



บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2533. ชีวิตที่สไตล. สู้ชีวิตด้วยจิตวิทยาชุดที่ 3 กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศีกษิต, 2533.
- ชมชื่น สมประ เสริฐ. 2526. ผลของการฝึกสมาธิต่อระดับความวิตกกังวล. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชัยพร วิชชาวุธ. 2523. การวิจัยเชิงจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- ชูชัย สมितिไกร. 2527. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม. เชียงใหม่: การให้คำปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (อัดสำเนา).
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2527. เทคนิคการใช้สติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เจริญผล.
- คาราวรรณ ต๊ะบิณฑา. 2528. ผลของการใช้ตัวแบบในการลดความวิตกกังวลของนักศึกษา ก่อนการศึกษาภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิมิตศุรา แว. 2531. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มแบบโฮลิสติกต่อการลดความ วิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลและผดุงครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิราศศิริ โรจนธรรมกุล. 2535. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเพิ่ม การเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นัยนา รัตนมาศทิพย์. 2531. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประ เสริฐ ผลิตผลการพิมพ์. 2534. การให้คำปรึกษาผู้ติดเชื่อ เอช ไอ วี. ข่าวสาร โรคเอดส์ 4: 1-5.
- ประคอง กรรณสูตร. 2525. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บรรพกิจ.

- พรณราย ทรัพย์ประภา. 2523. เทคนิคการสัมภาษณ์. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พวงเพชร เกษรสมุทร. 2536. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวรอเจอร์ต่อความวิตกกังวลในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์. 2534. รูปแบบการประชาสัมพันธ์เอดส์ ด้วยจิตวิทยาสังคม ข่าวสารโรคเอดส์ 4: 1-5.
- รัชณี วีระสุขสวัสดิ์. 2535. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยโรคหัวใจและรักษาในโรงพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ลดาวลัย จารุนารัตน์. 2528. ผลของการใช้เครื่องมือติดต่อสื่อสารที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยที่ใส่ท่อช่วยหายใจ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (ม.บ.บ.). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริกาญจน์ เผือกเทศ. 2527. ผลของการพยาบาลทางด้านจิตใจต่อระดับความวิตกกังวลในขณะผ่าตัดของผู้ป่วยที่เข้ารับการผ่าตัดเย็บซ่อมแซมไส้เลื่อน และการผ่าตัดเลาะหลอดเลือดคอในอุ้งอวัยวะ ซึ่งได้รับยาระงับความรู้สึกทางช่องน้ำไขสันหลัง. วิทยานิพนธ์ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริพันธ์ สุคนธรัตน์. 2527. ผลของการสัมผัสต่อระดับความวิตกกังวลในผู้ป่วยที่รับการรักษาตัวในแผนกอายุรกรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สาธารณสุข, กระทรวง. 2537. แนวทางการดำเนินงานป้องกันและควบคุมโรคเอดส์. คู่มือการปฏิบัติงาน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- _____. 2535. บทความย่อผลงานทางวิชาการการสัมมนาโรคเอดส์แห่งชาติ ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- _____. 2535. การให้บริการปรึกษาแนะแนวเกี่ยวกับโรคเอดส์ (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

- สุกัญญา ฉัตรสุวรรณ. 2529. ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มในการสอนผู้ป่วยต่อระดับความวิตกกังวลก่อนการผ่าตัดของผู้ป่วยโรคไตกระจก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุนีย์ ตันติพัฒนานนท์. 2522. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพมหานคร อักษรสัมพันธ์.
- สุนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว. 2527. เอกสารคำสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชชุมชน. เชียงใหม่: ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (อัดสำเนา).
- โสรัจ โปธิแก้ว. 2526. A Group Leader and A Group. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (อัดสำเนา).
- เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์ และ วุฒิชัย มูลศักดิ์. 2534. วิธีจัดการกับความเครียด. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นอ้อ.
- อนงค์ ลีละชัยกุล. 2529. การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลของหญิงครรภ์แรกที่มีอายุระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อนามัยโลก, องค์การ. 2534. แนวทางการแนะนำเรื่องโรคเอดส์. แปลโดย วรยุพา สมถวิล. โรงพิมพ์กระทรวงสาธารณสุข.
- อภิชาติ ศิวาธร, บรรณาธิการ. 2531. โรคเพศสัมพันธ์ที่อันตราย. สมาคมแพทย์ทางกามโรคแห่งประเทศไทย. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.
- อุบล วุฒิสาลี. 2527. กระบวนการควบคุมตนเอง เพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุบล สาธิตะกร. 2526. ผลของการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความเจริญส่วนบุคคล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Barry, J. 1993. Psychosocial aspects of HIV infection. Paper presented at a seminar on The Clinical Management of HIV Disease by the Harvard Medical School of the Faculty of Medicine, Chiangmai University and the Thai Red Cross Society, pp. 25-29. Chiangmai.
- Beck, A.T. 1972. In Anxiety, Current Trends in Theory and Research. 2 Vols. New York: Academic Press.
- Beckham, D. 1988. Group work with people who have AIDS. Journal of Psychosocial Oncology. 6: 213-218.
- Beckham, J.C. and Gustafson, D.,J. 1991. stress Inoculation bibliotherapy in the treatment of test Anxiety. Journal of Counseling Psychology 38: 115-118.
- Bolle and Leon, J. 1988. A Comparative study of state anxiety, social support and coping styles as perceived by male homosexuals participating in the worried well, AIDS-related complex, and acquired immune deficiency syndrome support groups. DNSC's Research, The Catholic University of America.
- Bor R. 1991. Efficacy of psychological therapies for people with HIV disease. AIDS Care 4: 405-407.
- Brunner, L., S. and Suddarth, D., S. The Lippincott manual of nursing practice. 3 rd ed. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Campbell, D.T., and Standley, J.,C. 1970. Experimental and quasi-experimental designs for research. U.S.A.: Rand MC. Nally and Company.

- Coates, T.J., Temoshok, L. and Mendel, J. 1984. Psychological research is essential to understanding and treating AIDS. American Psychologist 39: 1309-1314.
- Dipasquale and J.A., B. 1989. The psychological effects of support groups on individuals infected by the AIDS virus (immune deficiency). Ph.D. dissertation University of South California.
- Driever, M., J. 1976. Problem of low self-esteem. In Roy, C. and Englewood, C., N.J., Introduction to Nursing: An adaptation model, pp. 6. New York: Penquin Books.
- Dworkin, S., H. and Pincu, L. 1993. Counseling in the Era of AIDS, Special Feature: AIDS and HIV. Journal of Counseling and Development 3: 275-281.
- Epstein, S. 1972. In Anxiety: Current trends in theory and research. 2 Vols. New York: Academic Press.
- Gremmen, T.,W., Witox, R. and Boom, V., D. 1991. Impact of Self help group on quality of life of PWA's in Netherlands. In Biopsychosocial Aspects of HIV Infection. First International Conference, Sept. 22-25, pp.166-169. Amsterdam, The Netherland.
- Galea, R., P., Lewis, B., F. and Lori, A. 1988. Voluntary testing for HIV antibodies among clients in long-term substance-abuse treatment. Social Worker 3: 265-268.
- Goldberger, L. and Breznitz, S. 1982. Handbooks of stress: Theoretical and clinical aspects. New York: Free Press.
- Hoffman, M., A. 1991. Counseling the HIV infected client: A psychosocial model assessment and intervention. The Counseling Psychologist 19: 467-542.

- Ivey, I.E. 1983. International interviewing and counseling. Monterey, California: Brooks/Cole publishing company.
- Kelly, J., A. and Lawrence, J., S. 1989. The AIDS health crisis: Psychological and Social Interventions. New York: Plenum Press.
- Kennerley, H. 1990. Managing anxiety a training manual. Oxford: Oxford University Press.
- Lazarus, R., S. and Averill, J., R. 1972. Emotion and Cognition: with special reference to anxiety. In C.D. Spiedlberger (ed.), Anxiety: Current trends in theory and research 2 Vols, pp. 241-283. New York: Academic Press.
- Mareness, D., A. 1982. Essentials of psychiatric nursing. 11th ed. St Louis: The C.V. Mosby.
- Martin, D. 1989. Human Immune Deficiency Virus infection and gay community: counseling and clinical issue [Special issue: Gay, lesbian and bisexual issue in counseling]. Journal of Counseling and Development 68: 67-72.
- Martin, J. 1988. Psychological consequences of AIDS-related bereavement among gay men. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 56: 856-862.
- Michell, J.L. 1989. Drug abuse and AIDS in women and their affected offspring. Journal of the National Medical Association 81: 841-842.
- Nichols, S.E. 1983. Psychiatric aspects of AIDS. Psychosomatics 24: 1083-1089.
- _____. 1986. Psychotherapy and AIDS. In T.S. Stein & C.J. Cohen (Eds.), Contemporary perspective on psychotherapy with lesbians and gay men, pp. 202-239. New York: Plenum.

- Nietzel, M., T., and Berstein, D. 1986. Assessments of anxiety and fear. In M., Herson and Aland (eds.), Behavioral assessment, pp. 215-241. New York: Pergamon Press.
- Ohlsen M., M. 1977. Group Counseling. New York: Holt and Winston.
- _____. , Horne, A., M and Lawe, C.,F. 1988. Group Counseling 3rd. ed. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Ostrew D., G., et al. 1989. HIV-related symptoms and psychological functioning in a cohort of homosexual men. American Journal of Psychiatry 146: 737-742.
- Pasquali, E., L., et al. 1981. Mental health nursing: A bio-psychocultural approach. St.Louis: The C.V. Mosby.
- Patterson, C.H. 1966. Theories of counseling and psychoterapy. New York: Harper & Row.
- Powell, T.J., and Enright, S., J. 1990. Anxiety and stress management. London: Routledge.
- Price, R., E., Omizo, M., M. and Hammett V., L. 1986. Counseling clients with AIDs. Journal of Counseling and Development 65: 96-97.
- Priest, R. 1983. Anxiety and depression: A practice guide to recovery. Singapore: P.G. Press.
- Rycroft, C. 1978. Anxiety and neurosis. New York: Penguin Books,
- Rogers, C., R. 1961. On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Baston: Houghton Mifflin.
- Schultz, D.,P. 1977. Growth Psychotherapy: Models of healthy personality. New York: Litton Education.
- Schmitt, F., E. and Wooldridge, P.,J. 1973. Psychological preparation of urgical patients. Nursing Research 22: 109-115.

- Schlossberg, N., K. 1981. A model for analyzing human adaptation to transition. Counseling Psychologist 9: 2-39.
- Sherr, L., Davy, T. and Strong, C. 1991. Counseling implications of anxiety and depression in AIDS and HIV infection: A pilot study. Counseling Psychology Quarterly 4: 27-35.
- Songag, S. 1977. Illness as a metaphor. New York: Farrar, Straus & Giroux.
- Spieldberger, C.,D. 1979. Understanding stress and anxiety. New York: Harper & Row.
- _____, Gorsuch, R.L. and Lushene, R.F. 1970. STAI Manual. California: Consulting Psychologists Press.
- Stuart, G., W. and Sundeen, S., J. 1979. Principle and practice of Psychiatric Nursing. Saint Louis: The C.V. Mosby.
- Taylor, C.,M. 1982. Mereness' essentials of psychiatric nursing. London: The C.V. Mosby.
- Trotzer, J.,P. 1977. The counselor and the group: Integrating theory training and practice. Montary, California: Brook/Cole.
- Verney, T., R. 1974. Inside groups: A practical guide to encounter group and group therapy. New York: Mc Graw Hill Book.
- Volden and Richard, M. 1989. Psychological functioning in gay men with AIDS and HIV seropositivity (immune defficiency). Ph.D. dissertation Loyola university of Chicago.
- Weinberger, M., C. 1988. The comparative efficacy of stress inoculationtraining and supportive therapy in the treatment of psychological distress in males with AIDS related complex (immune deficiency). Ph.D. dissertation California school of professional psychology.

Yonle, M., Clarborn, J., Wade, P. and Farthing, C. 1989. AIDS therapeutics in HIV disease. New York: churchill Livingstone.

Zich, J. and Jemoshok, L. 1987. Perceptions of social support in men with AIDS and ARC: Relationships with distress and hardiness (Special issue: Acquired Immune Defficiency Syndrome). Journal of Applied Social Psychology 17: 193-215.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

การสร้างสัมพันธภาพกับผู้ที่พฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื่องจากโรคเอดส์เป็นโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่ร้ายแรงและน่ากลัวในแง่ของการรักษาที่ยังไม่สามารถรักษาได้ ที่ร้ายแรงยิ่งกว่านั้น คือการได้รับการประนามจากสังคมว่าเป็นผู้สั่นทางเพศ ความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคเอดส์ แม้จะมีการรณรงค์ จากกระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานต่าง ๆ มากขึ้น แต่การยอมรับผู้ที่มียุติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ ในฐานะความเป็นบุคคลเต็มคนในสังคม ยังไม่เป็นที่ยอมรับ ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเหล่านี้ จึงมีชีวิตอยู่อย่างบอบคืด ซ่อนเร้น อี้อัด ขมขื่น ไม่มีทางระบาย หัวใจคิดว่าจะมีคนใดคนหนึ่ง ในสังคมรับรู้เรื่องการติดเชื้อของตนเอง

ผลกระทบต่อตัวบุคคลที่ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อต้องประสบพบทำให้มีรายงานความรู้สึก โดดเดี่ยว แยกแยก แยกตัวเองจากสังคม ความรู้สึกในใจเหล่านี้ส่งผลให้ความรู้สึกของผู้ติดเชื้อที่ต่อการติดเชื้อเลวลงกว่าเดิม (Beckham, 1988 quoted in Hoffman, 1991) ผู้ติดเชื้อจะพยายามหลบหน้าเพื่อนฝูงและปกปิดเรื่องการติดเชื้อเป็นความลับ (เท่าชีวิต) การหลีกเลี่ยงที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเกิดขึ้นเพราะการกลัวการถูกปฏิเสธ (Christ and Wiener, 1985; Dilley, 1985; Price, 1986; Marth, 1989; Hoffman, Ibid) ความรู้สึกและพฤติกรรมเหล่านี้ ไม่ได้มีรายงานเฉพาะในเอกสารการวิจัยต่างประเทศแต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในกลุ่มผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงในประเทศไทย แม้จะยังไม่มีรายงานการวิจัยที่เป็นหลักฐานแน่นอน

สภาวะทางจิตใจและอารมณ์ที่เกิดขึ้นในผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเหล่านี้เป็นสิ่งที่ผู้ที่จะเข้าไปสร้างสัมพันธภาพจะต้องตระหนักและระมัดระวัง ที่จะต้องเข้าไปอย่างพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเต็มที่ ไม่ใช่เข้าไปเพื่อแสวงหาผลประโยชน์เพียงอย่างเดียว

ผู้วิจัยจึงได้วางขั้นตอนในการสร้างสัมพันธภาพที่สร้างความเชื่อถือ และความไว้วางใจกับผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาหาความรู้ในเรื่องโรคเอดส์จากหนังสือ วารสาร รายงานการวิจัยต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความรู้อย่างกระจ่างชัด ทั้งในแง่ของพยาธิสภาพของโรค การรักษา และแนวโน้มนอนาคต ตลอดจนศึกษาสภาวะจิตใจและอารมณ์ของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อร่วมด้วย เพื่อที่จะสามารถให้ข้อมูลแก่ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อได้ถูกต้อง รวมทั้งจะเป็นพื้นฐานของความเข้าใจและยอมรับผู้ที่มียุติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 2 ติดต่อขอความกรุณาจากผู้ที่มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ ซึ่งเป็นผู้ติดเชื้อคนเคย และไว้วางใจคือ ดร.จิน แบร์ ผู้ซึ่งดำรงตำแหน่ง

RESEARCH ASSOCIATE โครงการโรคเอดส์ สภาวิชาชีพไทยขณะนั้น (ปัจจุบันดำรงตำแหน่งที่
 ปริญญาเลขานุการสภาวิชาชีพไทย) และคุณหมลเศรษฐ์เก่งการเรือ นักสังคมสงเคราะห์ประจำ
 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ทั้ง 2 ท่านนี้ เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ทางคลินิก คลุกคลีกับผู้ที่มีพฤติกรรม
 เสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อมาเป็นเวลาหลายปีทั้ง 2 ท่าน ได้ใช้เวลาให้ความรู้ถึงสภาพที่แท้จริง
 และสภาวะทางจิตใจของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อที่พบในคลินิกนิรนาม และโรงพยาบาล
 จุฬาลงกรณ์

ขั้นตอนที่ 3 เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางงานสังคมสงเคราะห์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จัดไว้ให้กับผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ มีรายละเอียดดังนี้

3.1 ผู้วิจัยไปพบผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ เอช ไอ วี ที่คลินิกภูมิคุ้มกันทุก
 วันอังคาร เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ สังเกตอาการ สภาวะ
 ทางอารมณ์และจิตใจของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ เป็นเวลาประมาณ 1 ปี นับตั้งแต่
 เดือนมีนาคม พ.ศ. 2535 จนถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2536

3.2 เป็นผู้สังเกตการณ์ การให้การปรึกษาภายหลังการรับรูผลเลือด 3 อาทิตย์ และ
 สังเกตการณ์การทำกลุ่มเพื่อนวันพุธ 3 ครั้ง

3.3 ช่วยนักสังคมสงเคราะห์ทำหน้าที่ให้บริการการปรึกษาเป็นรายบุคคล ทุกวันอังคาร

3.4 เข้าร่วมเป็นผู้นำกลุ่มเพื่อนวันพุธร่วมกับนักสังคมสงเคราะห์ เกือบทุกสัปดาห์
 เท่าที่โอกาสจะเอื้ออำนวย

3.5 เข้าร่วมกิจกรรมพิเศษอื่น ๆ กับสมาชิกอบรมเพื่อนวันพุธ เช่น ทักษะศึกษาต่าง
 จังหวัด ร่วมงานวันเทียนส่องใจวันเอดส์โลก (วันที่ 1 ธันวาคมของทุกปี)

เมื่อผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ มองเห็นความสม่ำเสมอ จึงเกิดการยอมรับ
 ไว้วางใจ ผู้วิจัยคือผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งแล้ว ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเหล่านี้ ก็จะเข้า
 มาพูดคุยปรึกษาปัญหาด้วยตนเอง เป็นโอกาสให้ผู้วิจัยมีโอกาสได้เข้าใจสภาวะจิตใจและอารมณ์
 ของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ ได้ดีกว่าการอ่านจากตำรา นำไปสู่สัมพันธภาพเชิงบำบัดที่
 ดียิ่งขึ้นไป



ภาคผนวก ข

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเอดส์โดยสังเขป

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับโรคเอดส์โดยสังเขป

โรคเอดส์เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ชนิดหนึ่ง จัดเป็นโรคระบาดร้ายแรงและแพร่หลายอย่างรวดเร็ว เริ่มมีรายงานการค้นพบโรคนี้เป็นครั้งแรกในเดือนมิถุนายน ปี พ.ศ. 2524 ในประเทศสหรัฐอเมริกาและเข้ามาแพร่หลายในทวีปเอเชีย (กระทรวงสาธารณสุข, 2535) ในการประชุมเรื่องเอดส์ของโลก ครั้งที่ 7 ที่เมืองลอสแอนเจลิส ประเทศอิตาลี เมื่อเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2534 ศาสตราจารย์ Jonathan Mann ผู้อำนวยการศูนย์เอดส์นานาชาติแห่งมหาวิทยาลัยฮาร์เวิร์ดกล่าวว่า จำนวนประชากรในทวีปเอเชียที่ติดเชื้อไวรัสโรคเอดส์จะมีปริมาณสูงกว่าผู้ติดเชื้อโรคเอดส์ในประเทศตะวันตกทั้งหมดรวมกันภายในปี ค.ศ. 1995 สำหรับในประเทศไทยองค์การอนามัยโลกได้ประเมินสถานการณ์ไว้ว่า ในปี พ.ศ. 2539 คาดว่าคนไทยจะเป็นพาหะของโรคนี้สูงถึง 2.16 ล้านคน และประมาณการว่าร้อยละ 40-80 ของพาหะจะป่วยเป็นโรคเอดส์ภายในระยะเวลา 5 ปี ซึ่งจะมีผลทำให้ผู้ติดเชื้อโรคเอดส์ประมาณ 6 ล้านคน ภายในปี พ.ศ. 2543 ซึ่งนับว่าเป็นตัวเลขที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง (ข่าวสารโรคเอดส์ ปีที่ 4 ฉบับที่ 17 1 กันยายน 2534 : 1)

AIDS ย่อมาจากคำว่า Acquired Immune Deficiency Syndromes หมายถึง กลุ่มอาการที่เกิดจากระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายเสียไป อันเป็นผลที่เกิดขึ้นภายหลังคลอดไม่ใช่เป็นแต่กำเนิด

สาเหตุของโรค

โรคเอดส์มีสาเหตุจากเชื้อไวรัสชื่อ Human Immunodeficiency Virus เรียกชื่อย่อว่าเชื้อ HIV เป็นเชื้อไวรัสซึ่งสามารถแบ่งตัวได้ในเซลล์บางชนิดของมนุษย์ เมื่อมีการติดเชื้อร่างกายจะสร้างแอนติบอดี (Antibody) ต่อไวรัส แต่แอนติบอดีนี้ไม่มีผลคุ้มครอง เชื้อไวรัสนี้จึงยังคงอาศัยอยู่ในเลือด และสามารถแพร่โรคต่อไปได้ และจะเข้าไปทำลายเซลล์ลิมโฟไซต์ (Lymphocyte) ชนิด T-helper (T.cell) ทำให้ภูมิคุ้มกันลดลง ทำให้ผู้ป่วยติดเชื้อฉวยโอกาสหรือเป็นมะเร็งบางชนิดได้ง่ายกว่าคนปกติ

อาการของโรค

หลังจากเกิดการติดเชื้อ อาการอาจเกิดขึ้นได้หลายลักษณะตามจำนวนของเชื้อ และระดับของภูมิคุ้มกัน จากการติดตามศึกษาผู้ติดเชื้อต่อไปประมาณ 5 ปี พบว่า แยกอาการได้ 3 ระยะ คือ (กระทรวงสาธารณสุข, 2535)

ระยะที่ 1 ระยะไม่ปรากฏอาการ ในระยะนี้จะไม่แสดงอาการใดๆ เกี่ยวกับโรคเอดส์เลย บางรายอาจมีอาการคล้ายเป็นหวัด มีไข้ต่างๆ ปวดศีรษะภายใน 3-4 สัปดาห์หลังการติดเชื้อ อาการดังกล่าวจะหายไปเองโดยไม่ได้รับการรักษา ผู้ติดเชื้อระยะนี้จะตรวจพบผลเลือดบวกต่อโรคเอดส์ และสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้

ระยะที่ 2 ระยะที่มีอาการสัมพันธ์กับเอดส์หรือ ARC (AIDS Related Complex) ระยะนี้ จะเริ่มปรากฏอาการอย่างใดอย่างหนึ่งหรือพร้อมกัน ซึ่งเป็นอาการเรื้อรังที่ไม่ทราบสาเหตุ อาการเหล่านี้ มีดังนี้

- ต่อม้ำเหลืองโตเรื้อรังหลายแห่ง ได้แก่ ต่อม้ำเหลืองบริเวณ คอ รักแร้ ขาหนีบทั้งสองข้าง การโตของต่อม้ำเหลืองอาจเรื้อรังนานกว่า 3 เดือน

- ท้องเดินบ่อย ๆ และเรื้อรังนานกว่า 3 เดือน

- มีฝ้าขาวที่ลิ้นและในลำคอ เนื่องจากการติดเชื้อราในช่องปาก

- มีไข้เรื้อรังเกิน 37.8 องศาเซลเซียส และมีเหงื่อออกเวลากลางคืน

นานเกิน 3 เดือน

- ไอเรื้อรังนานเกิน 3 เดือน

ระยะนี้ผู้ที่พบเหตุการณ์เสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อส่วนใหญ่ยังสามารถทำงานได้ตามปกติ

