

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2 หัวข้อ คือ

1. ความสามารถในการเผชิญปัญหา
2. ซาเทียร์โมเดล

1. ความสามารถในการเผชิญปัญหา

ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ แต่ละบุคคลจะมีช่วงเวลาหนึ่งที่ตกอยู่ในสภาวะการณ์ที่เรียกว่า ถูกคุกคามจากปัญหาทั้งจากปัจจัยภายนอก และ ปัจจัยภายใน ปัญหาเหล่านั้นกระตุ้นให้แต่ละบุคคล เกิดความรู้สึกกดดัน ตึงเครียด ส่งผลกระทบต่อภาวะสมดุลของบุคคล ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ทางด้านความรู้สึก ความคิด อารมณ์ ฯลฯ โดยหากบุคคลต้องเจอปัญหาที่ทำทาบ เช่น การสูญเสีย การถูกคุกคาม หรือ ทำร้าย บุคคลจะตอบสนองต่อสิ่งเหล่านั้น เพื่อลดหรือบรรเทาเหตุการณ์ดัง เครียด การตอบโต้ดังกล่าวเรียกว่า “การเผชิญปัญหา (Coping)” และเมื่อบุคคลนั้นเผชิญกับปัญหา จะแสดงออกแตกต่างกันออกไป สิ่งที่แสดงออกนั้นจะมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิด จิตใจ และ อารมณ์ เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นหรือการคุกคาม การที่บุคคลแสดงออกเมื่อต้องเผชิญกับสิ่ง ที่กระตุ้นหรือคุกคามนี้ เรียกว่า พฤติกรรมการเผชิญปัญหา (Coping Behavior)

Ray, et.al (1982) กล่าวว่า พฤติกรรมการเผชิญปัญหาเป็นการตอบสนองต่อความเครียดซึ่งมี ความเป็นอิสระในแต่ละบุคคล

Lazarus and Folkman (1984) กล่าวว่า การเผชิญปัญหา หมายถึง ความพยายามทางปัญญา และ พฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อจะจัดการกับปัญหาทั้งจากภายในและภายนอก ตนเองที่บุคคลประเมินว่าถูกคุกคาม หรือเกินกว่าความสามารถที่ตนจะรับไหวได้

นิโลบล กฤษณพันธ์ (2532) การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดและ พฤติกรรมอยู่เสมอเพื่อจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เป็นความต้องการจำเพาะที่เกิดขึ้นทั้งภายใน หรือภายนอกร่างกาย และบุคคลประเมินแล้วว่าสถานการณ์นั้นก่อให้เกิดภาวะเครียดกับตนเอง

รัชดา เอี่ยมยิ่งพานิช (2541) ได้สรุปความหมายของการเผชิญภาวะปัญหา เป็นพฤติกรรมที่ปกป้องบุคคลจากการรบกวนทางจิตใจที่เกิดจากปัญหาต่างๆ ซึ่งหน้าที่ของการปกป้องของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบ่งได้เป็น 3 ทาง คือ

1. โดยการกำจัดเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์หรือแก้ไขปัญหา
2. โดยการควบคุมการรับรู้ต่อเหตุการณ์ เพื่อให้ปัญหาเบาบางลง
3. โดยการควบคุมอารมณ์ในขอบเขตที่เหมาะสมต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ดังนั้นพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาซึ่งเป็นความพยายามทั้งทางด้านความคิด พฤติกรรมที่จะตอบสนองต่อปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อลดหรือขจัดปัญหาที่กำลังถูกรบกวนต่อจิตใจ และรักษาภาวะสมดุลให้ดำเนินชีวิตต่อไปได้ ซึ่งหากบุคคลสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้สำเร็จ จะพัฒนาความชำนาญในการเผชิญปัญหาและการปรับตัวต่อไปได้ หากบุคคลใดไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้สำเร็จ มีความล้มเหลวในการเผชิญต่อภาวะปัญหาในชีวิตนั้นอย่างรุนแรง อาจส่งผลให้บุคคลนั้นไม่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุขต่อไปได้อีก จะเห็นได้ว่าการเผชิญปัญหาที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต และบุคคลจะสามารถจัดการกับปัญหาได้ดีเพียงใดนั้นก็ขึ้นอยู่กับสภาวะของแต่ละบุคคล

รูปแบบการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหาของบุคคล จะแสดงออกในรูปของพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งพฤติกรรมเหล่านั้นจะสัมพันธ์กับความรู้สึกรู้สึกนึกคิด จิตใจ และอารมณ์ในขณะนั้น จากการให้ทัศนะหรือความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการเผชิญปัญหาพบว่า รูปแบบการเผชิญปัญหานั้นมิได้มีมาตั้งแต่เกิด หากแต่เป็นวิธีการที่เป็นไปตามสภาพความเป็นจริง ดังนั้นจึงมีการแบ่งรูปแบบการเผชิญปัญหาในหลายรูปแบบด้วยกัน

Lazarus and Folkman (1984) ได้จำแนกความพยายามของบุคคลในการเผชิญปัญหาไว้ 2 แบบ คือ

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา (Problem Focused Coping) เป็นกลวิธีเดียวกับการแก้ปัญหา โดยการใช้องค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ คือ การกำหนดขอบเขตของปัญหา การหาวิธีการแก้ปัญหาหลายวิธีแล้วนำมาซึ่งนำหน้ากว่าวิธีใดจะให้ผลดีอย่างไร เลือกวิธีที่เหมาะสม แล้วลงมือแก้ปัญหาซึ่งอาจจัดการที่ตัวปัญหา และมุ่งแก้ไขที่ตัวเองหรือปรับสิ่งแวดล้อม เช่น การปรับปรุงสิ่งแวดล้อมที่มีความกดดัน การหาแหล่งประโยชน์เรียนรู้วิธีปฏิบัติที่เหมาะสม ซึ่งจะต้องหาข้อมูลความรู้ต่างๆ เพิ่มเติมรวมทั้งการยอมรับสถานการณ์ที่เป็นจริงด้วย

