

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของงานวิจัย

นักศึกษามหาวิทยาลัย เป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างมากมาย ทั้งในด้านการเรียน การดำเนินชีวิต และการเข้าสังคม โดยการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ล้วนแล้วแต่มีผลต่อจิตใจของตนเองและคนรอบข้าง ถ้าหากนักศึกษาไม่เข้าใจตนเอง เพื่อน อาจารย์ หรือบุคคลในสังคมรอบข้าง อาจมีผลกระทบตอสัมพันธภาพกับบุคคลรอบข้าง เพื่อน และบิดามารดาหรือบุคคลในครอบครัว รวมถึงการดำเนินชีวิตประจำวันของนักศึกษาด้วย ทั้งนี้การที่นักศึกษาจะดำเนินชีวิตและมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่นนั้น นักศึกษาจำเป็นต้องมีคุณสมบัติประการหนึ่ง คือ การเข้าถึงใจ (empathy) ซึ่งเป็นภาวะที่ตัวบุคคลสามารถเข้าใจและรับรู้ผู้อื่นอย่างที่ดีของเขาเป็นทั้งในเรื่องโลกส่วนตัว ความรู้สึกนึกคิด การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นโดยไม่สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง และสามารถสื่อสารถึงความเข้าใจและการรับรู้ไปยังผู้อื่น ได้ด้วย (Rogers, 1975)

การเข้าถึงใจถือเป็นคุณลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งที่นักศึกษามหาวิทยาลัยควรจะมี ซึ่งการขาดการเข้าถึงใจในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น จะทำให้ความสัมพันธ์เป็นไปอย่างไม่มีประสิทธิภาพ และตามมาด้วยปัญหาต่าง ๆ เพราะต่างคนต่างยืนยงและยึดเอาความคิดของตนเองเป็นใหญ่ ไม่สนใจความคิดและความต้องการของผู้อื่น ดังนั้นการเข้าถึงใจจึงเป็นคุณลักษณะพื้นฐานที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตและสร้างสัมพันธภาพกับคนรอบข้างได้อย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลที่มีการเข้าถึงใจผู้อื่นสูงจะสามารถเข้าใจผู้อื่นและเห็นใจผู้อื่นได้อย่างแท้จริง สามารถยอมรับในสิ่งที่คนอื่นเป็น และยังสามารถเป็นที่รับฟังปัญหาและให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่นได้ ในขณะที่ด้วยกันบุคคลที่จะมีการเข้าถึงใจผู้อื่นก็จะมีอารมณ์อ่อนนุ่มถ่อมตนและสามารถแสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสม โดยไม่กระทบต่อจิตใจของบุคคลรอบข้าง การเข้าถึงใจจึงเป็นคุณลักษณะที่ควรได้รับการพัฒนาให้เกิดขึ้นอย่างเหมาะสมในตัวบุคคล เพราะมีความเกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านอื่น ๆ โดยเฉพาะด้านจิตใจและสัมพันธภาพ หากบุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันก็จะส่งผลให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข จากข้อมูลดังกล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการสร้างสัมพันธภาพและการปรับตัวมีความสัมพันธ์กับการเข้าถึงใจ โดยบุคคลที่มีการเข้าถึงใจสูงจะมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลรอบข้าง และมีการปรับตัวต่อสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ดี (อาภา จันทรสกุล, 2535)

ทั้งนี้การเข้าถึงใจถือเป็นคุณลักษณะสำคัญประการหนึ่งสำหรับศาสตร์การให้การปรึกษา (counseling) ซึ่งกระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคล ที่ประสบกับปัญหาต่าง ๆ โดยผู้ให้การปรึกษาจะใช้ทักษะทางการสื่อสาร เพื่อแสวงหาวิธีการช่วยเหลือให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความรู้ความเข้าใจถึงสาเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง สามารถใช้ศักยภาพของตนเองในการคิด การตัดสินใจ และหาทางเลือกที่เหมาะสมสำหรับตนเอง ซึ่งผู้ให้การปรึกษาจะไม่ใช้ความคิดของตนเองเป็นหลักหรือชี้นำวิธีการแก้ปัญหา นอกจากนี้ การให้การปรึกษาเป็นกระบวนการที่เอื้ออำนวยให้ผู้มีปัญหา ได้สำรวจปัญหา รู้ถึงความต้องการและมีทางเลือกในการแก้ปัญหา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ระบายความคับข้องใจ เพื่อที่จะทำให้สบายใจ มีกำลังใจและความหวังมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาสามารถปรับตัวในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ และรู้จักยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น (ดวงมณี จงรักษ์, 2556)