ระยะที่ 3 ระยะป่วยเป็นโรคเอดส์ ระยะนี้มีอาการดังได้กล่าวแล้วในระยะที่ 2 และจะมีการติดเชื้อฉวยโอกาส เช่น แบคทีเรีย โปรโตซัว ไวรัส รา พยาธิ ร่วมด้วย ทำให้เกิดความผิดปกติในระบบต่าง ๆ ดังนี้

1) การติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ ทำให้ปอดบวม ปอดอักเสบ หรือเป็นวัณโรค ผู้ป่วยจะมีอาการไอเรื้อรัง หายใจหอบถี่ และเจ็บคอ

2) การติดเชื้อระบบทางเดินอาหาร ทำให้มีอาการท้องเดินเรื้อรังจากเชื้อโรคที่โดยปกติไม่ทำให้เกิดโรค มีอาการกลืนอาหารลำบากเนื่องจากการติดเชื้อราที่หลอดอาหาร

3) การติดเชื้อในระบบประสาท ทำให้เซลล์ประสาทเสื่อม ทำให้เกิดอาการสมองอักเสบ และความจำเสื่อม หลงลืมง่าย ชัก อัมพาต พุคซาลง เคลื่อนไหวช้า คิดคำพูดไม่ค่อยออก อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิด ซึม หรือเป็นโรคจิตประสาท บางคนอาจมีอาการปวดศีรษะมาก แขนขา ไม่มีแรง

4) การเกิดอาการทั่ว ๆ ไป เช่น ค่อมน้ำเหลืองโต อ่อนเพลียมาก น้ำหนักลดมาก มีไข้เรื้อรัง หรือเกิดอาการของโรคมะเร็งบางชนิด เช่นมะเร็งของหลอดเลือดฝอย ซึ่งแสดงอาการโดยมีผื่น จ้ำ คล้ายห้อเลือดตามร่างกาย หรือค่อมแดงจัด จนถึงม่วงคล้ำ

การติดต่อ

โรคนี้สามารถติดต่อได้ 3 ทาง คือ (กระทรวงสาธารณสุข, 2535)

1) ติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ทั้งจากชายสู่ชาย ชายสู่หญิง และหญิงสู่ชาย ผู้ที่เสี่ยงคือผู้ที่มีพฤติกรรมทางเพศสำส่อน

2) การแพร่ทางเลือดหรือผลิตภัณฑ์จากเลือด เช่นการได้รับเลือด การใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน การรับอวัยวะของผู้ติดเชื้อ การผสมเทียมโดยใช้สเปิร์มของผู้ติดเชื้อ

3) การติดต่อจากมารดาสู่ทารก ทารกจะได้รับเชื้อจากมารดาประมาณ 20-50%

การอาศัยอยู่ร่วมกัน การกอดจูบ การใช้ห้องน้ำร่วมกัน หรือรับประทานอาหารร่วมกัน ไม่สามารถทำให้ติดเชื้อเอดส์ได้ (Liskin and Blackburn, 1986 อ้างถึงใน กระทรวงสาธารณสุข, 2535)

การวินิจฉัยทางห้องปฏิบัติการ

วิธีที่ใช้กันมากคือ Elisa test เป็นวิธีตรวจหาแอนติบอดีของเชื้อ HIV ในเลือด ทราบผลเร็ว และราคาค่าตรวจไม่แพง

การรักษา

ปัจจุบันยังไม่มียาที่ใช้รักษาโรคนี้ให้หายขาดได้ ขณะนี้มีแนวทางในการดำเนินการรักษาเป็น 4 ขั้นตอน คือ (กระทรวงสาธารณสุข, 2535)

- 1) การรักษาโรคติดเชื้อฉวยโอกาสตามระบบ เช่น รักษาโรคทางปอด, มะเร็งผิวหนัง
- 2) การใช้ยาหยุดยั้งการเพิ่มจำนวนไวรัสของเอดส์ เช่น AZT
- 3) การเสริมสร้างภาวะภูมิคุ้มกันของผู้ป่วย ทั้งในแง่การให้ยาเสริม

ภูมิคุ้มกัน การแนะนำให้ผู้ป่วยปฏิบัติตัวในเรื่องอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนอย่างถูกต้อง

4) การรักษาสภาพจิตใจ

นอกจากนี้ยังได้มีการพัฒนาวัคซีนหลายชนิด ขณะนี้ยังอยู่ระหว่างดำเนินการทดลองใช้ในประเทศต่าง ๆ ตามมติขององค์การอนามัยโลก ยังไม่มีวัคซีนชนิดใดที่เป็นยอมรับอย่างแน่ชัด

การควบคุมและการป้องกัน


1. งดรับเชื้อให้ประชาชนงดเว้นจากยาเสพติดทุกชนิด
2. งดรับเชื้อให้ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ และให้ลดการ

สำล่อนทางเพศ

3. จัดตั้งโครงการถุงยางอนามัย 100% โดยบังคับให้สถานบริการทางเพศทุกแห่งใช้ถุงยางอนามัย และบังคับให้หญิงบริการทุกคนไปตรวจเลือดที่สาธารณสุขจังหวัด
4. จัดให้มีการเผยแพร่อบรมให้ประชาชนมีความรู้ และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับ

โรคเอดส์

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำสั่ง ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่ท่านาใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวท่านเอง โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อความ และทำเครื่องหมายกากบาทลงบน () ซึ่งอยู่ทางขวาของข้อความ ซึ่งท่านกำลังพิจารณาว่าตรงกับความรู้สึกของท่านในขณะนี้หรือไม่ อย่างไร คอสภาวะการคิดเชื่อข้อความต่อไปนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด ท่านจึงไม่ควรใช้เวลาอันเกินควรในการพิจารณาคำตอบข้อใดข้อหนึ่ง แต่จงเลือกตอบตามความรู้สึกของท่านในขณะนี้

	ไม่เลย	มีบ้าง	ค่อนข้างมาก	มากที่สุด
1. ข้าพเจ้ารู้สึกสงบ	(1)	(2)	(3)	(4)
2. ข้าพเจ้ารู้สึกมั่นคงในชีวิต	(1)	(2)	(3)	(4)
3. ข้าพเจ้ารู้สึกดีใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
4. ข้าพเจ้ารู้สึกเสียใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
5. ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
6. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด	(1)	(2)	(3)	(4)
7. ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลกับเคราะห์ร้ายต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น	(1)	(2)	(3)	(4)
8. ข้าพเจ้ารู้สึกได้พักผ่อน	(1)	(2)	(3)	(4)
9. ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวล	(1)	(2)	(3)	(4)
10. ข้าพเจ้ารู้สึกสะดวกสบาย	(1)	(2)	(3)	(4)
11. ข้าพเจ้ารู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง	(1)	(2)	(3)	(4)
12. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นตัวง่าย	(1)	(2)	(3)	(4)
13. ข้าพเจ้ารู้สึกกระสับกระส่าย	(1)	(2)	(3)	(4)
14. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
15. ข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย	(1)	(2)	(3)	(4)
16. ข้าพเจ้ารู้สึกพึงพอใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
17. ข้าพเจ้ากำลังกังวลใจ	(1)	(2)	(3)	(4)
18. ข้าพเจ้ารู้สึกตระหนก	(1)	(2)	(3)	(4)
19. ข้าพเจ้ารู้สึกไร้เรื่ง เบิกบาน	(1)	(2)	(3)	(4)
20. ข้าพเจ้ารู้สึกแจ่มใส	(1)	(2)	(3)	(4)

แบบประเมินผลความพึงพอใจในการเข้ากลุ่ม

- ความรู้สึก/ความคิดเห็นที่มีต่อวิทยากร

- ประโยชน์ที่ได้รับ

- ข้อเสนอแนะ

- เห็นควรให้จัดมีกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาเช่นนี้อีกหรือไม่

เพราะ

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง

สูตรสถิติที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าเฉลี่ยโดยใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ \bar{X} แทน คะแนนเฉลี่ย $\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

N แทน จำนวนคน

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$$S.D. = \frac{\sum (X - \bar{X})^2}{N-1}$$

เมื่อ S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

 \bar{X} แทน คะแนนเฉลี่ย $\sum (X - \bar{X})^2$ แทน ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคนจากคะแนนเฉลี่ย ยกกำลังสอง

N แทน จำนวนคน

2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ

วัดความเที่ยงโดยการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient)

ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left| 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right|$$

เมื่อ n	แทน	จำนวนข้อสอบ
S_i^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
S_x^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนของผู้รับการทดสอบทั้งหมด หรือกำลังสองของส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนผู้รับการทดสอบทั้งหมด

3. สถิติสำหรับการทดสอบสมมุติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ กลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่ม โดยใช้สูตร t-dependent test

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{[N D^2 - (D)^2]/(N-1)}}$$

$$df = n-1$$

เมื่อ D	แทน	ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่
N	แทน	จำนวนคู่

3.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความวิตกกังวลของผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมเทียบ ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่ม โดยใช้สูตร t-independent test

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

$$\text{เมื่อ } df = n_1 + n_2 - 2$$

\bar{X}_1	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
\bar{X}_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
n_1	แทน	จำนวนคนในกลุ่มทดลอง
n_2	แทน	จำนวนคนในกลุ่มควบคุม
S_1^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มทดลอง
S_2^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม

ภาคผนวก จ

คำคะแนนคิบัติใช้วิเคราะห้ข้อมูลในการวิจัย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ค่าคะแนนความวิตกกังวลของนิสิตระดับปริญญาตรี ที่กำลังศึกษาวิชามนุษยสัมพันธ์ (417209) ใน
 ระยะก่อนเข้าห้องสอบ ภายหลังสอบเสร็จ และในสภาพการณ์ปกติ ภายหลังสอบ 1 อาทิตย์

คนที่	สภาพการณ์ก่อนสอบ	สภาพการณ์หลังสอบ	สภาพการณ์ปกติ
1	68	34	46
2	68	58	43
3	78	56	51
4	61	36	35
5	55	45	45
6	64	62	50
7	64	31	51
8	67	49	39
9	63	34	35
10	55	26	44
11	68	65	48
12	54	44	40
13	57	71	41
14	61	38	49
15	69	35	39
16	61	38	37
17	57	41	43
18	48	56	49
19	76	35	59
20	57	28	36
21	79	36	57
22	75	40	43
23	68	60	49
24	42	27	29
25	71	24	46
26	51	35	41
27	68	44	45
28	53	34	36
29	51	41	31
30	65	47	36

ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของนิสิต ระดับปริญญาตรี ที่กำลังศึกษา
 วิชามนุษยสัมพันธ์ (417209) ในระยะก่อนสอบ หลังสอบ และภาวะปกติ

ข้อกระทง	ก่อนสอบ (n = 30)		หลังสอบ (n = 30)		ภาวะปกติ (n = 30)	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
1	3.26	0.69	2.53	0.86	1.63	0.55
2	3.06	0.74	2.50	0.78	2.13	0.43
3	3.07	0.78	1.20	0.85	1.83	0.59
4	2.87	0.90	1.50	0.63	2.20	0.85
5	3.57	0.63	2.13	0.82	2.27	0.45
6	2.80	0.76	1.60	0.77	1.97	0.76
7	2.67	0.88	2.00	1.02	2.40	0.62
8	3.63	0.56	2.63	1.10	2.33	0.71
9	2.87	0.82	2.03	0.93	2.37	0.76
10	3.73	0.45	2.73	0.96	1.73	0.67
11	3.07	0.78	2.47	0.82	2.30	0.79
12	2.50	0.86	1.83	0.83	2.23	0.68
13	2.87	0.82	1.73	0.78	2.10	0.71
14	2.73	0.74	1.76	0.77	2.63	0.76
15	3.57	0.57	2.27	0.94	1.97	0.49
16	3.67	0.80	2.77	0.73	1.83	0.53
17	2.83	0.79	2.00	1.02	2.67	0.76
18	2.60	0.86	1.60	0.77	2.07	1.01
19	3.60	0.62	2.37	0.85	2.07	0.74
20	3.50	0.63	2.33	0.84	2.33	0.88
คะแนนเฉลี่ย โดยรวม	62.47		42.22		43.06	

ค่าคะแนนความวิตกกังวลที่ได้จากการตอบแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบร์เกอร์ของกลุ่มทดลองในระยะก่อนและหลังการทดลอง และค่าคะแนนความวิตกกังวลของกลุ่มควบคุมที่เยี่ยมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

สมาชิกคนที่	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุมที่เยี่ยม
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	
1	56	49	60
2	60	55	59
3	48	36	52
4	55	44	48
5	49	34	61
6	64	62	56
7	61	53	68
8	66	46	57

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ช

พฤติกรรมและบรรยากาศภายในกลุ่ม

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พฤติกรรมและบรรยากาศในกลุ่ม

ครั้งที่ 1 วันที่ 31 ตุลาคม 2537 เวลา 19.00-23.00 น.

หลังจากการให้สมาชิกทำแบบวัดความวิตกกังวลเสร็จเรียบร้อยแล้ว สมาชิกแต่ละคนเข้ามานั่งในกลุ่มเจียบๆ มีที่ทำอึดอัดซัดเซิน สมาชิกบางคนหันมองหน้ากัน และยิ้มให้กันอย่างอึดอัด สมาชิกบางคนที่มีสนิทสนมกันมาก่อน เริ่มແຫ່ງเพื่อน ผู้นำกลุ่มสบตา ยิ้มให้กำลังใจแก่สมาชิก ทักทายไต่ถามการเดินทาง และความสบายของสมาชิก พร้อมทั้งสังเกตความพร้อม อารมณ์ไม่สบายของสมาชิก เมื่อไม่พบว่ามีสมาชิกคนใดแสดงอาการไม่สบาย ผู้นำกลุ่มจึงกล่าวเปิดกลุ่มด้วยความช่วยเหลือ เรื่องความเจ็บป่วยตลอดระยะเวลาที่อยู่ร่วมกันในการทำกลุ่มครั้งนี้

ผู้นำกลุ่มกล่าวขออนุญาตบันทึกเทปอีกครั้ง เน้นเรื่องการรักษาความลับของสมาชิก มีสมาชิกหลายคนแสดงท่าทีอึดอัดอย่างเห็นได้ชัด มองมาที่เทปบันทึกเสียง มีเสียงกล่าวว่า "พี่อ้อย...อย่างนี้เราพูดอะไรเทปบันทึกไว้หมดซิ..." "แล้วมันจะเป็นความลับได้ยังไง....เอาไปวิเคราะห์ก็ต้องเปิดเผย..." ผู้นำกลุ่ม ให้ข้อมูลที่ชัดเจน เรื่องการรักษาความลับ การย่อยสลาย เทป การใช้นามสมมุติ การลบข้อมูลบางส่วนที่อาจพาดพิงถึงสมาชิกอันจะทำให้เกิดความเสียหาย เมื่อสมาชิกทุกคนมีท่าทียอมรับ และชัดเจนต่อการชี้แจงของผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม จึงเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้รู้จักซึ่งกันและกัน โดยให้สมาชิกแนะนำตัวเองทีละคน ผู้นำกลุ่มแนะนำตัวเองอีกครั้ง มีสมาชิกบางคนขอให้แนะนำตัวเองซ้ำ เพราะจำชื่อไม่ได้ สมาชิกหลายคนเห็นด้วย และพยายามท่องชื่อซ้ำ มีหลายคนเลียนแบบ พยายามท่องชื่อเพื่อนสมาชิกด้วยกันบางคนนึกไม่ออก ท่องผิดเจ้าของชื่อช่วยแก้ไข มีการพูดแซว หัวเราะกันบ้างระหว่างสมาชิก และล้อเลียนชื่อสมาชิกบางคน

เมื่อผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกเริ่มคุ้นเคยกันมากขึ้นแล้ว ผู้นำกลุ่มกล่าวชี้แจงให้สมาชิกตระหนักถึงความวิตกกังวลของตนที่เคยบอกเล่าไว้ตั้งแต่ในระยะเวลาก่อนการดำเนินกลุ่ม เน้นการใส่ใจถึงความรับผิดชอบที่มีต่อกลุ่ม กล่าวถึงความคาดหวัง และประโยชน์ที่สมาชิกพึงจะได้รับจากกลุ่ม หากสมาชิกใส่ใจกับเรื่องราวอันเป็นความวิตกกังวลของตน และเพื่อนสมาชิก ซึ่งจะช่วยให้กลุ่มบรรลุเป้าประสงค์ในการลดความวิตกกังวลของแต่ละคนในที่สุด

สมาชิกบางคนกล่าวว่า "คืนนี้ จะนอนหลับให้สนิท...พรุ่งนี้จะได้มีสมาธิฟังเพื่อนได้ตลอด บางคนกล่าวว่า "เดี๋ยวต้องไปนั่งนึกดูดีๆ ก่อน พี่อ้อยยังจำแม่นอยู่...ไม่ได้หรอก" สมาชิกบางคนที่ไม่เคยเข้ากลุ่มเพื่อนวันพุธเลย ถามว่า "...แล้วเราจะพูดกันแต่เรื่องของเรา หรือ..." มีสมาชิกหลายคนช่วยกันอธิบาย ผู้นำกลุ่มช่วยเสริมความชัดเจนของการปฏิบัติตัวในกลุ่มเมื่อสังเกต

เห็นท่าทีของสมาชิกที่อดัดใจต่อการปฏิบัติตัวในกลุ่ม มีท่าทีผ่อนคลายเป็นมากขึ้น และกล้าซักถามสิ่งที่
คนข้องใจทั้งในเรื่องของเรื่องกลุ่ม และ เรื่องส่วนตัว

ในช่วงนี้สมาชิกยังคงมีปฏิสัมพันธ์ที่ผิวเผิน มีการพูดคุยซักถามรายละเอียดเพิ่มเติม แม้
จะดูเป็นกันเองมากกว่าช่วงแรก แต่ก็ยังมีท่าทีของการไว้ตัว และการระมัดระวังตัวเองในการ
ตอบคำถามของเพื่อนสมาชิก คำถามมักจะเป็นคำถามทั่วๆ ไป ที่สมาชิกมักจะโต้ถามกันเสมอ...
เช่น... "ติดตามจากไหน...." "...ติดตามานหรือยัง.." "แล้ว...ที่บ้านรู้หรือเปล่า...."
สมาชิกยังคงได้คำตอบแบบผิวเผินเช่นกัน

ในช่วงสุดท้าย หลังจากที่ผู้นำกลุ่มได้เปิดโอกาสให้สมาชิกทำความคุ้นเคยกันแล้ว ผู้นำ
กลุ่มสังเกตเห็นสมาชิกบางคนเริ่มมีท่าทีอ่อนเพลีย จึงชี้ชวนให้สมาชิกสังเกตเพื่อนบ้าง และกล่าวถึง
เวลาอันสมควรที่สมาชิกพึงจะได้รับการพักผ่อนเพื่อรักษาสุขภาพ สมาชิกทุกคนเห็นด้วย บางคน
กล่าวว่า "ดี...ครับ...พรุ่งนี้จะได้เข้ากลุ่มได้สดชื่นแต่เช้า.." สมาชิกทุกคนมีท่าทีพึงพอใจ และ
หันไปถามไถ่เพื่อนสมาชิกที่มีท่าทีอ่อนเพลีย... "ไป...นอนพักผ่อนดีกว่านะ...เพื่อพรุ่งนี้ จะ
สดชื่นขึ้น.." ผู้นำกลุ่มจึงยุติกลุ่ม และนัดหมายเวลาการทักกลุ่มในวันรุ่งขึ้น

ครั้งที่ 2 วันที่ 1 พฤศจิกายน พ.ศ.2536 เวลา 8.30-12.30 น.

ก่อนการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นสมาชิก 4-5 คน นั่งรออยู่ก่อนแล้ว มีการพูดคุย
เรื่องทั่วๆไป มีการพูดแซว เสียงหัวเราะดังเป็นระยะๆ สมาชิกบางคนถามเพื่อนสมาชิกด้วยกันใน
เรื่องการรักษา การช้ยา ความเป็นไปได้ของวัคซีนป้องกันโรคเอดส์ มีบางคำถามที่สมาชิกด้วย
กันไม่ทราบข้อมูลแน่ชัด ผู้นำกลุ่มร่วมให้ข้อมูลที่ชัดเจน เกี่ยวกับยาและการรักษาอาการของโรค
การปฏิบัติตัวมีสมาชิกบางคนเห็นว่าเลยเวลาที่นัดหมายมาประมาณสิบนาทีแล้ว จึงบอกกับผู้นำกลุ่ม
ว่า จะไปตามสมาชิกที่เหลือ สักครูจึงมีสมาชิกเดินตามกันมา สมาชิกที่มาสายกล่าวขอโทษกับผู้นำ
กลุ่มและเพื่อนสมาชิก บอกถึงเหตุผลว่าตนต้องเสีย สมาชิกคนอื่นที่เหลือบอกว่ารอมาพร้อมกัน ผู้นำ
กลุ่มถามอาการต้องเสีย และความพร้อมในการเข้ากลุ่ม สมาชิกที่ท้องเสีย แสดงท่าทีได้เมื่เข้า
กลุ่ม

เมื่อสมาชิกพร้อม และมาครบทุกคนแล้ว ผู้นำกลุ่มกล่าวพูดคุยหยอกล้อกับสมาชิกบางคน
สร้างบรรยากาศเป็นกันเอง สมาชิกทุกคนมีสีหน้ายิ้มแย้ม สมาชิกที่สนิทกันนั่งใกล้กัน สมาชิกบางคน
นั่งออกนอกวงเงียบๆ ผู้นำกลุ่มกล่าวเชิญชวนให้สมาชิกผู้นั่งล้อมเข้ามาเป็นวงกลม สมาชิกคนอื่น

สังเกตเห็นเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ เจ็บๆ จึงทักทายและชวนพูดคุย เมื่อผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นบรรยากาศกลุ่มเริ่มผ่อนคลายและเป็นกันเองมากขึ้น ผู้นำกลุ่มจึงเริ่มดำเนินกลุ่มโดยกล่าวถึงการได้ทำความรู้จักคุ้นเคยกันในการทำกลุ่มครั้งแรก ย้ำถึงการตระหนักถึงความรับผิดชอบที่แต่ละคนต้องมีต่อกลุ่ม ความคาดหวังต่อประโยชน์ที่จะได้ เพื่อไปสู่เป้าประสงค์ที่จะลดความวิตกกังวลที่มีอยู่ในใจของสมาชิก แต่ละคนพร้อมทั้ง เอื้ออำนวยให้สมาชิกบอกเล่าประสบการณ์ที่เป็นความกังวลของตนให้เพื่อนสมาชิก รับฟัง เน้นถึงโอกาสที่จะช่วยกันแก้ปัญหาภายในกลุ่ม

กลุ่มเริ่มเข้าสู่บรรยากาศอีต้ออีคครั้ง สมาชิกทุกคนเจ็บ สมาชิกบางคนมองหน้าเพื่อน ผู้นำกลุ่มใช้เวลาสักพักใหญ่ ๆ บรรยากาศยังคงเจ็บ ผู้นำกลุ่มจึงใช้ทักษะคำถามแบบเปิดถาม ความรู้สึกของสมาชิก

ผู้นำกลุ่ม : ดูพวกเราเจ็บ ๆ นะคะ... ที่ไม่ทราบว่าตอนนี้พวกเรา รู้สึกอย่างไร (สนทนาสมาชิก)

จ : กลัว.....

ธ : ไม่กลัวหรอกค่ะ....

ดช : แต่ถ้าไม่มีคนรู้จักกัน หรือไม่มีคนเข้าใจ บางทีก็กลัว ประหม่า

ผู้นำกลุ่ม : พักหน้า.....