2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นอารมณ์ (Emotion Focused Coping) เป็นกระบวนการเผชิญปัญหาด้วยการใช้ความคิดเช่นเดียวกัน แต่เพื่อลดความตึงเครียดเมื่อบุคคลประเมินว่า ไม่สามารถแก้ไขสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดนั้นได้ วิธีเหล่านี้ได้แก่ การหลีกเลี่ยง การทำให้เห็นว่าเป็นเรื่องเล็กน้อย การถอยห่างจากเหตุการณ์นั้น การเลือกสนใจเฉพาะสิ่ง การมองในสิ่งที่ดีของเหตุการณ์นั้น และการมองเห็นคุณค่าในสิ่งนั้น เป็นต้น

ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์เราพบเสมอว่า บุคคลมักจะนำเอารูปแบบของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาทั้งหลายรูปแบบมาใช้ร่วมกันเสมอ หรืออาจใช้สลับกันไปมา แต่หากบุคคลมุ่งแก้ไขในส่วนของอารมณ์หรือใช้กลไกป้องกันทางจิตใจ มุ่งจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกตึงเครียดเพียงอย่างเดียว นั้น โดยไม่ได้มุ่งที่การแก้ปัญหา พบว่าจะทำให้ปรับตัวได้ยากมากกว่าบุคคลที่ใช้รูปแบบการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพนั่นก็คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา อย่างไรก็ตาม การเผชิญปัญหาทั้งแบบมุ่งการแก้ปัญหาและแบบมุ่งเน้นอารมณ์ควรดำเนินควบคู่กัน ไปอย่างเหมาะสม

เจียงก่า อินทวิชัย (2533) กล่าวว่า รูปแบบการเผชิญปัญหา แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ คือ

1. การใช้กระบวนการความคิด (Active – cognitive Coping) ได้แก่ ความพยายามประเมินความเครียดเกี่ยวกับสถานการณ์ เช่น พยายามมองสถานการณ์ในด้านดี หรือ พยายามคิดถึงประสบการณ์ที่เคยใช้ในการเผชิญปัญหาได้สำเร็จมาใช้ในสถานการณ์ที่เหมือนกัน

2. พฤติกรรมแสดงออก (Active – behavior Coping) ซึ่งหมายถึง การแสดงออกทางพฤติกรรม โดยเปิดเผย เพื่อจัดการกับปัญหาโดยตรง เช่น พยายามค้นหาสาเหตุของสถานการณ์ หรือ แสดงออกในสิ่งที่ดี

3. การหลีกเลี่ยง (Avoidance Coping) ได้แก่ ความพยายามที่จะหลีกเลี่ยงปัญหา ไม่เผชิญกับปัญหาโดยตรง เช่น เตรียมรับสถานการณ์ที่เลวลง เก็บความรู้สึกไม่สบายใจระบายนให้ใครฟังหรือลดความตึงเครียดทางอารมณ์ทางอ้อม โดยมีพฤติกรรม เช่น รับประทานอาหารมากกว่าปกติ สูบบุหรี่ ดื่มสุรา เป็นต้น

เมื่อบุคคลได้ผ่านกระบวนการเผชิญปัญหา โดยใช้รูปแบบต่างๆแล้วจะทำให้บุคคลมีกระบวนการเผชิญปัญหาและแสดงพฤติกรรมออกได้เป็น 3 ประการ ดังต่อไปนี้

เนาวรัตน์ พลายน้อย และ คณะ (2541)

การทำหน้าที่ในสังคม (Social Functioning) หมายถึง วิธีทางในการปฏิบัติตามบทบาทแต่ละบุคคลและความพึงพอใจต่อสัมพันธภาพในสังคมหรือหมายถึงทักษะในการคงไว้ซึ่งบทบาทสัมพันธภาพในครอบครัวและสังคม บุคคลที่สามารถทำหน้าที่ให้สังคมได้ตามปกติจะบ่งบอกถึง

ความสามารถในการเผชิญปัญหาในชีวิตประจำวัน หากบุคคลเกิดความล้มเหลวไม่แน่ใจ หรืออ่อนแอ จะไม่ประสบผลสำเร็จในการทำหน้าที่ทางครอบครัวและสังคม

ขวัญและกำลังใจ (Morale) เป็นผลทางอารมณ์ซึ่งแตกต่างกันไปตามสิ่งกระตุ้นและเป็นผลจากการประเมินว่าจะประสบผลสำเร็จเพียงใด บุคคลพอใจกับผลของการเผชิญปัญหานั้นหรือไม่ การประเมินเหตุการณ์ว่าเป็นการทำนายอาจทำให้ขวัญและกำลังใจดี สมาชิกครอบครัวผู้ป่วยที่ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา มักมีขวัญและกำลังใจดีกว่าสมาชิกของครอบครัวผู้ป่วยที่ใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นอารมณ์

สุขภาพร่างกาย (Somatic Health) เป็นผลจากการประเมินเหตุการณ์ วิธีการแก้ปัญหาเมื่อเกิดภาวะวิกฤตขึ้นในเมื่อบุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาจนสามารถผ่านพ้นไปได้แล้ว จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดี คือ มีสุขภาพดี ภูมิต้านทานมากขึ้น แต่ในบางคนที่ไม่สามารถเผชิญปัญหาได้จะต้องพบกับปัญหาทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตตามมาอีกด้วย

การเผชิญปัญหาตามแนวคิด ซาเทียร์โมเดล

แนวคิดซาเทียร์ โมเดล เชื่อว่า การเผชิญปัญหาเป็นวิธีการจัดการให้เกิดความสมดุลระหว่างโลกภายนอก และ โลกภายในจิตใจ การเผชิญปัญหาจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีวิต เป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างเป็นสุขและผ่านพ้นอุปสรรคใดๆก็ตามเกิดขึ้นด้วยความสอดคล้องกลมกลืน (Satir, et.al, 1991) ตามความเชื่อพื้นฐานของแนวคิดดังนี้