ในการเข้าถึงใจถือเป็นเงื่อนไขที่จำเป็นและสำคัญสำหรับความงอกงามตามแนวคิดของ ทฤษฎีแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-centered Counseling) ถือเป็นแนวคิดที่สำคัญอีกแนวคิดหนึ่งของศาสตร์ในการให้การปรึกษา ทฤษฎีดังกล่าวก่อตั้งโดย คาร์ล โรเจอร์ส (Carl Rogers) ซึ่งเป็นการให้การปรึกษาโดยมีจุดเริ่มต้นที่เน้นการให้การปรึกษาแบบไม่นำทางให้แก่ผู้รับการปรึกษา ให้ผู้รับการปรึกษาเห็นความสำคัญต่อการรับผิชอบ และความสามารถในตัวของผู้รับการปรึกษาค้นหาพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับตนเอง ด้วยการเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีความไว้วางใจในตนเอง เพื่อให้เป็นตัวของตัวเองอย่างที่เป็นอย่างแท้จริง การสร้างสัมพันธภาพของบุคคล โดยการช่วยเหลือที่ผ่านสัมพันธภาพกับผู้ให้การปรึกษาที่ให้ความเอาใจใส่ เข้าใจและมีความจริงใจ เป็นสัมพันธภาพกับผู้ให้การปรึกษาที่มีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการแสดงออกกับความรู้สึก และความคิดภายใน มีการยอมรับ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่เน้นการใช้เทคนิคที่ตายตัว ผู้ให้การปรึกษาจะใช้เจตคติในการเอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ (เสรี ใหมจันทร์, 2557)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับระดับการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย และศึกษาผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อมุ่งตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงผลของการให้การปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีผลต่อการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบกรณีเดี่ยว (single-case experimental design) ซึ่งประกอบด้วยประชากร กลุ่มตัวอย่าง และตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์ส แบ่งได้ดังนี้

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์สคือนักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับชั้นปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2559 จำนวน 22,748 คน (ข้อมูลจากสำนักทะเบียนและประมวลผล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ณ วันที่ 29 พฤษภาคม 2560)

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์ส

นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาทั่วไป (013103) และวิชาจิตวิทยาในชีวิตประจำวัน (013110) ประจำปีการศึกษา 2559 จำนวน 1,258 คน ซึ่งแบ่งเป็น 15 ห้องเรียน จากนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อเข้าไปประชาสัมพันธ์เพื่อหาบุคคลที่สมัครใจเข้าร่วมงานวิจัยได้จำนวน 2 ห้องเรียน มีผู้ที่สนใจเข้าร่วมงานวิจัยจำนวน 13 คน ทั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างที่สามารถเข้ารับการให้การปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์สอย่างต่อเนื่องจนเสร็จสิ้นกระบวนการให้การปรึกษาจำนวน 3 คน ซึ่งสมัครใจเข้ารับการให้การปรึกษาแบบรายบุคคลเพื่อเข้าสู่กระบวนการทดลองแบบกรณีเดี่ยว โดยการสังเกตลักษณะและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปของแต่ละบุคคลร่วมกับการทำแบบประเมินการเข้าถึงใจ

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ การเข้ารับการปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์ส

2.2 ตัวแปรตาม คือ การเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย

นิยามเชิงปฏิบัติการ

การเข้าถึงใจ หมายถึง ภาวะที่ตัวบุคคลสามารถเข้าใจและรับรู้ผู้อื่นอย่างที่ตัวของเขาเป็น ทั้งในเรื่องโลกส่วนตัว ความรู้สึกนึกคิด การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยไม่สูญเสียความเป็นตัวเอง และสามารถสื่อสารถึงความเข้าใจและการรับรู้ไปยังผู้อื่นได้ด้วย โดยใช้แบบวัดของทศนีย์ สุริยะไชย (2554) ซึ่งสร้างขึ้นโดยศึกษาจากแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเข้าถึงใจของโกลแมน (Goleman, 1998)

นิยามศัพท์เฉพาะ

การให้การปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์ส หมายถึง การให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง โดยเน้นการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง ซึ่งมุ่งเน้นที่ตัวของผู้รับการปรึกษาด้วยการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการสร้างสรรค์และตระหนักรู้ในตนเองของผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษามีความรับผิดชอบต่อตนเอง แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม มีความไว้วางใจในตนเอง และเป็นเจ้าของตัวเองอย่างที่เป็นอย่างถูกต้อง นอกจากนี้ ยังสามารถเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเอง เปิดรับประสบการณ์ใหม่ๆ มีความสอดคล้องระหว่างตนในอุดมคติและตนที่แท้จริงเพิ่มมากขึ้น การลดการป้องกันตนเอง ความรู้สึกผิด และความไม่มั่นคงในใจ รวมถึงการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นดีขึ้น โดยผู้ให้การปรึกษาใช้ทักษะจุลทรรศน์ (Micro Skills) ในการให้การปรึกษาเพื่อพัฒนาการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย

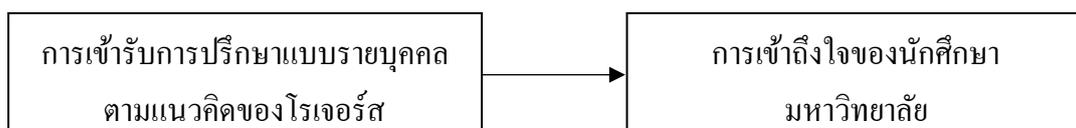
นักศึกษามหาวิทยาลัย หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่ลงทะเบียนเรียนกระบวนวิชาจิตวิทยาทั่วไป (013103) และกระบวนวิชาจิตวิทยากับชีวิตประจำวัน (013110) ประจำปีการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2559

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงผลของการให้การปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีต่อการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย
2. ทำให้ทราบถึงระดับการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย

กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การให้การปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของโรเจอร์ส เพื่อพัฒนาการเข้าถึงใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้ทักษะจุลทรรศน์ในการให้การปรึกษาซึ่งเป็นวิธีการสำคัญสำหรับการให้การปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ดังแสดงในภาพที่ 1.1



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย