



บทที่ ๑

บทนำ

ปรัชญาสากลของสหประชาชาติกล่าวถึงสิทธิของเยาวชนไว้ว่า เด็กและเยาวชนพึงได้รับสิทธิ ๑๐ ประการ ดังนี้

๑. ได้รับความรัก ความอบอุ่น และความเข้าใจเพื่อช่วยในการพัฒนาบุคคลิกภาพ
๒. การบำรุงเลี้ยง ดูแลเอาใจใส่ทั้งทางร่างกายและจิตใจ
๓. มีอิสระในการเรียนรู้และสิทธิที่จะมีโอกาสได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
๔. มีโอกาสในการค้นหาการต่าง ๆ อย่างเต็มที่เพื่อส่งเสริมพัฒนาการทั้งทางกาย ทางสมอง และจิตใจ
๕. มีสิทธิที่จะได้มีชื่อและมีสัญชาติแก่กำเนิด
๖. การพิทักษ์และคุ้มครองเป็นพิเศษ ในกรณีที่มีความพิการ ไม่ว่าจะเป็ความพิการทางกาย ทางสมอง หรือทางจิตใจ
๗. ได้รับความคุ้มครองและบรรเทาทุกข์ก่อนผู้อื่น ในยามที่ประสบภาวะอันตราย
๘. ได้รับการปกป้องให้พ้นจากการถูกทอดทิ้ง และถูกข่มเหงรังแก อันจะเป็นเหตุให้การพัฒนาทางกาย ทางสมอง และทางจิตใจของเด็กต้องเสื่อมถอยลง
๙. ได้รับการอบรมให้มีจิตใจรักสันติและรักเพื่อนมนุษย์ ผักผ่อนให้มีการเรียนรู้เพื่อเป็นสมาชิกที่บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม
๑๐. ได้รับการคุ้มครองให้พ้นจากการกระทำที่แสดงถึงการกีดกัน แบ่งแยกไม่ว่าทางเชื้อชาติ ผิว เพศ ภาษา ศาสนา ถิ่นกำเนิด หรือสถานะทางสังคม

จากสิทธิของเยาวชนทั้ง ๑๐ ประการนี้ จะเห็นได้ว่า ปัจจุบันได้มีการเล็งเห็นความสำคัญของพัฒนาการในเด็กทั้งทางกาย ทางสมอง และทางจิตใจมากขึ้น การส่งเสริมพัฒนาการในเด็กจะได้ผลดียิ่ง ขึ้นกับปัจจัยสำคัญอันหนึ่ง คือ การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมให้แก่เด็ก

"การศึกษา" เป็นสภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อชีวิตมนุษย์มากที่สุด จึงมีผู้กล่าวไว้ว่า "การศึกษาคือชีวิต" (Education is lives) และการศึกษาที่สมบูรณ์จะต้องประกอบด้วย พุทธิศึกษา จริยศึกษา ทัศนศึกษา และ พลศึกษาที่มีส่วนสัมพันธ์กัน การมีชีวิตที่สืบมาจากการศึกษาที่ดี "การอ่านหนังสือ" นับเป็นกลวิธีของการศึกษาที่ยอมรับกันว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุดวิธีหนึ่ง และนิยมใช้กันอย่างแพร่หลายในอารยประเทศ เพราะเขาเชื่อมั่นว่า "การอ่านคือการมีชีวิต" (Reading is living) ฉะนั้น เราทุกคนจึงควรปลูกฝังนิสัยรักการอ่านให้เกิดขึ้นแก่ตนเองและหาโอกาสเข้าไปมีส่วนร่วมในการปลูกฝังนิสัยรักการอ่านให้เกิดขึ้นแก่บุคคลทั่วไป โดยเฉพาะเยาวชน ควรได้รับการปลูกฝังนิสัยรักการอ่านนี้ตั้งแต่วัยเยาว์

หนังสือเป็นเพื่อนที่ดียิ่งของมนุษย์ ตั้งแต่เด็กเริ่มคลุกคลีกับหนังสือ หากเขามีหนังสือดี และมีผู้ใหญ่สนใจช่วยอ่าน อธิบาย หรือเล่าเรื่องจากหนังสือให้ฟัง เขาจะคลุกคลีหรืออ่านซ้ำ ๆ ใตหลายครั้งโดยไม่เบื่อ หากผู้ใหญ่ครองพยายามปลุกเวลาช่วยเลือกซื้อหรือยืมหนังสือให้ และช่วยในการอ่านของเด็ก จะเป็นการปลูกฝังนิสัยรักการอ่าน ซึ่งจะเป็นการเปิดประตูนำเด็กไปสู่โลกกว้าง ช่วยสนองความต้องการตามธรรมชาติ และเสริมสร้างพัฒนาการของเด็ก โดยเฉพาะพัฒนาการทางค่านิจใจ อารมณ์ และสังคม

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงชีวิตของมนุษย์เรานั้น หลายคนคงไม่ปฏิเสธว่าชีวิตต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ หลายด้าน สังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เป็นเหตุให้บุคคลต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลา ทำให้เกิดความวิตกกังวล เกิดการแข่งขันชิงดีชิงเด่นกัน ตลอดจนมีการแสวงสร้าง ไม่ยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเอง แม้แต่ในโรงพยาบาลและสถานกักกันต่าง ๆ คนไข้และผู้ที่ถูกกักกันอยู่นาน ๆ มักเค็ดรอน อึดอัด ไม่สบายใจ โดยเฉพาะผู้ป่วยเรื้อรังที่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเสมอ ๆ และแต่ละครั้งก็ต้องพักรักษาตัวเป็นเวลานาน ย่อมจะมีความตึงเครียดทางอารมณ์มากกว่าปกติ โดยเฉพาะเด็กป่วยเรื้อรัง เพราะเด็กส่วนมากยังไม่รู้จักวิธีลดความตึงเครียดทางอารมณ์ มีนักวิจัยหลายท่านเสนองานวิจัยซึ่งแสดงให้เห็นว่า เด็กป่วยเรื้อรังมักจะเป็นเด็กที่มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับสูง ซึ่งผู้วิจัยจะยกมากล่าวอ้างพอสังเขป ดังนี้

แบคเทิล ( Battle ๑๙๗๕ : ๒๔) กล่าวว่า การเจ็บป่วยเรื้อรังแตกต่างจากการเจ็บป่วยเฉียบพลัน เพราะทำให้เด็กที่ป่วยกับสมาชิกทุกคนในครอบครัวเกิดความ

เครียดและท้อแท้อย่างไม่รู้จักจบสิ้น เมื่อมองไม่เห็นว่ อาการของโรคได้ทุเลาลง ความ  
ซึมเศร้าและความวิตกกังวลก็จะเกิดขึ้น และเด็กป่วยเรื้อรังมักจะไม่มีการเจริญเติบโตตาม  
ขั้นตอนพัฒนาการ เช่น เด็กปกติ ทำให้เกิดอุปสรรคในการสร้างภาพพจน์แห่งตน (Self-  
image) และความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-esteem)

สเทินฮาวและคณะ (Steinhauer, Mushin and Rae - Grant  
๑๙๗๔ : ๒๙๔ - ๒๑๕) ค้นพบว่า เด็กป่วยเรื้อรังซึ่งถูกจำกัดความเคลื่อนไหวและต้องอยู่  
ตามลำพัง เป็นเวลานาน มักจะเกิดความกลัวและรู้สึกว่าตนเองเจ็บป่วยรุนแรงมากเกินกว่า  
ความเป็นจริง การรักษาพยาบาลบางอย่างที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดอาจจะไปเพิ่มความ  
วิตกกังวลให้กับเด็ก ทำให้เด็กเกิดปฏิกิริยาต่อต้าน การรักษาที่ตองกระทำติดต่อกันเป็น  
ระยะเวลาอันยาวนาน เป็นเสมือนเครื่องเตือนใจให้เด็กระลึกอยู่เสมอตลอดเวลาว่า ตนเอง  
ป่วย ตนเองไม่สมประกอบ การขาดเรียนบ่อย ๆ เป็นประจำ นอกจากจะทำให้เรียนไม่  
ทันเพื่อนแล้ว ยังทำให้ห่างเหินจากเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันอีกด้วย ทำให้เด็กเกิดความ  
รู้สึกเหมือนตัวเองถูกตัดขาดออกจากสังคมที่ตัวเอง เคยมีส่วนร่วม เด็กจะยิ่งเกิดภาวะความ  
ท้อ เครียดทางอารมณ์มากยิ่งขึ้น

แมทสัน (Mattson ๑๙๗๒ : ๑๔) กล่าวว่า พ่อแม่มบางคนจะรู้สึกโกรธที่  
ลูกป่วยเรื้อรัง โดยไม่มีทางหาย เพราะรู้สึกว่า เป็นภาระ บางคนก็จะมีความรู้สึกผิดที่ตนเป็น  
สาเหตุของการเจ็บป่วยของลูก ถ้าโรคนั้นเป็นโรคทางพันธุกรรม บางครั้งความรู้สึกโกรธ  
และรู้สึกผิดนี้จะเกิดขึ้นสลับกันไปมา เมื่อโกรธก็จะพูดว่าลูกอย่างรุนแรง ทำให้เด็กเกิด  
ปฏิกิริยาต่อต้านไม่ร่วมมือในการรักษาพยาบาลและมีอารมณ์รุนแรง เช่นกัน หรือเมื่อพ่อแม่รู้สึก  
ผิด ก็จะปกป้องลูกเกินสมควร ทำให้เด็กช่วยตัวเองไม่ได้เลย แล้วทั้งพ่อ แม่ ลูก ก็จะตกอยู่ใน  
ในสภาวะท้อแท้ หมคหวัง ความเจ็บปวด ความอ่อนเพลีย ตลอดจนความไม่สบายทาง  
กายทั้งหมดอันเกิดจากโรคเรื้อรัง จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลและความท้อ เครียดทางอารมณ์

โลโกธิสซิส (Logothesis and Co - editors ๑๙๗๑ : ๗๒) ได้รายงาน  
งานการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กป่วยด้วยโรคไตอีกเล่มเรื้อรังว่า มี  
ลักษณะขาดการยับยั้งทางอารมณ์ กล่าวคือ เปลี่ยนจากอารมณ์หนึ่งไปยังอีกอารมณ์หนึ่งได้ง่าย  
และรวดเร็ว ควบคุมความโกรธไม่ได้ บางคนดอยหนี แยกตัวเอง และช่วยตัวเองไม่ได้

คนไข้ ๔๔ ราย ใน ๑๓๔ ราย ที่คณะของเขาศึกษา มีอาการซึมเศร้าและมีความวิตกกังวล  
อย่างเห็นได้ชัดเจน การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และสภาวะจิตนั้นไม่แตกต่างจากเด็กที่ป่วย  
เป็นโรคเรื้อรังรุนแรงชนิดอื่น ๆ ทั่ว

คอนแอสตัน (Constance ๑๙๓๕ : ๒๒) ได้เสนอผลการวิจัยพ้องกับ แมคคิสสัน  
และราฟาเอล ( Maddison and Raphael ๑๙๓๑ : ๓๓) ว่าการเจ็บป่วยเรื้อรัง  
ทำให้เด็กได้รับการเอาใจและตามใจจากพ่อแม่ ฟุ้งงมาก ตลอดจนได้รับการผ่อนปรนใน  
เรื่องกฎเกณฑ์และระเบียบต่าง ๆ ในครอบครัว ทำให้พัฒนาไปเป็นเด็กเอาแต่ใจตัวเอง  
อาละวาดเมื่อไม่ได้ดังใจ บางครั้งมีพฤติกรรมก้าวร้าวและทำลายของสิ่งอันตราาย แต่เด็ก  
บางคนจะกลายเป็นเด็กมีปมค้อย มีความวิตกกังวลสูงและพยายามแยกตัวเองจาก พ่อ แม่  
พี่น้อง และเพื่อนฝูง

จากผลของงานวิจัยที่กล่าวมาแล้วนี้ รวมทั้งจากประสบการณ์ของผู้วิจัยเอง ซึ่ง  
ได้เคยทำงานใกล้ชิดกับเด็กป่วยในฐานะพยาบาลมาเป็นเวลานาน ผู้วิจัยเห็นว่า เด็กป่วย  
โดยเฉพาะเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ที่ต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน มักจะ  
แสดงพฤติกรรมบางอย่างซึ่งบ่งบอกถึงภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์ เช่น ก่อความซัดซิ้น  
ก้าวร้าว ซึมเศร้า ถอยหนี หรือ เจ็บแสบ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นเสมือนสัญญาณเตือนให้  
ผู้เกี่ยวข้อง เช่น พ่อแม่ ครู แพทย์ และพยาบาล ได้ตระหนักและหาทางร่วมมือกันป้องกัน  
ปัญหาอื่น ๆ ซึ่งอาจจะตามมาในภายหลัง

ในช่วงที่คนเราเกิดภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์ การได้มีเวลาเป็นของตนเอง  
เพื่อทำสิ่งที่จรรโลงใจ เช่น อ่านหนังสือ ฟังเพลง คุุโทรทัศน์ อาจจะช่วยให้เกิดความ  
ผ่อนคลาย และมีโอกาสได้ค้นคว้าคำตอบและวิธีแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

แมคคอลลิน ( Mc.Colvin ๑๙๖๑ : ๑๓ - ๑๔) ได้แสดงความเห็นไว้ว่า  
"หนังสือช่วยเสริมบุคลิกภาพและให้ความรู้ ว่า แต่ละคนควรจะปฏิบัติตนในการแก้ปัญหาชีวิต  
อย่างไร จึงจะอยู่อย่างสมบูรณ์และมีความสุข" นอกจากนี้ หนังสือยังทำหน้าที่เป็นเพื่อนที่ดี  
ที่สุดของมนุษย์ในยามเหงา (ม.ล. ทัษ ชุมสาย ๒๕๑๒ : ๙ - ๑๐) หนังสือได้แสดงบทบาท  
สำคัญมากยิ่งขึ้นในปัจจุบัน แม้แต่นวนิยายก็ไม่ใช่นิยายที่อ่านแล้วต้องโยนทิ้งเสมอไป เพราะ  
บางเล่มผู้เขียนได้สอดแทรกปรัชญาและคติธรรมไว้ให้ผู้อ่านด้วย (สุชาติ ศรีสวัสดิ์ อ้างถึงใน

เสถียร จันทิมาธร ๒๕๑๓ : ๑๐๐) การอ่านนวนิยายหรือวรรณกรรมที่ ๆ นั้น จะยื่นย่อ  
 ความเข้าใจปัญหาของตนเองและสังคมได้ดีขึ้น และเป็นทางลัดที่จะช่วยให้เราศึกษาคนได้  
 อย่างสั้นที่สุด อย่างไรก็ตาม บางครั้งหนังสือก็เป็นเสมือนมีคสองคมมีทั้งคุณและโทษ ข้อ  
 สำคัญจึงอยู่ที่ว่า มีวิธีใดที่จะทำให้หนังสือให้คุณมากกว่าโทษ ทั้งนี้ย่อมขึ้นกับศิลปะในการเขียน  
 ของผู้เขียนประการหนึ่ง และอีกประการหนึ่ง ขึ้นกับภูมิหลังของผู้อ่าน ภูมิหลังของผู้อ่านเป็น  
 อย่างไร ก็มักจะตีความหนังสือไปอย่างนั้น หนังสือเล่มเดียวกัน ผู้อ่านที่มีภูมิหลังต่างกัน อาจ  
 ตีความต่างกัน ฉะนั้นการจะทำให้หนังสือนั้นมีประโยชน์อย่างแท้จริง ผู้เขียนต้องศึกษาถึง  
 ภูมิหลังของผู้อ่านก่อน ศึกษาถึงปัญหาของเขา สภาวะทางจิตใจและความต้องการของเขา  
 ซึ่งต้องอาศัยจิตวิทยาอย่างมาก โดยเฉพาะการเขียนหนังสือให้เด็กอ่าน ยิ่งต้องระมัดระวัง  
 ยิ่งขึ้น เพราะการสร้างค่านิยมนั้นต้องสร้างตั้งแต่อายุยังน้อย (มะอบ โปษภุชณะ ๒๕๒๐ :  
 ๑๓ - ๑๕)