ศ : อย่างในแบบสอที่พี่ให้ทำ ก็จะตอบตามความรู้สึกของตัวเอง เราเป็นผู้คิดเชื่อ... ถ้าอยู่กับเพื่อนผู้คิดเชื่อด้วยกันก็จะรู้สึกอีกอย่างอยู่กับเพื่อนที่ไม่คิดเชื่อก็รู้สึกอีกอย่าง

ท : แต่เพื่อนกลุ่มเล็กดีกว่า อย่างเจ็ย... ถ้าเพื่อนกลุ่มใหญ่ถึงแม้จะคิดเชื่อด้วยกันแต่ไม่เคยเห็นหน้ากันเลย เหมือนคราวที่แล้วไประยอง กลุ่มศูนย์ เกิดใหม่ 20-30 คน เราจะเป็นไม่กล้าแสดงออกไปเลย เพราะไม่เคยเห็นหน้ามาก่อน

ด : ไซ้ ๆถึงเรามีอะไรอยู่เราก็ไม่พูด

ผู้นำกลุ่ม : ค่ะ...แล้วตรงนี้ ด รู้สึกยังไงคะ ลึก ๆ แล้วดูเหมือนว่าพวกเราทุกคน มีอะไร ๆ อยู่ในใจ บางคนกังวล หลายเรื่อง.... ด ยังอยากพูดคุยอะไรเพื่อนฟัง เหมือนกับที่เราเคยพูดคุยกันมั๊ยคะ

ด : (ทำที่อีต้อ... กิ่งกลัวกิ่งกลัว)... แต่ในที่สื่อก็คัดลีนใจเล่าเรื่องราวของตนให้เพื่อนสมาชิกฟัง

สมาชิกเริ่มเล่าเรื่องราวความกังวลของตน บรรยากาศกลุ่มเริ่มดีขึ้น สมาชิกทุกคนมีท่าทีสนใจ มีสมาชิกออกความคิดเห็น พยายามแลกเปลี่ยนประสบการณ์ หลายครั้งที่สมาชิกบางคนเล่าเรื่องราวของตนเองย้อนขึ้นมา ผู้นำกลุ่มชี้แจงบทบาทสมาชิกในฐานะผู้ช่วยเหลือ และขอให้สมาชิกรับฟังเรื่องราวของเพื่อนก่อน สมาชิกทุกคนสนใจ ใส่ใจกับเรื่องราวของเพื่อนมากขึ้น เมื่อมีสมาชิกพูดถึงความกังวลที่เพื่อนทำคล้ายจะรู้ว่าตนคิดเชื่อ โดยพูดเสียคลี และเล่าเรื่องราวแปลกๆ ของผู้คิดเอตส์ให้ฟัง เช่น มีการฉีดเลือดคนเป็นเอตส์เข้าไปในเนื้อหมู มีคนเป็นเอตส์กระโดดถึง เบ็ช้แล้วตาย เมื่อพยายามชี้แจงอธิบายข้อเท็จจริงเท่าที่ตนเองไม่เคยรับทราบ ก็ถูกสงสัยว่าเป็นเอตส์ และมีการซุบซิบนินทาถึง ผู้นำกลุ่มจึงเอ่ยอานวยให้สมาชิกคนอื่น ๆ ที่เคยมีประสบการณ์เรื่องราวคล้ายกัน และสมาชิกที่ไม่เคยมีประสบการณ์เช่นนี้ได้ช่วยเหลือ สมาชิกส่วนใหญ่มักจะแสดงออก กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น แสดงสีหน้าท่าทางโกรธแค้นคนอื่น ๆ ที่มาว่าพวกตน สมาชิกอาวุโสจะช่วยบอกให้สมาชิกสงบ ให้ข้อชี้แนะ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ตนเองเคยได้แก้ไขมาก่อน มีการให้ข้อมูลเพิ่มเติมด้วยความห่วงใย เช่น เมื่อสมาชิกบอกว่า "หนูพยายามชี้แจง เค้ถามว่า ทำไมรู้ดี สงสัยจะเป็นเอตส์ หนูเลยเจ็บ สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า "ก็บอกเค้าไปสิว่าที่พูดได้เพราะมีหลักสูตรสอนที่โรงเรียน ทำให้เรามีความรู้พอพูดอย่างนี้เค้าอาจจะ อ้อ.. อย่างนี้เอง นึกว่าเป็นเอง ถ้าเป็นแบบท้อล้า ๆ กลัว ๆ ยุ่งน่าสงสัย เราคงไปห้ามปากชาวบ้านไม่ได้หรอกนะ..." หรือ "เธอทำเฉย ๆ ... เลี่ยงได้ก็เลี่ยงไป" หรือ "บางทีอาจจะทำเฉยๆ ไปได้ .. เราก็ต้องเผชิญ... เราต้องการแผนที่จะเผชิญ ชีวิตต้องมีการวางแผน.... ว่า...ถ้าอย่างนี้จะทำอย่างไร..."

ก่อนจบกลุ่มช่วงแรกก่อนพักรับประทานอาหารว่าง ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทบทวนและสรุปสิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงแรกนี้... สมาชิกคนหนึ่งสรุปว่า "อยู่อย่างเผชิญข้อเท็จจริงดีกว่าหลีกเลี่ยง ชีวิตต้องมีการวางแผนตามความเป็นจริง"

หลังจากกลับจากรับประทานอาหารว่าง กลุ่มยังคงดำเนินต่อไป สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น สมาชิกบอกเล่าถึงความวิตกกังวลเกี่ยวกับสังคมรอบบ้าน ที่จะเริ่มรู้สึกคนคิด เชื่อ เนื่องจากอาการเริ่มแสดงออกชัดเจน เช่น เป็นตุ่ม ผื่น แดง จ้ำ ตามตัว และคิดว่ากลัวจะปรับตัวไม่ทันเมื่อถึงเวลานั้น สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่า เป็นเรื่องที่ไม่ได้เกิดบูบับแค่นั้น สองวัน แต่เป็นเรื่องที่สามารถเตรียมตัวได้ทัน สมาชิกหลายคน ยังคงทำใจไม่ได้ สมาชิกอาวุโสผู้หนึ่ง จึงกล่าวถึงการวางแผนในชีวิต

- จ : "ถ้าวันนั้นมาถึง เราจะอยู่ยังไง" (เสียง เกรือ น้ำตาคลอ นั่งก้มหน้า)
- ศ : "อยู่ได้....แต่ต้องมีการวางแผนล่วงหน้า.... ผมรู้ว่าคิดเชื่อมาตั้งแต่ปี
ผมวางแผนมาตลอด ถึงนอนนี้จะเอายังไง.... ถึงตอนนั้นจะเอายังไง....
อย่างตอนนั้นก็หาความสบายตัว....ไปเที่ยวต่างประเทศบ้าง..."
- ค : "ดูเหมือนไม่เร็วอย่างที่บอก ยังมีเวลาเตรียมตัว...วางแผน..."
- ศ : "ครับ...ระยะเวลาที่เหลือ (เสียง เข้ม เม้มปาก) ต้องวางแผน เมื่อก่อน
ผมไม่มีครเลย ช่วงนั้นข่าวคุณลั่นดังมาก มันทำให้ผมปั่นป่วนมากเช่นกัน...
(ก้มหน้าคิดหนึ่ง แล้วเงยหน้าขึ้น) ยืนอยู่ได้ทุกวันนี้ยังยอมรับว่าเก่ง.....บอก
ใครไม่ได้เลย...แทบระเบิด (เสียง เริ่ม เข้ม) ผมอ้อกเลย ไม่ได้ผมเพราะ
โรค แต่ผมเพราะกินข้าวไม่ได้..."
- พ : "เครียด..."
- ศ : "เครียดมาก (ลากเสียงยาว... เข้ม) ลองทุกวิถีทางยาไทย ยาจีน ไสยศาสตร์
ถึงถูกหลอกมาเยอะ เสียเงินมาเยอะ ก็รู้ว่าถูกหลอก แต่...มันไม่มีทางอะไร
ชมรมยังไม่ได้ตั้ง....เก็บความลับมาที่หนึ่ง เรื่องมันแดงขึ้นมา...รู้กันหมดทั้งที่
ทำงาน.....เรื่องคุณ (กล่าวซึ่งผู้คิดชื่อคนหนึ่งของประเทศไทย)...ยังตั้งไม่จบ
ยังมาเรื่องคุณ..(กล่าวชื่อนางแบบผู้หนึ่ง) อีก..ถูกย้ายงาน ถูกกลั่นแกล้ง ไม่เคย..
คิดแก้แค้นสังคมนะ ...แต่ทำไมต้องมาลงที่เรา ทำไมไม่ตั้งกรรมการสอบสวน
กล่าวบาป..แต่เราไม่ทำ...ในส่วนลึกใจเจ็บใจ พอถูกย้ายงาน..ที่จำเป็นต้องบอก
พ่อแม่ รู้กันหมด กำลังวางแผนว่าจะบอกญาติ ๆ บอกกันตรง ๆ...ที่อยู่ได้ เพราะ
มองคนที่ต่ำกว่า คอยโอกาสกว่า
"...ทำไมหากินได้ก็รีบทำ..เพื่อเอาเงินมาเก็บไว้รักษาตัว นี่คือการวางแผน.."

สมาชิกทุกคนสรุปว่า ทุก ๆ เรื่องต้องมีการวางแผนทั้งสิ้น ทั้งในเรื่องโรค การรักษา
การดำเนินชีวิตในสังคม โดยที่แต่ละคนต้องคิดวางแผนตามรายละเอียดของชีวิตของตนเอง สมาชิก
คนหนึ่งวางแผนจะเข้าบ้านอยู่ร่วมกัน เพื่อช่วยเหลือกันเมื่อระยะของโรคเข้าสู่ระยะสุดท้าย การ
วางแผนที่จะบอกให้แพทย์ทราบและวินิจฉัยโรคให้ตรงกับที่เจ็บป่วย เพื่อรักษาผลประโยชน์เรื่อง
ประกันชีวิต การวางแผนที่จะบอกครอบครัวให้รับทราบข่าวคิดเชื่อ

- "...ไม่รู้ว่าจะบอกเค้าดีหรือเปล่า(แพน)..."

- "ถ้าบอกเค้าสลดหนแน่..."

ในช่วงนี้มีกระแสของความช่วยเหลือชัดเจน สมาชิกทุกคนใส่ใจอยู่กับเรื่องราวของเพื่อน มีข้อเสนอแนะ ข้อคิดดี ๆ...

- "ผมอยากจะบอกว่า ถ้าเป็นคู่ชีวิต เรารักกันอยู่ ค่อนข้างจะทำใจได้ ยอมรับสภาพ โดยมีความรักเป็นพื้นฐาน..ของหนูนี่ดูเหมือนจะต้องระวัง คุณาน ๆ..."

- "เทียบแล้วบอกไม่บอก ผลดีที่เกิดกับเรา เบอร์เซนต์น้อยกว่าผลเสีย ถ้าบอกเค้าสลดแน่ กรณีไม่บอก 50/50 ถ้าเสี่ยงมาก บอกทำไม"

ช่วงที่มีกระแสความช่วยเหลือเกิดขึ้น ทำที่ของสมาชิกที่มีปัญหาค่อนข้างสับสน ตัดสินใจไม่ได้ ผู้นำกลุ่มพยายามใช้ทักษะ สะท้อนความรู้สึก สรุปรวมที่ได้ฟังทั้งหมด และให้โอกาสสมาชิกสำรวจตัวเอง ตัดสินใจที่จะแก้ปัญหาด้วยตัวเอง

ผู้นำกลุ่ม: "ดูท่าทางพี่ว่า หนูยังสับสน..."

"หนูคงจะได้ยินสิ่งที่เพื่อน ๆ พี่ ๆ พยายามจะบอก.."

"อยากให้หนูลองวิเคราะห์ดูตรงนี้สักนิดนะคะว่า การแก้ปัญหาแบบไหนที่เหมาะสมกับสถานการณ์ของหนู.."

สมาชิกผู้นี้สรุปว่าจะไม่บอกคู่ของตน จะให้โอกาสตนเองที่จะพิสูจน์ความจริงใจ และการยอมรับจากคู่ของตน ในช่วงที่สมาชิกผู้นี้พยายามตัดสินใจ ผู้นำกลุ่มจับมือแสดงความเห็นใจ มีสมาชิกหลาย ๆ คนทำตาม และกล่าวให้กำลังใจเพื่อน มีสมาชิกผู้หนึ่งให้ข้อคิดว่า ถ้ามีกำลังใจแล้ว ต้องพิจารณาเลือกเอาเอง

"ที่ทุกคนพยายามช่วย เหมือนเป็นแนวทางให้เอาไปคิดเท่านั้น และคงจะต้องคิดเอาเองว่าจะทำอะไรก่อน หลัง คือเราต้องใช้ดุลยพินิจของตัวเองด้วย แล้วนำข้อความที่ทุกคนพูดมาไตร่ตรองดู เพื่อที่จะได้เหมาะสมกับเรา"

ก่อนปิดกลุ่ม มีสมาชิกกล่าวถึงความรู้สึกของตนที่เคยโดดเดี่ยว และมีแนวโน้มที่จะโดดเดี่ยวจนวาระสุดท้าย

- "...ผมกลัวว่าวันหนึ่ง..จะเหมือน..(เอ่ยชื่อสมาชิกคนหนึ่ง ในชมรมที่มีอาการผื่นแดง ทั้งตัวคล้ายคนเป็นโรคผิวหนัง)..ถึงวันนั้นสังคมจะรังเกียจ..."

- "บางที่รู้สึกเลยว่า เค้กรัง เกียจ... เพื่อน ๆ ไม่เหมือนเดิม" (ร้องให้ตัวโยน)

กลุ่มเงียบสั๊กพัก สมาชิกบางคนแสดงสีหน้าตกใจ มองมาที่ผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มมาให้โอกาส สมาชิกผู้นั้น พูด และร้องไห้ จนรู้สึกว้าวุ่น จึงให้สมาชิกผู้นั้นมองมายัง เพื่อน ๆ ทุกคน

"พี่ลึลึคะ...จริงอยู่..เมื่อก่อนนี้เราไม่มีใคร.. แต่ตอนนี้มีใครอยู่บ้างคะ เราทุกคนในที่นี้คือมิตรสหายกัน พวกเราทุกคนยินดีเป็นเพื่อนกับพี่เค้กมัยคะ..." (สมาชิกทุกคนยิ้ม และพยักหน้า สีหน้าแสดงความเป็นมิตร ผู้นำกลุ่มจับเข้าสมาชิกผู้นั้น)

"มีคนเคยบอกนะคะ ถ้ายummyให้คนสิบคน... มีแค่ 2 คนที่ยummyตอบเรา เราควรจะมีชีวิตเพื่อยummyรับคน 2 คนนั้น หรือจะมีชีวิตอยู่กับข้อสงสัยกับคนอื่นอีก 8 คน ที่ไม่yummyให้เรา โดยเราไม่มีความสุขเลย... เช่นกันคะ...ปลูกกุหลาบ 10 ต้น มีดอกสะพรั่งแค่ 2 ต้น เราอาจจะสงสัยว่าอีก 8 ต้นทำไมจึงไม่มีดอก...แต่เราจะละ เลยที่จะชื่นชมความงามของดอกกุหลาบ 2 ต้นนั้น หรือคะพี่..."

สมาชิกผู้นั้นมีท่าทียอมรับ สีหน้าแจ่มใสขึ้น และกล่าวว่า ตนมีเพื่อนเพิ่มขึ้นอีก 8-9 คน มีกระแสของการให้กำลังใจกันในช่วงนี้ มีการขอไปเยี่ยมเยียนกันในช่วงที่เจ็บป่วย

ก่อนปิดกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวให้โอกาสสมาชิกได้สรุปสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองในกลุ่ม และนัดหมายเวลาในช่วงบ่ายอีกครั้ง จึงให้สมาชิกได้พักผ่อนและรับประทานอาหาร หลังจากเลิกกลุ่มแล้ว สมาชิกหลายคนเดินเข้ามาหากัน จับมือและพูดคุยให้กำลังใจกัน พร้อมทั้งกล่าวยืนยันถึงการจะช่วยเหลือ และ เยี่ยมเยียนซึ่งกันและกันในวันยามเจ็บป่วย

ครั้งที่ 3 วันที่ 1 พ.ย.36 เวลา 13.00-17.30 น.

สมาชิกมาเข้ากลุ่มด้วยสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกมารออยู่พร้อมหน้าตั้งแต่ก่อนเวลานัดหมาย มีการพูดคุยหยอกล้อกันอย่างสนิทสนม สมาชิกบางคนนอนเล่น บางคนจับคู่ควบกัน เมื่อผู้นำกลุ่มมาถึง มีสมาชิกบางคนซักถามเกี่ยวกับโรคและยาอีก ผู้นำกลุ่มให้ข้อมูลไปบางส่วน และแนะนำแหล่งข้อมูลให้เพิ่มเติม เมื่อถึงเวลาผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายพูดคุยเรื่องอาหารที่พัก ทักทายสมาชิกที่เคยรับประทานได้น้อย พบว่าสมาชิกทานอาหารได้มากขึ้น ไม่มีสมาชิกคนใดมีอาการท้องเสียอีก เมื่อผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกทุกคนพร้อมแล้ว จึงเอื้ออำนวยการให้สมาชิกได้บอกเล่าเรื่องราวความวิตกกังวลของตน สมาชิกไม่มีท่าทีอึดอัด มองเห็นความตั้งใจที่จะเป็นผู้บอกเล่าและผู้รับฟัง สมาชิกเล่าถึงความกังวลของตนในเรื่องภาพลักษณ์เมื่อจะ เข้าสู่โรคระยะสุดท้ายซึ่งจะส่งผลให้สังกรรมัง เกียจ มีการกล่าวพาดพิงถึงสมาชิกคนอื่นๆ ที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม และมี

อาการแสดงออกอย่างชัดเจน มีผู้คนหลายคนเป็นโรคผิวหนัง ผิวดำ ดำ ต่าง เมื่อขึ้นรถเมล์คน
 รังเกียจไม่มีใครกล้านั่งด้วย ไม่มีใครอยากอยู่ใกล้ กระแสกลุ่มเริ่มเข้มมากขึ้น เมื่อสมาชิกเริ่มพูดถึง
 สภาพที่ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยว สังคมรังเกียจในความน่าเกลียดของตน สมาชิกหลาย ๆ คนมี
 ปาก ตาแดง บางคนหลับตา ยึดอก ขบگرامแน่น

- "กลัว...ผมกลัว...ถ้าเกิดผิวดำ ผิวดำ คนอื่น ๆ เห็น จะเป็นยังไง จุดนี้กลัวมากๆ."
- "คิดกังวลอยู่ว่า อีกหน่อยจะเป็นยังไง อย่างในแบบสอบถามมีอยู่ข้อหนึ่ง เป็นข้อ 4 หรือ
 ข้อ 5 ก็ไม่รู้ ถามว่าเป็นทางอนาคตข้างหน้ามั๊ย ผมตอบเลยว่ามากที่สุด เพราะเห็น
 สภาพบางคนเข้ามาในชมรมแล้วตกใจ ใจหาย กลัวนะ..มองเห็นคนนั้นเป็นตัวเรา
 ชัดเจน..."
- "ผิวลาย ๆ เหมือนงูเหลือม..."
- "ออกอาการมาก ๆ ถ้าเรื้อนกว้างขึ้นล่ะก็..."
- "ตอนนี้ใจคอไม่ดี...กลัวเค้าเห็นอาการแล้วจะรังเกียจ แสดงท่าทีที่รับไม่ได้ ถึงตอน
 นั้น ไม่รู้จะทำยังไง ยังคิดไม่ออก คิดไม่ตก แต่ว่าหิมันเกิดก่อน แล้วก็ค่อยแก้เป็น
 เปลาะๆ ไป แต่คิดว่ารถเมล์คงจะไม่ขึ้น ยอมเสียค่าแท็กซี่ เพราะว่าถ้าขึ้นรถเมล์
 แล้ว เคยคุยกันว่า นอกจากคนจะลุกให้หนึ่งแล้ว คนขับก็ลุกด้วย (เสียงหัวเราะขมขื่น.
 ..)...ตายไม่กลัวนะ กลัวก่อนตายอย่างนี้แหละ..."
- "ขมขื่นนะ 2-3 เดือนนี่ผมเลย ท้องไม่เสีย แต่น้ำหนักลด...คิดมากนะ..." สมาชิก
 หลายคนพยายามพูดปลอบ ให้กำลังใจ ท้าวจี้แก้ไข สมาชิกสรุปว่ามีวิธีแก้ไขที่ทักันมา
 คือ ทาแป้งรองพื้นหน้า ลบรอยดำ สำหรับแขน ขา ใช้วิธีใส่เสื้อแขนยาว ส่วนเวลา
 ที่เหลือ ก็สร้างสม ทั้งความดี และกำลังใจในขณะนี้จะสังเกตเห็นกระแสของ
 ความช่วยเหลือ และการให้กำลังใจอย่างเต็มที่ของกลุ่มสมาชิกบางคน พูดให้กำลังใจ
 ด้วยการให้มองคนที่ด้อยกว่า อย่างเช่นตนเอง ซึ่งไม่มีแม้แต่เงินจะรักษาตัว สมาชิก
 หลายคนกล้าแสดงการให้กำลังใจเพื่อนด้วยการเข้ามาจับมือ พูดให้กำลังใจ สมาชิกที่
 มีปัญหาซึมท้งน้ำตา และกล่าวว่า
 "ผมรู้แล้วละ คุณ้อย พี่เข้าใจแล้วละ คน 10 คน ก็คือคนในชมรม อีก 30-40 คน
 คือสังคมคือโลก...พี่จะอยู่กับคน 10 คน" (ร้องให้ ตัวโยน ในขณะที่เดียวกันมีเพื่อน ๆ
 จับมือให้กำลังใจ)

ผู้นำกลุ่มปล่อยให้สมาชิกพลอบโยนน้ำหนักใจกัน จนกระทั่งสมาชิกสงบลง ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกค่อนข้างเครียด จึงเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ไปล้างหน้า และพักรับประทานอาหารว่าง เมื่อได้รับอนุญาต สมาชิกบางคนลุกขึ้นไปรินน้ำให้เพื่อน และเมื่อแผ่มาถึงผู้นำกลุ่ม มีท่าทีช่วยเหลือและประคับประคองเพื่อนออกจากห้อง

เมื่อหมดเวลาพัก กลุ่มมานั่งร่ออย่างเรียบร้อย สมาชิกทุกคนมีสีหน้าผ่อนคลาย สดชื่นขึ้น ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิก ได้ถามถึงความสบายใจของสมาชิกที่ร้องไห้ สมาชิกมีสีหน้ายิ้มแย้ม และหันกลับมาถามผู้นำกลุ่มว่าเครียดหรือไม่ และมีเสียงแซวผู้นำกลุ่มสลับ เมื่อผู้นำกลุ่มเห็นว่ากลุ่มพร้อมจะเริ่มต้นอีกครั้ง จึงเอื้ออำนวยให้สมาชิกที่เหลือได้มีโอกาสบอกเล่าความวิตกกังวลของตนเองบ้าง ไม่มีสมาชิกคนใดมีท่าทีอึดอัด สมาชิกคนหนึ่งยกมือขอพูด เล่าเรื่องราวของตนเองว่า ตนก็ติดเชื้อมาจากเพศสัมพันธ์เช่นกัน และยอมรับว่า ตนเป็นเกย์ มีเสียงฮือฮาในกลุ่มว่า ไม่น่าเชื่อ คุณไม่ออก สมาชิกจึงบอกว่า ยังมีคนอีกมากมายที่เป็นเกย์แล้วเราไม่รู้ คุณไม่ออกด้วยรูปลักษณะภายนอก สมาชิกผู้นี้กล่าวถึงความกังวลของตนเองว่า ไม่ได้แค่รังคมอะไรมากนัก เพราะเมื่อถึงช่วงเวลานึง ตนวางแผนที่จะออกมาเข้าบ้านอยู่เองเงียบ ๆ คนเดียว แต่ที่กังวล คือ กังวลเรื่องยาเกรงว่าเมื่อถึงเวลาแล้ว จะไม่มีเงินชื้อยา รักษาตัว สมาชิกคนอื่นแสดงความคิดเห็นว่า เรื่องยาจะไปเป็นปัญหาอีกต่อไป เพราะจะเบิกผ่านผ่านสิ่งคมสงเคราะห์ได้ มีสมาชิกให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า เวลาเข้าโรงพยาบาล ถ้าไม่มีเงินจริง ๆ เค้าก็มีสิ่งคมสงเคราะห์เช่นกัน สมาชิกผู้นี้ยังคงกล่าวต่อไปว่า ถ้าถึงเวลา มีอาการอย่างพี่คนที่แล้วว่า ก็คงอยู่บ้านไม่ได้ เพราะกลัวที่บ้านคิด อาจจะทำตัวตาย ผู้นำกลุ่มจึงให้โอกาสสมาชิกอื่น แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และให้ข้อมูลเกี่ยวกับการติดเชื้อที่ถูกต้องว่าติดได้ทางใดบ้าง ในช่วงนี้มีการให้ข้อมูลด้วยความห่วงใย สมาชิกมีโอกาสได้รับรู้ข้อมูลที่ถูกต้อง สืบรวจพิจารณาตนเอง และทำความเข้าใจในความกังวลของตนโดยมีกลุ่มน้ำหนักใจและปลอบใจ

"ผมคิดมา 7 ปีแล้วนะ ยังแข็งแรง...ไม่เคยคิดฆ่าตัวตาย..."

