychology กับอาจารย์ แล้วก็ไปจัดหลักสูตร มันมีคาบแนะแนวพี่ก็เข้ามาจัดแนะแนวใหม่เลย มีกระบวนการมากขึ้นแล้วก็ทำ counseling ด้วยซึ่งกิจกรรมที่ทำก็จะหลากหลาย พี่รับรู้ว่าด้วยสิ่งที่เราทำนี้ผู้ใหญ่ในโรงเรียนรับรู้ค่ะ แล้วผู้ใหญ่ก็เชื่อว่าพี่ช่วยเหลือเอื้อเพื่อเด็กๆ ได้ เป็นมิตติกมิตินึง
- มุมมองตอนนั้นเปลี่ยนจากแบบไหนเป็นแบบไหนครับ

- I เปลี่ยนจากเป็นคุณครูทั่วไปที่สอนเสร็จก็ให้การบ้านเด็ก มีการประเมินผลเด็กแล้วก็เป็น one-way ซะมากเวลาสอน เปลี่ยนมาเป็น two-way แปลว่าถามเด็กเยอะขึ้น จะถามทุกครั้ง ใช้คำถาม พี่สังเกตตัวเองว่าพี่จะใช้คำถามเปิดเยอะขึ้น เยอะมาก ไม่ว่าจะอยู่กับใครก็จะใช้คำถามเปิด เพราะว่าพี่เชื่อว่าเราไม่รู้เขาหรือถ้าเราจะพูดโดยใส่กระบวนการคิดหรือการกระทำของเรามากกว่าที่จะใช้ open questioning พี่นี่ขณะฝึก open questioning เป็นเดือนเลย ทั้งเดือนฝึก open questioning แล้วสังเกต ฝึกแล้วสังเกต เราเห็นคุณภาพของการใช้คำถามกับผู้คนรอบตัวแล้วเราก็เรียนรู้ได้ด้วยตัวเองว่าถามแล้วจะต้องถามยังไงต่อ เพื่อให้ได้ข้อมูลความคิดที่แท้จริงเด็กบอกว่าเขาเรียนบ่อยๆ นี่ถ้าเมื่อก่อนเราก็จะบอกว่าอย่าเขาเรียนให้มาเรียนเถอะ ทำไม่ถึงเขาเรียน แล้วพอได้คำตอบว่าที่เขาเรียนเพราะเป็นอย่างนี้ๆ เราก็หยุดแล้วหละ เราก็ได้แค่คำตอบเด็ก แต่พอตอนนี้เขาเรียนถามว่าเหตุไฉนหนูลึงเขาเรียน ที่เขาเรียนมีอะไรอยู่เบื้องหลังการเขาเรียนนี้เราก็จะถามรายละเอียดเยอะขึ้น ใจคะ พี่มองว่าทั้งการ counseling ก็สุขใจมากขึ้นที่ได้ช่วยเหลือเด็ก
- O ได้เปลี่ยนโลกทัศน์บางอย่างในการทำงาน แล้วก็อันนี้ผมไม่แน่ใจนะครับที่ฟังเมื่อกี้ เหมือนว่า จะได้เข้าใจคนอื่นมากขึ้น
- I จะ คือเข้าใจเนี่ยด้วยคาแรคเตอร์พี่ถามว่า พี่ก็จะรับรู้ก่อนหน้านั้นว่าพี่ไม่ได้เป็นคนโวยวาย โหวกเหวกหรือว่าเข้าใจคนยาก คาแรคเตอร์เดิมก็จะเป็นคนที่ยืนคืออยู่กับผู้คนอยู่แล้ว ก็เป็นคนที่ไม่ได้คิดว่าขัดแย้งกับผู้คนง่าย อยู่ด้วยยาก แต่ละเอียดกว่านั้นก็คือถึงแม้จะอยู่กับผู้คนได้เป็นคนประเภทที่ไม่ขัดแย้งหรืออะไรก็ตาม แต่วิถีที่จะเข้าใจคนที่แท้นั้นยังไม่ถึงใจ เพราะว่ามันยังมี self ของตัวเองหรือว่ายังมีความคิดความเข้าใจและมุมมองของตัวเองเอาไปกำหนดผู้คนอยู่เสมอ มันเป็นธรรมชาติที่พี่รู้ว่าสมัยก่อนพี่ก็มี อย่างคุยกับใครด้วยความที่คิดว่าเราเป็นนักจิตวิทยาไปเราก็อาจไปประเมินผู้คนอะไรอย่างนี้ แต่พอมาเรียนตรงนี้แล้วเรียน counseling มากขึ้นนี่มันทำให้เรามีมุมมองที่เราประเมินผู้คนอย่างที่เราคิดนี้ไม่ใช่ เพราะฉะนั้นวิธีการก็จะต้องสมมติให้รู้ว่าเป็นการให้เกียรติเขาด้วย พี่คิดนะ น่าจะรับรู้ผู้คนอย่างที่ทำให้เกียรติเขาอะ

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายธนพล เลี้ยงสุขสันต์ เกิดเมื่อวันจันทร์ที่ 11 พฤศจิกายน พ.ศ.2528สำเร็จการศึกษา
ระดับประถมศึกษาจากโรงเรียนอนุบาลพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ระดับ
มัธยมศึกษาตอนต้นจากโรงเรียนสาธิตสถาบันราชภัฏพระนครศรีอยุธยา จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา และระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา
กรุงเทพมหานคร และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยา) เกียรตินิยมอันดับสอง คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีพ.ศ. 2550 และได้เข้าศึกษาต่อใน
หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2552

ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับเนื้อหาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สามารถติดต่อกับผู้เขียนวิทยานิพนธ์ได้ที่

e-mail: mrpposttmann@hotmail.com