จากที่กล่าวมานี้ จะเห็นว่า หนังสือมีอิทธิพลต่อผู้อ่านมากโดยเฉพาะในเด็กและวัยรุ่น  
 เพราะวัยนี้เด็กมักเรียนรู้ด้วยการถือตนตามอย่าง ( Identification ) โดยไม่รู้ตัว  
 ( Medinmus ๑๙๖๗ : ๒๔๖) จากผลการวิจัยของ อ่ำพล โองเคลือบ (๒๕๑๒ :  
 ๒๑๒) ได้ยืนยันให้เห็นว่า หนังสือที่ดีสำหรับเด็ก มีใช้ช่วยให้เด็กอ่านออกเท่านั้น แต่ควรช่วย  
 ให้เด็กได้พัฒนาบุคลิกภาพด้วย เช่น ช่วยให้เด็กคิดเป็น ช่วยให้เด็กมีลักษณะเป็นผู้นำ เกิด  
 ความรู้สึกว่าคุณเองมีคุณค่า รู้สึกอบอุ่นมั่นคง ปลอดภัย และมีสุขภาพจิตที่ดี บุคลิกภาพที่  
 ได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมนี้จะช่วยส่งเสริมการอ่านอีกต่อหนึ่งด้วย หนังสือที่ช่วยให้เด็ก  
 อ่านออกได้เร็วพร้อมกับพัฒนาบุคลิกภาพจะช่วยพัฒนาคุณภาพของคน อันเป็นรากฐานในการ  
 พัฒนาสังคม เศรษฐกิจ และการเมืองได้ด้วย

ด้วยเหตุที่หนังสือมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อผู้อ่าน และในหลายประเทศได้มีการนำเอา  
 หนังสือมาใช้ช่วยแก้ปัญหาหรือบำบัดรักษาคนไข้ในบางกรณี ดังนั้นจึงน่าที่จะได้ศึกษาว่า  
 หนังสือและสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ที่เป็นภาษาไทยและมีอยู่ในตลาดหนังสือขณะนี้ สามารถใช้ช่วยแก้  
 ปัญหา สร้างเสริมประสมภพ ทลอคจนส่งเสริมสุขภาพจิตของเด็กได้มากน้อยเพียงใด  
 และหนังสือประเภทใดที่เด็กชอบอ่านเพื่อบำบัดปัญหาของตน เพราะไม่เพียงแต่บุคคลรอบข้าง  
 เท่านั้นที่จะมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ การเรียนรู้และการปรับตัวของคนเรา หนังสือและสื่อ

สนเทศในรูปแบบต่าง ๆ ก็มีส่วนต่อความนึกอ่าน อารมณ์ ค่านิยม ทักษะคติ สุขภาพจิต นิสัยและพฤติกรรมอื่น ๆ ของคนเราด้วยเช่นกัน การได้อ่านหนังสือที่เราสนใจและมีเนื้อหาสาระ อาจช่วยสะท้อนให้เราเกิดความเข้าใจตัวเองได้ดีขึ้น หรือความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ อาจเกิดขึ้นอย่างไม่คาดฝันภายหลังการอ่านก็ได้

สำหรับประเทศไทย นับเป็นความจริงอย่างยิ่งและเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่า เราขาดแคลนหนังสือสำหรับเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หนังสือที่ไ้ประโยชน์ทางเสริมสร้างสติปัญญา สุขภาพจิตที่ดี ความรู้ ความฉลาด และเหมาะสมกับวัยของเด็ก (บทบรรณาธิการวารสารห้องสมุด พ.ศ. - มี.ย ๒๕๑๓ : ๒๕๖) นี้เองเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ผู้วิจัยสนใจคนคว่าในเรื่องนี้ นอกจากนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า หนังสือและสื่อสนเทศต่าง ๆ เป็นสิ่งที่ใกล้ตัวเราตลอดเวลา จนกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของเรา จึงไม่คงสงสัยว่าสิ่งเหล่านี้จะเข้ามามีอิทธิพลต่อชีวิตจิตใจของ เราม่างไม่มากก็น้อย

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาว่า การบำบัดด้วยหนังสือที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับปัญหาของเด็ก จะมีผลต่อภาวะความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลอย่างไร

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

หนังสือเป็นสื่อในการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่น ช่วยให้เกิดความจรรโลงใจ ความสุข ความเจริญเติบโตทางปัญญา และแรงคลาใจบางอย่างช่วยให้เกิดความกระจำแก่ปัญหาของผู้อ่านซึ่งบังเอิญตรงกับเนื้อหาในหนังสือเล่มนั้น ดังนั้น จึงได้มีการนำหนังสือมาใช้เป็นเครื่องมือช่วยในการบำบัดรักษาทางจิต เรียกว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ" (Bibliotherapy) และมีรายงานผลหลายรายว่า มีการเปลี่ยนแปลงที่พึงปรารถนาเกิดขึ้นกับผู้รับการรักษาคด้วยวิธีนี้ แม้ว่าจะมีการใช้วิธีการบำบัดด้วยหนังสือมาแต่โบราณกาลแล้วก็ตาม แต่ในประเทศไทย วิธีการนี้ดูจะยังไม่แพร่หลาย ผู้วิจัยจึงใคร่จะเสนอรายละเอียดเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือไว้พอสังเขป ดังนี้

ก. ความหมายของคำว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ"

คำว่า Bibliotherapy มีรากศัพท์มาจากคำว่า Biblion (หนังสือ) กับคำว่า Oepatteid (รักษา) ทั้งนี้ ศัพท์ทั้งสองคำนี้จึงหมายถึง การใช้หนังสือเพื่อการรักษา ซึ่งเป็นขบวนการของการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจหลังจากการอ่านหนังสือแล้ว ในปี ๑๙๑๖ โครเชอร์ ได้บัญญัติศัพท์คำนี้ขึ้นมาใช้เป็นคนแรก (Alston ๑๙๖๒ : ๑๖๘) ต่อมาจึงได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ" อีกหลายแง่ ดังนี้

สมิธ (Smith ๑๙๔๔ : ๑๕) ได้ให้ความหมายว่า การบำบัดด้วยหนังสือ คือ การอ่านที่เป็นประโยชน์โดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพหรือพฤติกรรม ตลอดจนช่วยเสริมแก่งสุขภาพจิตของผู้อ่าน

คาร์ลิ่ง (Darling ๑๙๕๗ : ๒๔) ให้ความหมายว่า การบำบัดด้วยหนังสือ เป็นขบวนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ อันเกิดจากการปะทะสัมพันธ์กัน ระหว่างความรู้สึกนึกคิดของผู้อ่าน กับเนื้อความในหนังสือประเภทต่าง ๆ ที่เขาอ่าน ซึ่งผลจากการอ่านนี้จะให้ประโยชน์ในการประเมินตัวเองของผู้อ่าน ทำให้เกิดการปรับตัวในพัฒนาการด้านต่าง ๆ

โชรเคส (Shrodes ๑๙๖๐ : ๓๐) กล่าวว่า การบำบัดด้วยหนังสือ เป็นขบวนการของปฏิกริยาระหว่างผู้อ่านกับจินตนาการในหนังสือซึ่งจะนำอารมณ์ของผู้อ่านให้เป็นอิสระจากความนึกคิดต่าง ๆ และคล้อยตามเนื้อหาสาระในหนังสือ

คาร์เธอร์ (Crathers ๑๙๖๕ : ๕๔) กล่าวว่า การบำบัดด้วยหนังสือเป็นกระบวนการเพื่อผ่อนคลายประสาทที่ตึงเครียด โดยการนำหนังสือมาสร้างอิทธิพลต่อพัฒนาการรวม เป็นกระบวนการปะทะสังสรรค์ระหว่างผู้อ่านและวรรณคดี เพื่อนำมาใช้ในการวิเคราะห์บุคลิกภาพ การปรับตัว ความเจริญงอกงาม และสุขภาพจิต เป็นแนวคิดที่เชื่อว่า ผู้อ่านจะได้รับประโยชน์ในการรักษาร่างกายและจิตใจที่ป่วย โดยการเลือกหนังสือที่มีเนื้อเรื่องเหมาะสมมาอ่าน

ในพจนานุกรมของ เวบสเตอร์ (Webster's Dictionary ๑๙๖๖ : ๕๔) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า การบำบัดด้วยหนังสือ หมายถึง การนำสิ่งพิมพ์มาใช้เป็นเครื่องช่วยทางการแพทย์และจิตเวช ในการบำบัดรักษาและให้คำแนะนำแก่ผู้ที่มีปัญหาทางจิตใจ

ม.ล. จ้อย นันทวิจิตรินทร์ (๒๕๐๘ : ๕๕๘) ได้ให้ความหมายไว้ว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ" นอกจากจะเป็นการช่วยคนใช้ในการรักษาสุขภาพจิตโดยใช้หนังสือแล้ว ยังเป็นการอาศัยหนังสือช่วยเสริมสร้างทัศนคติและบุคลิกลักษณะของคนด้วย

๗. ประวัติความเป็นมาของการบำบัดด้วยหนังสือ

การบำบัดด้วยหนังสือได้ถูกนำมาใช้ตั้งแต่ในสมัยที่ตลาดหนังสือยังไม่แพร่หลายนัก คนในสมัยนั้นได้ใช้วิธีการเล่านิทานหรือเล่าเรื่องจากหนังสือ (Book talk) ให้เด็กฟัง เพื่อเป็นการกระตุ้นความสนใจในการอ่าน หรือเพื่อปลูกฝังบุคลิกลักษณะบางประการให้ทั้งแก่วัยเด็ก เช่น การส่งเสริมวุฒิภาวะ การปลูกฝังจริยธรรมและศีลธรรม เพราะวัยเด็กเป็นวัยแห่งการวางรูปแบบบุคลิกภาพ (Hall and Lindzey ๑๙๗๐ : ๕๑)

การนำหนังสือและสื่อสนทนาอื่น ๆ มาใช้เป็นเครื่องมืออันหนึ่งในการให้บริการทางจิตเวชนั้น มีมาตั้งแต่สมัยกรีกและโรมัน อริสโตเติล ให้ความเห็นว่า หนังสือก็เหมือนกับศิลปะอย่างอื่นที่จะเร้าอารมณ์ในตัวบุคคลและทำให้เกิดผลในทางที่ดีด้วย ห้องสมุดที่เมืองเทบีส (Thebes) ประเทศอียิปต์ มีข้อความจารึกไว้เหนือประตูว่า "หนังสือคือไอศกรีมสำหรับวิญญาณ" (Medicine for the Soul) เช่นเดียวกับคำกล่าวซึ่งจารึกไว้ที่ห้องสมุดเมืองเฮเบ ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ว่า "หนังสือคือแหล่งรักษาจิตใจ" (The Healing Place of the Soul). จากคำจารึกดังกล่าวนี้ จะเห็นว่า หนังสือไม่เพียงแต่ช่วยบำบัดรักษาเท่านั้น ยังช่วยป้องกันทางตันสุขภาพจิตให้ดีด้วย (Bryan ๑๙๖๘ : ๗๖๗ - ๗๗๘)

คริสต์ศตวรรษที่ ๑๘ นับได้ว่าเป็นระยะเริ่มต้นของการบำบัดด้วยหนังสืออย่างจริงจัง โดยความร่วมมือจากบุคคลหลายฝ่าย ทั้งบรรณารักษ์ นักการศึกษา แพทย์ จิตแพทย์ นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ จนกระทั่งเป็นที่ยอมรับกันแพร่หลายในปัจจุบันนี้ เมเนิงเจอร์ (Meninger ๑๙๗๘ : ๑๔๓ - ๑๔๔) ได้เปรียบเทียบไว้ว่า หนังสือเป็นเสมือนยาอย่างหนึ่ง เราสามารถออกใบสั่งหนังสือ (Book Prescribe) เพื่อการรักษาได้เช่นเดียวกับการออกใบสั่งยา (Medicine prescribe) เพื่อรักษาอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง



หนังสือเล่มแรกที่นำมาใช้เป็นส่วนหนึ่งของการบำบัดรักษาผู้ป่วย คือ คัมภีร์  
กุรอ่าน โดยในปี ค.ศ. ๑๒๗๒ ที่โรงพยาบาล อัลมันเชอรี ในกรุงโคโร ประเทศ  
อียิปต์ แพทย์ให้คนไข้มีคัมภีร์กุรอ่านไว้อ่านตลอดเวลา เพื่อช่วยในการรักษาทางจิตใจ  
ต่อมาในปี ๑๘๐๒ ได้มีการนำเรื่องราวทางศาสนามาใช้กับผู้ป่วยและนักโทษเพิ่มขึ้น และ  
เข้ามานิยมกันในสหรัฐอเมริกา โดย เบนจามิน รัช (Alston ๑๙๖๒ : ๑๗๒)  
เป็นคนแรกที่เสนอแนะให้นำสิ่งพิมพ์ทั้งที่มีเนื้อหาทางศาสนาและทั่วไป มาใช้อย่างจริงจัง  
ในการรักษาผู้ป่วยทั้งทางกายและทางจิต

ในปี ค.ศ. ๑๘๑๑ ที่เมืองบอสตัน มลรัฐแมสซาชูเซตส์ ได้กำหนดระเบียบ  
ของโรงพยาบาลส่วนหนึ่งบ่งไว้ว่า ให้คนไข้ทุกคนมีคัมภีร์ไบเบิลและหนังสือทางศาสนา  
ที่สมควรไว้อ่าน

ค.ศ. ๑๘๒๓ วอร์เรน ได้ออกรายชื่อหนังสือที่ควรนำมาให้คนไข้ในโรงพยาบาล  
อ่าน วัตถุประสงค์เพราะว่า เนื้อหาของหนังสือย่อมมีสาระสั่งสอนแนะนำให้เรียนรู้สิ่ง  
ใหม่ ๆ หนังสือช่วยให้คนไข้ได้ทำความเข้าใจกับปัญหาและมองเห็นหนทางออกของปัญหา  
ที่คลี่คลายในหนังสือ ทำให้เกิดความกล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาของตนและพิจารณาหาทาง  
แก้ไข

ค.ศ. ๑๘๔๔ เริ่มมีการซื้อหนังสือประเภทอื่น ๆ นอกเหนือจากหนังสือทาง  
ศาสนา สำหรับให้คนไข้อ่านและนำติดตัวกลับบ้านได้เมื่อออกจากโรงพยาบาล ในระยะ  
นั้นถือว่าเป็นหน้าที่ของแพทย์และพยาบาลในการสำรวจความต้องการในการอ่านและจัดหา  
หนังสือให้คนไข้

ค.ศ. ๑๘๔๗ มีการจัดตั้งห้องสมุดในโรงพยาบาลเป็นแห่งแรกในประเทศอังกฤษ  
ที่ Worcester-Royal-Infirmary ต่อมาจึงจัดตั้งอีกหลายแห่ง