"การปฏิบัติตัวที่ดี การรักษาสุขภาพดี ๆ ... ยืดอายุและอาการของโรคได้..."

"อยากให้เห็นภาพ ๆ หลาย ๆ คนในชมรมนะ มีคนคิดมาเป็นสิบ ๆ ปีเลย ยังทำงานได้ทำอะไร ๆ ได้ตั้งเยอะแยะ..."

สมาชิกอีกหลาย ๆ คน พยายามแสดงความคิดเห็น จนกระทั่งสมาชิกที่กังวลใจ มีท่าทีดีขึ้น และแสดงสีหน้ามีความหวัง กล่าวว่า

"เอ...ถ้าคิดอยู่คนเดียว ก็คงยังคิดฆ่าตัวตาย เพราะมันไม่รู้ว่าต่อไปจะเป็นยังไง"
 ตอนนั้น ผมก็จะพยายามรักษาสุขภาพ...นะ ตอนนั้นยังมีกำลังใจก็จะทำงานหาเงินไว้ก่อน....
 ผู้นำกลุ่มสั่ง เกิดสีหน้าของสมาชิกผู้นำว่ามีสีหน้าอ่อนคลายมากขึ้น จึงขอให้สมาชิกได้พูดถึงความรู้สึก
 ของตนเองในขณะนี้

"ผมคิดว่า ผมมีทางออกแล้วนะ โอ เค ผมออกมาเข้าบ้านอยู่ แต่ผมต้องมีกำลังใจนะ
 ไม่ใช่ฆ่าตัวตาย ผมคิดว่ากำลังใจสำคัญที่สุด ผมรู้แล้วว่า ถึงที่เซล ผมจะเหลือศูนย์ ผมก็ยังปกติ
 มันไม่ได้เป็นเครื่องชี้วัดความตาย แต่เป็นวิชาการของวงการแพทย์แค่นั้นเอง.. ทางบ้านขาดผม
 ไปคนเดียว คงไม่เดือดร้อนอะไร คือผมยังมีพี่น้องที่คินะ พี่เค้าคอยส่งเสียทางบ้านแทนผมได้...
 ถ้าคิดถึงกันเมื่อไหร่ ก็โทรศัพท์คุยกันได้ ...เรื่องยา..ถ้าพอมีสั่งคุมสงเคราะห์ เมื่อถึงเวลาช่วย
 ตัวเองไม่ได้ก็ดี...กลัวก็กลัวเหมือนพวกพี่ ๆ...ผมพยายามมองเป็นเรื่องตลก...ใช้ชีวิตที่
 เหลือในสิ่งดีๆ ..."

"อีกอย่าง ผมคิดว่า แม้ผมจะคิดเชื่อ ผมยังทำประโยชน์ให้สังคมได้ ตอนไม่รู้ว่าคิดเชื่อ
 ไม่ได้ทำอะไรเลยนะ แต่ตอนเราคิดเชื่อรู้สึกอยากจะทำบอกให้คนอื่นเค้ารู้ อยากทำให้เป็นประโยชน์
 ถึงพยายามไปเป็นวิทยากร... (หัวเราะ)"

ก่อนจบกลุ่ม ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองในกลุ่ม
 สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวว่า "คินะ ที่มีโอกาสได้มาอยู่ด้วยกันอย่างนี้ ทำให้เรากล้าเปิดเผย และรู้ว่า
 เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ก็ทุกข์เหมือนเรานะ ได้รู้แน่ ๆ ละ ว่าเรามีเพื่อน มีกำลังใจ แม้จะจากคน
 ไม่ก็คน ก็มีค่า...เราไม่ได้ไร้ค่าหรอกนะ.." ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปอีกครั้ง และกล่าวชมเชยสมาชิก
 ที่มีความรับผิดชอบต่อกัน ตรงต่อเวลา มีพฤติกรรมช่วยเหลือที่ทั้งในกลุ่มและนอกกลุ่ม นัดหมาย
 เวลาที่จะดำเนินกลุ่มต่อในช่วงกลางคืน

ครั้งที่ 4 วันที่ 1 พฤศจิกายน พ.ศ. 2536 เวลา 18-23 น.

สมาชิกมีความคุ้นเคยกันมากขึ้น มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน มีการ
 จับคู่คุยก่อนการเข้ากลุ่ม และสนทนาเรื่องราวของเพื่อนสมาชิกที่คล้ายคลึงกับเรื่องราวของตนเอง
 มีเสียงพูดคุยทยอยออกจากร่างกลุ่ม เสียงหัวเราะ เสียงแซกกันดังมาเป็นระยะ ๆ เมื่อถึงเวลานัดหมาย
 ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้มีโอกาสบอกเล่าความวิตกกังวลของตนเอง ช่วงแรก ๆ ยังมีการ
 พูดคุยเรื่องทั่ว ๆ ไป เกี่ยวกับเรื่องยา เรื่องที่เซล เรื่องสมาชิกของชมรมที่มีอาการต้องเข้ารับ

การรักษาในโรงพยาบาล สมาชิกตกลงกันว่าเมื่อกลับจากการทำกลุ่ม จะไปเยี่ยมกันทันที ต่อมา สมาชิกพูดคุยถึงความกังวลใจ ความรู้สึกที่ไม่ดีต่อการเป็นเกย์ของตน และคิดว่าหากตนไม่เป็นเกย์ ก็จะไม่มีปัญหาเรื่องติดเชื้อมาแน่นอน และคงจะมีชีวิตครอบครัวที่มีความสุขเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ผู้ติดเชื้อที่เป็นรักร่วมเพศคนอื่น ๆ แสดงความห่วงใยกับความรู้สึกที่สมาชิกผู้ติดเชื้อมีต่อตนเอง และพยายามชี้ให้สมาชิกผู้ติดเชื้อเห็นว่า คนที่เป็นชายจริงหญิงแท้ก็สามารถติดเชื้อเอชไอวีได้ ในช่วงนี้ผู้นำกลุ่มพยายามที่จะสะท้อนความรู้สึกของสมาชิก และเอื้ออำนวยให้สมาชิกทุกคนได้มีส่วนร่วม ให้กำลังใจ ปลอดภัย และช่วยชี้ให้เห็นข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการติดเชื้อ สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวว่า

- "พี่อยากจะบอกว่า พี่เคยคิดเหมือนกันนะว่า ถ้าเราไม่เป็นเกย์ เราคงไม่คิดโรครันแต่จริงๆ แล้วไม่ใช่นี่ ชายจริงหญิงแท้ก็มีให้เห็นกันไปหมด เราไม่คิดนะที่เป็นเกย์ ก็ไม่ได้ตั้งใจมัน born to be นะ เกย์เนี่ย.. เราไม่รู้ เรามารู้ตอนเราจำความได้แล้ว และไม่มีความรู้สึกชอบผู้ชายเท่านี้เอง"

- "พี่ไม่เซ่เกย์นะ แต่ก็คิดมา...มันเกิดจากความไม่ระมัดระวังตัวเราเอง...."

สมาชิกมีสีหน้าเข้มขื่นขื่น แต่ยังมีความรู้สึกว่า ตอนนั้นก็ทำอะไรไม่ได้ เมื่อมีสมาชิกคนหนึ่งถามเรื่องการวางแผนชีวิต สมาชิกผู้หนึ่งบอกว่า ตนรู้สึกสิ้นหวัง และคิดว่าสุดท้ายก็จะฆ่าตัวตาย เพราะชีวิตไม่มีใครแล้ว...

- "อยากทำอะไรหลายอย่าง พอนึกถึงว่าตัวเองติดเชื้อ ก็รู้สึกว้า ความคิดก็ล้ม คือฉันทกเลิกตาย ตอนแรกก็จะเปิดร้านหนังสือ ร้านขายข้าวต้ม พอไม่สบาย...เออละ ใกล้เคียงแล้ว เลยหยุดคิดไป ทุกอย่างชายหมด เอาเงินมาปลูกบ้านให้พ่อแม่อยู่... อย่างอื่นไม่มีอะไร... เดียวนี้มันใกล้แล้วในความคิด." ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง การตั้งคำถามแบบเปิด และเอื้ออำนวยให้สมาชิกคนอื่น ๆ ได้มีโอกาสเข้าช่วยเหลือสมาชิกผู้หนึ่ง ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกทุกคนใส่ใจ มองเห็นความพยายามที่จะช่วยเหลือให้เพื่อนหลุดพ้นจากความรู้สึกไม่ดีนี้ โดยชี้ให้เห็นว่าสมาชิกผู้หนึ่ง อายุยังน้อย ฐานะทางเศรษฐกิจดีมาก สภาพร่างกายยังแข็งแรงกว่าสมาชิกคนอื่นเพียงแต่ต้องสร้างกำลังใจให้กับตัวเอง

- "เราก็มืด...ยังทำประโยชน์ให้สังคมได้..."

- "ตรงไหนที่แสดงว่าใกล้ตาย เห็นแข็งแรง สดชื่นดีดี..." (แสดงสีหน้าขึงขัง)

- "ผิวพรรณยังผ่องใสดีเลย..." (สายตาส่งยิ้มกับผิวพรรณสะอาดใสอานของสมาชิกผู้หนึ่ง)

- "เออ...นั่นนะซิ...ดูสดชื่น แข็งแรง..."

- "เอาอย่างนั้นะ ลองเปรียบเทียบตัวเองกับพวกเราหลายคน ตัวเองดีกว่าคนอื่น เยอะแยะเลย.." สมาชิกหลายคนพยายามบอกว่า "ให้สร้างกำลังใจให้ตัวเอง ให้สร้างความหวัง ให้กับชีวิตสมาชิกผู้หนึ่งพูดว่า

"มีวิธีแก้ที่ตลกกว่านี้ ไม่ฆ่าตัวตาย...อยากให้เห็นสมาธิ ศึกษาธรรม...."

"ลองดูซิว่า พี่...(สมาชิกผู้หนึ่ง ซึ่งไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม)...อยู่มาได้ยังไงตั้ง เป็นลิบๆ บี...ยังทำอะไรได้ตั้ง เยอะแยะ เป็นวิศวกรคุมงานตั้งก็...ผมอยากให้เห็นอย่างเค้า.."

"ช่วงนี้ลองค่อย ๆ หัดนั่งสมาธิ...ศึกษาธรรมดู....ค่อยเป็นค่อยไป...ถือศีลห้า ศีลแปดก่อน"

เมื่อพูดถึงการทดลองนั่งสมาธิ สมาชิกผู้หนึ่งมีหน้าตาที่ตลกขื่นขื่น ประกายตามีความหวัง มากขึ้น และบอกว่า เป็นสิ่งหนึ่งที่ตนเอง เคยคิดจะทำ และมีความสนใจอยู่ลึก ๆ แต่ตนเป็นคนที่ไม่ เคยเข้าวัดเลย แม้แต่อาราธนาศีลยังอาราธนาไม่เป็น ในช่วงเวลานี้ กลุ่มพยายามช่วย และ พยายามให้กำลังใจที่จะให้สมาชิกผู้หนึ่งทดลองนั่งสมาธิดู มีสมาชิกที่อาสาจะสอน และพาไปวัดที่รู้จัก ให้ สมาชิกอีกหลาย ๆ คนเห็นด้วย และพูดให้กำลังใจให้ไปลองดู สมาชิกผู้หนึ่งสรุปว่า "เออ..ถ้ามี สิ่งที่น่าสนใจทำอะไร ก็ไม่เห็นจะอยากฆ่าตัวตายเลย ผมยังอยากลองนั่งสมาธิดู..ถ้ามีคนแนะนำ ด้วยอย่างนี้ก็จะดีมาก..."

ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นสีหน้าที่ตลกขื่นขื่น ประกายตามีความหวังของสมาชิกผู้หนึ่ง จึงได้พูดให้ กำลังใจ และสนับสนุนให้สมาชิกปฏิบัติธรรม มีเสียงสมาชิกแทรกขึ้นว่า เป็นการดีที่จะ ได้สั่งสมบุญ สมาชิกพยักหน้าและกล่าวว่าตนจะลองไปทำดู ผู้นำกลุ่มเริ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกบางคนเริ่มแสดง ที่ทำอ่อนเพลีย และง่วงนอน จึงเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นกับกลุ่มในครั้งนั้น พร้อม หนึ่งนัดหมายเวลาทำกลุ่มในวันรุ่งขึ้น

หลังจากเลิกกลุ่ม สมาชิกบางคนยังได้ถามกันเรื่องนั่งสมาธิ แล้วสามารถเพิ่มจำนวนที่ เซลได้จริงหรือไม่ วัดไหนดี มีเสียงแฉจากสมาชิกบางคนว่า ระวังจะทำให้ศาสนาเสื่อม และต้อง พังเทศน์เรื่องมรณะสติ ซึ่งแปลว่าสติที่ตายแล้ว มีเสียงหัวเราะรับครั้นเครง

ครั้งที่ 5 วันที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2536 เวลา 8.00-12.30 น.

สมาชิกมีท่าที่เฮฮา สนุกสนานเป็นกันเอง มีเสียงพูดคุยค่อนข้างดัง มีเสียงได้ถาม สารทุกข์สุขดิบกันว่า นอนหลับสบายดีหรือเปล่า เมื่อคืนใครแอบไปห้องสุขกันตามชายหาดบ้าง

สมาชิกบางคนให้เพื่อนนั่งสำรวจเม็ดฝนแปลตามลำตัว และแขน ขา มีการอธิบายพูดคุยกันเป็นฉากๆ ถึงเรื่องการรักษาความสะอาดส่วนตัว การใช้สบู่ที่มีส่วนผสมของยาฆ่าเชื้อ เพื่อลดอาการผดผื่น

เมื่อถึงเวลาที่นัดหมายเข้ากลุ่ม สมาชิกส่งเสียงเรียกเพื่อนๆ ให้มานั่งล้อมวง ผู้นำกลุ่มได้ถามถึงความสุขสบายทั่ว ๆ ไปที่ได้รับ สมาชิกทุกคนแสดงความพึงพอใจต่อความสุขสบายที่ได้รับ แม้ว่าจะค่อนข้างเครียดขณะที่อยู่ในกลุ่ม เมื่อสิ่งเกิดว่าสมาชิกทุกคนพร้อมที่จะเข้าสู่บรรยากาศของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจึงเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้มีโอกาสพูดคุยบอกเล่าถึงเรื่องราวที่เป็นความกังวลในใจของตน สมาชิกผู้หนึ่งเล่าเรื่องราวของตนว่า เป็นห่วงลูก หากถึงวาระสุดท้ายของชีวิตจริงๆ แล้ว กลัวว่าลูกและหลานจะไม่ปลอดภัยจากพ่อเลี้ยง สมาชิกผู้หนึ่งเล่าว่าวนกลับไปกลับมาระหว่างเรื่องในอดีตที่มีพี่สาวของตนเคยตกเป็นภรรยาของพ่อเลี้ยง โดยที่ตนรู้เห็นเหตุการณ์ทุกอย่าง และเกรงว่าลูกหลานจะมีปัญหาเมื่อตนคิดจะออกจากบ้านเพื่อหางานทำ ผู้นำกลุ่มใช้ทำการสำรวจความรู้สึก สะท้อนความรู้สึก และทักษะการสรุป เพื่อช่วยให้สมาชิกสามารถมองเห็นปัญหาที่ชัดเจนขึ้น ในขณะที่เดียวกันสมาชิกภายในกลุ่มก็พยายามที่จะช่วยให้สมาชิกผู้หนึ่งสามารถตัดสินใจที่จะเริ่มต้นทำอะไรเพื่อตัวเองบ้าง โดยที่ต้องตัดใจจากเรื่องบางเรื่อง ในช่วงนี้สมาชิกทุกคนสำใจ และมีที่ท่าที่ห่วงใยในความสับสนของเพื่อน

- "ความห่วงลูก...มีทุกคนนะ... เธอต้องตัดใจบ้าง"

- "ปล่อยให้พี่เป็นภาระของคนอื่นบ้าง ลูกใครคนนั้นก็ดูแล หลานก็ให้พี่เชยดู เราคงดูแลไม่ได้"

ในที่สุดสมาชิกผู้หนึ่งก็ตัดสินใจว่า จะยอมให้ลูก 2 คนไปอยู่กับพ่อ และเริ่มมองหาช่องทางที่จะหางานทำ สมาชิกไม่อยากจะกลับไปทำงานเป็นหมอนวดเช่นเดิม เนื่องจากรู้สึกว่าเป็นเรื่องตอ การที่ตนจะอดใจไม่ยุ่งเกี่ยวกับแขกไม่ได้ ทำให้ชีวิตยังคงวนเวียนอยู่ในวัฏจักรเดิม สมาชิกหลายคนได้พยายามช่วยเหลือด้วยการเสนอให้ใช้ความสามารถของตนเองในการบิบนวด ไปสมัครเป็นหมอนวดแผนโบราณ ซึ่งเสี่ยงต่อการยุ่งเกี่ยวกับเพศนอกล่วง เป็นการลดภาวะเสี่ยงต่อการแพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่น และลดภาวะเสี่ยงในการรับเชื้อเพิ่มขึ้น สมาชิกยังคงมีที่ท่าอึดอัด ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะคำถามแบบเปิด ทักษะการสะท้อนความรู้สึก พบว่า เมื่อสมาชิกเปิดเผยความรู้สึกเล็กๆ ของตนว่า เกรงว่าเมื่อมีเงินมาล่อตนจะอดใจไม่ได้ หรือเมื่อมีแขกถูกใจ ตนก็จะอดใจไม่ได้เช่นกัน หลังจากบอกความรู้สึกของตนออกมาได้ สมาชิกก็ทำที่สบายใจขึ้นมาก แม้จะมีเสียงขัดแย้งจากสมาชิกหลายๆ คนว่า ให้เลิกคิดถึงเรื่องบนเตียง ผู้นำกลุ่มพยายามเอื้ออำนวยให้กลุ่มบอกกล่าวแก่เพื่อนสมาชิกด้วยการให้ข้อมูลที่ชัดเจนและเป็นประโยชน์แก่เพื่อนสมาชิก สมาชิกอาวุโสผู้หนึ่งกล่าวว่า

"น่าจะ ไปสมัครสถานที่ที่เป็นวางแผนโบราณอย่าง เดียวจริงๆ อาศัยฝีมือขนาดเก่งๆ ลูกค้ำก็จะติดใจ" และให้รับจ้างขนาดตามบ้าน โดยคิดประกาศไว้ที่ชมรม โดยที่ใช้เวลาว่างจากการเป็นวิทยากรไปรับจ้าง มีสมาชิกหลายๆ คน ช่วยกันคำนวณรายได้จากการเป็นวิทยากร ร่วมกับการรับจ้างขนาดตามสถานขนาดแผนโบราณ บวกกับการรับจ้างขนาดตามบ้าน ซึ่งรวมแล้วพบว่า เป็นจำนวนเงินที่สูงพอที่จะเป็นค่าใช้จ่ายประจำเดือนได้ สมาชิกมีทำที่ยอมรับต่องานที่กล่าวถึง ผู้ในกลุ่มใช้ทักษะคำถามเปิดให้สมาชิกบอกถึงการตัดสินใจของตน สืบหาแนวโน้มความเป็นไปได้ของตน สมาชิกกล่าวว่า คนยังกลัวว่า ถ้าเป็นหมอนวด ก็เข้าวัฏจักรเดิม จริง ๆ แล้วอยากขายของแต่ไม่มีทุน

- "ลักษณะอย่างนี้ ต้องขึ้นอยู่กับตัวเอง.." สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวขึ้น

- "ต้องลองทำดูนะ...เรายังไม่ได้ลองเลย.."

- "ทำเถอะ ทำตอนยังแข็งแรง ต่อไปถ้าเป็นมากขึ้น...จะได้มีอะไรบ้าง.." สมาชิกผู้หนึ่งทำที่มั่นใจมากขึ้น และตกลงใจที่จะทดลองทำงานดู

- "ตอนนี้ ไม่มีทางเลือกเป็นอันนะ คงต้องใช้ความสามารถที่มีอยู่นี้แหละ วันหนึ่งถ้าพอมีทุนรอนจะขายของอย่างที่ยากขาย ขายส้มตำ ใช้อย่างนี้แหละถนัดนัก ไว้ได้ทุนบางส่วนจากกรมแรงงานเมื่อไหร่ คงได้ขายของ"

สมาชิกสรุปการประชุมกลุ่มในครั้งนี้ว่า คงต้องเริ่มต้นที่ตัวเอง การที่รอคอยให้ผู้อื่นช่วยเหลือควรจะเป็นเรื่องอันคับรองจากการช่วยเหลือตนเอง

ครั้งที่ 6 วันที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2536 เวลา 13.00-17.00 น.