1. ปัญหาไม่ใช่ปัญหา เมื่อบุคคลประสบกับปัญหา สิ่งที่เกิดขึ้น เรื่องราวที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ปัญหา แต่การเผชิญปัญหา การจัดการหรือการแก้ปัญหา คือสิ่งที่ปัญหา แม้บุคคลไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเรื่องราวที่เกิดขึ้นได้แต่สามารถเปลี่ยนแปลงวิธีการเผชิญปัญหาได้

2. ความสามารถในการปรับตัวหรือในการเผชิญปัญหา แสดงให้เห็นถึงควมมีคุณค่าของตนเอง ยิ่งรับรู้ว่าคุณค่าการเผชิญปัญหายิ่งดี การเผชิญปัญหาจึงเป็นการรักษาเยียวยาตนเองเป็นการรักษาบาดแผลภายในจิตใจเพื่อให้เผชิญกับปัญหาต่อไปได้อย่างเข้มแข็ง

3. บุคคลมีชุมชนทรัพยากร มีทรัพยากรอยู่ภายในเพื่อใช้ในการเผชิญปัญหาและพัฒนา ทรัพยากรเหล่านั้นคือ ศักยภาพภายในตนเอง หรือ จุดแข็งของแต่ละบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกัน เพื่อนำมาใช้ในการปรับตัวต่อการเผชิญปัญหาตลอดทั้งชีวิต

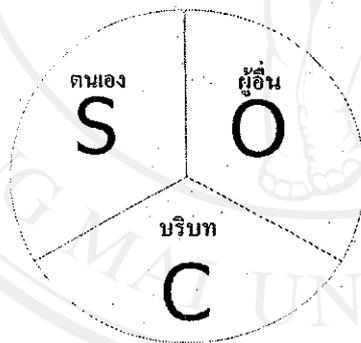
การเผชิญปัญหาของซาเทียร์โมเดล จึงมีความหมายทางบวก เพราะเชื่อว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาเป็นสิ่งที่ยกถึงการอยู่รอดของมนุษย์ เป็นพฤติกรรมในการเอาชีวิตรอดต่อภาวะที่ถูกคุกคาม การเผชิญปัญหาจึงเป็นวิธีการที่มนุษย์ใช้รับมือกับความเครียด ความกดดัน เพื่อให้ตนเอง

อยู่รอดโดยเรียนรู้วิธีการมาจากครอบครัวในวัยเด็กและใช้รูปแบบอย่างซ้ำๆ เพื่อป้องกันตัวเองให้ปลอดภัย ซาเทียร์ เรียกการเผชิญปัญหา นี้ว่า survival coping stance (สุภัทรี เลหาวิรภาพ, 2548)

จุดยืนในการเผชิญปัญหา (Survival Coping Stance)

จุดยืนในการเผชิญปัญหา (Survival coping stance) หรือ เรียกสั้นๆ ว่า stance เป็นหลักการเฉพาะของซาเทียร์โมเดล มีความหมายถึงวิธีการที่บุคคลเรียนรู้และพยายามที่จะดำรงชีวิตให้รอด (survive) การเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นจึงเป็นความเหมาะสมและทำให้บุคคลนั้นๆ อยู่ได้เป็นลักษณะของการกระทำและวิธีการ ไม่ใช่บุคลิกภาพ stance จึงสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามวัย สถานการณ์ และความสัมพันธ์ พฤติกรรมการปรับตัวในการเผชิญปัญหาจึงเกิดขึ้นในภาวะที่ทำให้รู้สึกถูกคุกคาม ทำให้บุคคลต้องมีวิธีในการตอบรับต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

stance ตามความหมายของซาเทียร์โมเดลนั้น จึงเป็นจุดยืนในการเผชิญปัญหา หรือตอบสนองเหตุการณ์ของบุคคล โดยใช้ความเชื่อมโยงสัมพันธ์ในองค์ประกอบทั้งสาม คือ ตนเอง (S = self) ผู้อื่น (O = others) และ บริบท (C = context)



ภาพ 1 แสดงองค์ประกอบของแต่ละบุคคล

ในการเผชิญปัญหามนุษย์จะให้ความสำคัญขององค์ประกอบทั้ง 3 ส่วนแตกต่างกันตามรูปแบบของการเผชิญปัญหา จึงทำให้บุคคลให้ความสำคัญบางองค์ประกอบและละเลยบางองค์ประกอบทำให้การเผชิญปัญหาโดยใช้ stance เป็นการเผชิญปัญหาที่ไม่สมดุล แต่เนื่องจากการปรับตัวให้มีชีวิตรอด แต่ละ stance จึงมีทั้งจุดอ่อน และจุดแข็ง ซึ่งบุคคลควรจะขึ้นชมต่อ stance ของตนเอง นำสู่การพัฒนา stance มาสู่ความสอดคล้องกลมกลืน ด้วยจัดการกับปัญหาโดยไม่ใช้ stance หรือ มีความสมดุลต่อการปรับตัวในสภาวะคุกคาม ที่ซาเทียร์เรียกว่า ความสอดคล้องกลมกลืน นั่นเอง (สุภัทรี เลหาวิรภาพ, 2548)

จากการศึกษาข้อมูลทำให้พบว่าการเผชิญปัญหาโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาที่ท้าทาย ดังเช่น Lazarus and Folkman (1984) ได้กล่าวไว้ว่าปัญหาที่ท้าทาย เช่น การสูญเสีย จะเป็นปัญหาสำคัญที่บุคคลจะต้องเผชิญและผ่านพ้นไปได้ เช่นเดียวกับกลุ่มของผู้ที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเด็กและเยาวชน นอกจากนี้จะต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงตามวัยแล้วยังต้องเผชิญกับปัญหาอย่างการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก บุคคลใกล้ชิด ที่มีผลต่อการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ดังได้กล่าวไว้ข้างต้น จึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลและศึกษาถึงข้อมูลต่างๆ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาการเผชิญปัญหาในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์กลุ่มนี้ต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญปัญหา

Lawrence and Blair (1996) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญปัญหา การควบคุมตนเองจากแรงกระตุ้นภายใน ความเครียดในชีวิตประจำวัน และการเผชิญปัญหาในเด็กที่สูญเสียญาติ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กจำนวน 68 คน อายุ 8 – 13 ปี และญาติผู้ดูแลที่เหลืออยู่ในการศึกษาพฤติกรรมการเผชิญปัญหามี 4 อย่างคือ พฤติกรรมมุ่งเน้นการแก้ปัญหา การไม่ใส่ใจ การหลีกเลี่ยง และ การค้นหาแหล่งสนับสนุน โดยมีสมมุติฐานว่า เด็กที่สูญเสียญาติใช้พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้น การแก้ปัญหา การค้นหาแหล่งสนับสนุน และเป็นผู้ที่มีการควบคุมตนเองจากแรงกระตุ้นภายในได้ดี มีภาวะซึมเศร้า น้อย มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม น้อย และมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมากกว่าเด็กที่มีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบไม่ใส่ใจ หลีกเลี่ยงปัญหา และเป็นผู้ที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา และ ภาวะซึมเศร้า ความเครียดในชีวิตประจำวัน ไม่พบความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญปัญหาทั้ง 4 อย่าง แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมหลีกเลี่ยงปัญหา

รัชดา ไชยโยธา (2543) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อในปัจจัยการควบคุมภายในและภายนอกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของผู้ถูกคุมความประพฤติในกรุงเทพมหานคร พบว่า เมื่อเผชิญปัญหาผู้ถูกคุมความประพฤติที่มีความเชื่อในปัจจัยควบคุมภายในและผู้ที่มีความเชื่อในปัจจัยควบคุมภายนอกมักแก้ปัญหาโดยไม่ใช้กระบวนการความคิดและใช้การปฏิเสธ ซึ่งทั้ง 2 วิธีดังกล่าวเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่ด้อยประสิทธิภาพโดยใช้กลไกการป้องกันตนเองแบบต่างๆ เช่น การปฏิเสธความจริง การแสดงปฏิกิริยาตรงกันข้าม เป็นต้น

2. ซาเทียร์โมเดล

ซาเทียร์โมเดล พัฒนาโดย Virginia Satir นักสังคมสงเคราะห์และนักจิตวิเคราะห์ชาวอเมริกันมีชีวิตอยู่ระหว่าง ปี 1916 -1988 (นงพงา ลิมสุวรรณ, 2546)

ซาเทียร์โมเดล เป็นรูปแบบหนึ่งของการดำเนินการรักษาที่เป็นแนวทางเฉพาะตัว มีหลักการซึ่งสอดคล้องกันได้อย่างดีกับหลักการของจิตวิทยาวัฒนธรรม โดยเฉพาะองค์ประกอบทางสังคม วัฒนธรรม ที่มีผลต่อการเผชิญปัญหาของบุคคล (สุภัทธิ เลหาวิรภาพ, 2548) และ ซาเทียร์โมเดล เป็นรูปแบบการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาหรือบำบัดอย่างเป็นระบบ และใช้เวลาในการให้คำปรึกษาหรือบำบัดโดยใช้เวลาช่วงสั้นๆ ซึ่งอาศัยองค์ประกอบภายในของแต่ละบุคคล บุคคลอื่นๆ และองค์ประกอบของสังคม วัฒนธรรมที่มีผลต่อการเผชิญปัญหาของบุคคล

นงพงา ลิมสุวรรณ (2546) กล่าวถึงซาเทียร์โมเดลไว้ว่า “...Virginia Satir มีความสามารถในการรักษาผู้ป่วยให้หายดีอย่างรวดเร็วกว่าวิธีอื่นๆ จนคนทั่วไปคิดว่าเป็นความสามารถเฉพาะตัวของเธอต่อมาพบว่าสิ่งที่ซาเทียร์ใช้ในการบำบัด เป็นหลักการที่ดี และสามารถถ่ายทอดให้คนอื่นรู้ จนกระทั่งนำไปใช้ช่วยเหลือผู้อื่นได้เร็วและลึกซึ้งเหมือนที่ซาเทียร์ทำได้จึงกลายเป็นวิธีการรักษาที่ดีที่สุดวิธีหนึ่งที่มีคนนิยมมากขึ้นอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้อาจเป็นเพราะประสิทธิภาพและประสิทธิผลที่ชัดเจนนั่นเอง คนที่ค้นพบผลสำเร็จนี้ต่างอยากจะเผยแพร่ให้เพื่อนมนุษย์ด้วยกันเพื่อนำไปใช้ช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นจนบางคนคิดว่าซาเทียร์โมเดลเป็นศาสนาหรืออย่างไร แต่ที่จริงแล้วการรักษาในวิธีนี้เป็น การช่วยเหลือผู้ที่มีความทุกข์ทางจิตใจอย่างเป็นระบบ รวดเร็ว ได้ผลดี ผู้ที่เปิดใจเรียนรู้การรักษาแบบนี้จึงเกิดความศรัทธาและอยากเผยแพร่ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้...”

2.1 ความเชื่อที่ใช้ในการบำบัดแบบซาเทียร์ (Satir's Therapeutic Beliefs)

ในการบำบัดแบบซาเทียร์มีความเชื่อซึ่งเป็นหลักการสำคัญในการบำบัด แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ความเชื่อเกี่ยวกับคน ความเชื่อการปรับตัว และความเชื่อเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง (สุภัทธิ เลหาวิรภาพ, 2548)

2.1.1 ความเชื่อเกี่ยวกับคน

2.1.1.1 ทุกคนเปลี่ยนแปลงได้ หากการเปลี่ยนแปลงภายนอกมีข้อจำกัด แต่การเปลี่ยนแปลงภายในเป็นไปได้เสมอ

2.1.1.2 โดยพื้นฐานแล้ว ทุกคนเป็นคนดี และต้องการค้นหาสิ่งที่จะทำให้ตนเองมีคุณค่ามากขึ้นทุกคนมีกระบวนการของการเป็นคน ที่เป็นลักษณะสากล แต่จะมีความแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรม บริบท โอกาส

2.1.1.3 ทุกคนทำดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ ด้วยความรู้ ความเข้าใจ

2.1.1.4 ทุกคนมีทางเลือก โดยเฉพาะทางเลือกที่จะรับผิดชอบต่อความกดดันที่เกิดขึ้น

2.1.1.5 ผู้คนเชื่อมโยงกันด้วยความเหมือนและพัฒนาด้วยความแตกต่าง

2.1.1.6 ทุกคนมีพลังภายในที่จะเติบโตได้

2.1.1.7 คนเราส่วนใหญ่ ได้ทำดีที่สุดแล้วในช่วงเวลานั้น

2.1.1.8 อารมณ์ ความรู้สึกเป็นของเรา ต่างก็มีเหมือนกันทุกคน

2.1.1.9 ทุกคนเป็นคนดีแต่ละคนมีมุมทรัพย์ที่จะนำไปใช้เพื่อยืนยันคุณค่าของตนเอง

2.1.1.10 พ่อแม่มักกระทำซ้ำตามแบบแผนที่เขาเลี้ยงดูมา แม้ว่าการกระทำเช่นนั้นจะไม่ใช่วิธีการที่ดีก็ตาม

วิธีการที่ดีก็ตาม

2.1.1.11 พ่อแม่ส่วนใหญ่ทำดีที่สุดที่จะทำได้ ณ เวลานั้น

2.1.1.12 พ่อแม่เป็นปลูชน ที่กระทำผิดพลาดได้แม่ต้องอยู่ในบทบาทของความเป็นพ่อแม่

2.1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับการปรับตัวและการเผชิญปัญหา

2.1.2.1 ปัญหาไม่ใช่ปัญหา แต่วิธีการจัดการกับปัญหาต่างหากที่เป็นปัญหา

2.1.2.2 การปรับตัวแสดงถึงระดับของคุณค่าในตัวเอง คุณค่าในตัวเองสูงการปรับตัวยิ่งดี

2.1.2.3 การช่วยให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่า ก็เพื่อจะได้เผชิญปัญหาได้ดีขึ้น

2.1.2.4 คนเราทุกคนมีทรัพยากรอยู่ใน ที่จะใช้ในการปรับตัวและพัฒนา

2.1.2.5 เรามีทางเลือก โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่จะเลือกตอบสนอง แทนที่จะใช้ปฏิกิริยา

2.1.2.6 คนเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขเหตุการณ์ในอดีตแต่สามารถแก้ผลกระทบ ที่มี

ต่อเราได้

2.1.2.7 การชื่นชมและยอมรับอดีต จะเพิ่มความสามารถในการเผชิญกับอนาคต

2.1.2.8 ความสอดคล้องกลมกลืน และการมีคุณค่าในตัวเองสูงเป็นเป้าหมายหลักใน ซา

เทียร์ โมเดล

2.1.3 ความเชื่อเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง

2.1.3.1 จิตบำบัดควรมุ่งเน้นในส่วนที่ดี และความเป็นไปได้ แทนส่วนที่เป็นปัญหาหรือ
พยาธิสภาพ

2.1.3.2 เป้าหมายของการเปลี่ยนแปลงคือการที่ผู้รับการบำบัดสามารถเลือกเอง ตัดสินใจได้

เอง

2.1.3.3 ความหวังเป็นองค์ประกอบที่สำคัญสำหรับการเปลี่ยนแปลง

2.1.3.4 กระบวนการเป็นหนทางสู่การเปลี่ยนแปลง เรื่องราวเป็นบริบทให้การเปลี่ยนแปลง

เกิดขึ้น

2.1.3.5 การชื่นชมและยอมรับอดีต เป็นพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลง

2.1.3.6 เป้าหมายหนึ่งของการบำบัด คือ การให้บุคคลนั้นเป็นผู้เลือกเอง

2.1.3.7 คนเรามักเลือกที่จะอยู่อย่างเดิมตามเคยชิน มากกว่าเปลี่ยนแปลงแม้จะทำให้บางอย่างดีขึ้น

2.2 หลักในการมองโลกแบบเจริญเติบโตและพัฒนาของชาวทิเอร์โมเดล (Growth model in way of perceiving the world)

ชาวทิเอร์ มีหลักในการมองโลกในแนวทางการเติบโตและพัฒนา มองโลกและการให้ความหมายในด้านต่างๆ คือ การให้ความหมายของความสัมพันธ์ (ระหว่างคน 2 คนขึ้นไป), การให้ความหมายของแต่ละบุคคล, การให้ความหมายของเหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์ และมุมมองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง เป็นทิศทางและให้คุณค่าด้านบวก โดยมองว่าบุคคลสามารถเติบโตได้พัฒนาได้อย่างเท่าเทียมกันทุกคน (Banmen and Banmen, 1999)

2.2.1 การให้ความหมายของความสัมพันธ์ (ระหว่างคน 2 คนขึ้นไป)

ทุกคนมีคุณค่าเท่าเทียมกัน มีความเสมอภาคซึ่งกันและกัน ฐานะ บทบาท หน้าที่ที่มีความหมายเฉพาะในเรื่องของความสัมพันธ์ขณะนั้น เวลานั้น

ฐานะ บทบาท หน้าที่แยกออกจากเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคลอย่างชัดเจน

บุคคลแต่ละคนมีความเท่าเทียมกันในเรื่องความสนใจ การเชื่อมโยง ติดต่อบริการระหว่างกัน รวมทั้งสามารถยอมรับความเหมือนและความแตกต่างระหว่างกัน

ทุกคนมีความรู้สึกรัก เป็นที่รัก และถูกรัก เป็นเจ้าของอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและสามารถยอมรับนับถือคนอื่น รวมทั้งมีอิสระในการแสดงออก