ต้นคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ ได้มีการจัดตั้งสมาคมห้องสมุดโรงพยาบาลขึ้นในสหรัฐ-  
อเมริกา ที่โรงพยาบาลเมืองบอสตัน, โรงพยาบาลแม็คลิน และที่สถาบันโรคจิตของเอกชน  
ที่ เวบเบอร์ดี มลรัฐแมสซาชูเซ็ท ภายใต้การควบคุมของบรรณารักษ์

ค.ศ. ๑๙๐๘ อลิส ไทเลอร์ เลขาธิการคณะกรรมการห้องสมุดแห่งรัฐไอโอวา  
ได้ชักชวนให้คณะกรรมการส่งเสริมและช่วยเหลือการให้บริการงานค้นหนังสือแก่คนไข้ใน  
โรงพยาบาลทหารผ่านศึก โดย แซนเคีย คาแลนซี เป็นผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความสนใจ  
ในการอ่านของคนไข้

ต่อมา โจนส์ ผู้อำนวยการสถาบันห้องสมุดแห่งรัฐมินนิโซตา ได้วางแผนและ  
บริหารงานเกี่ยวกับวิชาบรรณารักษศาสตร์ในห้องสมุดโรงพยาบาลขึ้น ตลอดจนจัดหาอุปกรณ์  
และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช ทั้งนี้เพื่อวางแผนเกี่ยวกับการบำบัดโรคด้วยการอ่าน ในจำนวน  
ผู้เชี่ยวชาญเหล่านี้ มี ค็อกเตอร์ แกมแมน ผู้ซึ่งสนับสนุนอย่างเต็มที่ที่จะจัดให้นำการบำบัด  
ด้วยหนังสือบรรจุในวิชาชีพทางการแพทย์

สมาคมห้องสมุดสหรัฐอเมริกาเริ่มต้นตัวและสนับสนุนเกี่ยวกับบริการห้องสมุดใน  
โรงพยาบาลมากขึ้น ในปี ๑๙๒๓ - ๑๙๔๔ สมาคมห้องสมุดโดย เบอร์ธา วิลสัน ได้  
รวบรวมรายชื่อห้องสมุดในโรงพยาบาล และการให้บริการการบำบัดด้วยหนังสือ โดยจัดพิมพ์  
เป็นวารสารชื่อ AHIL ออกทุกสามเดือน

ในปี ๑๙๓๐ เริ่มมีการใช้หนังสือและสื่อสนเทศในทางจิตบำบัดอย่างจริงจัง โดย  
ค็อกเตอร์ คาร์ล และ ค็อกเตอร์ วิลเลียม เมนนิงเจอร์ ได้ก่อตั้ง เมนนิงเจอร์  
คลีนิก ซึ่งใช้สื่อสนเทศช่วยในการบำบัดจิตโดยเฉพาะ ตั้งอยู่ที่เมือง โหปปีกา  
มลรัฐแคนซัส สหรัฐอเมริกา

ในวันที่ ๓ มีนาคม ๑๙๓๑ สภาของเกรสแห่งสหรัฐอเมริกา ได้ออกกฎหมาย  
ฉบับแรกว่าด้วยการให้บริการห้องสมุดแก่คนตาบอด โดยจัดตั้ง ห้องสมุดเบอร์ดี  
และในปี ๑๙๓๔ มีการให้บริการหนังสือและสื่อสนเทศทางไปรษณีย์แก่ผู้มีปัญหาเกี่ยวกับการ  
ได้ยิน

ในประเทศอังกฤษ ระยะเวลาคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ นี้ได้มีการสร้างสถานพักฟื้น สำหรับพวกที่เป็นวัณโรค โดยจัดให้มีการบริการห้องสมุด และการจัดฉายภาพยนตร์เรื่อง The Winged Beguest เป็นการเผยแพร่งานการบำบัดด้วยหนังสือ

ในระหว่างสงครามโลกครั้งที่ ๒ ได้มีการให้บริการหนังสือแก่เหล่าทหารอย่าง กว้างขวาง ในโรงพยาบาลใหญ่ทุกแห่งได้จัดตั้งแผนกบริการการบำบัดด้วยหนังสือขึ้น และ ขยายตัวเผยแพร่เข้าไปในวงการการศึกษาและจิตวิทยา

ในปี ค.ศ. ๑๙๔๔ โจรเจส ได้แสดงหลักฐานให้เห็นว่า ในการรักษาทาง อายุรกรรม บางครั้งแพทย์ก็ใช้การบำบัดด้วยหนังสือร่วมด้วยกับการรักษาด้วยวิธีอื่น และ พบว่าได้ผลดี

ในปี ๑๙๕๓ กริฟเฟอร์ ได้จัดตั้งกลุ่มการบำบัดโรคด้วยหนังสือ โคลง กลอน และบทประพันธ์ขึ้นที่ศูนย์อนามัยโรคจิต โรงพยาบาลคัมเมอร์แลนด์ เมืองบรูคลิน โดย กริฟเฟอร์ มีความเห็นเช่นเดียวกับ ไบรอัน ซึ่งเป็นผู้ที่พยายามทำให้การบำบัดด้วยหนังสือ เป็นวิทยาศาสตร์มากขึ้น โดยเน้นประโยชน์ในด้านการป้องกันด้วย และใช้การบำบัดด้วย หนังสือในลักษณะที่เป็นเทคนิคของการแนะนำด้วย เพื่อขยายขอบเขตให้กว้างขวางขึ้น

ในเดือนตุลาคม ค.ศ. ๑๙๖๒ ทิวส์ บรรณาธิการวารสาร Library Trends ได้พิมพ์เรื่องการบำบัดด้วยหนังสือออกเผยแพร่ และต่อมาในปี ๑๙๖๔ สมาคม ห้องสมุด และสถานจิตบำบัดแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา ได้จัดพิมพ์รายชื่อหนังสือที่มีผลต่อการ บำบัดโรคขึ้น

ในเดือนกุมภาพันธ์ ค.ศ. ๑๙๖๓ องค์การบริหารงานห้องสมุดของพหุภานศึกษา ได้รวบรวมรายชื่อหนังสือที่ใช้ในการบำบัดโรคสำหรับผู้ป่วยที่เป็นผู้ใหญ่ในโรงพยาบาล โดย ให้หัวเรื่องว่า "We Call It Bibliotherapy" และในปีเดียวกันนี้เอง แพลนคอฟ ได้รวบรวมรายชื่อสิ่งพิมพ์และหนังสือที่เป็นประโยชน์ในการปรับตัวสำหรับเด็กป่วยในโรงพยาบาล โดยให้ชื่อว่า Books to Help Children Adjust to a Hospital Situation.

ต่อมาในปี ๑๙๖๕ - ๑๙๖๗ แจ็ค โลคีย์ ได้พิมพ์หนังสือ Poetry Therapy ซึ่งกล่าวถึงวิวัฒนาการและการเคลื่อนไหวของการบำบัดโรคด้วยโคลงกลอน และข้อตกลง ร่วมกัน

ระหว่างชาติของผู้เชี่ยวชาญการบำบัดโรคด้วยโคลงกลอน โดยได้กล่าวถึง เรื่องหลักสูตรการฝึกหัดบุคคลที่ตองการทำงานด้านนี้ด้วย

การบำบัดโรคด้วยหนังสือ ยังคงขยายตัวต่อไปเรื่อย ๆ ตั้งแต่เริ่มมาจนถึงปัจจุบันนี้ การใช้หนังสือและสื่อสนเทศในการบำบัดเป็น เรื่องที่มีการศึกษากันอย่างกว้างขวาง เป็นทั้งวิทยาศาสตร์และศิลปะ ที่ก่อกำเนิดมาจากวิชาบรรณารักษศาสตร์และจิตวิทยา แต่ก้ต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลายวงการ เช่น นักการศึกษา นักสังคมสงเคราะห์ นักอาชีพบำบัด ผู้ให้คำปรึกษาแนะแนว แพทย์ จิตแพทย์ นักจิตวิทยา และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ในการนำความรู้ความสามารถมาใช้ในการยกระดับการพัฒนาตนเองของแต่ละบุคคล

ค. ทฤษฎีและหลักสำคัญที่ใช้ในการบำบัดด้วยหนังสือ

ค.๑ ทฤษฎีที่นำมาอธิบายการใช้หนังสือในการบำบัด

ผู้วิจัยได้พยายามค้นคว้าหาทฤษฎีที่ใช้หนังสือและสื่อสนเทศอื่น ๆ มาทำจิตบำบัด แต่ก็ยังไม่พบว่ามีกล่าวไว้ที่ใดอย่างเจาะจง พบแต่การประยุกต์เอาทฤษฎีที่มีอยู่แล้วมาใช้ หลักเกณฑ์และวิธีการนั้นจึง เริ่มมีผู้ค้นคว้าศึกษาอย่างจริงจัง เมื่อไม่นานมานี้เอง ทฤษฎีที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นหลักเกณฑ์ในการใช้หนังสือและสื่อสนเทศ เพื่อการทำจิตบำบัดเท่าที่ปรากฏมี ๒ ทฤษฎี ดังนี้ (Rubin ๑๙๗๘ : ๑๕๘ - ๒๒๐)

๑. ทฤษฎีสุนทรียะ (Aesthetic Experience)

ทฤษฎีนี้กล่าวถึงหลักการแสวงหาความเพลิดเพลิน (Pleasure Principle) ของฟรอยด์ (Freud) กล่าวว่า มนุษย์ชอบสิ่งที่จะทำให้ตนมีความสุขเท่านั้น สิ่งไหนที่ทำให้เราไม่มีความสุข เราก็มักไม่อยากแม้แต่จะคิดถึง แต่ถ้าหากสิ่งนั้นยังวนเวียนอยู่รอบ ๆ ตัวเราจนหลีกเลี่ยงไม่ได้ เราก็มักจะแปลงรูปมันให้เป็นสัญลักษณ์ที่เบื่อบ้าง ไม่เหลือรูปทรงเดิม แต่อาจงดงามกว่าเดิมจนเราไม่เกิดความตะขิดตะขวงใจเมื่อจะพูดถึงมัน ในที่นี้ก็คือการออกมาในรูปของ นวนิยาย นิทาน การ์ตูน ภาพยนต์ หรือผลงานทางศิลปกรรมอื่น ๆ บางทีการมีตัวละครตัวใดตัวหนึ่งให้เราหัวเราะเยาะ สงสาร หรือหยิบยกขึ้นมาวิพากษ์วิจารณ์ได้ บ่อมสบายใจกว่าที่จะพูดถึงตัวเราตรง ๆ ในที่สุดเราก็มองสื่อสนเทศนั้นด้วยอารมณ์อันสุนทรีย์เพียงใดก็ได้ จากนั้น เราจะค่อย ๆ เกิดความซาบซึ้ง ประทับใจในสิ่งที่เรารับรู้มา และเก็บมาคิดแปลงใช้ให้เป็นประโยชน์ในการปรับตัว ปรับใจ และปรับ

อารมณ์ของ เราให้อยู่ได้อย่างมีความสุขในสังคม แล้วนำทริแยงที่ได้นั้นมาสร้างให้เป็นลักษณะบุคลิกภาพของเราทีละน้อย ซึ่งผู้ที่เห็นด้วยกับทฤษฎีนี้ก็จะมีวิธีจับมาจับด้วยสื่อสนทนาไปในแนวจิตวิเคราะห์ตามที่มาของทฤษฎี

สเลฟสัน ( Slavson ๑๙๕๐ : ๒, quoted in Rubin

๑๙๗๔ : ๕๒) กล่าวว่า ในการสื่อสารเพื่อทำจิตบำบัดตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์นั้น การสื่อสารด้วยคำพูดเป็นสิ่งจำเป็นยิ่ง ทั้งนี้ การทำให้คนไข้มือสระเข็มที่ในการพูดสิ่งที่อยู่ในใจได้มากเท่าไรยิ่งดีเท่านั้น คนไขส่วนใหญ่ที่กำลังอ่อนไหวนั้น มักเนื่องมาจากอคติที่เข้มข้นซึ่งคนไข้จะเข้มข้นยิ่งขึ้นถ้าพูดถึงมัน. **สเลฟสัน** แนะนำวิธีที่จะถอนสิ่งกีดขวางที่เป็นอุปสรรคต่อการพูดเหล่านี้โดยการระบายผ่านการอ่านนี้เอง การที่คนไข้พูดถึงสัญลักษณ์ในเรื่องหรือตัวละครที่ประทับใจเขา อาจมีส่วนเป็นสื่อฉายภาพเรื่องราวส่วนหนึ่งในชีวิตของเขาได้เป็นทางที่เขาจะทำได้สะดวกใจกว่าการพูดออกมาตรง ๆ ผู้รักษาเองก็จะต้องไวในการจับเรื่องที่เกี่ยวข้องกันให้ได้ บางทีคนไข้อาจแข็งขันและไม่กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาของตัวเอง จึงเลี่ยงด้วยการพูดในเชิงกว้าง ๆ และในเชิงปรัชญาของคนทั่วไปมากกว่าที่จะยอมรับตรง ๆ ทั้งนี้ผู้รักษาควรจับประเด็นนี้โยงมาหาตัวผู้อ่านให้ได้ โดยเริ่มวิเคราะห์วิจารณ์ตั้งแต่เรื่องของตัวละคร แล้วค่อย ๆ เจาะลึกลงไปในเรื่องของคนไข้อย่างนุ่มนวล ศิลปะในการชักนำการพูดคืบจากจากการอ่านนี้ อาจจะใช้วิธีชักนำคนไข้ให้พิจารณาสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เขานึกได้จากการอ่านเรื่องที่ทำให้ระลึกถึงตนเอง เรื่องที่ทำให้เขาคงมีปัญหายุ่งยากทุกวันนี้ แล้วผู้รักษาเองก็ช่วยให้คนไข้ระบายออกมาอย่างเต็มที่ในเรื่องส่วนตัวของเขาเอง เทคนิคนี้ค่อนข้างยุ่งยากซับซ้อน ผู้รักษาต้องอาศัยประสบการณ์และความชำนาญมากเป็นพิเศษ

๒. ทฤษฎีของ **อับราฮัม มาสโลว์** (Abraham Maslow Theory)

ทฤษฎีนี้ให้แง่คิดแก่เราเป็นอย่างดีว่า ไม่ว่าจะใช้จิตบำบัดแบบไหน ผู้รักษาต้องคำนึงถึงความพร้อมของบุคคลเป็นสำคัญ ถ้าหากคนเราไม่ได้รับความพอใจจากความต้องการพื้นฐานเสียก่อนแล้ว เราก็คงไม่มีอารมณ์สุนทรีย์ใด ๆ ทั้งสิ้น ในยามที่หิว มนุษย์ยอมแสวงหาอาหารก่อนที่จะแสวงหาความเพลิดเพลินจากการอ่านหนังสือหรือดูภาพยนตร์ ฉะนั้น ในการบำบัดด้วยหนังสือ ผู้รักษาควรคำนึงถึงความพร้อมของคนไข้เป็นสำคัญ

๓. ทฤษฎีสถาน ( Feild Theory) ของ เลวิน (Lewin)

ทฤษฎีนี้มุ่งเน้นการใช้ความคิดเห็นและความรู้สึกส่วนตัวเข้าไปเลือกที่จะรับรู้สิ่งที่มีมาเข้ามาในชีวิตของคนเรา (selective perception) การมองโลกในแง่ดีหรือไม่ดีนั้น ขึ้นอยู่กับการตีความสัญลักษณ์ และสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่บุคคลผู้นั้นจะเลือกหยิบออกมาแปลความหมาย แล้วก็จะตอบสนองออกไปให้คล้องจองกับความหมายที่แปลออกมาได้นั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ คนสองคนที่อ่านหนังสือเล่มเดียวกัน อาจได้แง่คิดกันคนละอย่าง แล้วก็อาจนำไปใช้คนละอย่างด้วย

๔. ทฤษฎีการเรียนรู้ ( Learning theory )

คนเราเกิดการเรียนรู้ได้ ๓ ทาง คือ การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง การเรียนรู้จากตัวอย่าง และการเรียนรู้จากคำบอกของผู้อื่น (ชัยพร วิชาวุธ ๒๕๒๔ : ๑๔๑) การเรียนรู้โดยวิธีจับทำกับค้วหน้งสื่อนี้ เป็นการเรียนรู้จากตัวอย่างวิธีหนึ่ง คนเราเรียนรู้ได้ด้วยการเลียนแบบของจริง หรือเลียนแบบจากของที่เป็นสัญลักษณ์ ( real and symbolic models) เพราะฉะนั้น การอ่านหรือการคิดล่อสนเทศ ก็จะเป็นการเห็นแบบอย่างจากคนอื่น และสิ่งอื่นในรูปสัญลักษณ์โดยที่ผู้อ่าน ผู้ดู ไม่จำเป็นต้องรอให้ผ่านพบกับเหตุการณ์จริง ๆ แบบนั้นเสียก่อน เขาก็เรียนรู้ได้ การนำล่อสนเทศมาเผยแพร่เพื่อป้องกันและรักษาสุขภาพจิตด้วยทฤษฎีนี้จึง เป็นสิ่งที่กระทำโดยการเลือกล่อสนเทศให้เหมาะกับวัตถุประสงค์

๕. ทฤษฎีของ ชโรดส์ ( Shrodes Theory )

ชโรดส์ เป็นผู้ริเริ่มบุกเบิกเรื่องการช่วยทำจิตบำบัด โดยการใช้การบำบัดค้วหน้งสื่อนี้ โดยรวบรวมกระบวนการที่เกิดขึ้นหลังจากได้รับ "การบำบัดค้วหน้งสื่อนี้" ว่ามีกระบวนการสำคัญ ๔ ประการ คือ

ก). การ ติอตนตามอย่าง ( Identification )

การติอตนตามอย่าง เป็นการรับรูปแบบต่าง ๆ ที่ปรากฏอยู่ในตัวละครมาเป็นลักษณะของตัวเอง ตามหลักทฤษฎีจิตวิเคราะห์ถือว่าเป็นการปรับตัวชนิดหนึ่ง ที่จะช่วยให้มนุษย์กระตัมตัวเองขึ้นมาโดยไม่รู้ตัว ให้ตัวเองมีค้วค้วมากขึ้น วิธีการนี้จะเกิดขึ้นได้ก็โดยการเอาตัวเองเข้าไปเทียบ (จะโดยเทียบจริงหรือจินตนาการเอาก็ตาม) กับ

คนอื่น สถาบันอื่น หรือแม้กระทั่งสิ่งอื่น ในรูปของสัญลักษณ์ก็ได้ ก่อนที่จะเลียนแบบเพื่อรับรูปแบบใจมาเป็นของตัวเอง บุคคลนั้นจะต้องมีความประทับใจต่อสิ่งนั้น ๆ อย่างมาก จนมีแนวโน้มที่จะยอมรับเอาสิ่งนั้นเข้ามา เป็นของตัวเองทีเดียว การยอมรับรูปแบบมาเป็นของตัวเองนี้ มักจะแสดงออกให้เห็นได้โดย

- ๑) การบรรยายความรู้สึกทางอารมณ์ที่มีต่อตัวละครในเรื่องที่ผู้อ่านนั้นประทับใจ
- ๒) การบรรยายความรู้สึกเห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของตัวละคร
- ๓) หลักฐานต่าง ๆ ที่ผู้อ่านแสดงให้เห็นว่าเป็นห่วงความเป็นไปของตัวละคร
- ๔) การบรรยายให้เห็นความรู้สึกชอบและอยากจะเป็นอย่างลักษณะต่าง ๆ ของตัวละครที่เขาประทับใจ

ข). การฉายให้เห็นความเป็นไปในใจ โดยสะท้อนออกมาในรูปต่าง ๆ

( Projection )

เป็นเทคนิคการสะท้อนความเป็นไปภายในใจของผู้อ่าน โดยอ้างว่าเป็นของตัวละครในเรื่อง ทั้งนี้เพื่อให้อารมณ์ความกตัญญู และแรงจูงใจต่าง ๆ มีทางออกเพื่อที่เราจะหาแพะรับบาปมาลงโทษได้ โดยไม่ต้องลงโทษตัวเอง ตัวละครในวรรณคดีเป็นสิ่งที่ยอมรับกันว่าเป็นหุ่นเชิดที่เหมาะสมให้เราวิจารณ์อย่างรุนแรงได้ โดยเราไม่ผิดและไม่ถูกตำหนิเลย หรือในกรณีตรงข้าม ถ้าตัวละครใดมีความคิดดี ๆ เราก็อาจนำความคิดนั้นเข้ามาเป็นของเรา การสะท้อนความในใจนี้ มักแสดงออกดังต่อไปนี้

๑) ความซาบซึ้งในเนื้อเรื่อง จนเลือกรับรู้เข้ามาไว้ในความคิดของตนเอง แต่ก็อ้างว่าเป็นของตัวละคร ซึ่งแสดงออกมาในรูป

( ก ) การที่ผู้อ่านแปลความหมายความสัมพันธ์ระหว่างตัวละครหลายตัวในเรื่อง

( ข ) การแปลความหมายแรงจูงใจของตัวละคร (ซึ่งความจริงแล้ว เป็นความคิดเห็นของผู้อ่านเอง ที่ได้จากการอ่าน)

๒) ความซาบซึ้งในเนื้อเรื่องจนเก็บเข้ามาเป็นคติประจำใจของ  
ตน แต่อาจว่าเป็นของตัวละคร ได้แก่การแสดงออกในรูป

(ก) การอ้างว่าผู้ประพันธ์ต้องการสื่อความหมายอะไรให้  
ผู้อ่านทราบ

(ข) การอธิบายผลสืบปลายของเรื่อง (แม้ผู้ประพันธ์จะมีได้  
ระบุให้เห็นชัด) โดยโยงเข้ากับคติชีวิตของตัวละคร ซึ่งความจริงก็คือคติชีวิตที่ผู้อ่านเองมอง  
เห็นไปในแว่นตา ฉะนั้น ผู้อ่านหลายคนที่อ่านเรื่องเดียวกันนี้ อาจจับประเด็นของเรื่องได้ไม่  
เหมือนกัน

(ค) เมื่ออ่านจบแล้ว ผู้อ่านจะโต้คดีในลักษณะที่ว่า "นิทาน  
เรื่องนี้สอนให้รู้ว่า ..."

(ง) คำนิยมทั้งทางดีและไม่ดี ที่ได้จากเรื่องที่อ่านนี้ว่าอย่างไร

### ค). การระบายอารมณ์ (Catharsis)

๑) ผู้อ่านผู้คิดถึงเรื่องนี้ด้วยอารมณ์อย่างไร (โกรธ กังวล เสียด  
รู้สึกเหมือนวัวสีนหลังหว่า ฯลฯ เป็นต้น)

๒) ความทรงจำเก่า ๆ ผุดขึ้นมา เพราะได้รับการกระตุ้นจาก  
เนื้อหาในหนังสือเรื่องนี้

๓) การแสดงอารมณ์รุนแรง เช่น ก้าวร้าว การวิจรณ์อย่าง  
เผ็ดร้อนต่อตัวละคร หรือผู้ประพันธ์

๔) การที่ผู้อ่านโยงสัมพันธ์ภาพของตัวเองไปยังผู้อื่น ราวกับว่า  
เคยรักใคร่สนิทสนมกันมาก่อน หรือในทางตรงข้ามก็คล้ายกับเคยเป็นศัตรูกันมาก่อนกับบุคคล  
ลักษณะนิสัย เช่นตัวละครในเรื่อง

### ง). การรู้จักตัวเองอย่างลึกซึ้งและมองเห็นสังขารมของชีวิต (Insight)

ซึ่งเราสามารถจับความรู้สึกของผู้อ่านได้ จากวิธีการแสดงต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑) หลักฐานในรูปต่าง ๆ ที่ผู้อ่านแสดงให้เห็นว่า เริ่มรู้จักตัวเอง  
ราวกับมองการกระทำของตัวเองจากข้างนอก เป็นต้นว่าการแสดงออกด้วยการบงบอกอย่าง  
ใดอย่างหนึ่งว่าเข้าใจตัวเอง หรือรู้สึกว่าตัวเองอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง (แล้วแต่ผู้อ่านจะระบุ  
ว่าตนเข้าอยู่ในข่ายของกลุ่มบุคคลกลุ่มใดที่ปรากฏในเนื้อหาของหนังสือ)



๒) แสดงให้เห็นว่า เขาใจผู้อื่นและยอมรับผู้อื่นตามที่เขาเป็น เขาที่ไม่จำเป็นต้อง เป็นเหมือนอย่างที่เราอยากให้เป็น

๓) การวิจารณ์เรื่องของแรงจูงใจและความคิดอ่านต่าง ๆ ได้ อย่างถูกต้องและมีเหตุผลน่าเชื่อถือได้

๔) การรับและจับโยงแนวความคิดใหม่ ๆ ให้เข้ามาเป็นของตัว เช่น เรื่องของค่านิยม เป้าหมาย

๕) การปะติดปะต่อเรื่องที่ยังคลุมเครือให้กระจ่างชัด เปรียบเสมือนนำเรื่องที่อยู่ในจิตใต้สำนึกให้ขึ้นมาอยู่ในระดับจิตสำนึกที่รู้จักชัดขึ้น

สำหรับการรู้จักตัวเองอย่างลึกซึ้งนั้น เป็นเป้าหมายสำคัญในการ ทำจิตบำบัด ธรรมดาที่มนุษย์ยังไม่รู้จักตัวเอง ธรรมดาที่การรักษาทางจิตก็ยังไม่บรรลุผล ดังนั้น การนำสื่อสนทนามาใช้เพื่อการนี้โดยตรง แม้ว่าผู้รักษาบางรายอาจจะใช้สื่อสนทนา เป็นเพียงส่วนประกอบรวมกับการรักษาวิธีอื่นก็ตาม ผู้รักษาจำเป็นต้องหาทางให้คนไข้ ตระหนัก และรู้จักอารมณ์ แรงจูงใจ และความเป็นไปอื่น ๆ ของตัวเองให้มากที่สุดและแม่นยำ ตรงที่สุด

๖. ทฤษฎีของ แจ็กสัน ( Jackson Theory )

หลังจากที่ โซเรสเสนอทฤษฎีของเขาแล้ว อีกหลายปีต่อมา แจ็กสัน (Jackson ๑๙๓๔ : ๑๙๖) ก็หยิบยกเอาทฤษฎีของ ซุลลิแวน(Sullivan) ปี ๑๙๖๒ ที่ว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เขามานำประยุกต์ใช้กับสื่อสนทนาเพื่อเป็นเครื่องมือในการทำจิตบำบัด ใจความว่า มนุษย์เรามักจะแสวงหาการยอมรับจากสังคม โดยเฉพาะจากบุคคลสำคัญในชีวิตของตน เช่น พ่อ แม่ พี่น้อง คนรัก เพื่อน เป็นต้น และพยายามทำตัวเพื่อให้เป็นที่ยอมรับ บางครั้งก็โดยการเอาบุคคลที่ตนเอง เลื่อมใสศรัทธามาเป็นแบบฉบับ แล้วจึงค่อย ๆ ลงมือกระทำการใด ๆ เพื่อสร้างลักษณะประจำตัวขึ้นมาให้เป็นอย่างบุคคลนั้น แต่จากทฤษฎีของแจ็กสันนี้ บุคคลสำคัญในชีวิตบางช่วง อาจไม่จำเป็นต้องเป็นคนจริง ๆ เสมอไป อาจเป็นบุคคลในนิยาย บุคคลในจินตนาการจากหนังสือก็ได้ ที่มีอิทธิพลต่อความนึกคิดของเขา บางที การได้ทดลองทำพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่จะกระทำต่อบุคคลอื่น โดยทราบดีว่าเรื่องมาจากตัวละครก่อนก็ เป็นการดี เพราะปลอดภัยกว่า ดังนั้น หนังสือจึงมีส่วนช่วยในการปฏิบัติตัวได้มาก

ค.๒ หลักทั่วไปในการใช้การบำบัดด้วยหนังสือ

เกณฑ์ที่จะเลือกมาใช้ในการบำบัดด้วยหนังสือนี้ ไม่มีกฎตายตัว แต่ยอมรับแล้วแต่  
ว่า ผู้ใช้จะเชื่อในทฤษฎีใด เราจะใช้กับใคร เพื่ออะไร เขามีความต้องการและทัศนคติ  
อย่างไร ในสถานการณ์ไหน และเป้าหมายของเราเป็นอย่างไร ดังนั้น จึงพอจะสรุป  
หลักใหญ่ที่เราต้องคำนึงถึงในการบำบัดด้วยหนังสือ คือ

การบำบัดด้วยหนังสือ ควรคำนึงว่า --- (General Consideration)

- ก. หนังสืออะไร --- (What books)
- ข. ให้ประโยชน์กับใคร --- (Who will benefit)
- ค. แก่บุคคลประเภทใด --- (What kind of people)
- ง. ในเวลาใด --- (When)
- จ. ภายใต้อาคารไหน --- (Where)

(General Consideration of the method)

เนื่องจากความใหม่ของวิชาการนี้ จึงยังไม่เป็นที่ตกลงกันว่า การใช้สื่อสนเทศ  
จะเป็นเทคนิคในการบำบัดรักษาได้ด้วยตัวของมันเองโดด ๆ ถึงอย่างไรก็ตามนักวิชาการที่  
เกี่ยวข้อง เริ่มยอมรับกันแพร่หลายแล้วว่า สื่อสนเทศมีส่วนและมีประโยชน์ในการช่วยกำ  
จิตบำบัดให้อาการทุเลาเร็วขึ้น ดังนั้น จึงนิยมใช้สื่อสนเทศเป็นส่วนหนึ่งที่ร่วมกับเทคนิคการ  
ทำจิตบำบัดแบบอื่น ๆ เท่าที่มีผู้รวบรวมเอาไว้ ก็มีหลักเกณฑ์กว้าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑. สถานที่นำสื่อสนเทศมาใช้ในการช่วยทำจิตบำบัด เริ่มเดิมทีคือโรง-  
พยาบาล ต่อมาก็นิยมกันในสถาบันอื่น ๆ ด้วย เช่น โรงเรียน ห้องสมุด ศูนย์ให้คำปรึกษา  
และแนะแนว และสถานกักกัน กลุ่มผู้ศึกษาเสพยาเสพติด สถานพินิจเยาวชน เป็นต้น สำหรับ  
ในเมืองไทยขณะนี้ ใ้มีการใช้สื่อสนเทศในศึกษูป่วยจิตเวช ทำในรูปกลุ่มอ่านหนังสือ ใน  
โรงเรียนและมหาวิทยาลัย ทำในรูป ชมรมห้องสมุด การวิจารณ์หนังสือหรือภาพยนตร์

๒. สมาชิกที่จะมาร่วมในโครงการ จะเป็นใครก็ได้ ทุกเพศ ทุกวัย แต่  
ถ้าจะให้ได้ผลดี ควรมีความสัมพันธ์ดังต่อไปนี้

ก) มีความสามารถในการอ่านและเข้าใจการใช้ภาษาที่พอสมควร

๒. ควรมาด้วยความสมัครใจ และสนุกกับกิจกรรมการอ่านนี้

๓. ควรจัดกลุ่มผู้มาร่วมโครงการเป็นกลุ่มลักษณะเดียวกัน เช่น มีความต้องการและวัตถุประสงค์เหมือนกัน ระดับการศึกษาเดียวกัน มีปัญหาคล้าย ๆ กัน และอ่านเรื่องคล้าย ๆ กัน เพื่อจะได้วิจารณ์กันอย่างกว้างขวาง ภายหลังการอ่านหรือดูสื่อสนเทศแล้ว บางกรณีที่เป็นคนไข้ อาจต้องดูถึงการวินิจฉัยโรคด้วย จะได้จัดกลุ่มที่เหมาะสมได้

๓. การเลือกหนังสือหรือวัสดุที่ใช้ มีหลักเกณฑ์กว้าง ๆ ว่า หนังสือหรือวัสดุนั้นต้องเหมาะสมกับผู้รับในช่วงเวลาที่เหมาะสม นอกจากนี้ยังต้องคำนึงถึงความต้องการของเขา พื้นฐานภูมิหลัง อาการของโรค ความสามารถในการปรับตัว และเป้าหมายของการรักษา เช่นว่า ต้องการให้เขาเกิดความเข้าใจตัวเอง หรือต้องการประคับประคองจิตใจให้เข้มแข็งรอดยหนี หรือต้องการทำให้เกิดกำลังใจในการต่อสู้กับชีวิตต่อไป เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ผู้เลือกวัสดุหรือหนังสือ ต้องดูสภาพผู้ใช้ด้วยว่าเป็นบุคคลที่มีลักษณะพิเศษหรือเปล่า แล้วต้องพยายามเลือกวัสดุที่ผู้รับจะรับได้เต็มที่ เช่น ถ้าผู้รับเป็นผู้พิการ ทาบอด ก็ใช้หนังสือที่เขียนด้วยอักษรเบรลล์แทน หรือพูด ก็เลือกวัสดุที่ใช้รูปภาพแทนเสียง เป็นต้น ข้อสำคัญอีกอย่างหนึ่งในการเลือกหนังสือ คือ ต้องเลือกเนื้อหาที่ไม่ไปสะกิดหรือกระทบกระเทือนจิตใจหรือปมค้อยของผู้อ่าน

๔. กระบวนการในการบำบัดด้วยหนังสือและสื่อสนเทศนี้ ฟิชเชอร์ (Fisher ๑๙๖๔ : ๑๓๐ - ๑๓๔) ได้กำหนดไว้ดังนี้

ก. วิธีการใด ๆ ก็ตามที่ใช้ จะต้องเป็นไปในรูปที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก นึกคิดภายใต้จิตสำนึกของคนไข้ พยายามหลีกเลี่ยงการที่คนไข้จะใช้สติปัญญาเป็นความในใจของตน

ข. พยายามให้มีบรรยากาศที่ผ่อนคลายความตึงเครียด คนไข้มีอิสระในการแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น

ค. ผู้รักษาระตุ้นให้คนไข้วิจารณ์ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติได้ดีขึ้น

ง. หลังจากจบการให้การบำบัดแต่ละช่วงแล้ว ควรจะให้คนไข้เขียนบันทึกสิ่งที่ได้รับจากการวิจารณ์ร่วมกันไว้ ทุกครั้ง

จ. ในกรณีทำจิตบำบัดเดี่ยว ผู้รักษาเลือกเรื่องที่เหมาะสมให้แก่ คนไข้แต่ละคน โดยคำนึงถึงความต้องการและพื้นฐานภูมิหลังของคนไข้เป็นเกณฑ์และระยะเวลาในการให้การบำบัดแต่ละครั้ง ขึ้นกับความเหมาะสมของคนไข้แต่ละรายไป

ฉ. ในกรณีที่ทำจิตบำบัดเป็นกลุ่ม จะตกลงให้ผู้รักษาหรือคนไข้เลือกเรื่องมาแลกเปลี่ยนกันก็ได้ ผู้รักษาจะเป็นคนคัดเลือกใจว่า เรื่องที่จะใช้นั้นจะให้อ่านมาก่อน หรืออ่านในกลุ่ม หรือให้คนใดคนหนึ่งอ่านดัง ๆ ถ้าทำเป็นกลุ่มขนาดที่พอเหมาะ คือ ๖ - ๑๒ คน ระยะเวลาประมาณ ๑ - ๑ ๕ ชั่วโมง ในแต่ละครั้งและอาจใช้เทคนิคของ Sensitivity Training

#### ๕. รูปแบบของการวิจารณ์หลังจากการอ่าน

เมทเทอร์คอร์ท (Rubin ๑๙๗๔ b : ๔๑) เสนอแนะวิธีอธิบายแนววิธีวิจารณ์ในสมาชิกกลุ่มดัง ดังนี้

"ขอให้พวกเราช่วยกันพิจารณาถึง เรื่องที่ได้อ่านนี้ ในแง่ของ เนื้อหาตัวละคร เหตุการณ์ต่าง ๆ และปัญหาที่เกิดขึ้น เราจะมาดถกกันในแง่มุมต่าง ๆ ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เช่นว่า ตัวละครในเรื่อง เขาจัดการกับสถานการณ์หรือปัญหาในชีวิตของเขาอย่างไร เราจะพยายามเจาะลึกลงไปกว่าที่ผู้เขียนเขียนไว้ ถึงความรู้สึกนึกคิดและแรงจูงใจต่าง ๆ ของตัวละคร ทำไมเขาจึงทำเช่นนั้น บางทีเราก็จะพูดถึงถึงความรู้สึกของเราเองที่เคยมีคล้าย ๆ กับคนในเรื่องที่เราอ่าน หรือเราอาจจะพูดถึงประสบการณ์ของเราที่ตรงข้ามกับของตัวละคร เราจะมาแสดงความคิดเห็นว่า เราเห็นด้วยหรือไม่ เห็นด้วยกับวิธีการต่าง ๆ ของตัวละคร แต่เราจะมุ่งเน้นในแง่ของความรู้สึกและความคิดเห็นส่วนตัวของเราเองมากกว่า ดังนั้น จึงไม่มีการตัดสินถูกผิด ใครอยากจะถูกอะไรก็ได้ตามสบาย ตอนท้ายเราก็จะลองมาเถกเถกกันว่า เรื่องมันจะจบลงแบบไหน ถ้าใครเห็นว่าอยากจะทำเรื่องตรงไหน ที่เห็นว่าแสบ เขาแสบไว้ไม่สมมุติก็ได้ สรุปแล้วก็คือ เราจะวิพากษ์วิจารณ์กันในแง่ของความรู้สึกส่วนตัว ไม่ใช่ในแง่ของการใช้สติปัญญาหรือความถูกต้อง มีใครสงสัยอะไรหรือไม่ ถ้าไม่มี เราจะเริ่มพิจารณาเรื่องที่อ่านนี้ร่วมกัน."

การถกและวิจารณ์สิ่งที่ได้จาก การอ่าน การดู และการฟังสื่อสนทนา เป็นความจำเป็นที่จะให้เกิดความแตกฉาน การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรม และให้เป็นไปตามเป้าหมายของการให้จิตรักษาโดยการให้สื่อสนทนา

## ง. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตั้งแต่ปี ๑๙๓๐ เป็นต้นมา เริ่มมีการรายงานผลการวิจัยเกี่ยวกับความสำเร็จของการใช้หนังสือ และสื่อสันทัดอื่น ๆ เพื่อการรักษาทางจิตบำบัดไว้มากมาย ซึ่งงานวิจัยเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงวิธีการปฏิบัติ เกี่ยวกับการให้การบำบัดด้วยหนังสือว่า มีวิธีปฏิบัติสองแนวคือ การบำบัดด้วยหนังสือเป็นรายบุคคล ซึ่งแสดงให้เห็นถึงประโยชน์ในการบำบัดรักษาทั้งสิ้น ส่วนอีกแนวหนึ่ง คือ การบำบัดรักษาเป็นกลุ่ม ให้ประโยชน์ในการป้องกันและบำบัดรักษาพร้อมกัน

### ง.๑ งานวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือรายบุคคล

ม.ล. จ้อย นันทวัชรินทร์ (๒๕๐๘ : ๓๕๓ - ๓๖๑) กล่าวถึง ประสบการณ์ ของบรรณารักษะอเมริกันคนหนึ่ง ชื่อ มูคี้ ทำงานเกี่ยวกับคนไข้โรคจิตอยู่ถึง ๑๐ ปี โดยเป็นบรรณารักษะที่ห้องสมุดคลีฟแลนด์ และมีหน้าที่ไปเยี่ยมคนไข้ที่ Cleveland State Receiving Hospital จัดหนังสือไปให้ และแนะนำคนไข้ในการอ่านหนังสือ หนังสือที่เลือกไปนี้ต้องอาศัยหลักการหลายอย่างที่นอกเหนือไปจากความสนใจและความสามารถในการอ่าน โดยต้องพิจารณาเฉพาะรายว่า หนังสือจะสัมพันธ์และช่วยกันจิตใจคนไข้แต่ละรายได้อย่างไร เขาจึงต้องขอความร่วมมือจากจิตแพทย์และพยาบาลด้วย บางครั้งเขาก็ต้องอนุโลมให้คนไข้อ่านหนังสือตามความต้องการ เพื่อเป็นการจูงใจให้อ่านเรื่องอื่น จากรายงานของมูคี้ มีคนไข้รายหนึ่งเป็นเด็กสาวอายุ ๑๘ ปี เขาสังเกตเห็นท่าทางของคนไข้ว่าสนใจหนังสือมาก และต้องการอ่านหนังสือเรื่อง "You Can't Go Home Again" เพียงเล่มเดียว โดยไม่ยอมอ่านเล่มอื่นเลย เขาเห็นว่าเฉพาะชื่อเรื่องก็จะทำให้จิตใจคนไข้ท้อแท้ จึงบอกว่าหนังสือเล่มนี้ไม่มีคนไข้แสดงความไม่พอใจ และไม่สนใจไม่ว่าเขาจะแนะนำอะไรก็ตาม ในที่สุดเขาจึงปรึกษาแพทย์เมื่อจิตแพทย์อนุญาตแล้ว จึงนำหนังสือเล่มดังกล่าวมาให้คนไข้อ่าน พอได้หนังสือสมใจจริง ๆ คนไข้พลิก ๆ อ่านเพียงเล็กน้อยแล้วก็ส่งหนังสือคืน หลังจากนั้นคนไข้จึงขอเลือกอ่านหนังสือเล่มอื่น ๆ

กรณีตัวอย่างอีกรายหนึ่งในการบำบัดด้วยหนังสือของบรรณารักษะผู้นี้ มีหญิงคนหนึ่งพยายามฆ่าตัวตายแต่แก้ไขไม่ได้ และนำมาโรงพยาบาล จากการสอบประวัติได้ความว่า ชีวิตได้รับความว่าเหวมาตั้งแต่เด็ก เมื่อแต่งงานไปชีวิตสมรสกลับล้มเหลวด้วยการหย่าร้าง แพทย์ได้บอกบรรณารักษะว่า ต้องการหนังสือเขาสมองที่เกี่ยวกับครอบครัวที่มีความสุขและอบอุ่น

บรรณาธิการเลือกเรื่อง Mama 's Bank Account มาให้อ่านในสัปดาห์แรก สัปดาห์ต่อมา  
นำเรื่อง Cheaper by the Dozen และเรื่อง Life With Father มาให้อ่าน  
ปรากฏว่าคนไข้เกิดความพอใจและขอหนังสือในแนวเดียวกันนี้อ่านอีก

ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง (ม.ล. จ้อย นันทวิจิตรนทร์ ๒๕๐๔ : ๘๘ - ๘๙)  
ยอร์จ เด็กชายอายุ ๑๑ ปี เป็นคนอ่านหนังสือช้ากว่าวัยมากและไม่ชอบโรงเรียน ต่อมา  
ยอร์จไม่พูดกับเพื่อนและใคร ๆ ทั้งหมด เป็นคนเก็บตัว ชอบอยู่คนเดียว เมื่อนำมาปรึกษา  
สอบถามประวัติ จึงได้สาเหตุว่าสภาพทางครอบครัวมีปัญหา เขาเกิดในเมืองเล็ก แล้วต้อง  
ย้ายมาอยู่ในเมืองใหญ่ตั้งแต่อายุน้อยลำบากในการคบหาเพื่อน การปรับตัวเข้ากับสภาพ  
แวดล้อม ที่บ้านยอร์จมีแม่เป็นผู้เลี้ยงดูอยู่คนเดียว พ่อไม่ได้ยุ่งควย บรรณาธิการพยายามหา  
โอกาสชวนเด็กคนอื่น ๆ ไปรวมกลุ่มสังสรรค์ และพยายามให้ยอร์จได้ยืนด้วย บรรณาธิการ  
สังเกตเห็นว่า ยอร์จสนใจนิทาน ต่อมาบรรณาธิการจึงชวนให้ยอร์จอ่านหนังสือโดยยกหนังสือ  
ภาพก่อน เช่น นำเรื่อง Petunia มาให้อ่าน เนื้อเรื่องของหนังสือเล่มนี้มีว่า แม่ทาน  
พบหนังสือ และนึกว่าตัวเองฉลาดกว่าสัตว์อื่น ๆ เพราะเป็นเจ้าของหนังสือ ในที่สุดจึงเรียนรู้  
รู้ว่า การมีหนังสือไว้ในครอบครองเฉย ๆ นั้นไม่มีประโยชน์อันใด ไม่ช่วยให้เจ้าของหนังสือ  
ฉลาดขึ้นได้จนกว่าจะอ่านออก และอ่านเรื่องในหนังสือเข้าใจ รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ความรู้  
จึงเกิดขึ้นจากหนังสือนั่นเอง เรื่องนี้เป็นกรณีกระตุ้น ให้เด็กเข้าใจว่าควรพยายามเรียน  
หนังสือ ต่อมา ยอร์จได้อ่านเรื่อง The Point Brush ซึ่งจูงใจในแนวเดียวกัน  
บรรณาธิการได้รายงานต่อว่า หลังจากนั้นยอร์จได้ทวีความสนใจในหนังสือมากยิ่งขึ้น และผล  
สุดท้ายเขาก็กลายเป็นคนขยันอ่านหนังสือและไม่เคยขาดเรียนเลย

จากประสบการณ์การบำบัดทางจิตของ จอห์น โอลิเวอร์ (Oliver : ๒๖๔)  
เขาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับคนไข้รายที่ค่อนข้างหนักในหนังสือเรื่อง Fear หนังสือ  
เล่มนี้ได้กล่าวถึงการใช้วิธีการบำบัดด้วยหนังสือของแพทย์เพื่อรักษาความผิดปกติทางจิต มีผู้  
ป่วยรายหนึ่ง อยากให้ตัวเองหายจากโรคความกลัวโดยเร็ว จึงถามแพทย์ว่าได้พบวิธีการรักษา  
เขาให้หายกลัวหรือยัง แพทย์ตอบว่า "คุณก็เช่นเดียวกับเพื่อนมนุษย์คนอื่น ๆ ที่มีความกลัว  
มนุษย์เรามีความกลัวมาตั้งแต่ครั้งบรรพบุรุษแล้ว และต่างก็หาวิธีขจัดกลัว จนในที่สุดได้พบ  
และสามารถแก้ปัญหาให้หมดไป ความจริงคุณเป็นการง่ายมากในการหาที่สักแห่งหนึ่งหรือสร้าง  
ที่ขึ้น สร้างบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมขึ้น เพื่อมิให้ความกลัวเบียดกรายเข้าไปถึง หรือถ้าเข้า

ไปถึงก็หมกกำลังที่จะทำอันตรายต่อจิตใจได้" จากนั้นแพทย์ก็ได้แนะนำให้คนไข้อ่านหนังสือ ซึ่งเปรียบเสมือนสถานที่ที่ปลอดภัยจากความกลัวซึ่งที่เขาได้กล่าวแก่ผู้ป่วยแล้ว ต่อจากนั้นมา เมื่อหัวหน้าแพทย์มาเยี่ยมผู้ป่วย เขามองดูกองหนังสือใกล้เตียงคนไข้พร้อมทั้งพูดกับแพทย์คนอื่น ๆ ว่า "ผมเห็นแล้วว่า เขากำลังดำเนินการรักษาตามวิธีที่เขาชอบที่สุด พวกเราเขียนใบสั่งยา ให้แก่ผู้ป่วย แต่เพื่อนผมคนนี้มีห้องสมุดเป็นที่จ่ายยาของเขาเอง เขาเคยพูดกับผมอยู่เสมอว่า เขากำลังพยายามที่จะใช้หนังสือเพื่ออาการทางจิต เนื่องจากหนังสือเป็นผลิตภัณฑ์ที่เกิดจากสภาพจิตส่วนหนึ่ง เป็นบันทึกกิจกรรมทางจิตใจของมนุษย์ ดังนั้นหนังสือที่ได้รับการเลือกสรรแล้วก็อาจใช้บำบัดอาการป่วยทางจิตได้ เช่นเดียวกับที่เราใช้ยาชนิดใดชนิดหนึ่งเพื่อรักษาโรคเช่นกัน"

ชเนค ( Schneck ๑๙๔๕ : ๒๑๗) จิตแพทย์อาวุโสประจำการของ เมนิงเจอร์คลินิค ได้รายงานถึงผู้ป่วยรายหนึ่งว่า คนไข้เกิดความไม่สบายใจ ภายหลังจากที่ได้รับการบำบัด เพราะต้องใช้เวลามากที่ฟื้นนานมาก ในขณะที่นอนพักที่นอนนี้ คนไข้ได้อ่านหนังสือหลายเล่ม และจดบันทึกไว้ บันทึกตอนหนึ่งของเขามีข้อความว่า "เมื่อข้าพเจ้าคิดถึง โสไน ผู้ที่ป่วยเป็นอัมพาตต้องนอนอยู่บนเตียง จนเตียงเปรียบเสมือนหลุมฝังศพ, วอลแตร์ ผู้ที่ได้รับโทษเนรเทศต้องระเห่เร่ร่อนไปเรื่อยๆ หรือมิลตัน กวีที่บอดแล้ว ข้าพเจ้ารู้สึกถึงความทุกข์ของตัวข้าพเจ้า เองนั้นเบาบางลงไปมาก"

มัวร์ ( Moore ๑๙๔๗ : ๑๗๖) ได้แสดงให้เห็นงานวิจัยหลายรายที่ใช้การบำบัดด้วยหนังสืออย่างได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ในหนังสือเรื่อง Personal Mental Hygiene อาทิเช่น คนไข้รายหนึ่งเป็นเด็กหญิงต้องการจะหนีออกจากบ้าน มัวร์ได้แก้ปัญหาคำยการให้อ่านหนังสือเรื่อง Land Spell อันเป็นบทประพันธ์ของ แกลลิส แครอล และเรื่อง Bend in the Road ของ มาร์กาเร็ต เรมอนด์ ในเวลาต่อมาหลังจากที่เด็กหญิงคนนี้ได้อ่านหนังสือเล่มแรกไปไม่กี่วัน เธอได้บันทึกไว้ว่า "ข้าพเจ้าได้อ่านหนังสือเล่มนี้แล้วทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจเสียนี้เองว่า สิ่งทีห่อเคยพูดนั้นมีความหมายว่าอย่างไร ข้าพเจ้าจะต้องเรียนต่ออีกเพื่อจะได้ออกไปเผชิญกับโลกภายนอก ข้าพเจ้าตระหนักก็ว่าจะต้องเริ่มกัน แนวทางที่จะนำไปสู่ความสุขเสียตั้งแต่บัดนี้" และภายหลังจากอ่านเล่มที่ ๒ แล้ว เธอบันทึกไว้อีกว่า "การที่ข้าพเจ้าอารมณ์เสียง่าย ๆ นั้น คุณจะไม่เห็นเหตุผลเลย ข้าพเจ้าคิดว่า การหนี

ออกจากบ้าน ก็เป็นสิ่งที่ไม่ควรกระทำเช่นเดียวกัน ข้าพเจ้ารู้แล้วว่า พ่อรักข้าพเจ้ามาก แม้ว่าคุณภานอกแล้ว ท่านออกจะคุไปสักหน่อย"

จะเห็นได้ว่า หลังจากที่คุณได้อ่านหนังสือและนำตัวเองเข้าไปเปรียบเทียบกับตัวละครแล้ว คำพูดของเธอได้แสดงให้เห็นขั้นที่ ๔ ของการบำบัดด้วยหนังสือ ความหมายของไฮโรเดสนั้นคือ การหยั่งเห็นและรู้จักตัวเองอย่างลึกซึ้ง (Insight) เมื่อเธอได้หยั่งเห็นปัญหาของตัวเองแล้วก็หาวิธีแก้ไขโดยการวางแผนอย่างสุขุมขึ้น

อีกกรณีหนึ่งที่ มีวรัยมา เป็นตัวอย่าง (Moore ๑๙๕๓ : ๑๖๐) คือ มีหญิงวัยรุ่นคนหนึ่งออกเที่ยวกับเพื่อนชายอยู่เสมอ จนมารดาของเธอเกิดความวิตกมาก มารดาได้แนะนำให้เธออ่านหนังสือเรื่อง Seventeenth Summer ของมอร์แกน คาลิ หลังจากอ่านเรื่องนี้แล้ว เธอก็ปฏิญาณไว้หลายประการ และสรุปบันทึกของเธอว่า สมบัติที่พึงามควรยึดถือไว้ปฏิบัติหลายประการจากหนังสือเล่มนี้ คงมีผู้หญิงอีกหลายคนที่ไม่ม่สมบัติในการปฏิบัติตนเลย เขานั่นคงปรารถนาเหลือเกินที่จะได้สมบัติปฏิบัติเช่นเดียวกันนี้"

ในคานวงการการศึกษานั้น ก็ได้มีรายงานการวิจัยที่แสดงให้เห็นถึงการบำบัดด้วยหนังสือเป็นรายบุคคลที่ได้รับผลสำเร็จเช่นเดียวกัน

วอเปิลส์ (Waples ๑๙๕๐ : ๑๑๘) นักวิจัยทางด้านการอ่านที่มีชื่อเสียงกล่าวถึงกรณีของ เด็กชายคนหนึ่งที่ไม่ค่อยสนใจกับบิคา มารดานัก เขาได้รับการแนะนำให้อ่านหนังสือเล่มหนึ่ง ซึ่งเขียนโดย วอร์วิก ดีเพิง ทั้งตัวละครและเหตุการณ์ในเรื่องที่อ่านนี้มีลักษณะคล้ายคลึงกับชีวิตจริงของเขามาก ภายหลังจากการอ่านจึงปรากฏว่า การบำบัดด้วยหนังสือเห็นผลอย่างชัดเจน วอเปิลส์ สรุปการวิจัยว่า ความรู้สึกกระแวงคนว่ามีความผิดใ้บรรเทาลง เมื่อเด็กคนนี้พบว่า ผู้อื่นมีอยู่ในสถานการณ์เดียวกัน ก็มีพฤติกรรมเช่นเดียวกับตน เขายังได้แยกการบรรเทาความทุกข์ของเขาด้วยการปรับตัวไปตามสิ่งแวดล้อมด้วย

ปัญหาเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันนี้ อาจใช้การบำบัดด้วยหนังสือแก้ไขได้อย่างเป็นผลดีเช่นเดียวกัน แพนแกน (Penken ๑๙๕๓ : ๘๓) ผู้ที่พากษาศาสตร์เด็กและเยาวชนในนิวยอร์ก ได้พยายามหาวิธีแก้ปัญหาคือวัยรุ่นหลายวิธีในที่สุดเขาได้สรุปไว้ว่า หนังสือมีส่วนช่วยในการแก้ปัญหาคือเด็กอย่างแน่นอน หลักฐานที่ยืนยันคำกล่าวนี้ คือจดหมายที่วัยรุ่นเหล่านั้นเขียนมาถึงเขา หลังจากได้อ่านหนังสือที่ช่วยให้พวกเขาเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และมองเห็นแนวทางในการดำเนินชีวิตใหม่ โดยไม่มีใครกลับไปทำความคิด



ลินดาและคอกซ์ (Lindah and Koch ๑๙๕๒ : ๓๙๐) ครูในโรงเรียนแมริฟิลลิปส์ ในเมือง นีซากาวา มลรัฐอินเดียนา ได้เสนอรายงานของเด็กชายหนึ่ง เด็กคนนี้ได้รับการแนะนำให้อ่านหนังสือเรื่อง Long Winter หลังจากให้อ่านแล้ว เขากล่าวว่า "หนังสือเล่มนี้ให้ความช่วยเหลือกับความยากลำบาก โดยไม่ทอดถอนใจที่จะต้องกลัวอุปสรรคต่าง ๆ อีก นอกจากนี้แล้วฉันจะต้องให้กำลังใจแกเอง ๆ ของฉันด้วย . . . . เกี่ยวฉันรู้ตัวแล้วว่าหน้าที่ตัวเอง เคยประพฤติตนเหลวไหลเมื่อต้องพบกับอุปสรรคต่าง ๆ ได้ ทำให้คนอื่นในครอบครัวต้องพลอยลำบากไปด้วย" คำพูดเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า เด็กคนนี้ได้เกิดการหยิ่ง เห็นขึ้นแล้ว เขาจึงมีแนวทางในการที่จะปฏิบัติตัวต่อไปตามที่เขาคงต้องการ

จากรายงานการวิจัยดังกล่าวทั้งหมดนี้เป็นการบ่งชี้ด้วยหนังสือรายบุคคล ทั้งในสาขาการแพทย์และการศึกษา แสดงให้เห็นว่าการอ่านหนังสือนั้น เมื่อผู้อ่านได้เปรียบเทียบกับตนเองกับตัวละครในเรื่องและเกิดการหยิ่ง เห็นหรือรู้แจ้งแล้ว ก็หาแนวทางในการปฏิบัติตัวได้มากขึ้น ทำให้สามารถช่วยแก้ปัญหาการทางจิตและแก้ปัญหาส่วนบุคคลได้

#### ง.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือเป็นกลุ่ม

มีการนำเอาการบำบัดด้วยหนังสือเป็นกลุ่มไปใช้อย่างกว้างขวาง วิตตี้ (Witty ๑๙๕๓ : ๕๘) นักการศึกษาคนหนึ่ง ได้กล่าวถึงการบำบัดด้วยหนังสือ ในการสัมมนาการอ่านที่เมืองชิคาโก ว่า "บางครั้งการอ่านก็เป็นสิ่งที่จำเป็นที่สุดสำหรับนักเรียนบางกลุ่ม เพราะการอ่านอาจช่วยแก้ปัญหาของใจส่วนตัว และความต้องการในการที่จะเข้าใจตนเอง"

ฮาร์ทลี (Hartley ๑๙๖๑ . ๒๐๑) นักการศึกษาอีกคนหนึ่งได้กล่าวถึงคุณประโยชน์ของการบำบัดด้วยหนังสือในคานของการป้องกันไว้ก่อนข้างชัดเจนว่า "การได้อ่านหนังสือ จะทำให้ผู้อ่านพบว่า ความไม่แน่ใจของตัวเอง ความทุกข์โศกและความผิดหวัง มิได้เกิดขึ้นกับตนเองแต่เพียงผู้เดียว บุคคลอื่น ๆ ไม่ว่าจะอยู่ที่ใดก็อาจจะเคยมีประสบการณ์เช่นเดียวกับนี้ เขาจะรู้สึกโล่งอกเมื่อปัญหาที่ทำให้ตัวเองต้องแยกตัวออกจากสังคมสู่โลกเปล่าเปลี่ยวแห่งความผิดหวัง ความข้องคับใจ ความทุกข์โศก หรือ ความสงสัย ได้ถูกขจัดให้หมดไปภายหลังจากการอ่านหนังสือ"

แบรดลีย์และบอสเกต (Bradley and Bosquet ๑๙๖๓ : ๕๘) จิตแพทย์ซึ่งได้คลุกคลีกับเด็กที่มีปัญหามาเป็นเวลานาน ได้แสดงความคิดเห็นของเขาต่อการบำบัดด้วยหนังสือว่า ทรายไฟที่ความคิดและความรู้สึกของผู้ป่วยยังผูกพันอยู่กับ เรื่องที่เขาอ่าน แพทย์

ผู้ซึ่งได้เลือกสรร เนื้อหาของหนังสือให้อ่านก็เท่ากับมีส่วนกำหนดวิถีชีวิตให้แก่ผู้ปวยนั้นด้วยเช่นกัน

งานวิจัยที่สำคัญของการบำบัดด้วยหนังสือรายกลุ่มมีมากมาย ดังนี้

ลินด์ (Lind ๑๙๓๖ : ๔๔๔) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ เรื่องอิทธิพลของหนังสือที่มีต่อวิถีชีวิตของผู้อ่าน และสรุปถึงความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิพลของการอ่าน และชีวิตภายในสังคมไว้ว่า ทักษะคิดนั้นเกิดขึ้นจากการอ่านแต่ก็ขึ้นกับสังคมด้วย สาเหตุของการแยกตัวเองหรือการเข้าสังคมกับเพื่อนฝูงนั้น อาจเกิดจากอิทธิพลของวิถี พื้นฐานทางสังคม ประเภทของหนังสือที่อ่าน และการเกิดแนวความคิดจากหนังสือที่อ่านของผู้อ่านเอง การอ่านจึงนับเป็นประสบการณ์ทางสังคมชั้นต้นที่สำคัญมากสำหรับเด็กประการหนึ่ง

ต่อมาในปี ค.ศ. ๑๙๔๒ แกกนอน (Gagnon quoted in Russell and Shrodes ๑๙๕๐ : ๔๑๓) ได้วิจัยงานทางด้านสาขาแพทยศาสตร์ ในเรื่องเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือ เขาได้กล่าวสรุปไว้ว่า ถ้าผู้ป่วยโรคจิตในระยะแรกเริ่มได้รับการแนะนำให้อ่านหนังสือโดยเฉพาะหนังสือที่ทำให้เขาเข้าสู่โลกแห่งความฝันได้เร็วขึ้น ก็อาจจะมีอันตรายเกิดขึ้น

ต่อมาอีก ๖ ปี กอทส์ชอล์ค (Gottschalk ๑๙๔๘ : ๖๕๓) ศัลยแพทย์ของกระทรวงสาธารณสุข สหรัฐอเมริกาได้มีความคิดเห็นแย้งกับแกกนอน กอทส์ชอล์ค กล่าวว่า "โดยทั่วไปแล้วผู้ป่วยที่มีอาการทางจิตอย่างอ่อนหรือเป็นโรคจิตในระยะแรกเริ่ม สมควรอย่างยิ่งที่จะได้รับคำแนะนำและดูแลให้อ่านอย่างใกล้ชิดจากแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งดูจะได้ผลดีกว่าในรายที่ผู้ป่วยป่วยโรคจิตมานานแล้ว"

ในชั้นสาขาการศึกษา ปี ค.ศ. ๑๙๔๒ เกรแฮม โฟลด์ส (Graham Foulds quoted in Russell ๑๙๕๔ : ๔๐๕) พบว่า การที่เด็กจะชอบตัวละครตัวใดในเรื่องที่อ่านมากที่สุดนั้น เราสามารถดูหรือทำนายได้จากพฤติกรรมที่เห็นเด่นชัดของตัวเด็กนั่นเอง เช่น เด็กที่ชอบผจญภัย เป็นคน ความจริงข้อนี้มีความสำคัญมากสำหรับผู้ทำงานในด้านการบำบัดด้วยหนังสือ เพราะว่าจะได้จัดหาหนังสือให้เหมาะสมกับกลุ่มเด็ก

เบอร์ตัน (Burton ๑๙๕๗ : ๔๗๓) ครูสอนภาษาอังกฤษในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายของมหาวิทยาลัยมินิโซตา ท้องการศึกษาว่าหนังสือมีส่วนช่วยแก้ปัญหาของเด็กหรือไม่ จากกลุ่มทดลองซึ่งเป็นเด็กชาย ๑๕ คน เด็กหญิง ๔๕ คน เบอร์ตันได้แบ่งนักเรียน

ทั้งหมดออกเป็นกลุ่มตามประเภทของปัญหาแล้วจัดหนังสือให้อ่าน เนื้อเรื่องของหนังสือที่ให้อ่านนั้นเป็นเรื่องที่พาละทิ้ง ไปถึงปัญหาแต่ละประเภท หลังจากที่นักเรียนทั้งหมดได้อ่านหนังสือแล้ว ก็มีการจัดอภิปรายทั้งหมดเกี่ยวกับเรื่องที่ได้อ่านนั้น เบอร์ตันรายงานว่าได้แนะนำพอใจ และสรุปว่า "เด็กโตมักไม่ค่อยกล่าวอภิปรายปัญหาส่วนตัวในชั้นเรียนกับเพื่อน ๆ แต่หาเขาได้อ่านหนังสือที่มีเนื้อหาคล้ายกับปัญหาส่วนตัวของเขาแล้ว เขาจะกล่าวอภิปรายกับเพื่อน ๆ ในกลุ่มอย่างเปิดเผยทีเดียว"

สมิธ (Smith ๑๙๕๕ : ๒๗๖) ได้ค้นคว้างานที่เกี่ยวกับการใช้หนังสือบำบัด และประเมินค่าอิทธิพลของหนังสือที่เด็กอ่าน โดยใช้แบบสอบถามนักเรียนว่า มีคนใ้บ้างที่จำได้ว่า มีหนังสือนิทาน โคลง หรือบทความอะไรก็ได้ ที่สามารถเปลี่ยนแปลงความนึกคิดและทัศนคติของตนเองได้ ไม่ว่าจะไปในทางใดก็ตาม สมิธ ได้สรุปประสิทธิภาพของหนังสือไว้ว่า "เด็กแต่ละคนในแต่ละห้อง เรียนชอบชื่อหนังสือ ซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาไม่ตรงกันเลยแม้แต่เล่มเดียว . . . นี่เป็นข้อยืนยันแสดงให้เห็นว่า อย่างน้อยที่สุดการอ่านก็มีคุณค่าต่อแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน หนังสือแต่ละเล่มก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ กันในแต่ละบุคคล"

โลบัน (Loban ๑๙๕๕ : ๓๕๒) ได้พยายามเปรียบเทียบกลุ่มเด็กที่มีอารมณ์อ่อนไหวง่ายกับกลุ่มเด็กที่มีจิตใจมั่นคงว่าจะมีความสนใจในหนังสือแตกต่างกันอย่างไร โลบันกล่าวว่า "มีแนวโน้มที่เห็นได้ชัดว่า เด็กที่มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย จะมีความสนใจในหนังสือที่เกี่ยวกับอุดมการณ์ จริยธรรมและความเห็นอกเห็นใจ ส่วนผู้ที่มีจิตใจไม่อ่อนไหวง่าย จะสนใจหนังสือประเภทโศกนาฏกรรม เป็นต้น" โลบันจึงได้สรุปไว้อีกตอนหนึ่งว่า "ครูควรมีส่วนช่วยในการอภิปรายถึงสาเหตุสำคัญ ๆ ที่เป็นพื้นฐานของพฤติกรรมและเหตุการณ์ต่าง ๆ ในเรื่องที่เขารับอ่านให้เด็กวัยรุ่นทั้งชั้นได้ฟัง เพื่อจะได้จับประเด็นสำคัญได้ถูกต้อง"

ในปีเดียวกันนี้ ไชโรเดส (Shrodes ๑๙๕๕ : ๓๕) ได้เสนอวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือ วิทยานิพนธ์นี้ได้ให้ความรู้ในด้านการใช้หนังสืออย่างกว้างขวาง เกี่ยวกับทฤษฎีและการทดลองในคลินิกแพทย์ โดยใช้การบำบัดด้วยหนังสือ มีการเสนอกรณีตัวอย่างต่าง ๆ ที่ได้รวบรวมไว้ เสนอผลการวิจัยและรายละเอียดปลีกย่อย ข้อเสนออย่างหนึ่งคือ ถ้ามีการเลือกสรรหนังสือเป็นอย่างดีให้แก่ผู้อ่านแล้ว ภายหลังจากการอ่านหนังสือนั้นจะมีส่วนช่วยในการแก้ปัญหาส่วนตัวของผู้อ่านได้เป็นอย่างดียิ่ง นอกจากนี้

ไซร เกส ยังได้กล่าวถึงคุณสมบัติของวรรณกรรมไว้ว่า "วรรณกรรมควรสะท้อนภาพ ทำให้ผู้อ่านมองเห็นบุคลิกภาพของชนโดยละเอียดความีลักษณะ เช่นใจอย่างแจ่มแจ้งที่สุด เมื่อผู้อ่านเกิดการมดลอยตามเรื่องทีอ่านแล้วจะทำให้ผู้อ่านเกิดการรู้แจ้งหรือหยั่งเห็นในแรงจูงใจของตนและเกิดพลังในการสร้างชีวิตของตนให้สมบูรณ์ขึ้น"

รัสเซลและไซรเกส (Russell and Shrodes ๑๙๕๐ : ๔๑๖) ได้สรุปผลของการค้นคว้าทางด้านการบำบัดด้วยหนังสือ บทสรุปข้อหนึ่งที่ใหญ่ให้วิธีบำบัดด้วยหนังสือได้ระวางถึงอันตรายอันอาจเกิดขึ้นได้ กล่าวคือ "เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดด้วยหนังสือนั้นมีทั้งหลักฐานที่ได้จากการวิจัยและจากความคิดเห็นของบุคคล โดยเฉพาะเอกสารที่เป็นความคิดเห็นนี้ผู้ใช้ของตระหนักอยู่เสมอ เพราะผู้แสดงความคิดเห็นนั้น ๆ อาจมีความศรัทธาในผลของการใช้วิธีบำบัดด้วยหนังสือมากเกินไป"

ไวท์การ์เทิน (Weingarten ๑๙๕๔ : ๒๒๓) ได้ทำการวิจัยโดยออกแบบสอบถามไปยังวัยรุ่นจำนวน ๑,๒๕๖ คน จุดมุ่งหมายในการวิจัยครั้งนี้มีอยู่ ๓ ประการ คือ

๑. เพื่อต้องการทราบว่า การอ่านโดยสมัครใจนั้น มีผลช่วยในการสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับลักษณะในการพัฒนาการตามวัยของผู้อ่านได้เพียงใด
๒. เพื่อหาชนิดของหนังสือซึ่งมีประโยชน์และคุณค่าในทางพัฒนาตัวของเด็กเอง
๓. เพื่อให้ทราบถึงชนิดของปัญหาชีวิตประเภทต่าง ๆ ซึ่งหนังสือมีส่วนช่วยให้เขาสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้

จากผลของการวิจัย ไวท์การ์เทินได้สรุปไว้ดังนี้ "เป็นหน้าที่ของครู แพทย์ บรรณารักษ์ และผู้แนะแนวที่จะนำนักเรียนไปสู่หนังสือที่รวบรวมความสนใจและคุณค่าแห่งความดีให้แก่เด็ก ๆ ซึ่งหนังสือเหล่านั้นมีประสิทธิภาพและมีบทบาทสำคัญที่จะมีผลต่อพัฒนาการของเด็กทั้งทางด้านส่วนตัวและสังคม"

ในปี ๑๙๕๔ นี้ ฮอนแลนด์ (Horland quoted in Russell ๑๙๕๓ : ๔๐๓) ได้ทำการศึกษาลักษณะเฉพาะตัวของผู้อ่านแต่ละคน และได้สรุปว่า ผลที่ได้รับจากการอ่านขึ้นกับสิ่งต่อไปนี้คือ

๑. ความพร้อมในการยอมรับความคิดเห็นใหม่ ๆ
๒. ความโน้มเอียงที่จะถูกชักจูงจากสิ่งแวดล้อม

๓. ความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มที่ผู้อ่านรวมอยู่ และการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของกลุ่ม หรือการวางตัว เป็นอิสระ

ต่อมาในปี ๑๙๕๖ ลอจ ( Lodge ๑๙๕๖ : ๒๕๒) ได้ทำการวิจัยเพื่อต้องการทราบว่า เด็กหญิงหรือเด็กชายจะนำตัวเองเข้าไปเปรียบเทียบกับตัวละครในเรื่องได้มากน้อยเพียงใด การวิจัยครั้งนี้ ใช้เวลานาน ๒ สัปดาห์ โดยการเฉลี่ยเวลา ๕๐ นาที สำหรับศึกษาอัตชีวประวัติของเด็กแต่ละคน ผลจากการวิจัยสรุปได้ว่า เด็กเหล่านี้ได้รับอิทธิพลจากหนังสือที่เขาอ่านพอ ๆ กับ อิทธิพลจากผู้ใหญ่ที่เขาอยู่กับ เพื่อที่จะหาข้อมูลในเรื่องนี้เพิ่มขึ้น ลอจได้แนะนำว่าควรมีการวิจัยโดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์รวมด้วย

แอนโรนี อมาโต ( Amato ๑๙๕๗ : ๘) ได้ทดลองใช้การบำบัดด้วยหนังสือที่มหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนีย โดยแบ่งกลุ่มผู้ทดลองออกเป็นกลุ่มย่อยและใช้สถานการณ์ ๓ อย่าง กล่าวคือ กลุ่มที่หนึ่ง เป็นกลุ่มที่พบพร้อมกันทั้งชั้นหลังการอ่านหนังสือแล้ว กลุ่มที่สอง เป็นกลุ่มที่มีการประชุมไม่บ่อยครั้งนัก แต่ใช้การสื่อสารด้วยวิธีเขียนข้อความถึงกันเป็นส่วนใหญ่ และกลุ่มที่สาม เป็นกลุ่มที่มีการพบตัวกันเป็นรายบุคคลกับครูแนะแนว แม้การบำบัดด้วยหนังสือจะประสบผลสำเร็จทั้งสามกลุ่ม แต่ผู้วิจัยก็พบว่า การบำบัดด้วยหนังสือแบบรายบุคคลให้ผลดีที่สุด

บอน ( Bone ๑๙๕๘ : ๓๑๘) ผู้อำนวยการโรงเรียนโบว์ลิงกรีน ที่เมืองแซคโคโร เมนโต มลรัฐแคลิฟอร์เนีย ได้กล่าวถึงการเรียนแบบหน่วย เรื่องความสัมพันธ์ในครอบครัว การเรียนในหน่วยนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะส่งเสริมให้เด็กสนใจในความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัวให้ลึกซึ้ง โดยการอ่านหนังสือเรื่อง Caddie Woodlawn พร้อมทั้งแสดงละครและอภิปรายเกี่ยวกับเรื่องนี้อ่านนี้ ผลปรากฏว่าเด็กนักเรียนได้พบเทคนิคใหม่ ๆ ในการปฏิบัติตนและนำไปใช้กับครอบครัวของเขาเอง

ในเดือนมกราคม ค.ศ. ๑๙๖๑ เว็สเตอร์ ( Webster ๑๙๖๑ : ๑๖๑) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการอ่านที่จะสามารถลดความกลัวของเด็กชั้นประถมปีที่ ๑ ให้น้อยลงได้ มีเด็กจำนวน ๒๘ คน จากเด็กทั้งชั้น ๓๘ คน ซึ่งมีความกลัวในเรื่องต่าง ๆ และในตอนสุดท้ายของการวิจัยมีเด็กจำนวน ๘ คน ซึ่งเคยกล่าวว่า กลัวความมืด ได้สารภาพว่าเขากลัวความมืดน้อยลง อีก ๕ คนที่เคยบอกว่ากลัวสุนัข ก็กลัวน้อยลง ในตอนสรุปเว็บสเตอร์ได้กล่าวถึงปัญหาที่พบบ่อยเสมอในการวิจัยทางด้านการใช้หนังสือบำบัด คือ "การวิจัยอาจจะไม่สามารถ

วัดความเที่ยงตรงของประสบการณ์เหล่านั้นได้ชัดเจน เนื่องจากการวัดอารมณ์ของมนุษย์ให้  
ได้คล้อย่างเที่ยงตรงนั้นเป็นไปได้โดยยาก"

แมทเทอร์รา (Mattera ๑๙๖๑ : ๑๒๑) ได้ศึกษาเรื่องเกี่ยวกับการบำบัด  
ด้วยหนังสือสำหรับนักเรียนชั้นปีที่ ๖ เขาได้สรุปผลการวิจัยไว้ตอนหนึ่งว่า หนังสือที่จะช่วย  
เหลือเด็กในการแก้ปัญหาต่าง ๆ นั้น ต้องเป็นหนังสือที่น่าสนใจอย่างมาก และหนังสือที่จะช่วย  
ป้องกันปัญหาที่จะเกิดในอนาคตก็ควรสร้างภูมิหลังของประสบการณ์ที่โชกโชกแพน หรือเป็นเรื่อง  
ที่เด็กเคยเรียนรู้มาบ้างแล้ว เพื่อให้เด็กเกิดความเข้าใจแจ่มแจ้งด้วย

วิปเปิล (Whipple ๑๙๖๔ : ๑๕) ได้ใช้ประโยชน์ของการบำบัดด้วย  
หนังสือกับเด็กนักเรียนโรงเรียนมัธยมต้นแห่งหนึ่งในเมืองโอกลาโฮมา กลุ่มตัวอย่างเป็น  
นักเรียนชาย ๑๐๔ คน เขาต้องการศึกษาว่า การบำบัดด้วยหนังสือจะมีผลสัมฤทธิ์ทางวิชา  
การโดยเฉพาะสาขาวิชาชีววิทยามากเพียงใด และการบำบัดด้วยหนังสือจะมีผลต่อบุคลิกภาพ  
ของผู้ถูกทดลองหรือไม่ การทดลองครั้งนี้ใช้เวลา ๑๐ สัปดาห์ ผลการวิจัยโดยคณะ  
จากแบบทดสอบทางชีววิทยาและแบบทดสอบทางบุคลิกภาพ (Nelson Biology and  
Minnesota Multiphysic Personality Inventory) ปรากฏว่าคะแนนของกลุ่ม  
ทดลองเพิ่มมากขึ้น แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ แสดงว่า การบำบัดด้วยหนังสือ  
มีผลสัมฤทธิ์ทั้งในด้านการให้เนื้อหาสาระวิชา และในด้านการเสริมแต่งบุคลิกภาพของผู้ถูก  
ทดลองด้วย

ฮิปเปิล (Hipple ๑๙๖๕ : ๒๐๔) ได้ศึกษาเกี่ยวกับคุณค่าของนวนิยายที่เลือก  
ให้นักเรียนอ่านในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้วิธีให้เด็กอ่านเรื่องที่คัดเลือกไว้แล้ว  
๔ เรื่อง เพื่อต้องการทราบความสนใจและความต้องการในการอ่านนวนิยายนั้น ๆ ซึ่งมี  
The Red Badge of Courage. The Adventures of Huckleberry Finn.  
The Catcher in the Rye และ To Kill a Mockingbird ในการศึกษา  
ครั้งนี้ ผู้วิจัยคาดว่าคุณค่าที่จะได้รับจากนวนิยายมี ๗ ประการคือ คุณค่าทางเศรษฐกิจ สุขภาพ  
อนามัยที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ คุณค่าทางการพักผ่อนหย่อนใจ คุณค่าทางสังคม จรรยา  
ความงาม สติปัญญา และคุณค่าทางศาสนา ผู้วิจัยใช้วิธี "วิเคราะห์คุณค่า" (Value  
Analysis) ผลการวิจัยปรากฏว่า เด็กได้รับคุณค่าจากนวนิยายตามผลที่คาดไว้เป็นส่วนใหญ่  
ยกเว้นคุณค่าทางด้านความงามและด้านศาสนาที่ได้รับจากหนังสือทั้ง ๔ เล่มนั้นน้อยมากจนไม่มี

นัยสำคัญ สำหรับเรื่อง The Adventures of Huckleberry Finn. และ The Calcher in the Rye. ให้ความสำคัญที่มีนัยสำคัญทางเศรษฐกิจมากที่สุด The Catcher in the Rye และ To Kill a Mockingbird ให้ความสำคัญในทางสติปัญญา แต่อย่างไรก็ตามนวนิยายทั้ง ๔ เรื่อง ให้ความสำคัญในค่านิสัยภาพอนามัย การพักผ่อนหย่อนใจ สังคมและจรรยา

แอลมอนต์ ( Almond ๑๙๖๕ : ๒๑๘) ได้ศึกษาถุ่ำนนวนิยายชวนเชื่อ ( Propaganda Novel ) มีอิทธิพลต่อผู้อ่านเกี่ยวกับการเมืองอย่างไร เขาเลือกเอา นวนิยายประเภทนี้มา ๖ เรื่อง ได้แก่ Uncle Tom 's Cabin. White Jacket. The Ugly American. Looking Backward. Caesar 's Column Dru. และ The Grapes of Warth. นวนิยายทั้ง ๖ เรื่องนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ วรรณคดี การโฆษณาชวนเชื่อ สื่อสารมวลชน จิตวิทยา และสังคมวิทยา ผลจากการศึกษาครั้งนี้เขาพบว่า นวนิยายมีบทบาทและอิทธิพลในการเปลี่ยนระดับความสนใจของผู้อ่าน ในขณะที่เดียวกันนวนิยายก็ให้ความสนุกเพลิดเพลินแกผู้อ่านด้วย ผู้วิจัยได้สรุปว่าในด้านการเมืองและการโฆษณาชวนเชื่อ เราสามารถใช้นวนิยายเป็นเครื่องมือในการทำให้เกิดความเข้าใจอย่างกระจ่างแจ้งได้เป็นอย่างดี

พอนเคอร์ ( Ponder ๑๙๖๕ : ๒๕๐) ได้ทำการวิจัยโดยใช้การบำบัดด้วยหนังสือว่าจะมีผลต่อระดับคะแนนของการยอมรับตัวเอง และความสามารถในการอ่านของนักเรียนชั้นประถมปีที่ ๕ เพียงใด ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่าง เป็นเด็กที่มาจากรอบครัว ซึ่งมีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ พอนเคอร์ได้ให้ครูประจำชั้นเป็นผู้ที่อ่านเรื่องที่คัดเลือกไว้ให้กลุ่มทดลองฟังหนังสือเหล่านั้นเป็นเรื่อง เกี่ยวกับความยากจน เมื่อเด็กนักเรียนฟังแต่ละเรื่องจบแล้วได้มีการอภิปรายถึงการกระทำและความรู้สึกของตัวละคร การทดลองที่ใช้เวลาครั้งละ ๓๐ นาที สัปดาห์ละ ๒ ครั้ง เป็นเวลา ๕ สัปดาห์ จากการวิจัยพบว่า การบำบัดด้วยหนังสือให้ผลสัมฤทธิ์ในการอ่านและการยอมรับตนเองของกลุ่มทดลองอย่างมีนัยสำคัญ

ในปี ๑๙๗๑ แอลสบรุค ( Alsbrook ๑๙๗๑ : ๔๕๑) ได้ศึกษาว่า การบำบัดด้วยหนังสือจะช่วยในการเปลี่ยนแปลงความเป็นชาตินิยมของบุคคลได้หรือไม่ จุดมุ่งหมายของเขาเพื่อเปลี่ยนทัศนคติของนักศึกษาผิวขาวที่มีต่อนักศึกษาผิวดำโดยใช้หนังสือ เป็นสื่อ เปลี่ยนแนว

ความคิด ในการทดลองได้แบ่งนักศึกษาออกเป็น ๔ กลุ่ม กลุ่มละ ๑๓ คน กลุ่มทดลองสอง  
กลุ่มแรกให้อ่านหนังสือแล้วอภิปรายเพิ่มเติม กลุ่มทดลองกลุ่มที่สามให้อ่านหนังสือแต่ไม่  
อภิปราย กลุ่มที่สี่เป็นกลุ่มควบคุมไม่ให้อ่านหนังสือเลย ทั้ง ๔ กลุ่มทำการทดลองถึง ๓ ครั้ง  
ผลการวิจัยปรากฏว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติของแต่ละกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑ และค่าความหลงเชื่อชาติของตนเองของกลุ่มทดลองทั้ง ๓ กลุ่ม  
ลดน้อย ทั้งที่ทำการทดลองแต่ละครั้งห่างกัน ๑ เดือน แสดงให้เห็นว่าทัศนคติของผู้ทดลอง  
ได้เปลี่ยนไปส่วนกลุ่มควบคุม แม้การทดลองจะผ่านไปถึง ๓ ครั้ง คะแนนก็แทบจะไม่แตกต่างกัน  
เลย ผู้วิจัยได้เสนอแนะไว้ว่า ถ้าระยะเวลาการทดลองยาวนานกว่านี้ การบำบัดด้วยหนังสือ  
ก็จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมากขึ้นกว่านี้

แมคคอสกี ( Mc. Claskey ๑๙๗๑ : ๕๒๐) ได้ทดลองใช้ประโยชน์ของการ  
บำบัดด้วยหนังสือกับผู้ป่วยที่ได้รับการความกระทบกระเทือนใจ ว่าการใช้วรรณกรรมสำหรับสอน  
ธรรม ( Didactic Literature ) และวรรณกรรมเพื่อความคิดสร้างสรรค์  
( Creative Literature ) มีผลต่อการเข้าร่วมอภิปรายในกลุ่มและการเปลี่ยนพฤติกรรม  
ของผู้ป่วยเพียงใด การทดลองครั้งนี้มีผู้ป่วยเข้ารับการรักษา ๗๓ คน ผู้วิจัยแบ่งผู้ป่วยออก  
เป็นกลุ่มทดลอง ๔ กลุ่ม และกลุ่มควบคุม ๒ กลุ่ม ใช้เวลาพบกับผู้ป่วยสัปดาห์ละ ๓ ครั้ง เป็น  
เวลา ๑๒ สัปดาห์ ผลการวิจัยปรากฏว่าการบำบัดด้วยหนังสือมีผลทำให้ผู้ป่วยเข้าร่วมในการ  
อภิปรายในกลุ่มมากขึ้น และมีผลต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ป่วยอย่างมีนัยสำคัญ

ซูคาโร ( Zucaro ๑๙๗๒ : ๑๗๔) ได้ศึกษาเพื่อทดสอบสมมติฐานที่ว่า การบำบัด  
ด้วยหนังสือสามารถเปลี่ยนทัศนคติของเด็กชั้นปีที่ ๒ ที่มีต่อชาวอเมริกันนิโกร และสามารถ  
เปลี่ยนทัศนคติต่อชาวอเมริกันนิโกรได้จริงก็ควรจะเป็นทัศนคติที่มีต่อชนกลุ่มน้อยอื่น ๆ เช่น  
อเมริกันอินเดียน และเปอร์โตริโกด้วย จากการทดสอบปรากฏว่า กลุ่มทดลองที่ให้อ่านเรื่อง  
เกี่ยวกับชาวนิโกร และอภิปรายเรื่องที่ได้อ่านนั้นคะแนนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อคนผิวดำสูง  
ขึ้นเรื่อย ๆ ตลอดการทดลอง กลุ่มทดลองที่อ่านหนังสือแต่ไม่อภิปราย มีคะแนนทัศนคติสูงขึ้น  
แต่ไม่เท่ากลุ่มแรก ส่วนกลุ่มควบคุมคะแนนความเปลี่ยนแปลงทัศนคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติ สำหรับทัศนคติที่มีต่อชนกลุ่มน้อยอื่น ๆ นั้นมีผลเช่นเดียวกับทัศนคติต่อคนผิวดำทั้ง ๓  
กลุ่ม ผู้วิจัยยังได้พบอีกว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติมีค่าสัมพันธ์กับระยะเวลาในการทดลอง  
และจำนวนหนังสือที่ให้อ่านกลุ่มทดลองทั้ง ๒ กลุ่มอ่านตั้งแต่เริ่มแรกจนถึงขั้นสุดท้ายของการทดลอง



ในปี ๑๙๗๗ วิลเลียม เฮนเดอร์สัน (Henderson quoted in Bernstein ๑๙๗๗ : ๑๙๒) ได้รายงานผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้หนังสือบำบัดรักษาวัยรุ่นที่มีความผิดปกติว่า ได้ผลเป็นที่น่าพอใจ

### สมมติฐานในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีสมมติฐานว่า การบำบัดด้วยหนังสือที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับปัญหาของเด็ก จะช่วยลดความวิตกกังวลของเด็กป่วยด้วยโรคไตและต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาลเป็นเวลานานได้

### ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษานี้จะกระทำเฉพาะในขอบเขตดังต่อไปนี้ คือ

๑. ศึกษาจากเด็กป่วยด้วยโรคไตซึ่งต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาล จำนวน ๔ คน โดยพักรักษาตัวในตึกเด็กป่วยโรคไต โรงพยาบาลศิริราช
๒. ระยะเวลาในการศึกษาทดลอง ๕ สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ ๒๔ ตุลาคม ๒๕๒๖ ถึงวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๒๖
๓. พฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่สามารถบำบัดหรือเปลี่ยนแปลงได้มีหลายประการ แต่ในการศึกษานี้ ศึกษาเฉพาะลักษณะความวิตกกังวลเพียงประการเดียว โดยถือเอาคะแนนจากมาตรวัดความวิตกกังวล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การสัมภาษณ์ผู้ปกครอง การศึกษาจากบันทึกของพยาบาล และการจดบันทึกของผู้วิจัยเองตลอดการศึกษานี้ เป็นการเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงของเด็กแต่ละคน
๔. ตัวแปรที่จะนำมาศึกษาในครั้งนี้ ตัวแปรอิสระ คือ หนังสือ ตัวแปรตาม คือ ผลของการอ่านหนังสือต่อระดับความวิตกกังวล

### คำนิยามศัพท์เฉพาะ

๑. การบำบัดด้วยหนังสือ (Bibliotherapy) หมายถึง การใช้ประโยชน์โดยตรงจากการอ่านหนังสือที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับปัญหาของผู้อ่าน เพื่อให้เนื้อหาและแนวทางในการแก้ปัญหาในหนังสือ เป็นสื่อให้ผู้อ่านเกิดแนวทางในการคิดแก้ไขปัญหาของตน

๒. ความวิตกกังวล (Anxiety) ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ภาวะความ  
 ที่เครียดทางอารมณ์ของบุคคล ที่เกิดขึ้นเฉพาะสถานการณ์เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าในขณะนั้น  
 ซึ่งบุคคลจะรู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล ขาดความมั่นคง หรือเกิดความกลัว ความเข้มของ  
 ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นนี้ ขึ้นกับสภาวะของสิ่งเร้าด้วย เมื่อความวิตกกังวลชนิดนี้เกิดขึ้นแล้ว  
 จะมีความเข้มสูง แต่จะคงอยู่ในระยะเวลาอันสั้น

๓. เด็กป่วยในโรงพยาบาล (Hospitalized Children) ในการวิจัย  
 ครั้งนี้ หมายถึง เด็กอายุระหว่าง ๕ - ๑๒ ปี ซึ่งป่วยด้วยโรคไต และต้องพักรักษาตัวใน  
 โรงพยาบาลติดต่อกันอย่างน้อย ๕ สัปดาห์ โดยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลก่อนการ  
 ทดลองอย่างน้อย ๑ สัปดาห์ สุ่มเลือกมาจากเด็กที่มีพื้นฐานทางการศึกษาระหว่างชั้น ป.๕-  
 ม.๑ และได้คะแนนจากการทำแบบทดสอบความสามารถในการอ่านมากกว่าร้อยละ ๕๐

๔. โรคไต (Renal Diseases) หมายถึง โรคเรื้อรังที่เกิดขึ้นเนื่องจาก  
 ความผิดปกติของโครงสร้างและระบบการทำงานของไต เช่น Nephrotic Syndrome,  
 Acute Nephritis (ไตอักเสบเฉียบพลัน), Chronic Renal Failure (ไตวาย)

๕. สื่อสนทนา หมายถึง สิ่งพิมพ์ สื่อมวลชน ภาพยนตร์ หรือภาพนิ่ง แถบ  
 บันทึกเสียง บทความ เอกสาร หนังสือ การ์ตูน วิทยุ โทรทัศน์ และ วิดีโอ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยครั้งนี้ คือ

๑. เพื่อให้ทราบถึงอิทธิพลของหนังสือต่อการลดภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์  
 ความวิตกกังวล และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างของเด็ก

๒. ผลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะมีส่วนช่วยให้บรรณารักษ์ ครูแนะแนว ผู้ปกครอง  
 ตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้ทราบถึงแนวทางในการพิจารณาคัดเลือกหนังสือที่เหมาะสมกับ  
 เด็กแต่ละคน เพื่อช่วยส่งเสริมประสบการณ์ชีวิต และช่วยพัฒนาด้านความคิดและอารมณ์ให้  
 เด็กด้วย

๓. ผลจากการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์โดยตรงต่อผู้ที่ทำหน้าที่ให้บริการแนะแนว  
 ในการอ่าน เพื่อแก้ไขปัญหาการเรียนและปัญหาส่วนตัวของเด็ก

๔. เพื่อเสริมทักษะและความสนใจในการอ่านให้แก่เด็ก