การเข้ากลุ่มครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้ายของการทำกลุ่ม สมาชิกหลายคนมีที่ทำกระตือรือร้นอย่างเห็นได้ชัด สมาชิกพยายามที่จะบอกกล่าวกันว่าเป็นครั้งสุดท้ายที่พวกเราจะสามารถบอกเล่าเรื่องราวของตนได้อย่างเปิดเผย แต่เป็นความลับ สมาชิกผู้หนึ่งซึ่งเพื่อนเวียนถามเพื่อนสมาชิกหลาย ๆ คนถึงเรื่องยาตลอดเวลา กล่าวว่าตนกำลังลองรับประทานยาสมุนไพร ซึ่งได้สูตรมาจากหมอจีนผู้หนึ่ง ยาชุดนี้มีหลายขนาน และยาจะแพงขึ้นเรื่อย ๆ แต่เมื่อตนเองรับประทานจนถึงขนานเกือบจะสุดท้าย ก็จะมีอาการท้องเสียรุนแรงมาก จนต้องเลิกรับประทาน และรับประทานยาแก้ท้องเสียที่ได้มาจากหมอจีนเช่นกัน เมื่ออาการท้องเสียหายไป ต้องเริ่มต้นที่ยาขนานแรกใหม่เป็นเช่นนี้เรื่อยไป ขณะนี้ตนรู้สึกไม่แน่ใจว่า จะเลิกรับประทาน หรือรับประทานต่อดี มีเสียงซึ่งมาจากสมาชิกหลายคน มีการซักถามรายละเอียดให้ชัดเจนมากขึ้น พบว่า ไม่สามารถรับประทานร่วมกับยาแผนปัจจุบันได้ ซึ่งกลายเป็นจุดอ่อนของยา ทำให้ลดโอกาสในการรับประทานยาแผนปัจจุบัน

และมีผลข้างเคียงสูงในประเด็นที่ว่าทำให้ท้องเสียรุนแรง สมาชิกผู้หนึ่งชี้ให้เห็นว่า อาการท้องเสีย จะทำให้เกิดการสูญเสียน้ำในร่างกาย ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย อ่อนแอ และ เข้าสู่ระยะสุดท้าย ของโรคเร็วขึ้น กำลังใจก็จะเสียไป ในช่วงนี้ได้เลิกทดลองไปแล้ว เนื่องจากพบว่าไม่ได้ผลถูกทาง มีเสียงขัดแย้งจากสมาชิกบางคนว่า ยาแต่ละอย่างไม่เหมือนกัน คงเปรียบเทียบกันไม่ได้ น่าจะ ลองถามคนที่ทานดูว่า ทานแล้วรู้สึกดีขึ้นอย่างไร จึงจะทานอีก สมาชิกเจ้าของเรื่อง กล่าวว่า ทานแล้วตนไม่เคยเพลีย ไม่เคยเป็นหวัดเลย แข็งแรงดีกว่าเดิมอีก เสียอย่างเดียวที่ท้องเสียเท่านั้น สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวว่า สภาพร่างกายของคนที่ได้รับประทานเอง น่าจะเป็นเครื่องวัดที่ดีที่สุดว่า ควรจะรับประทานต่อหรือไม่ สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวว่า ข้อจำกัดอยู่ที่การเจ็บป่วย สมาชิกอีกผู้หนึ่ง กล่าวด้วยความท้อใจว่า

"จริง ๆ แล้ว ไม่อยากให้อิน แต่ถ้ากินแล้วรู้สึกว่ามีกำลังใจ ก็กินเถอะ แต่ขอให้ ตระหนักว่า ถ้าหากเป็นอะไรหนักหนาสาหัส ให้รีบหาหมอแผนปัจจุบันทันที"

สมาชิกผู้หนึ่งตกลงใจที่จะรับประทานยาต่อ โดยที่จะหมั่นระมัดระวังตัว และสังเกตุความ ผิดปกติของตนเองให้ถี่ถ้วนมากขึ้น หากพบอาการผิดปกติจะหยุดยา และไปพบแพทย์ทันทีตามคำแนะนำ ของเพื่อนสมาชิก

"ผมยอมเอาชีวิตผมเข้าเสี่ยงนะ ยอมกินต่อ เผื่อว่ามันหายหรือยืดอายุได้มากขึ้น จะได้ เป็นวิทยาทานสำหรับผู้ติดเชื้อรุ่นหลัง ๆ ต่อไป"

ในช่วงสุดท้ายของการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิก ได้บอกกล่าวความรู้สึกที่มีต่อกันสั้น ๆ และกล่าวให้กำลังใจซึ่งกันและกันที่ละคน เน้นให้สมาชิกใส่ใจต่อการให้และการรับ ความรู้สึก ดี ๆ จากเพื่อน บรรยากาศกลุ่มในช่วงนี้ได้ไปด้วยความสนิทสนมเป็นกันเอง ออบอุ่น และมีความรู้สึกดี ๆ ต่อกัน สมาชิกบางคนร้องไห้กับกำลังใจ และความรู้สึกดี ๆ ที่เพื่อนมีให้ สมาชิกบางคนให้กำลังใจกันด้วยการจับมือ การโอบกอด ก่อนเลิกกลุ่มผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณและให้ กำลังใจแก่สมาชิกทุกคน สมาชิกกล่าวขอบคุณตอบ และกล่าวว่า "ยินดีที่แม่พ่จะไม่คิดเชื่อ แต่ก็ยัง เห็นอกเห็นใจไม่รังเกียจพวกเรา" ก่อนกลับบ้าน สมาชิกได้มีโอกาสพูดคุยและแลกเปลี่ยนเบอร์ โทรศัพทซึ่งกันและกัน



ภาคผนวก จ

การวิเคราะห์ระแสลุ่ม

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การวิเคราะห์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโวลเซน
<p>ครั้งที่ 1</p> <p>ภายหลังจากการให้สมาชิกทำแบบวัด ความวิตกกังวลเรียบร้อยแล้ว ผู้นำกลุ่มให้ สมาชิกเข้ามานั่งล้อมวงกัน สมาชิกเข้ามานั่ง เงียบ ๆ มีท่าทีอึดอัดเขิน สมาชิกบางคนหัน ไปม้ายิ้มให้กันอย่างอึดอัด ผู้นำกลุ่มกล่าวต้อนรับ อีกครั้ง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของกลุ่ม การปฏิบัติ ตัวในกลุ่ม เน้นการรักษาความดันภายในกลุ่ม ขออนุญาตบันทึกเทป สมาชิกบางคนมองมาที่เทป บันทึกเทป สมาชิกบางคนมองมาที่เทปบันทึก เสียง และมีท่าทีอึดอัด</p> <p>พ : ที่อ้อย....อย่างนี้เราพูดอะไรเทปก็บันทึก ไว้หมดสิ...แล้วมันจะเป็นความลับได้ ยังไง เอาไปวิเคราะห์ก็ต้องเปิดเผย...</p> <p>ผู้นำกลุ่มให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการรักษา ความลับ เช่น การใช้ชื่อสมมติแทนชื่อจริง การ ทำลายเทปบันทึกเสียงภายหลังการวิเคราะห์</p> <p>เมื่อสังเกตเห็นสมาชิกทุกคน มีท่าที ยอมรับและชัดเจนเรื่องการรักษาความลับภายใน กลุ่มแล้วผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิก แนะนำ ตัวเองทีละคน ผู้นำกลุ่มแสดงความสนใจใน ข้อมูลของสมาชิกทุกคน ตั้งใจฟัง ถามข้อมูล สมาชิกเพิ่มเติม เชื่อมโยงการสนทนาระหว่าง สมาชิก สมาชิกเริ่มมีปฏิสัมพันธ์ในการพูดคุย</p>	<p>- เป็นครั้งแรกของการเริ่มต้นกลุ่ม สมาชิก ทุกคนยังสับสน สงสัยว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับตัวเอง ไม่แน่ใจตนเองว่าเรื่องราวในกลุ่มที่จะเกิดขึ้น จะเกี่ยวข้องกับตนเองอย่างไร</p> <p>- ในช่วงนี้อยู่ในการเคลื่อนไหวของกลุ่มใน ขั้นเริ่มต้นกลุ่ม (Initial State) การที่มี สมาชิกบางคนมีท่าทีสงสัย และมีคำถามเกี่ยวกับ เทปบันทึกเสียงแสดงถึง ความรู้สึกที่ยังไม่ไว้ วางใจ ไม่รู้สึกปลอดภัย จึงต้องการคำตอบเพื่อ ความมั่นใจ</p> <p>- ผู้นำกลุ่มสร้างความรู้สึกยอมรับ และ เชื่อถือ โดยการให้ข้อมูลที่ชัดเจน</p> <p>- ผู้นำกลุ่มส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ภายใน กลุ่มเป็นต้นแบบ (Model) ในการแสดงบทบาท การเป็นสมาชิกที่ดี โดยการสนใจฟัง เป็นต้นแบบ ในการสนทนาซักถาม</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ซักถาม และขอให้แนะนำตัวเองซ้ำ เพราะจำชื่อไม่ได้ สมาชิกหลายคนเห็นด้วย และพยายามท่องชื่อซ้ำทีละคน มีเสียงแซว เสียงหัวเราะบ้างระหว่างสมาชิก มีการล้อเลียนชื่อสมาชิกบางคน การซักถามระหว่างสมาชิกยังเป็นคำถามสั้น ๆ ง่าย ๆ คำถามคำตอบจะเป็นแบบประโยคต่อประโยค</p>	
<p>ป: ผมชื่อ ป ครับ.....</p>	<p>- ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายหลังการเริ่มแนะนำตัวเริ่มดีขึ้น สมาชิกกล้าซักถามกัน</p>
<p>พ: พี่เป็นสมาชิกใหม่.....</p>	<p>มากขึ้น แต่คำถามยังคงผิวเผิน สุภาพ มีแนวโน้ม</p>
<p>ป: ครับ...ผมไม่เคยเข้าชมรมเลย</p>	<p>ที่จะรักษาตนเองให้ปลอดภัย ด้วยการใช้กลไก</p>
<p>ช: พี่ทำงานอะไร..เออ..ทำงานหรือเปล่า</p>	<p>การป้องกันทางจิต เช่น หลีกเลี่ยงการตอบ</p>
<p>ป: ทำครับ...ทำธุรกิจส่วนตัว</p>	<p>คำถาม เมื่อมีคำถามที่เริ่มรุกลงถึงเรื่องส่วนตัว</p>

<p>ธ: ผม ธ ครับ ... (ยิ้มๆ ทำทางกระดาก)</p>	
<p>ท: ผมไม่เคยเห็นพี่</p>	
<p>ธ: ครับ...ผมทำงาน ไม่มีเวลาไปชมรม วันธรรมดา</p>	
<p>ศ: ขอโทษนะครับ คุณทำงานที่ไหน</p>	
<p>ธ: (ทำให้อึดอัด).....</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: บอกเท่าที่พ่อยากบอกก็ได้ค่ะ....</p>	
<p>ธ: ผม...ทำงานแบงค์....</p>	
<p>ค: ติดตามมาจากไหน.....</p>	
<p>ธ:</p>	
<p>พ: ติดตามมานานแล้วหรือยัง...</p>	
<p>ธ: เพิ่งทราบผลเลือด... (ทำที่ขัดเขิน)</p>	

การสังเอบกระบวนกรกลุ่ม	กรวิเคราะห์ตามกระบวนกรของโอบเลน
<p>ท: แล้ว...ที่บ้านรู้หรือเปล่า เมื่อสมาชิกแนะนำตนเอง และไต่ถามกัน หมดแล้ว มีสมาชิกบางคนถามถึงผู้นำกลุ่ม</p> <p>จ: แล้วที่อ้อยละ...ไม่เห็นบอกอะไรพวกเรา เลย</p> <p>ป: วิชา...พวกเรากรอยากรู้รายละเอียด ของพี ผู้นำกลุ่มแนะนำตนเอง และตอบคำถาม ข้อข้องใจของสมาชิกเกี่ยวกับตัวของผู้นำกลุ่ม ก่อนยุติกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวชี้ให้ทุกคน ตระหนัก และใคร่ครวญถึงความกังวลของ ตนเองที่เคยบอกเล่าไว้ เป็นการใส่ใจและ รับผิดชอบต่อกลุ่ม เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ของการทำกลุ่มในที่สุด</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มเป็นตัวแบบในการเปิดเผยตนเอง</p> <p>- สรุป การทำกลุ่มในครั้งแรก กลุ่มยังสับสน ไม่แน่ชัดกับทิศทางของกลุ่ม ต้องการความรู้สึก ปลอดภัยและ เชื่อถือ ผู้นำกลุ่มต้องเข้าไปช่วย เอื้ออำนวยให้สมาชิกมีการเปิดเผยตนเองมาก ขึ้น เริ่มต้นด้วยการเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ แนะนำตัวเอง จนถึงการเป็นตัวแบบในการ ซักถาม สร้างความรู้สึกปลอดภัยและ เชื่อถือด้วย การให้ข้อมูลที่ชัดเจน ในช่วงท้ายของการทำ กลุ่ม สมาชิกเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น แต่ยังอยู่ ในลักษณะผิวเผิน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ครั้งที่ 2</p> <p>ขณะรอสมาชิกมาพร้อมกัน ผู้นำกลุ่มกล่าวพูดคุยหยอกล้อกับสมาชิก ตอบคำถามเกี่ยวกับโรคและการรักษา เมื่อสมาชิกมาครบทั้ง 8 คน ผู้นำกลุ่มเริ่มกระบวนการกลุ่ม โดยทบทวนสิ่งที่ได้รับรู้เกี่ยวกับเพื่อนในครั้งก่อน สมาชิกที่สนิทกันนั่งใกล้กัน สมาชิกบางคนนั่งนอกวง เจียบ ๆ ผู้นำกลุ่มกล่าว เชิญชวนให้สมาชิกนั่งล้อมเข้ามาเป็นวงกลม สมาชิกคนอื่น ๆ จึงสังเกตเห็นเพื่อนสมาชิกคนนี้เจียบ ๆ จึงตกทายเป็นขบพูดคุย</p> <p>พ: พี่...มาๆ เข้านั่งใกล้ ๆ กัน...จะได้ยินเสียงกันชัด ๆ</p> <p>ผู้นำกลุ่มกล่าวให้สมาชิกตระหนักถึงความรับผิดชอบที่มีต่อกลุ่ม และใส่ใจต่อกลุ่ม พร้อมทั้งเอื้ออำนวยให้สมาชิกบอกเล่าประสบการณ์ที่เป็นความกังวลของตนให้เพื่อนสมาชิกรับฟัง</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: ...เป็นโอกาสของพวกเราทุกคนที่มานั่งอยู่ร่วมกันที่นี้ละคะ ประโยชน์ที่จะพึงเกิดกับพวกเราคงจะขึ้นอยู่กับตัวของเราเอง เพราะจริงๆ แล้วคนที่เราจะเข้าใจ และรู้สึกมากที่สุดคือตัวเราเอง</p> <p>กลุ่ม : เจียบ..... (สมาชิกบางคนขยับตัว มีท่าทีอึดอัด)</p>	<p>- สัมพันธภาพถึงแม้จะตื้นเขินสนมกันมากขึ้น แต่ยังเป็นสัมพันธภาพที่ผิวเผิน กลุ่มยังวนอยู่ในการเคลื่อนไหวขั้นที่ 1 (Initial State) สมาชิกยังไม่เกิดความไว้วางใจ และความรู้สึกที่ปลอดภัย... ผู้นำกลุ่มให้ความสนใจ และให้ความสำคัญกับสมาชิกทุกคน สร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Belonging) ให้กับสมาชิก</p> <p>- ให้ความสนใจเพื่อนสมาชิก</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกตระหนักถึงสิ่งที่กำลังจะกระทำในกลุ่ม</p> <p>- กลุ่มยังบรรยากาศที่อึดอัด ไม่แน่ใจจนทิศทาง และการเริ่มต้น</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ผู้นำกลุ่ม: (สบตา...ยิ้มกับสมาชิกกลุ่ม...) พวกเรากำลังรู้สึกยังไงหรือคะ..</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มตรวจสอบความรู้สึก และพยายามสะท้อนความรู้สึกของกลุ่ม เพื่อเอื้ออำนวยให้กลุ่มเคลื่อนไหว</p>
<p>จ : กลัว....</p>	
<p>ธ : ไม่กลัวหรอกฮะ..แต่ไม่รู้จะ เริ่มต้นตรงไหน</p>	<p>- สมาชิกกลุ่ม ยอมรับความรู้สึกของตนเอง</p>
<p>ต : ถ้าไม่ใช้เพื่อนก็กลัว ประหม่า...</p>	<p>- กลุ่มยังคงวนเวียนอยู่กับความรู้สึกของตนเอง พยายามที่จะบอกถึงเหตุผลของการกลัว</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: พยักหน้า.....</p>	
<p>ค : อย่างนั้นแบบสอที่พี่ให้ทำ ก็จะต้องตามความรู้สึกของตนเอง... เวลาอยู่กับเพื่อนที่ติดเชื่อก็จะอีกอย่าง เพื่อนที่ไม่ติดเชื่อก็จะรู้สึกอีกอย่าง</p>	<p>และ ไม่กล้าแสดงออกของตน การพยายามหาเหตุผลนี้เป็นแนวโน้มหนึ่งที่จะแสดงถึงการใช้กลไกทางจิตของสมาชิก เพื่อปกป้องตัวเอง</p>
<p>ท : แต่เพื่อนกลุ่มเล็กดีกว่า..ถ้าเพื่อนกลุ่มใหญ่ถึงแม้จะเป็นคนที่ติดเชื่อเหมือนกัน แต่ไม่เคยเห็นหน้ากันเลย เหมือนคราวที่ไประยอง กลุ่มศูนย์เกิดใหม่ 20-30 คน เราจะเห็น...ไม่กล้าแสดงออกไปเลย เพราะไม่เคยเห็นกันมาก่อน</p>	
<p>ด : ใช่...ถึงเรามีอะไรอยู่เราก็ไม่พูด</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: แล้วจริงๆ...ลึก ๆ อยากรู้...</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มสะท้อนความรู้สึกของสมาชิก</p>
<p>ด : (ทำท่าทางอึดอัด...ก้มก้ำกึ่งกลัว)เงียบ</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: (ให้โอกาสสมาชิกหนึ่งเงียบสักครู่) พี่ไม่รู้ว่า ตอนนั้นในกลุ่มเล็ก ๆ ของเรา อย่างนี้ ค. ยังอยากเล่าความรู้สึกอะไรของ ตัวเองหรือเปล่า พี่อยากจะบอก ค ว่า</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกมีโอกาสได้บอกเล่าความรู้สึกของตนเอง ให้กำลังใจแก่สมาชิกที่จะกล้าบอกเล่าความรู้สึกของตน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ที่และเพื่อน ๆ ทุกคน ยินดีที่จะรับฟัง (ผู้นำกลุ่มจับเข้าสมาชิกผู้นี้...และพยักหน้า สบตา กับสมาชิกคนอื่น ๆ)</p> <p>ด: หนูกังวลที่..เพื่อนที่หอคั่วพูดเหมือนเค้ารู้ว่า หนูเป็นเอดส์...หนูไม่รู้ว่า หนูจะวางไปเองหรือเปล่า บางครั้งมีข่าวว่าคนเป็นเอดส์ โดดถังเปื้อนชีตายอย่างนี้...เค้าพูดแบบ เราคล้าย ๆ จะเป็นว่าสิ้นลงหะ แล้วมีข่าวว่า คนเป็นเอดส์ฉีดเลือดเข้าไปในนม เราจะพูดมากก็ไม่ได้ จุดนั้น หนูอยากจะพูดว่าที่เค้าฟังว่า มันไม่ได้เป็นนะ เพราะหนูไม่ได้ถ่ายทอดให้คนอื่นได้...คิดอยู่ตลอดเวลาว่าเค้าจะรู้หรือเปล่า... เค้าแกล้งประชดหรือเปล่า...กังวล.. (เสียงเครือ) กลัวเค้าจะรู้ ถ้าอาจารย์รู้ อาจจะไม่ให้จับ ไม่ได้ใบประกาศ หนูไม่รู้ว่า มีใครเหมือนหนูหรือเปล่า (...เงียบ...)</p> <p>ท: เป็น...พอดี พี่สะใภ้กับพี่ชายชาย ข่าวสาร มีลูกจ้างคนอีสาน เค้าจะพูดว่า พวกนี้สกปรก อย่าไปร่วมทำอะไรกับเค้านะ เอดส์ อะไรอย่างนี้ เค้าก็...ไม่รู้ว่าเราเป็นยังไง อย่งไปก่อนพัน</p>	<p>- สมาชิกเปิดเผยสิ่งที่ตนรู้สึกกังวล</p> <p>- สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีภายในกลุ่ม กล้าเปิดเผยเรื่องราว ประสบการณ์ของตนเองที่คล้ายคลึงกันของเพื่อน บอกเล่าวิธีการแก้ปัญหาของตน ขณะที่สมาชิกคนหนึ่งเล่า สมาชิกคนอื่นๆ ก็นั่งฟัง แสดงท่าทีสนใจกับเรื่องราวของเพื่อน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>เค้าก็พูดเนี่ย กลัวติดเฮดส์ เรายังให้ความเห็นไม่ได้ เพราะพูดมากมันก็ท้อใจเราลึกลงไป เรายังจะทำเป็นเฉย ๆแล้วเลี้ยงไปซะ.... ไคยีนบ้อย ๆ</p>	<p>ร่วมแสดงความคิดเห็น เชื่อมโยงระหว่างเรื่องราวของตนเอง และเรื่องราวของเพื่อน</p>
<p>ด: บางครั้งจนเกิดความเครียด เพื่อนหลาย ๆ คน พูดมาก ๆ จะเครียดมาก....บางทีจะโกรธเอาเลย จะพูดให้เค้าฟังว่า เฮดส์ไม่ได้ติดทางนี้เนะ เดี๋ยวเค้าจะว่า..อ้อ..ทำไมเธอรู้ดี.. ก็เครียดนะ</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: หนูพยายามอธิบายให้ฟังแล้ว...</p>	<p>- รับรู้เรื่องราวของสมาชิก ทวนซ้ำในสิ่งที่สมาชิกได้เคยทำ สมาชิกคนอื่น ๆ ที่ไม่ได้แสดงความรู้สึก นั่งฟังเงียบ ๆ สมาชิกหลาย ๆ คน พยายามแสดงความรู้สึกของตนที่มีต่อเรื่องราวของเพื่อนออกมา</p>
<p>ด: ค่ะ บางครั้งอธิบาย....</p>	<p>- ในช่วงนี้มีกระแสของความช่วยเหลือจากเพื่อนสมาชิก จะเห็นว่าสมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ในทางที่ดีต่อกัน คนที่ไม่แสดงความคิดเห็นก็จะนั่งฟังเงียบ ๆ มีท่าทีใส่ใจอยู่กับเรื่องราวของเพื่อนคนที่แสดงความคิดเห็น ก็จะหาวิธีการแก้ปัญหา พูดในเรื่องราวที่สอดคล้องกับเรื่องของเพื่อน แสดงถึงความรับผิดชอบของสมาชิกในการช่วยเหลือสมาชิกที่กำลังมีปัญหา และความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มปฏิสัมพันธ์ที่ดีเหล่านี้ ช่วยทำให้</p>
<p>T: ไม่กล้าอธิบายหรอกนะ</p>	
<p>จ: เหมือนเรารู้ดี</p>	
<p>ท: อ้อ...ใช่....</p>	
<p>ศ: ก็หนูอาจจะบอกให้เค้าฟังว่า ที่โรงเรียนที่หนูเรียนอยู่ ได้รับคัดเลือกเข้าไปอบรมเรื่องนี้ ให้ความรู้ พวกเราได้รับการอบรม เค้าก็อ้อ...ที่รู้นี้เพราะไปอบรมมา ไม่ใช่เพราะเป็นเอง อย่างนี้ก็ได้...ถ้าไปทำแบบกล้า ๆ กลัว ๆ จะยังน่าสงสัย คือ เราไปห้ามปากเค้าไม่ได้.....</p>	
<p>ธ: ใช่ เราคงห้ามปากชาวบ้านไม่ได้</p>	

การสังเคราะห์กระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
ค: เออ..เป็นความคิดที่ตึนะ....	สมาชิก เกิดความรู้สึกปลอดภัย อบอุ่น และได้รับ
ท: อันนั้น พวกพี่ชายพี่สะใภ้พูดบ่อย บางทีผมก็ทำแบบพี่เค้าบอก ไปแก้ไข ที่นั่นแก้ไข ผลสุดท้าย เราตาย... เค้าก็รู้ เราทำเฉย ๆ ไว้ดีกว่านะ พูดเท่าที่พูดได้ อาจจะทำอย่างพี่ ศ ว่าก็ได้	การยอมรับ
จ: อย่างที่พี่ ศ ว่าก็ตึนะ (พยักเพยิด ไปทางเพื่อนสมาชิก)	
ค: เจียบ....สีหน้าครุ่นคิด....	
ผู้นำกลุ่ม: มีเพื่อน ๆ ช่วยแสดงความคิดเห็น หลายคน ดูเหมือนว่าจะแยกออกเป็น 2 วิธี คือ บอกข้อเท็จจริง ที่เรารู้ ถ้าเค้าสงสัยก็บอกว่า เราไปอบรม มา กับเฉย ๆ แล้วเลี่ยงบ้างตามวิธี ของ ท	- สรุปเนื้อหาที่สมาชิกพูดมาทั้งหมดสั้น ๆ เพื่อเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้ไตร่ตรองในสิ่งที่ เพื่อน ๆ ได้ช่วยกันบอกกล่าว เพื่อที่จะนำไปสู่ การแก้ปัญหาในวิถีของสมาชิกเอง
ค: เออ...หนูอยากจะทำข้อเท็จจริง อย่างพี่ ศ ว่าดีกว่า...ดีเหมือนกัน แต่ถ้าพูดมาก ยาวไปก็คงจะต้อง เลี่ยง ๆ เฉย ๆ อย่างที่ ท บอก	
ผู้นำกลุ่ม: หนูตกลงใจว่า..จะทำอย่างพี่ ศ แนะนำ	- ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกสรุปการตัดสินใจ ของตนเอง สุดท้ายสมาชิกสามารถแยกแยะ
ค: ค่ะ...แต่ถ้ายึดเข็มนานนัก ก็... เลี่ยง ๆ อย่างที่ ท บอก	และตัดสินใจได้ว่าตนควรจะทำอย่างไร ใน สถานการณ์ที่ตนเองประสบอยู่

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
ศ: พี่แนะนำเท่านั้นนะ...แต่ในรายละเอียด เขียดหนุงต้องตัดสินใจเอง	
ต: ค่ะ...ก็พยายามจะทำอยู่ บางทีก็เลี้ยง บางทีถ้าจะพูด คงต้องพูดอย่างที่บอก	
ท: เลือกคนนะจ๊ะ...บางคนก็ควรพูด... บางคนก็ควรเลี้ยง -----	- กระบวนการช่วยเหลือจาก เพื่อนสมาชิก เน้นการใช้วิจารณญาณในการตัดสินใจเอง
สมาชิกบางคน พูดถึง เรื่องชีวิตความเป็นอยู่ของตน เมื่อเข้าสู่ระยะสุดท้ายของโรค	- สมาชิกใหม่พูดถึง เรื่องชีวิตในช่วงระยะสุดท้ายของโรค สมาชิกเก่าที่ติดเชื่อมานาน
จ: ถ้าวันนั้นมาถึง...เราจะอยู่ยังไง (เสียงเครือ ก้มหน้า...น้ำตาคลอ)	พยายามช่วยเหลือให้ข้อมูลที่แท้จริงของตัวเองชัด ๆ
กลุ่ม: เงียบ.....	
ศ: ต้องอยู่ได้ (เสียงเข้ม)...แต่ต้องมีการวางแผนล่วงหน้า...ผมรู้ตัวว่าติดเชื่อมาตั้งแต่ปี 29 ผมวางแผนมาตลอด	
ธ: แต่...โรคนี้มันบอบบับไม่ใช่เธอ..	
ต: เออ...ดูเหมือนไปเร็วอย่างที่บอก...ยังมีเวลาเตรียมตัว อย่างพี่... มีเวลาวางแผน	
ศ: ครับ...ระยะเวลาที่เหลือ (เสียงเข้ม เม้มปาก) ต้องวางแผน เมื่อก่อนผมไม่มีใครเลย ช่วงนั้นข้าพคุณอ่อนดั่งมาก มันทำให้ผมบ่นบ้าน	- เมื่อพูดถึงเรื่องราวที่ผ่านมา สมาชิกผู้นี้มีท่าที่ขมขื่น แต่การกล้าเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง ให้เพื่อนสมาชิกรับรู้ ในฐานะที่ตนติดเชื่อมานาน และสามารถจัดการปัญหาตนเอง

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>มากเช่นกัน (ก้มหน้าคิดหนึ่งแล้วเงยหน้า) ยืนอยู่ได้ทุกวันนี้ยอมรับว่าเก่ง บอกใครไม่ได้เลย แทบระเบิด (เสียงเข้ม) ...พอมออักเลย ไม่ได้พอมเพราะโรค แต่พอมเพราะกินข้าวไม่ได้ เครียดมาก ลองทุกวิถีทาง ยาไทย ยาจีน โสยศาสตร์ถูกหลอกมาเยอะ...รู้...แต่มันไม่มีทางทำอะไร ชมรมยังไม่ได้ตั้ง เก็บเป็นความลับมาบ้าง เรื่องแดงขึ้นมา รู้กันหมด ที่ทำงาน...ถูกย้ายงาน.. ถูกกลั่นแกล้ง พี่จ๋าเป็นต้องบอกพ่อแม่ รู้กันหมด....ที่อยู่ได้ เพราะมองคนที่ต่ำกว่า ...คือยโธกาสมากกว่า... มีการวางแผน ทำมาหากินได้ก็รับทำ เก็บไว้รักษาตัว...นี่คือการวางแผน.</p>	<p>ได้ด้วยความอดทน จะเป็นตัวแบบ (Model) ให้สมาชิกใหม่สู้กับชีวิตภายใต้การคิดเชื่อของตน ทำให้สมาชิกคนอื่น ๆ มองเห็นได้ชัดเจน ว่า โรคไม่รุนแรง รวดเร็วย่างที่คิด เพราะสมาชิกคนนั้นติดเชื่อมารวม 10 ปีแล้ว ยังดูแข็งแรง และผ่านการแก้ปัญหาามาก ทำให้สมาชิกคนอื่น ๆ สนใจ และค่อนข้างเชื่อถือ เมื่อสมาชิกผู้นั้นแสดงความคิดเห็น</p>
<p>จ: หน่วงแผน อยู่กับ ต 2 คน เราจะช่วยดูแลกันนะ....</p>	
<p>ต: (จับมือ จ) พยักหน้า</p>	
<p>พ: ก็ดีนี่ (น้ำเสียงแสดงความดีใจ) มีผู้คิดเชื่อด้วยกัน คอยดูแล</p>	
<p>ท: เออ...ดี ๆ</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: พังคอบอนต้นนี้ละ...มีความรู้สึกว่าจะอย่างน้อย ก็ยังมีเพื่อน...มีคนอยู่ด้วย...</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ค: นั่นคือการวางแผนอย่างหนึ่ง</p> <p>ธ: พอพูดว่าจะไปอยู่ด้วยกัน คู จ กับ ค สดชื่นขึ้นนะ (บรรยากาศกลุ่มดูยิ้มแย้มสดชื่นขึ้น)</p> <p>-----</p>	<p>สรุป ในการทำกลุ่มครั้งนี้ ในช่วงแรก ๆ ยังวนเวียนอยู่ในขั้นตอนที่ 1 เมื่อมีสมาชิกผู้หนึ่ง กล้าเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง กลุ่มเริ่มมี ปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น สมาชิกทุกคนใส่ใจกับเรื่อง ราวของเพื่อน แสดงความคิดเห็น ร่วมแบ่งปัน ประสบการณ์ในเนื้อหาของเรื่องราวที่สอดคล้อง กับเรื่องราวของเพื่อนกลุ่มเริ่มเกิดการแก้ปัญหา มีกระบวนการช่วยเหลือภายในกลุ่มเกิดขึ้น ใน ช่วงนี้กลุ่มเข้าสู่ขั้นตอนที่ 2 ของกระแสการ เคลื่อนไหวกลุ่ม ซึ่งเป็นขั้นตอนการทำงาน (Working Stage) มีกระแสของความ ช่วยเหลือ การยอมรับความคิดเห็น การแก้ ปัญหาเกิดขึ้นชัดเจน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ครั้งที่ 3</p> <p>สมาชิกมาเข้ากลุ่มด้วยสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใส ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิกมานั่งรอกันพร้อมหน้าก่อนเวลานัดหมาย สมาชิกพูดคุยหยอกล้อกัน ผู้นำกลุ่มเข้าร่วมพูดคุยด้วย และเมื่อถึงเวลาทำงานกลุ่มผู้นำกลุ่มเริ่มเข้าสู่ทิศทางของกลุ่ม</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: สวัสดีอีกครั้งนะคะ วันนี้เห็นพวกเราเข้าห้องมาตรงเวลากันดี ที่รู้สึกชื่นชมนะคะ ขอให้พวกเรารักษาความดีวันนี้ไว้ตลอดไปนะคะ ... สำหรับเวลาที่อยู่ร่วมกันในช่วงนี้ ขอให้พวกเราใช้ช่วงเวลาที่เหลือที่เราจะได้อยู่ร่วมกันที่นี่ให้เกิดประโยชน์ บรรลุลวัตถุประสงค์ของเราให้มากที่สุด</p> <p>พ: เริ่มเลยหรือเปล่าครับพี่</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: พวกเราเหนื่อยกันหรือเปล่าละจ๊ะ... พวกเราพร้อมหรือยัง....</p> <p>พ,ป,ศ : ไม่เหนื่อยหรือก้อ...ใครจะพูดก่อนดีละ</p> <p>ศ : เมื่อเข้ามพบพูดผ่าน ๆ ว่า ผมกลัวอนาคต ที่ผ่านมามาผ่านมามากแล้ว ทั้งเรื่องรู้ตัว ทั้ง ๆ ที่ยังไม่ได้ counseling เลย ช่วงปี 30 ยัง</p>	<p>- สมาชิกมีความสนิทสนมกันมากขึ้น มีปฏิสัมพันธ์ที่ติดต่อกัน การที่สมาชิกปรับปรุงตัวเองโดยการมาตรงเวลาตามที่นัดหมาย แสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบเบื้องต้นของสมาชิก ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของพันธะความรับผิดชอบต่อในแนวคิดของโอลเซนอันเป็นเครื่องชี้ให้เห็นแนวโน้มการพัฒนาตนเองที่ดี ผู้นำกลุ่มจึงกล่าวชื่นชมกับพฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกที่ติดต่อสมาชิก</p> <p>- แสดงให้เห็นถึงความไว้วางใจของสมาชิกกลุ่มที่มีมากขึ้น สมาชิกกล้าแสดงออก ผู้นำกลุ่มใส่ใจกับความรู้สึกของสมาชิกโดยการย่อนถามความพร้อมของสมาชิก</p> <p>- สมาชิกรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และรู้สึกปลอดภัยมากขึ้น จึงเกิดการยอมรับ และเปิดเผยตนเอง</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ไม่มีนะ คลินิกนิรนามก็ไม่มี ก็เก็บ เก็บกดมาบี่หนึ่ง แล้วก็มา..ตอนย้ายงาน จำเป็นต้องบอกเพื่อนที่ทำงานรู้ แต่ผมก็ไม่เคยติดต่อไปที่ทำงานอีก.. เมื่อกี้มีที่ถามผมว่า ผมแต่งงานแล้ว หรือยัง ยังไม่ได้แต่งงานครับ ผมบอกตรง ๆ ก็ได้ ผมเป็นเกย์... ตอนนี้ไม่อยากจะพูด อะไรกับใคร. ผมชอบสังคมต่างจังหวัดนะ เมื่อก่อนนี้ แต่ว่าตอนนี้ชอบสังคมกรุงเทพฯ เพราะว่าตัวใครตัวมันดี มันจะทำให้เราไม่รู้จักคนมากขึ้น เค้าก็ไม่ต้องทักเรา เลยชอบ....</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: คุณเหมือนพี่จะ แคร่สังคมนะ ค่ะ ... พอจะ เล่าให้ฟัง ได้มั๊ยคะว่าที่ไม่ชอบ ทักใครหรือไม่อยากพูดอะไรกับใคร นะ ตรงนั้นรู้สึกยังไงคะ</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก และใช้ทักษะการสร้างคำถาม เพื่อให้สมาชิกสำรวจตนเอง</p>
<p>ศ: มันตอบยากนะ</p>	
<p>จ: ถ้าเกิดเค้านินทาเราละ</p>	<p>- สมาชิกคนอื่น ๆ พยายามมีปฏิสัมพันธ์ร่วม</p>
<p>ศ: อันนั้นก็มีส่วน ในความรู้สึก</p>	<p>ด้วย โดยแสดงความคิดเห็น แสดงให้เห็นถึง</p>
<p>จ: อย่าง เค้าอาจจะพูดกันว่า พี่เนี่ย สงสัยจะเป็นเอดส์</p>	<p>ความสนใจในเรื่องราวของเพื่อน และความพร้อมที่จะยอมรับความรับผิดชอบที่จะช่วยเหลือเพื่อนที่</p>
<p>ศ: เนี่ย...จริง ๆ กลัว กลัวตรงนี้ สังคมในบ้านไม่กลัวนะ (หยุดก้มหน้า) พ่อแม่พี่น้องรับได้หมด แต่ว่า</p>	<p>มีปัญหา - เปิดเผยความรู้สึก</p>

การสังเอบกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอบเซน
<p>ข้างบ้านปากซอย ต้องเดินเข้าออก ไปขึ้นรถเมล์ ไปซื้อของที่ตลาด... ซึ่งเราอยู่ที่นั่นมาเป็น 10 ปี เค้า ก็รู้จัก คุ่นหน้า..พอมาเกิดปฏิกริยา อย่างผิวซัด ผิวดำ อาจจะมีเกิด ปฏิกริยาอะไรกับร่างกายถึงบอกว่า พอมมาถึงจุดนี้ กลัว กลัวมาก ๆ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: พักแล้วคนอื่นเห็นความน่าเกลียดที่จะ เกิดขึ้น</p> <p>ศ: ครับ...ห้ามเค้าไม่ให้ถาม คงจะ ห้ามไม่ได้ แต่เราก็ไม่รู้จะไปบอก เค้าว่ายังไง เลยไม่พยายามรู้จัก ใครมากขึ้นในซอย</p> <p>จ: เราพยายามหลีกเลี่ยงได้มัย... อย่างที่เคยบอกเวลาคนถามเรา ไม่ตอบ เราเฉย ๆ</p> <p>ศ: (อึ้ง...ทำท่าใช้ความคิด) มันแล้ว แต่สถานการณ์ เวลา สถานที่ ว่าจะ ยังไง ถ้าเป็นญาติพี่น้องจะบอกตอน admit นะ ให้เค้าเห็นตอนมาเยี่ยม เราจะเป็นคนบอกเค้าเอง เพราะ ว่า ... (เสียงเครือ...เงียบสัักพัก ช่วงนี้ สมาชิกทุกคนเงียบมีหลายคน ตาแดง ๆ) ถ้าเราให้....ให้คนอื่น บอก เค้าคงไม่เห็นใจเราเท่าไร.</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p> <p>- ยอมรับความรู้สึก และวิธีการแก้ปัญหา ของตนเอง</p> <p>- รับผิดชอบช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา โดยแสดงความคิดเห็นของตนเอง</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ถ้าเราบอกเอง...เค้าอาจจะ เห็นใจเรา พูดเอง...ขอร้องเอง (เสียงเครือ) พี่ขอ..ขอร้องนะ ที่ผ่านมาถึงจุดนี้เนะ โอโห..... เหมือนชิงเส้นด้ายแล้วเดิน จะร่วง ไปเมื่อไรก็ไม่รู้</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: เหมือนเดินบนเส้นด้าย...เดิน คนเดียว</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ศ: าช (เสียงแผ่ว) จนกระทั่งต้องไป หาที่พึ่ง ถูกหลอกจากสำนักสงฆ์ ทั้ง ๆ ที่ไม่ได้เชื่อเลยนะ แต่ผมมี เหตุผล ต้องไปหาเจ้าเข้าทรง มันไม่มีทางออก.....</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ตอนนั้นพี่คงจะต้องอดทนมาก ๆ เลย นะคะ...เอ๋..แล้วตอนนี้ละคะ พี่ กังวลกับอะไรถึงได้กลัวสังครรอบ ข้าง</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการสังเกต พบว่า สมาชิกเริ่มเล่าเรื่องเก่า ๆ ที่ผ่านมาแล้ว จึงใช้ทักษะคำถาม เพื่อให้สมาชิกสำรวจ ตัวเอง</p>
<p>ศ: พี่กลัว...กลัวจะออกทางผิวหนัง เป็นผื่นดำ กลัวมาก ๆ ยอมรับไม่ได้ ผมเห็นพี่ (เอ่ยชื่อสมาชิกชมรมคน หนึ่งที่ไม่ได้มาร่วมกลุ่มครั้งนี้) ผมตกใจมาก กลัวมาก</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: (พยักหน้า) พี่กลัวว่าวันหนึ่งพี่จะ เป็นอย่างนี้</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก และทำให้กระจ่างว่า ที่สมาชิกกลัว ไม่ได้กลัวเพื่อนสมาชิกคนที่แสดง อาการออกมาทางผิวหนัง แต่กลัวว่าอาการ</p>
<p>ศ: าชฮะ.....</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ท: ผมยังคุยกันเลยว่า สมมติให้มองเป็นตัวเรา ไม่ใช่พี่... (เอ่ยชื่อ)</p>	<p>เหล่านี้จะเกิดขึ้นกับตนเอง ในตอนนี้ มีเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ แสดงความรู้สึกร่วมด้วย</p>
<p>ต: หนูก็กลัวนะคะในใจลึก ๆ แต่ไม่พูดแค่นั้น</p>	
<p>ศ: ยิ่งคิดเขื่อนานวัน ก็ยิ่งเหมือนทหารผ่านศึก แต่จุดข้างหน้าที่ผมคิด เป็นเหมือนสงครามเลยแหละ วิ่งหนีคนโน้นคนนี้ วางแผนเรื่องนี้เรื่องนี้ แต่พอต่อไป ระเบิดมันไม่ทิ้งตามจุดมันหมดเลย ตูมเดียวตายหมด ถ้าเลือกได้ขอเลือกแบบขาว ๆ ซีด ๆ ตึกว่า พอมีทางออกกว่าบอกคนอื่นว่าเป็นโรคเลือด โรคอะไร..ถ้าดำ ออกคุ่มอย่างพี่คนนั้นก็...ไม่ไหว..</p>	<p>- อูบมาอูบไปเลยความรู้สึกของตนเอง</p>
<p>จ: ดำ มีคุ่ม น่ากลัวนะ....</p>	
<p>ท: ดำ ไม่ออกคุ่ม ดำ เกรียม ๆ ก็ น่ากลัว</p>	
<p>ศ: มันดำไม่เหมือนคนออกแดด ผมเคยเห็นแล้วยังถามพี่เอ็งเลย...อันนี้คือสิ่งที่ผมกังวลในปัจจุบันนี้ ส่วนที่ผ่านมาแล้ว ยังชมว่าตัวเองเก่ง.. โอโหเห็นผ้าอุปสรรคมาได้ถึงขนาดนี้ แล้วก็มาพบเพื่อนผู้คิดเชื่ออะไรอย่างนี้ ก็เออ...ดีขึ้น แต่สิ่งที่กลัวคือการเจ็บป่วยในอนาคต</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ผู้นำกลุ่ม: กำลังรู้สึกว่่า พักแล้วมากจริง ๆ</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการสังเกตพบว่าสมาชิก</p>
<p>พ: กลัวทุกคน</p>	<p>ใช้คำว่ากลัวหลายครั้งมาก จึงสะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ต,จ: หนักกลัว ไม่กล้าพูดกับใคร</p>	<p>ของสมาชิก มีสมาชิกร่วมแสดงความรู้สึก 2-3</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: เห็นพวกเราพูดหลายคนว่ากลัว อยากให้ช่วยกันพิจารณาสักนิดนะคะ ว่า เรากลัวอาการที่ออกมาทาง ผิวหนัง หรือเรากลัวคนจะรังเกียจ</p>	<p>คน ผู้นำกลุ่มเห็นว่าสมาชิกรู้สึกกลัว แต่ยังไม่ กระจ่างชัดกับความรู้สึกกลัวของสมาชิก จึงใช้ ทักษะการทำให้กระจ่าง (Clarify) เพื่อช่วย ให้การสื่อความหมายระหว่างสมาชิกและผู้นำ กลุ่มสามารถสื่อความรู้สึกได้ตรงกัน</p>
<p>ศ: ผม...กลัวว่าคนจะรังเกียจ และ กลัวผมเหมือนกับที่ผมรู้สึกกับที่คนนั้น กลัวไม่มีเพื่อน กลัวไม่มีคนเข้าใจ..</p>	<p>- สมาชิกบอกความกลัวที่ชัดเจนของตนเอง</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: พักแล้วความรู้สึกโดดเดี่ยว...</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ศ: (พยักหน้า....ตาแดงๆ)</p>	<p>- สมาชิกแสดงที่ทำกลมกลืนกับความรู้สึก</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: ถ้ามีเพื่อนอยู่ข้าง ๆ ความรู้สึกจะ ดีขึ้น</p>	<p>- ช่วยสมาชิกสำรวจความรู้สึกตนเอง เพื่อ ช่วยสมาชิกหาแนวทางแก้ไขปัญหา</p>
<p>ศ: อันนี้ผมยอมรับ....</p>	
<p>พ: แต่ผมคิดว่า พวกเรา มันต้องมีคน เห็นใจด้วย พอที่พูดถึง เรื่องรังเกียจ ผมนึกถึงขอทาน ผมเคยนั่งรถเมล์ เห็นเด็กตัวเล็ก ๆ ขอทาน แต่งตัว มอมแมม นั่งข้างผม แกดคงจะว่าง นอน นั่งเอียงมาบอกผม(หัวเราะ)ตอนนั้นผมรู้สึกเวทนา ไม่คิด รังเกียจ ..นี่ไง ผมถึงบอกว่ามัน ต้องมีคนรังเกียจ กับคนไม่รังเกียจ</p>	<p>- เพื่อนสมาชิกพยายามช่วยให้เห็นแนวทาง โดยพูดให้เห็นความจริงของชีวิต ยกตัวอย่าง ประสบการณ์ของตน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ใช้มั้ย? ใช้ว่าสังคมของเรจะมีแต่คนรังเกียจ คนที่เข้าใจเราอย่างพ้อย หรือเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลก็มี</p>	
<p>ศ: แต่อย่าลืมว่า อาจจะมีคนทำทำรังเกียจเรา</p>	<p>- แสดงการต่อต้านแนวทางช่วยเหลือของเพื่อนสมาชิก</p>
<p>จ: เราต้องทำใจบ้าง...คงต้องมีทั้งคนเห็นใจ คนรังเกียจ</p>	<p>- พยายามชี้ให้เห็นถึงความเป็นจริง</p>
<p>ค: เราคงจะแสบ ๆ ความรู้สึกอย่างนี้ บ่อย ๆ เพราะเรารู้ว่าวันหนึ่งเราก็จะถึงจุดนั้น แต่ตรงนี้ก็อยากจะให้ดีกว่า เออ...อย่างน้อยก็มีพวกเรา</p>	<p>- ยอมรับและเห็นใจในความรู้สึกของเพื่อน พร้อมทั้งให้กำลังใจ โดยการแสดงความเต็มใจ และความพร้อมที่จะเป็นเพื่อน</p>
<p>ศ: (ก้มหน้า เงียบ)</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: เป็นได้อย่างที่ พ วามัยคะ คงมีทั้งคนรังเกียจ และคนที่ไม่รังเกียจเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่ติดเชื้อมันก็ไม่มีใครรักเราทั้งหมด และคงไม่มีใครเกลียดเราทั้งหมด แน่แน่นอนคนที่เกลียดเราจะต้องรังเกียจเรา ไม่ว่าเราจะอยู่ในสภาพดีหรือเลวเหมือนกับ...เรามีคนรู้จักสัก 50 คน สมมติว่าเรายืมมาคนที่รักเราเค้าคงจะยืมตอบให้เรา แต่เมื่อไหร่เรายืมมาให้กับคนที่เกลียดเรา เค้า</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการสังเกต เห็นสมาชิกก้มหน้าเงียบ และร้องไห้ จึงใช้คำพูดให้สมาชิกได้มีโอกาสคิดเปรียบเทียบเพื่อให้สมาชิกยอมรับความเป็นจริง</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของ โอลเซน
<p>อาจจะไม่มีมาให้เราเลยก็ได้...แต่ นี้ ถ้าเราจะมีชีวิตอยู่ต่อไป ให้มี ความสุขนาน ๆ เราจะมองคนที่ยิ้ม ให้เรา 10 คน หรือเราจะมองคนที่ ไม่มีมาให้เรา 30-40 คน...เช่นกัน ค่ะ ..ถ้าปลูกกุหลาบ 10 ต้น มีดอก สดชื่นแค่ 2 ต้น เราอาจจะสงสัย ว่าอีก 8 ต้นทำไมจึงไม่มีดอก แต่ ถามว่า...เราจะละเลยที่จะชื่นชม ความงามของดอกกุหลาบ 2 ต้นนั้น หรือคะ</p>	
<p>ศ: พี่ (พูดบนสะอื้น) คน 10 คน คือ คนในชมรม อีก 30-40 คน คือ สังคมคือโลก</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ค่ะ...อยากให้ผมมองตรงนี้ค่ะ... (ผู้นำกลุ่มสบตากับสมาชิกผู้ และ จับเข้า) อย่างน้อยก็มีผู้ติดเชื้อมัน กัน มีเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลอย่าง พี่เอียง...มีอ้อย...พวกเราพอจะ เป็นดอกกุหลาบที่บ้านในหัวใจพี่ได้ มัยคะ ...</p>	<p>-- ทักชะการให้กำลังใจ</p>
<p>ศ: พยักหน้า...สีหน้าแจ่มใสขึ้น</p>	
<p>พ: ไซ้... พี่ ศ ยังมีพวกเรา</p>	<p>- สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: พี่ผู้มาเยอะแล้วนะคะ...ผ่านมา มากกว่าอาหารผ่านศึก ขอให้กำลังใจ</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ที่ต่อสู้กับความรู้สึกนั้นะคะ ยังไงก็ยืนยันว่า แม้จะไม่ได้คิดเชื่อ แต่ก็ไม่ได้โกรธแค้น เกลียด หรือกลัวพวก เราเลยนะคะ</p>	
<p>ป: ยังไงผมก็ให้กำลังใจคุณถึงที่สุดนะ ผมชื่นชมคุณตั้งแต่คุณเล่าว่า คุณผ่าน ความอดทนมาตั้งเท่าไรแล้ว</p>	
<p>ค,จ: จริงด้วยที่ ยังไงหนูก็ไม่ทิ้งพวกกันหรอก พวกเรามีกันแค่นั้นเอง ใครเจ็บป่วย อะไรเราก็คงไปเยี่ยมกัน</p>	<p>- ให้กำลังใจ</p>
<p>ค: (พยักหน้า..ท่าทางแจ่มใสขึ้น) ที่ ขอขอบคุณพวกเรามาก คุณช่วยด้วย ที่ ทำให้รู้สึกว่าคุณไม่ได้อยู่คนเดียว อย่างน้อยก็มี 10 คน ในชมรมอย่าง ที่คุณช่วยเปรียบเทียบ เอ...แต่ อย่ายาไปก่อนผมละ... (หัวเราะ) (มีเสียงหัวเราะจากเพื่อนสมาชิก)</p>	<p>- ทำที่ยอมรับต่อความจริงที่เพื่อนสมาชิก พยายามชี้แนะ สังเกตจากใบหน้าที่ยิ้ม แค่มุทที่สอดคล้องกับความคิดที่เพื่อนกล่าว ไม่ ปฏิเสธหรือต่อต้านอย่างในช่วงแรก เมื่อสมาชิก สามารถหลุดพ้นจากความกลัวได้ จึงเริ่มมี อารมณ์ขัน</p>
<p>-----</p>	<p>สรุป กระแสกลุ่มในครั้งนี้ สังเกตได้ว่า สมาชิก มีการกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น ไม่มีท่าทีอึดอัด ซึ่งแสดงถึงว่าสมาชิกรู้สึกปลอดภัยในกลุ่มจึงกล้าที่ จะเล่าเรื่องราวของตนออกมา ขณะที่สมาชิกเล่า สมาชิกคนอื่น ๆ ก็นั่งรับฟัง ใส่ใจกับเรื่องราวของ เพื่อน และช่วยเหลือหาแนวทางแก้ปัญหา ผู้นำกลุ่ม</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
	<p>เองก็ได้ใช้ทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะการสังเกต การสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง มีการสื่ออวจนภาษาร่วมด้วย ช่วยให้สมาชิกรู้สึกอบอุ่น ผูกพัน กล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น และช่วยให้เป็นตัวแบบให้สมาชิกคนอื่น ๆ รับผิดชอบร่วมกัน ที่จะช่วยกลุ่มแก้ปัญหา หรือให้กำลังใจเพื่อน ช่วงนี้ทั้งหมดอยู่ในการเคลื่อนไหวภายในกลุ่มขั้นที่ 2 ซึ่ง เป็นขั้นการทำงานของกลุ่ม</p>

ศูนย์วิทยพัรพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ครั้งที่ 4</p> <p>สมาชิกกลุ่มเข้ามาร่วมกลุ่มอย่างพร้อมเพรียง ตรงเวลาเช่นเดียวกับครั้งที่แล้ว</p> <p>สมาชิกกลุ่มทุกคนมีท่าทีกระตือรือร้นในการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มทบทวนถึงสิ่งที่พูดคุยกันในการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว แล้วกล่าวทำให้สมาชิกที่ยังไม่มีโอกาสได้บอกเล่าความกังวลของตน ได้มีโอกาสบอกเล่าบ้าง สมาชิกคนหนึ่งยกมือเพื่อขอพูดเรื่องราวของตนเองแล้วหลายครั้ง แต่ยังไม่มีโอกาสได้พูด ได้มีโอกาสบอกเล่าความกังวลของตนในครั้ง นี้ เกี่ยวกับความรู้สึกที่ไม่ดีต่อการเป็นรักร่วมเพศของตน</p> <hr/> <p>ผู้นำกลุ่ม: ...ยกมือหลายครั้งแล้ว..ครั้งนี้... คงจะเป็นโอกาสของ ท แล้วละ..</p> <p>ท พร้อมที่จะบอกเล่าเรื่องของ ท ให้เพื่อนฟังหรือยังคะ.....</p> <p>ท : พร้อมครับ...(ทำที่อดีต ก้มหน้า)</p> <p>ลักษณะ คล้าย ๆ กันว่า...คุยได้.. (หลบตาผู้นำกลุ่ม) (พูดเสียงเบา ก้มหน้า)</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: (เงยสีกพัก) ท จ๊ะ ท คิดว่า ท พร้อมที่จะบอกเล่าให้เพื่อนฟังตอนนี้หรือเปล่า</p> <p>ท : ครับ....(ก้มหน้า)</p>	<p>- สมาชิกรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จึงรู้สึกว่า เป็นงานที่ตนต้องรับผิดชอบ</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกเปิดเผย ความรู้สึกของตนเอง</p> <p>- สมาชิกอยากจะพูด อยากจะบอกเล่า แต่ สมาชิกยังรู้สึกอึดอัดที่จะกล่าวถึงสิ่งที่รบกวนใจตนเอง</p> <p>- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการถาม เพื่อช่วยให้สมาชิก ได้พิจารณาความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ผู้นำกลุ่ม: (เงียบสีกพัก)...ตอนนี้รู้สึกท้อ... อึดอัดที่จะเล่าเรื่องราวของตัวเอง ให้เพื่อนฟัง</p> <p>ท : ครับ...ผมกลัวว่า เพื่อนจะไม่ เข้าใจ.....</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการเงียบเพื่อให้โอกาส สมาชิกเรียนรู้ที่จะ เฝซิชญและยอมรับกับความ เจ็บปวดขณะต้องบอกเล่าความรู้สึกที่ตนไม่ เคยเล่าให้ผู้อื่นฟังมาก่อน เมื่อเห็นสมาชิก ยังไม่กล้าบอกเล่าความรู้สึกของตน จึง สะท้อนความรู้สึกของสมาชิก</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: นึกหนึ่งนะคะ ท ลองเงยหน้าขึ้นมอง เพื่อนนึกหนึ่งมัยคะ ท มองเห็นความ ค้งใจที่จะรับฟังเรื่องราวของเพื่อน มัยคะ...พวกเราทุกคน ยินดีรับฟัง เรื่องราวของ ท มัยคะ (สมาชิกทุกคนพยักหน้า ท่าทางแข็งขัน)</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกที่มีปัญหา ได้มี โอกาสมองเห็นความโล่งใจของ เพื่อนที่รอ รับฟัง เรื่องราวของตน รวมทั้ง เอื้ออำนวย ให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p>
<p>ท : คุยเล่นนะ...ผมก็รู้ตัวตั้งแต่ปี 34 คือปีแรกจริง ๆ ไม่คิดว่าตัวเองจะ เป็น คนอื่นเป็น เรายังไม่สน ไปคิด ว่าเค้าหาเรื่องใส่ตัวเอง คิดอย่าง นี้ ผลสุดท้าย เจ็บคอ คราวนี้ เซ้ท ของผม...ผมพูดก่อนนะ ผมเป็นเกย์ พี่สาวเลี้ยงผมมา</p>	
<p>ป : คลุกคลีกับผู้หญิง</p>	
<p>ท : อ้า ...ใช่.....</p>	
<p>ป : แต่พอเริ่มเรียนสูงก็จะหาย</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของ โอลเซน
<p>ท : ไม่หายเลย...มันอยู่ในใจ จะทำแบบเกียจังใจ ใจก็ยังไม่ปลื้ม ผมไม่โทษพี่สาวหรอกนะ แต่เรารู้สึกว่ามีส่วน เพราะเค้าจะเป็นคนช่วยปลดปล่อย ใจ ก็เรารู้เหตุผลที่เป็นอย่างนี้ ถ้าเราเป็นแมน เราคงไม่เป็นอย่างนี้</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ดูเหมือน ท รู้สึกไม่ติดกับการเป็นเกียจ</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ท : ผิด รู้สึกผิด คือคนที่ เป็นแมน เค้าจะไม่สาละอ่อนเท่าไร น้อยหน่อย แต่พูดก็พูดเถอะ พวกเรามันสาละอ่อนผมก็ว่าสมควร คือจริง ๆ แล้วอย่างพวกเรา เราไปแสวงหาเอง ในขณะที่เค้าประกาศโครม ๆ เพราะพฤติกรรมเกียจของเรา มันอีกรูปแบบหนึ่ง มันติดเชื่อได้หลายอย่าง มันดี... มันมาก</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ท กำลังบอกว่า เกียจสาละอ่อนกว่าผู้ชายแท้ ๆ</p>	<p>- ทักชะการทำให้กระจำง</p>
<p>ท : ฮะ.....</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: พวกเรารู้สึกยัง ใจจะกับความคิดว่า เกียจสมควรจะติดเฮดส์ เพราะสาละอ่อนกว่าผู้ชายแท้ ๆ</p>	<p>- คำถามแบบเปิด เพื่อเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่ม มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือเพื่อน</p>
<p>ท : เบอร์เซนต์เกียจมันเยอะนะ.... ของผมมันวังรอก พันกันนะ มานึกอีกมุมหนึ่ง เออ...พวกเรามันก็เลวนะ ไปแก่งตื้นหาเสี้ยนเอง มันไม่ตัจจริง</p>	



การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ถ้าตายก็ตายให้หมดคนชุดนี้ จะได้ ขึ้นสวรรค์ลงนรกไปเลย</p>	
ผู้นำกลุ่ม: ท กำลังรู้สึกสมน้ำหน้าตัวเอง	- สะท้อนความรู้สึก
ท : อ้า...ใช่ครับ ..รู้สึกสมน้ำหน้า ตัวเอง ทั้ง ๆ ที่ได้อยู่ ความรู้สึกมี..	
ผู้นำกลุ่ม: (สังเกตคําที่ของสมาชิกคนหนึ่งที่มี ท่าทีคล้ายอยากจะทำอะไรบางอย่าง) พี่ ศ ดูเหมือนจะมีอะไรอยากจะทำ บอก ท....	- คําถามแบบเปิด เพื่อเอื้อให้สมาชิกมี ส่วนร่วมในการช่วยเหลือกัน
ศ : ผมอยากจะทำบอกว่า การที่บอกว่า ถ้า เค้าไม่เป็นเกย์ เค้าคงจะไม่ติดโรค นี้ อันนี้ผมเคยคิดอยู่เหมือนกัน แต่ การที่เป็นเกย์มัน born to be... จริง ๆ แล้วผู้ชายแท้ ๆ ก็เป็นเอดส์ ได้นะ.....	- สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์โดยการให้กำลังใจ
ท : ใช่...แต่ผู้ชายเค้าก็มีโอกาส แต่งงาน มีครอบครัว ถ้าเป็นผมเป็น เกย์อย่างนี้ ไม่อยากเอาคํามาเสี่ยง ในชีวิต	
ป : เป็นส่วนกันนะ ว่าคนจะได้อะไรไม่ได้ ว่าเค้าเป็นตุ๊ด	
ท : ก็นั่นแหละถ้าคนมีครอบครัวก็ยังดี ชายมีเมีย ไม่ใช่ว่าไม่มีใครเลย อย่าง พวกเรา ไม่รู้จะทำอะไรเพื่อใคร	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ป : ก้าวแรกที่ผมเจอคุณ (เอ่ยชื่อสมาชิก คนหนึ่งที่มีฐานะทางสังคมดีมาก) ชีวิตผมมีหวังมากขึ้น</p>	<p>- สมาชิกพยายามยกตัวอย่าง เรื่องของคน ที่สอดคล้องกับเรื่องราวของเพื่อนสมาชิก ผู้นำกลุ่มเห็นว่าสมาชิกต้องการจะสื่อความรู้สึกสร้าง</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: พี่ ป กำลังจะบอกให้ ท มีความหวัง</p> <p>ป : ครับ...ผมอยากให้อาอย่างเค้า. ชีวิตยังมีค่า ทำอะไรได้อีกเยอะ..</p> <p>คูชิ เค้าคุมงานก่อสร้างเป็นวิศวกร มีชื่อเสียงระดับประเทศ คุมโครงการเป็นพัน ๆ หมื่น ๆ ล้าน เค้ายังทำได้ เค้าก็คิดเชื่อนะ</p>	<p>ความหวังที่เกิดขึ้นกับเพื่อนสมาชิก จึงใช้ทักษะ การเชื่อมโยง (linking) เพื่อให้สมาชิกที่กำลังมีปัญหาเกิดการพัฒนาคิดขั้นในระดับหนึ่ง</p>
<p>ท : เค้าอาจจะไม่ต้องกังวลอะไรก็ได้</p>	<p>- ยังคงปฏิเสธการช่วยเหลือของเพื่อน</p>
<p>ด : เค้าก็ต้องกังวลเรื่องสังคม เรื่องครอบครัวเหมือนกันแหละ</p>	<p>สมาชิก</p>
<p>ท : นั่นแหละ เค้ามีค่า เพราะเค้ามีครอบครัว</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ท พูดเหมือนตัวเองไม่มีค่า</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ท : เออ..ในสังคมไทย ทุกคนจะมีความหวังว่าฉันจะต้องแต่งงาน...มีครอบครัว...มีคนรัก ถ้าคนเราไม่มีครอบครัวจะอยู่ไปทำไม...อยู่เพื่อใคร อยู่ไปเพื่อกินไปวัน ๆ</p>	<p>รพยากร หาวิทยาลัย</p>
<p>ศ : ไม่สร้างฐานะใหม่</p>	
<p>ท : สร้างเพื่ออะไร เพื่อใคร ในเมื่อ 3 ปี 5 ปี ถ้าอยู่อีก 5 ปีตาย.. จะทำไปทำไม</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
ป : ผมสร้างให้ครอบครัว	
ท : อันนั้นสร้าง	- กระบวนการช่วยเหลือกันโดยแสดงความ
ศ : อันนี้ต้องมีมากกว่าการสร้าง	คิดเห็นจากเพื่อนสมาชิก เพื่อช่วยให้สมาชิก
ท : ผมไม่มีนี่	ที่มีปัญหามีความรู้สึกที่ติดต่อกันเอง
ผู้นำกลุ่ม: พวกเราคงได้ยินนะคะ ท กำลังจะ รู้สึกว่าคุณเองไม่มีค่า เพราะไม่มี ครอบครัว	- ทวนซ้ำแบบสรุป และ เชิญชวนให้กลุ่ม ตระหนักถึงความรู้สึกที่ไม่ติดต่อกันเอง ของ เพื่อนสมาชิก
ศ : ถ้ามีค่าเพื่อชีวิตของตนเองละ ท ขอให้ เป็นความหวัง เงินชั๊กก้อนเพื่อ รักษาตัวเอง...	
ธ : ถึงเวลานั้นอาจพบยาที่รักษาได้นะ	
ท : เป็นบางคนละมังพี่ อย่างพี่เริ่มเป็น พี่อาจมีภูมิมากกว่า ท ผมมันลงมา เท่านั้นละ มันผัดกันนะ...	
พ : เอาจี๊ดดีกว่า ท มาเปรียบเทียบกับ เรา ท ดีกว่าเยอะ มีทั้งบ้าน มีทั้ง รถ มีทั้งเงิน ที่เซลก็สูงกว่าเรา	- กระบวนการช่วยเหลือจากเพื่อนสมาชิก เพื่อตั้งให้เพื่อนมองเห็นคุณค่าของตนเอง
ท : ไม้ซ้เรื่องเงิน...ผมไม่มีมากนัก ซื้อวิตามินกินสำหรับเซลเดียวกัน แต่ยี่ต้นโสมให้กิน	
ผู้นำกลุ่ม: ดูเหมือน ท พูดถึงเตี้ย ท คุณมีค่า สำหรับเตี้ยนะ	
พ : นั่น..เห็นมั้ง มีเตี้ยสนใจด้วย.... แล้วผมล่ะอยู่เพื่ออะไรละ.... ผมอยู่เพื่อหาเงินไปรักษาตัว (เสียงเข้ม)	- กระบวนการช่วยเหลือจากเพื่อนสมาชิก โดยการให้กำลังใจ