2.2.2 การให้ความหมายของแต่ละบุคคล

บุคคลแต่ละคนมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวของตนเอง สามารถยอมรับ และรู้สึกถึงพลังชีวิตที่อยู่ภายในตนเอง เนื่องจากทุกคนเกิดมาพร้อมจิตวิญญาณ ความศักดิ์สิทธิ์ รวมถึงพลังชีวิตของตนเอง ดังนั้นแต่ละคนสามารถพูดถึงความแตกต่างของตนเองกับคนอื่น พูดถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แต่ละบุคคลมีความเหมือนและความแตกต่าง มีความยินดีที่จะยอมรับตนเองและผู้อื่น

2.2.3 การให้ความหมายของเหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์

เหตุการณ์แต่ละเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นผลของเหตุการณ์อื่นๆ มากมาย มีเหตุและปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง บุคคลจึงมีหลายวิธีที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งในแต่ละเหตุการณ์ บุคคลสามารถเลือกและจัดการได้หลากหลายวิธี ถ้าบุคคลมองเหตุการณ์อย่างรอบด้านจะทำให้เข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดกระบวนการคิดหลายๆ แบบ รวมทั้งสามารถจัดการได้อย่างเป็นระบบ และเหมาะสม

2.2.4 มุมมองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง

การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องเจอและหลีกเลี่ยงไม่ได้ บุคคลทุกคนต้องการเติบโตและพัฒนา ความเจ็บปวดหรือความไม่สบายใจจากความเคยชินเดิมๆ เป็นสัญญาณของบุคคลที่ต้องการเปลี่ยนแปลง การยินดีและยอมรับในการเลือกที่จะเปลี่ยนแปลงเป็นการแสดงถึงโอกาส และความพร้อมในการเผชิญกับสิ่งที่ไม่รู้ ซึ่งเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา

บุคคลแต่ละคนยินดีที่จะค้นพบทางเลือกใหม่ๆ และค้นหาศักยภาพ หรือทรัพยากรใหม่ๆ ภายในตนเอง และบุคคลเหล่านั้นจะรู้สึกตื่นเต้น ผูกพันและมีความรัก เมื่อสัมผัสถึงการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น

2.3 เป้าหมายหลัก 4 ข้อในการบำบัดแบบซาเทียร์ (Four Meta Goals of The Satir Model)

การบำบัดตาม ซาเทียร์โมเดล จะต้องมีการตั้งเป้าหมายหลักเพื่อเป็นจุดเริ่มที่ชัดเจนของการเปลี่ยนแปลง เป้าหมายหลักทั้ง 4 ข้อ เป็นเป้าหมายสำคัญที่มีความเป็นสากล จะต้องเกิดขึ้นในผู้รับการบำบัด และใช้เป็นหลักทุกครั้งในการปรึกษาตามแนว ซาเทียร์โมเดล (คณะทำงานชมรม Satir's Model Therapy, 2003) คือ

2.3.1 เพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง (self-esteem)

กระบวนการบำบัดจะช่วยให้บุคคลมีความคิด ความรู้สึกต่อตนเองดีขึ้น รักตนเองมากขึ้น สัมผัสตนเองในทางบวกมากขึ้น ยอมรับตนเองมากขึ้น และยอมรับตนเองได้อย่างไม่มีเงื่อนไข และทำให้ตนเองมีประสบการณ์ทางบวกกับตนเองมากขึ้น

2.3.2 เพิ่มทางเลือกมากขึ้นและสามารถตัดสินใจเลือกได้ด้วยตนเอง

การบำบัดจะช่วยสนับสนุนให้บุคคลมีทางเลือกมากขึ้น โดยมีทางเลือกในการตัดสินใจอย่างน้อย 3 ทางและทำให้บุคคลมีอำนาจเลือกและตัดสินใจได้ด้วยตนเอง โดยสามารถทำให้ตนเองตัดสินใจได้ดีขึ้น โดยเปลี่ยนจากการโต้ตอบเป็นการตอบสนอง

2.3.3 เพิ่มความรับผิดชอบมากขึ้น

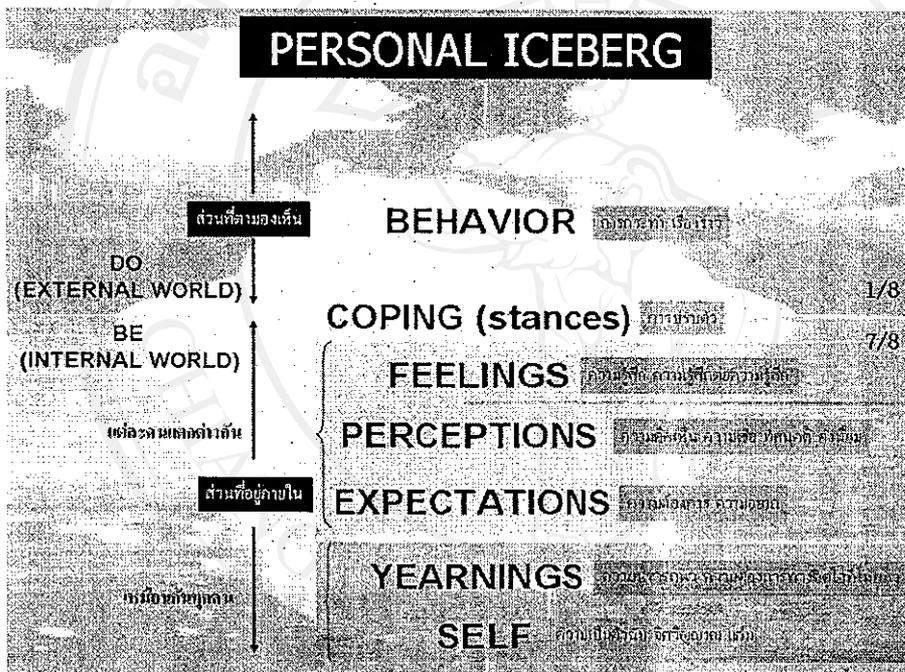
ในการบำบัด จะทำให้ผู้รับการบำบัดรับผิดชอบต่อตนเอง ทั้งการรับผิดชอบ อารมณ์และความรู้สึกต่อสิ่งที่กระทำ จะทำให้บุคคลเป็นเจ้าของอารมณ์ ความรู้สึก สามารถดูแล บังคับตนเองให้เป็นเจ้าของความสุขและความทุกข์ที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งตอบสนองความต้องการ และความปรารถนาได้ด้วยตนเอง

2.3.4 เพิ่มความสอดคล้องกลมกลืน

การบำบัดจะช่วยให้บุคคลพัฒนาเป็นผู้ที่มีความสอดคล้องกลมกลืนในตนเอง มีความคิด ความรู้สึก ความต้องการ ในทุกส่วนของจิตใจทั้ง การกระทำ ความรู้สึก ความคิด ความคาดหวัง และความปรารถนา ที่เป็นไปในทางเดียวกันอย่างไม่ขัดแย้ง

2.4 ภูเขาน้ำแข็งของแต่ละบุคคล (Personal Iceberg)

ในการให้คำปรึกษาตามแนวคิดของซาเทียร์โมเดล ได้เปรียบบุคคลภูเขาน้ำแข็งแทนประสบการณ์ทางจิตใจของมนุษย์ เป็นการแสดงให้เห็นว่า สิ่งที่อยู่ภายในมีมากกว่าสิ่งที่ปรากฏภายนอก การทำความเข้าใจกับองค์ประกอบภายในแต่ละส่วน จะช่วยทำให้ง่ายต่อการเปลี่ยนแปลง รวมถึงง่ายต่อการจัดการความขัดแย้งภายในที่เกิดขึ้น (นงพงา ลีมสุวรรณ และ ณรงค์ สุภัทรพันธุ์ 2546) ภูเขาน้ำแข็งที่นำเสนอตามรูปแบบของซาเทียร์เป็นการอุปมาอุปไมยเพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจองค์ประกอบทั้งหมดที่ต่างมีอิทธิพลต่อกันและกันและไม่ได้แยกอยู่เป็นชั้นๆ เหมือนในภาพ ซึ่งแบ่งออกเป็นระดับต่างๆ ดังต่อไปนี้



ภาพ 2 แสดงอุปมาอุปไมยภูเขาน้ำแข็งแทนประสบการณ์ภายในจิตใจของมนุษย์

2.4.1 พฤติกรรม การกระทำหรือเรื่องราวต่างๆ (Behavior) เป็นการกระทำ การแสดงออก หรือเป็นสิ่งแสดงภายนอก เสมือนส่วนของก้อนน้ำแข็งที่โผล่พ้นน้ำ

2.4.2 ความรู้สึก (Feelings) คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ภายใต้เหตุการณ์ หรือ เรื่องราวนั้น เมื่อมีเหตุการณ์หรือเรื่องราวต่างๆมากระทบ เป็นความรู้สึกอย่างแท้จริงที่ไม่เกี่ยวกับความคิด หรือ ความถูกต้องสมควรใดๆ มีทั้งความรู้สึก ความรู้สึกที่มีต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้นว่าบุคคลตัดสินใจต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่างไร

2.4.3 การรับรู้ (Perceptions) เป็นความคิด การรับรู้ ความเชื่อ ความยึดถือ กฎ กติกา เหตุผล ที่บุคคลยึดถือไว้เป็นตัวตัดสินสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

2.4.4 ความคาดหวัง (Expectations) เป็นความต้องการ ความคาดหวัง ความอยากได้ ที่บุคคลคาดหวังต่อตนเอง คนอื่นคาดหวังในตัวเรา และตัวเราคาดหวังคนอื่น เป็นสิ่งที่บุคคลคาดว่าจะได้รับและหวังให้เป็นไปตามที่ใจอยาก หากผิดหวังมักจะเกิดปฏิกิริยาทางลบ เกิดการยึดมั่นกับความสมหวังจนทำให้เกิดผลกระทบมากมาย

2.4.5 ความปรารถนา (Yearnings) เป็นความต้องการที่ลึกซึ้งยิ่งกว่าความคาดหวัง ความปรารถนาเป็นสิ่งจำเป็นของมนุษย์ ซึ่งทุกคนมีความปรารถนาที่เหมือนกันอย่างเป็นสากล เช่น การปรารถนาในความรัก การยอมรับ การเป็นเจ้าของ อิสรภาพ การเติบโตพัฒนา

2.4.6 ตัวตน (Self) เป็นภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าตนเองเป็นอย่างไร ซาเทียร์เชื่อว่าตัวตนคือแกนหลักของความเป็นตัวบุคคลของผู้คน ที่เกิดจากองค์ประกอบต่างๆ ในแต่ละส่วนของจิตใจภายใน และขณะเดียวกันตัวตนก็จะส่งผลไปยังองค์ประกอบเหล่านั้นด้วย

การให้คำปรึกษาตามแนวซาเทียร์โมเดลเครื่องมือชิ้นหนึ่งที่สำคัญ คือ กระบวนการตั้งคำถาม (Questions Process) ซึ่งใช้ในการสำรวจภูเขาน้ำแข็งของแต่ละบุคคล เช่น

คำถามเพื่อสำรวจพฤติกรรม เช่น คุณทำอะไรบ้าง เกิดอะไรขึ้นกับคุณบ้าง คุณทำอย่างไรกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น

คำถามเพื่อสำรวจความรู้สึก เช่น คุณรู้สึกอย่างไรกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น คุณรู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นเขาทำอย่างนั้น คุณรู้สึกอย่างไรกับตนเองเมื่อคุณโกรธ

คำถามเพื่อสำรวจการรับรู้ เช่น คุณคิดอย่างไรกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น คุณคิดว่าเพราะอะไรเขาจึงทำเช่นนั้น คุณคิดว่าคนที่ตัดสินใจอย่างนั้นมีเหตุผลอะไร

คำถามเพื่อสำรวจความคาดหวัง เช่น คุณอยากให้เป็นอย่างไร คุณคิดว่าคนอื่นอยากให้คุณทำอะไร คุณอยากให้ตัวคุณทำได้แค่ไหน

คำถามเพื่อสำรวจความปรารถนา เช่น การที่คุณทำมากมายขนาดนี้คุณอยากได้อะไร คุณต้องการอะไรจากคนเหล่านั้น

คำถามเพื่อสำรวจตัวตน เช่น คุณยอมรับตัวเองได้มากแค่ไหน คุณมีค่าพอจะให้รักมากแค่ไหน (สุภัทรี เถาหวิรภาพ, 2548)

ในการทำวิจัยครั้งนี้ การสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาตามแนวซาเทียร์โมเดล จะยึดเป้าหมายหลัก 4 ข้อในการบำบัด (Four Meta Goals of The Satir Model) คือ เพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง, มีทางเลือกมากยิ่งขึ้นและสามารถตัดสินใจเลือกได้ด้วยตนเอง, เพิ่มความรับผิดชอบมากขึ้น และเพิ่มความสอดคล้องกลมกลืน และโปรแกรมอยู่บนพื้นฐานการมอง

โลกแบบเจริญเติบโตและพัฒนา ภายใต้ความเชื่อตามแนวชาเทียร์โมเดล และใช้กระบวนการในการทำกิจกรรมโดยใช้กระบวนการตั้งคำถาม (Questions Process)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ชาเทียร์โมเดล

สุภัทรี เลหาวิรภาพ (2548) ศึกษาผลของการใช้ความเชื่อเรื่องกรรมในการปรึกษาตามแนว ชาเทียร์โมเดล ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาของผู้ดูแลผู้ป่วยเอดส์ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คนพบว่า ภายหลังการทดลองผู้ดูแลผู้ป่วยเอดส์กลุ่มทดลอง มีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาสูงกว่าผู้ดูแลผู้ป่วยเอดส์กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาจำแนกตามองค์ประกอบย่อยพบว่า กลุ่มทดลองมีความนับถือตนเองและความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

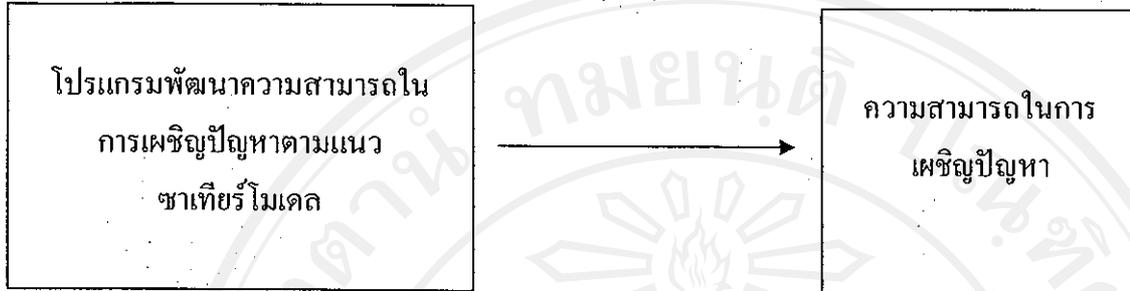
Lum, Smith, และ Ferris (2002) ทำการศึกษาถึงผลการบำบัดตามแนว ชาเทียร์โมเดล ต่อวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตาย โดยทำการศึกษากลุ่มตัวอย่าง 1 คน เป็นวัยรุ่นชายอายุ 16 ปี ผลการศึกษาพบว่าการบำบัดตามแนวทาง ชาเทียร์โมเดล มีประสิทธิภาพในการป้องกันและการบำบัดวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตาย ช่วยให้นักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าใจถึงโลกภายในของวัยรุ่นและทำให้นักจิตวิทยาการปรึกษามีความหวังที่จะช่วยวัยรุ่นเหล่านั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในใจ

Morrison และ Ferris (2002) ทำการศึกษาผลการบำบัดตามแนว ชาเทียร์โมเดล ต่อสตรีที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดยทำการศึกษากลุ่มตัวอย่าง 1 คน เป็นสตรีที่แต่งงานมาแล้วเป็นเวลา 11 ปี เป็นแม่ของลูกสาววัย 19 เดือน และเคยถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยเด็ก ผลการบำบัดพบว่า สามารถช่วยให้สตรีคนดังกล่าวมีความรู้สึกใหม่ต่อตนเอง มีความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืน เป็นอิสระต่อทุกสิ่งและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

จากแนวคิดและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าแนวคิดของ การบำบัดตามแนว ชาเทียร์โมเดล เป็นแนวคิดที่มองบุคคล เหตุการณ์ทางบวก รวมทั้งการมองเห็นคุณค่า ศักยภาพของแต่ละบุคคล โดยมุ่งไปที่การยอมรับในความแตกต่างของแต่ละบุคคล ทั้งเป็นการจัดการ โลกภายในใจของแต่ละบุคคล ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการเพิ่มความสามารถในการเผชิญปัญหาในแต่ละบุคคล ผู้วิจัยเห็นว่าแนวคิดดังกล่าวเป็นประโยชน์ จึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมความสามารถในการเผชิญปัญหาตามแนว ชาเทียร์โมเดล เพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์ที่เข้าร่วมโปรแกรมมีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองมากขึ้น มีทางเลือกมากยิ่งขึ้นและสามารถตัดสินใจเลือกได้ด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบมากขึ้น และเพิ่มความสอดคล้องกลมกลืนทั้งตนเอง คนอื่น และสิ่งแวดล้อมรอบตัว

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากหลักการทฤษฎีปัญหาปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงได้กำหนดเป็นกรอบแนวคิดการวิจัยดังนี้



ภาพ 3 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

เมื่อเยาวชนเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาตามแนวชาเทียร์โมเดลแล้วจะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาเพิ่มขึ้น