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโวลเซน
<p>ผู้นำกลุ่ม: ฟัง พ พุด... ท พอจะมองเห็นสิ่ง ที่เพื่อนกำลัง เปรียบเทียบหรือเปล่า ละ....</p>	
<p>ท : (อึ้ง...)</p>	
<p>พ : นายรู้มั๊ยว่าเค้าจะอยู่ได้ 10 ปี เค้าประมาณขนาดไหน...ช่วงแรกๆ. เค้าประมาณนะ...เค้าอยู่ได้ทุกวันนี้ ก็เพราะกำลังใจ</p>	<p>- พ พยายามพูดโน้มน้าวให้ ท นึกถึงสมาชิก ที่ติดเชื่อมานาน ๆ และยังมีชีวิตอยู่ เพื่อที่ ท จะได้มีกำลังใจ</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: เพื่อนคนอื่นๆ...ในฐานะผู้ชายแท้ๆ มีครคิดยังไงกับเรื่องราว ความ รู้สึกของ ท ค่ะ</p>	<p>- เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้ใช้กลุ่มให้เป็น ประโยชน์ในการแก้ปัญหาได้มากที่สุด</p>
<p>ป :(ท่าท่าจะพูด แต่ ท พุดขัดขืน)</p>	
<p>ท : ถ้าผมเป็นผู้ชายแท้ ๆ ผมคงแต่งงาน มีลูกมีเมียไปแล้ว...</p>	<p>- ยังคงรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง</p>
<p>ค : พี่ต้องทำใจหน่อยนะ...ก็เราเป็นเกย์</p>	
<p>ท : ก็ใช่...เลยไม่รู้จะยังไงคิดแต่เรื่อง ตายแบบพี่ ศ</p>	
<p>พ : แต่พี่ ศ ไม่ได้ คิดฆ่าตัวตายนะ เธอ จะฆ่าตัวตาย</p>	
<p>ป : คุณ (เอ่ยชื่อผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูง ต่อการติดเชื้อที่มีชื่อเสียง) ก็เกย์ นะ...</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: พี่กำลังจะพูดว่า เค้าก็เกย์ แต่เค้า ก็มีกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตต่อ....</p>	<p>- ช่วยให้ข้อมูลที่สมาชิกจะสื่อชัดเจนขึ้น</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>จ : ไข่...แม่แต่ (เอ่ยชื่อผู้ที่มีชื่อเสียงในประเทศไทย) ยังเป็นเกย์...ก็ยังมีประโยชน์ต่อบ้านเมืองได้ คุณซิทำอะไรหนึ่งก็มีผลกระทบต่อที่บ้านเมืองไปหมด</p>	<p>- ไข่กำลังใจเพื่อนสมาชิก โดยยกตัวอย่างคนที่มีชื่อเสียงในสังคม</p>
<p>ท : อึ้งไป</p>	
<p>ศ : ท..พี่ก็เป็นเกย์นะ (สบตา ท) ไม่ได้แต่งงาน ไม่มีครอบครัว ถ้าเกิดอะไรขึ้นมาแล้ว พ่อแม่ใครจะดูแล ก็ไม่รู้ใครจะไปก่อนใคร เราไม่รู้ เพราะงั้น อย่าทำอะไรที่พ่อแม่เสียใจดีกว่า...พี่เลยไม่คิดฆ่าตัวตาย</p>	<p>กระแสดความช่วยเหลือโดยการกระตุ้นให้คิดถึงคนสำคัญของตนที่ยังต้องมีชีวิตอยู่</p>
<p>ป : เออ..ไข่ พ่อแม่จะเสียใจ</p>	
<p>ท : (อึ้งไปสักระยะ)...ไข่ผมมีพ่อแม่ที่หวังผม..(ทำท่าคิดได้)..มีพี่สาว..</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ค่ะ...ท ได้เล่าให้ฟังว่า พี่สาวช่วยเหลือ แล้วก็เลี้ยงดู ท มา..</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มชวนให้สมาชิกคิดถึงคนสำคัญของตน เพื่อให้รู้สึกถึงคุณค่าของตนเอง</p>
<p>ท : ไข่ ..ผมหวังพี่สาว..เค้าเป็นโสดนี่ไง เลยคิดว่าที่ธนาคารเค้าประกันอุบัติเหตุ ได้เป็นแสนเป็นล้านจะ ทำให้เค้า เวลาไปเชียงใหม่ เอารถคันเก่า ๆ ไป ขับให้ตกคอยไปเลย ตายแล้วจะได้ตายด้วยอุบัติเหตุ...ฟังแล้วตลก (หัวเราะ) สงสัย</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ผมจะคิดกระโดดไปลืมนึกไปว่า ถ้าตายแล้วพ่อแม่ กับพี่สาวจะเป็นยังไง</p> <p>ศ : ก็นั่นนะซี...ไม่มีครอบครัว...แต่เรามีพ่อแม่ นะ แกรม ท ยังมีพี่สาวที่เลี้ยงมาเหมือนแม่อีก</p> <p>ท : (พยักหน้า...ยิ้มเขินๆ) เออ... แปลกดีนะ ทำไมผมถึงไม่คิดว่าผมยังมีค่ากับพ่อแม่ตั้งแต่แรก</p> <p>ผู้นำกลุ่ม: พี่ดีใจนะคะ ท ที่เห็น ท ยังคิดว่าชีวิตตัวเองยังมีค่า อย่างน้อยก็กับพ่อแม่ พี่สาว...จริง ๆ แล้ว ถึงแม้ไม่ใช่ผู้คิดเชื่ออย่างพวกเรา เราก็ไม่ได้ โอ้โห..จะต้องมีค่า หรือมีประโยชน์กับคนทั่วโลก เราก็คงจะมีค่าสำหรับคนบางคนก็พอแล้วละคะ ดอกกุหลาบอยู่สวนบ้าน ท สวยมาก หอมมาก แต่ยังไงก็ยังไม่หอมมาถึงบ้านพี่แน่ ๆ นะคะ....</p>	<p>- ผู้นำกลุ่ม เชื่อมโยงความคิด (linking) โดยนำความคิดของสมาชิกมากล่าวรวมกัน เพื่อให้เป็นความคิดเดียวของกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกเกิดพัฒนาการ</p> <p>สรุป</p> <p>ในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4 ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิก มีการพัฒนาเรื่องความรู้สึก รับผิดชอบที่มีต่อกลุ่ม สามารถให้ความช่วยเหลือเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ยินยอมที่จะเปิดเผยปัญหาของตน ในขณะที่ตัวผู้นำกลุ่มเอง ก็มีทัศนคติที่ดีต่อสมาชิก มีวิธีการช่วยเหลือที่จะให้สมาชิก</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ครั้งที่ 5</p> <p>สมาชิกมาเข้ากลุ่มอย่างพร้อมเพรียง ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นว่าสมาชิก มาถึงห้องดำเนินการกลุ่ม ก่อนเวลานัดหมาย มีการพูดคุยกับกลุ่มกับในระหว่างสมาชิก สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า วันนี้เป็นวันสุดท้ายที่จะอยู่ร่วมกัน สมาชิกหลายคนรู้สึกเช่นเดียวกัน มีการพูดคุยซักถามและแลกเปลี่ยนที่อยู่กันระหว่างสมาชิกบางคน</p> <p>เมื่อถึงเวลาผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่มครั้งที่แล้ว และให้โอกาสสมาชิกเล่าเรื่องราวความกังวลของตนเองต่อสมาชิกคนหนึ่งได้ กล่าวถึงเรื่องราวของตนเองว่าตนเองกำลังรู้สึกอึดอัดกับการต้องอยู่ร่วมกับพี่ชายโดยที่พี่สาวเสียชีวิตไปแล้ว</p> <p>จ : จ อึดอัด ตั้งแต่พี่สาวตายแล้ว อยู่บ้านเดียวกับพี่ชาย เครียด คิดมาก อึดอัดในใจ ไม่อยากอยู่ เหมือนกับคนเห็นแก่ตัว อยากไปอยู่คนเดียวให้ไกล ไม่อยากอยู่ ไม่อยากรับรู้อะไรอะไรทั้งนั้น (ก้มหน้า)</p>	<p>สื่อสารต่อกันภายในกลุ่มได้ชัดเจน โดยใช้ทักษะทางด้านจิตวิทยาการปรึกษา เพื่อเอื้ออำนวยให้สมาชิก สามารถสื่อสารกัน จนเกิดกระบวนการช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพในชั้นการทำงานภายในกลุ่ม</p> <p>- สมาชิกอยู่ในภาวะอึดอัดเมื่อจะ เริ่มพูด ความไม่สบายใจของตน</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ผู้นำกลุ่ม: (เงียบลักพัก) จ จ๊ะ จ พอจะเล่าให้เพื่อน ๆ ฟัง ได้มั๊ยคะว่ามันมีอะไรเกิดขึ้น ถึงรู้สึกอึดอัด (ผู้นำกลุ่มสวดา จับเข้า ณะพูดกับเงียบ)</p> <p>จ : เค้าให้ใช้เงินอย่างประหยัด ลูกหลานเรามีข้าวกินนะ แต่เค้าไม่ค่อยหุงข้าวกิน ตัวใครตัวมัน ลูกเค้าก็กินถ้วยเดียว ลูกเราก็กินร้านถ้วยเดียว แต่ตัวเราเองไม่มีข้าวกิน ต้องออกมากินข้างนอก ถ้าวันไหนไม่มีตั้งค์ ก็ยืมเพื่อน เข้ามาในชมรม ส่วนมากก็เจอ พ ช่วย อยู่ในชมรมก็มีเพื่อนนะ แต่พอกลับบ้านปั๊บ เหมือนอยู่คนเดียวในบ้าน ถ้าพี่สาวยังอยู่ เค้าก็คอยห่าง มึงมีตั้งค์หรือเปล่า... แต่เค้าก็ตายไปแล้ว เหลือแต่พี่เชย เราไปบรรยาย บางที เราได้ตั้งค์มา เราก็ให้เค้าครึ่งละ 500 เค้าไม่เคยถามว่า มีเงินมั๊ย บางทีเราแก่งยืมตั้งค์ 100 นึง เค้าจะบอกว่าขายของไม่ค่อยได้เลย เค้าจะพูดจี้ เราก็ไม่อยากจะ..... แล้วในช่วงนี้หนูก็ไม่ได้ให้เงินเค้า เค้าก็จะมั่วทำที่ใช้ทางตามอง จะเดินจะเห็นก็ใช้ทางตามอง หนูก็ขึ้นห้อง</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิก กล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึก โดยการสร้างคำถาม ร่วมกับการให้กำลังใจ โดยการสัมผัส เพื่อที่จะให้สมาชิกกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง ได้มากขึ้น</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ปิดประตูหลบ บางทีก็ไม่ได้กินข้าวกิน ปลา มันเหมือนกับว่า เรามาอาศัย เค้ายู่ แล้วมันก็เป็นความอึดอัน ดันใจที่ว่าไม่มีพี่สาวเสียแล้ว เค้ายิ่ง เหมือนคนอื่น</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ดูเหมือนว่า จ จะรู้สึกโดดเดี่ยวอยู่ ในบ้านตั้งแต่พี่สาวตาย</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>จ : (พยักหน้า).....</p>	
<p>ท : พี่น้องคนอื่นล่ะ จ</p>	<p>- สมาชิกคนอื่น ๆ มีส่วนร่วมปฏิสัมพันธ์ด้วย</p>
<p>จ : เค้ายิ่งตัวใครตัวมัน</p>	<p>แต่ยังคงสร้างคำถามที่ไม่เฉพาะเจาะจง</p>
<p>ท : คนอื่นทำไมไม่หวังพึ่งบ้าง</p>	<p>กับเรื่องราวที่สมาชิกต้องการให้แก้ไข</p>
<p>จ : เคยไปหวังพึ่ง เค้ายิ่ง...คือหนูเป็น ลูกคนที่ 9 เป็นลูกพ่อใหม่ อีก 8 คน เป็นลูกพ่อเก่า แม่หนูมีแฟน 2 คน</p>	<p>โดยถามหาคิถึงบุคคลที่ 3 คือให้กลุ่ม ไม่อยู่ในภาวะปัจจุบัน</p>
<p>ป : เอาเป็นว่าตอนนี้ พี่ชาย เค้ารู้อยู่ ว่าเป็นเอดส์</p>	<p>- สมาชิกพยายามใช้คำถามดึงเข้าสู่เรื่อง ราวของกลุ่มจึงอยู่กับเรื่องราวที่เป็น</p>
<p>จ : เพราะรู้ว่าเป็น เค้ายิ่งพูดมากกว่า เก่า อึ้ง...จะติดมียี่เนี่ย...เดินเนี่ย เวลาเป็นเมนส์ มันไหลออกมาเนี่ย จะติดมียี่ ชักผ้าปูที่นอน เมนส์ไหล ลง อึ้ง ชักในเครื่องซักผ้า มันจะติด ในเครื่องซักผ้ามียี่ ทั้ง ๆ ที่เค้ายิ่ง ไม่เคยอุปทาน พุดมาก่อน</p>	<p>ปัจจุบันอีกครั้ง</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: หนูรู้สึกว่ เค้างิ่งเกียจ</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>จ : ก็ดู ๆ เหมือนเค้าจะพูด ชอบพอเธอ เอาหัววางไว้ เคี้ยวหลานเล่น ลูก เค้าชน ชอบเอาใบมีดโกน กรรไกร ตัดเล็บมาเล่น เรายังคอยเก็บเวลา เราตลกเค้า เค้าจะตาเขียว เค้า คิดว่าลูกเค้าภาพร่ำแม่ เค้าไม่อยาก ให้ใครตี เค้าเลี้ยงลูกเค้าอย่าง ตามใจ แต่ตอนที่สาวอยู่ ที่สาวจะสั่ง ให้หนูดี... เลย์อึดใจว่าทำอะไร ไม่ได้ซักอย่าง ไม่อยากอยู่ มันร้อน ไปหมด อยู่มาตั้ง 20 กว่าปีละ มัน ร้อนไปหมด ไม่อยากอยู่ (ก้มหน้า เงยบ ...)</p>	<p>- เปิดเผยความรู้สึก</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: หนูคงอึดใจมาก แต่ไม่มีทางเลือก ว่าจะไปอยู่ที่ไหนดี</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>จ : หนูอยากออกจากบ้านไปหากินเอง เล็ก ๆ น้อย ๆ มีงานทำ เงินเดือน ซัก 2-3 พันบาทก็พอละ</p>	
<p>ป : แล้วพ่อที่แท้จริง ตอนนี้อยู่หรือ เปล่า</p>	<p>- สมาชิกอื่น ๆ มีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกผู้ โดยการสร้างคำถาม แต่คำถามที่สมาชิก</p>
<p>จ : อยู่แต่เค้ามีอายุแล้ว 75 แล้วละ อยู่สาโรงได้กับเมียใหม่...</p>	<p>สร้างขึ้นเป็นเรื่องค่อนข้างไกลตัว เป็น เรื่องของบุคคลที่ 3 ซึ่งไม่ได้เกี่ยวกับ</p>
<p>ท : อื้อ ... เค้าก็มีตั้งหลายเมียสิ..</p>	<p>จ โดยตรง และเริ่มมีการพาดพิงกล่าวถึง</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: อันนี้คงไม่เข้าประ เด็นกระมังคะ มัน เป็นเรื่องของพ่อเค้า ตรงนี้พ่อยาก ให้เราดู จ นะคะ ว่าถ้า จ ยังต้อง</p>	<p>งานเชิงวิพากษ์วิจารณ์ ผู้นำกลุ่มจึงใช้ทักษะ เชิงปฏิสัมพันธ์ (Interaction skill) โดยการขัดขวาง (blocking) เพื่อยับยั้ง</p>

การสังเวยกระบวนกรกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนกรของโวลเซน
<p>อยู่บ้าน แต่อัดแน่น..... จะทำยังไงดี</p>	<p>สมาชิกไม่ให้กล่าวหาถึงบุคคลที่ 3 และชี้แนะให้สมาชิกเห็นถึงประเด็นความเดือดร้อนของเพื่อน ซึ่งสมาชิกยอมรับฟัง และเริ่มมีทิศทางของการถามเข้าสู่เรื่องราวปัจจุบันของสมาชิก</p>
<p>ศ : มีอยู่ทางนี้ จะต้องแยกออกมาเข้าบ้านอยู่กับลูก 2 คน ทุกสิ่งทุกอย่างมันจะคลี่คลายไปเอง</p>	
<p>จ : ไม่... ลูกนี้ แพนกำหนดเค้าได้อยู่กับปู่กับย่า</p>	
<p>ท : ยิ่งดีหนักเข้าไปใหญ่... แก้ปัญหาข้างขึ้นอีก</p>	
<p>ต : ไข่.. เหมือนเราไม่มีภาระ ถ้ากลัวปัญหาสังคม ก็สร้างสังคมใหม่ ย้ายไปอยู่บ้านเช่าไกล ๆ</p>	
<p>จ : เนี่ย หนอยากจะหาบ้านเช่า ราคาไม่ต้องแพงใกล้ ๆ แถวโรงพยาบาลจุฬาฯ นี่แหละ</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: จ มีปัญหาชีวิตที่อยู่กับพี่เขย อยากออกมาเข้าบ้านอยู่คนเดียว ใกล้ ๆ โรงพยาบาลจุฬาฯ พวกเรามีใครมีข้อมูลอะไรให้ จ มียะ</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มสรุปปัญหาของ จ และใช้คำถามเปิด เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือ จ</p>
<p>พ : ข้อมูลมี : แต่ว่ามีเงินหรือเปล่า</p>	
<p>จ : ซักเดือนละ 500-600 บาท</p>	
<p>พ : ประมาณ 800-1000 บาท เป็นห้องนี้รวม</p>	<p>- กลุ่มมีกระบวนกรช่วยเหลือเกิดขึ้น โดยมีกรให้ข้อมูลแก่เพื่อนสมาชิก เพื่อประเมินความเป็นไปได้ของการแก้ปัญหาด้วยวิธีนี้มีสมาชิกบางคนเสนอวิธีการแก้ไขปัญหาคด้วยวิธีการที่ไม่สามารถทำได้ในเวลาสั้น ๆ มี</p>
<p>ป : คุณก่อนว่าอยู่ได้มั๊ย ปลอดภัยหรือเปล่า</p>	
<p>ต : แพลต ดีมั๊ย แถว ๆ นี้มีเยอะตรงบ่อนไก่</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ป : ถ้าเรามีปัญหาเรื่องเงิน เราน่าจะ มาช่วยกันคิดตั้งศูนย์ แบบบ้านพัก ฉุกเฉิน จะเห็นดีด้วยมั๊ย</p>	<p>สมาชิกกล่าวแย้งว่าต้องอาศัยทุนทรัพย์ ผู้นำ กลุ่มกล่าวเสริมว่าต้องใช้เวลามาก แล้วจะ ช่วยแก้ปัญหาให้เพื่อนไม่ทัน และพยายามดึง</p>
<p>ศ : เคยคิด แต่ขาดทุนทรัพย์</p>	<p>กลุ่มเข้ามาร่วมอภิปรายในปัญหาปัจจุบันของ</p>
<p>ป : ก็ต้องช่วยกัน...เข้าไปช่วยกัน... หาเงิน</p>	<p>จ อีกครั้ง</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม: วันนั้น คงต้องใช้เวลานะ..แต่จะ เข้าไปสำหรับเพื่อนของเราหรือเปล่า อยากให้คุณตรงนี้ว่า เราช่วยอะไร เพื่อนเราตอนนี้ได้บ้าง</p>	
<p>พ : เธอพร้อมเมื่อไหร่ล่ะ</p>	
<p>จ : ขอให้เสร็จงานศพ 100 วันทีไป แล้วก่อน</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: จ ตัดสินใจออกมาแน่ ๆ ตัดใจได้..</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มย้ำการตัดสินใจของ จ</p>
<p>จ : (พยักหน้า...แสดงท่าทีมั่นใจใน ตัวเอง)</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ถ้า จ ออกจากบ้าน พ ช่วยเหลือ เรื่องหาที่อยู่ได้</p>	
<p>พ : ได้...สบายมาก</p>	
<p>ท : ถึงยังไงก็...ฉันก็ช่วยเธออยู่แล้ว ยังไงก็หาใกล้ ๆ แถวบ่อนไก่ คลองเตยนะ</p>	
<p>จ : บ่อนไก่ คลองเตย ก็ไม่ไกลโรง- พยาบาลมากดีเหมือนกัน เดือนละ 700-800 พอจะหาได้อยู่แล้ว</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ด : แล้วพวกเราก็จะได้ไปสังสรรค์กัน ได้ไง (มีเสียง เฮ แสดงความ ดีใจ)</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: จ ตัดสินใจออกมาแน่ ๆ (สบตา จ) ที่จะเข้าบ้านแถวใกล้ๆ โรงพยาบาล ราคาประมาณ 700-800 บาทต่อ เดือน...</p>	<p>- สรุป เพื่อให้สมาชิกที่มีปัญหามองเห็น ประเด็นการตัดสินใจของตนให้ชัดเจน</p>
<p>จ : ค่ะ...แล้วคงจะออกมาประมาณ ตอนที่ทำบุญ 100 วัน พี่สาวเรียบ- ร้อยแล้ว.....</p>	<p>สรุป ในการทำกลุ่มครั้งที่ 5 นี้ สมาชิกมีการ เปิดเผยปัญหาของตนเอง สมาชิกอื่น ๆ มี</p>
<p>ท : ยังไงฉันก็ช่วยเธออยู่แล้ว</p>	<p>ส่วนร่วมที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหา มีหลายครั้ง</p>
<p>ธ : แหม... ไม่ต้องกังวลหรอก พวก เราช่วยกันอยู่แล้ว</p>	<p>ที่สมาชิกพูดพาดพิงถึงบุคคลที่ 3 และมีแนวโน้ม ที่จะพูดพาดพิงไปในทางของการวิพากษ์วิจารณ์</p>
<p>จ : ฉันนึกไม่ถึงเลย ขอขอบคุณพวกเรา มาก ๆ</p>	<p>ผู้นำกลุ่มหยุดยั้งการกระทำนั้น เพราะเห็นว่า เป็นเรื่องของบุคคลที่ 3 และพยายามดึงเรื่อง</p>
	<p>ราวเข้าสู่ประเด็นที่เป็นปัจจุบัน คือเรื่องราว ที่กำลังเกิดขึ้นภายในกลุ่มสมาชิกยอมรับกับการ หยุดยั้ง (blocking) นี้ และมีทิศทางการแก้ ปัญหาที่เป็นปัจจุบันและชัดเจนขึ้น จนสมาชิก ได้คำตอบที่ตนเองจะนำไปช่วยเหลือตนเองได้ กลุ่มในครั้งนี้อยู่ยังอยู่ในขั้นที่ 2 ของ โอลเซน คือ ขั้นการทำงานภายในกลุ่ม</p>

การสังเคราะห์กระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ครั้งที่ 6</p> <p>การทำกลุ่มครั้งนี้ เป็นการทำกลุ่มครั้งสุดท้าย สมาชิกบางคนมีท่าทางตื่นเต็นที่จะได้กลับบ้าน สมาชิกบางคนกล่าวถึงเวลาที่จะต้องแยกย้ายกันกลับเมื่อเสร็จกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวชี้แจงให้สมาชิกตระหนักถึง เวลาอยู่ร่วมกันที่เหลือน้อย ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มมากที่สุด สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวถึงความกังวลใจของตนเองที่ทดลองรับประทานยาสมุนไพร</p> <p>ป : ผมกำลังดื่มยาสมุนไพรกิน ถ้ากินได้ตามที่เค้าบอก ก็คิดว่าหาย แล้วเค้าก็...แหม..เค้าถามว่าตรวจเลือดแล้วเป็นจริง ๆ หรือเปล่า จะได้ง่ายยาได้</p> <p>ท : โห...ตั้งประเด็นรักษาเอคส์เลยหรือ...</p> <p>ป : ไม่..เค้าไม่รับลูกค้าเลยนะ แล้วก็สั่งว่าไม่ต้องหาคนไข้ให้ แต่เคยรักษาหายมาหลายรายแล้ว คือพอไปตรวจเลือดก็ไม่มีเชื้ออยู่แล้ว ปกติเจ้าทรงนี้รักษาหลายโรค ไม่เรียกเรื่องเงินทอง แต่ถ้าขาดยาแล้วต้องตั้งต้นใหม่ ...ผมมีอาการออกเหมือนกัน ท้องเสียเลยหยุด ก็ต้องตั้งต้นใหม่</p>	<p>- สมาชิกเริ่มรู้สึกกังวลถึงเวลาที่ต้องเลือกร้างจากกลุ่ม ซึ่งเป็นธรรมชาติของคนที่เป็นสมาชิกกลุ่มที่สมาชิกบางคนจะรู้สึกว่า เวลาการอยู่ร่วมกันเหลือน้อยแล้ว ผู้นำกลุ่มจึงพูดเชิญชวนให้สมาชิกให้ใช้ประโยชน์จากเวลาที่เหลือน้อยนี้ให้มากที่สุด</p>

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>พ : แล้วเค้ามีบอกมัยว่า ครบเดือนแล้วนะ เชื่อไม่มีแล้วให้ไปตรวจเลือด</p>	<p>- ถามอย่างใส่ใจกับเรื่องราวของเพื่อนสมาชิก</p>
<p>ป : มีฮะ...ทั้งหมด 7 อาทิตย์ อาทิตย์ละ 7 ท่อ บางอย่างอาจปฏิบัติตามที่เค้าบอกไม่ได้ อย่างขนานสุดท้ายนั้นกินไม่ได้เลย ขนาดผมกินยาแก่ง</p>	
<p>ศ : เป็นไปมัย</p>	
<p>ป : ฮะ...เป็นไปมัยจัน ผมพยายามกินกินแล้วท้องเสีย ผมก็ชักสงสัย คือกิน 7 วันไม่ได้ ท้องเดิน 3 วัน ก็ชั้บรคไม่ได้แล้ว ก็เลยงด งดก็ต้องตั้งต้นใหม่ ก็เลยโทรๆไปถาม เค้าก็บอกว่า มียาแก้อักต้ว แต่ก็ยังถ่ายอยู่ ผมก็ยังไม่รู้ว่าจะไหวหรือเปล่าเลย</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: พี่ประ เสรีรัฐกำลังทดลองทานยาสมุนไพรอยู่นะคะ แต่กำลังประสบปัญหาว่าทานแล้วท้องเสีย เหมือนกับว่า เราพยายามจะหาอะไรมาช่วย แต่ก็ต้องเสี่ยงที่จะเสียเงิน เสียสุขภาพ.....</p>	<p>- ทวนซ้ำแบบสรุป</p>
<p>ป : ไซ้ฮะ ที่นี้ถ้ามันกินแล้วแข็งแรง มันก็ยังไม่ไหว พอจะกินต่อได้ จะว่าเค้าหลอก เค้าก็ไม่ได้ตั้งคอะไรจากผม เค้าเขียนชื่อยา ผมไปหาซื้อเอง มีขายเป็นถุง ๆ เป็นชุดตามร้านขายยาจีน</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของ โอลเซน
ศ : ผมคิดว่า เค้าไม่ได้ทำเอง เกิดผิดพลาดอะไร ก็จะได้ไม่ต้องรับผิดชอบ	- กระบวนการช่วยเหลือ โดยพยายามชี้แจงให้เห็นข้อบกพร่องของการรักษา
จ : พี่เค้าก็ยังไม่อยากลอง	- ชี้ให้เห็นถึงความรู้สึกของ เพื่อนสมาชิกที่มีปัญหา
ป : ผมอยากลองจนขนานสุดท้าย ถ้าไม่ไหว ผมก็จะเลิก	
ผู้นำกลุ่ม: อาการท้องเสียก็ค่อนข้างจะน่ากลัว สำหรับโรคอย่างพวกเรานะคะ... เพียงคิดว่าจะทดลองกินต่อ	- ให้ข้อมูล และทวนซ้ำ เพื่อย้ำการตัดสินใจ กินยาต่อของสมาชิก
ป : ผมเดินมาเกือบครึ่งทางแล้วนะ จะให้ผมเดินกลับได้ยังไง	
ผู้นำกลุ่ม: (เงยสีกพัก) พี่...ทานสมุนไพรแล้วท้องเสียนะคะ...พวกเราพอจะมีความคิดเห็นอะไร สำหรับเรื่องราวการทดลองยาของพี่ ป มียะ	- เอื้ออำนวยให้กลุ่มใช้ประสบการณ์ของแต่ละคน เข้ามาช่วยร่วมตัดสินใจ และสำรวจปัญหาของสมาชิก
ป : นั่นนะซี ผมก็ตัดสินใจไม่ได้ คือ ถ้ากินยาเค้าก็ห้ามกินยาแผนปัจจุบันร่วมด้วย ซึ่งอย่างตอนนี้เหงื่อท่วมมาก ไปหาหมอ หมอให้ยาแก้ อีกเสบมากิน แต่ผมกินไม่ได้... ต้องเก็บ...ผมอยากฟังความคิดเห็นของคนอื่น โดยเฉพาะผู้คิดเชื่อที่เคยมีประสบการณ์ แล้วผมจะตัดสินใจ ไม่ใช่ว่าจะลองตะพึดตะพืออย่าง เดียว คือจะพิจารณาตัวเองด้วย จะดูว่าแข็งแรงขึ้น หรือทรุดลง แล้ว	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>มันจะใช้เงินอีกซักเท่าไร? เกินกำลังเรามั้ย สมมุติว่าราคาแพงเป็นแสน ๆ กำลังเงินเราไม่พอ แล้วก็ยังไม่แน่ใจว่าจะหาย...ลองไปก็เสียเงินเปล่า ๆ</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม: ดูเหมือนพี่พอจะมีบทสรุปให้ตัวเองเหมือนกัน แต่ยังไม่แน่ใจว่าตัดสินใจถูกหรือผิด</p>	<p>- สะท้อนความรู้สึก</p>
<p>ป : ครับ....</p>	
<p>พ : บางครั้งก็อาจจะเป็นดาบ 2 คม มีทั้งคุณและโทษ อย่าง A Z T (ชื่อยา) นี้ก็มีผลข้างเคียง ผู้คิดเชื่อก็มักจะนึกว่า ได้กินยาแล้วสามารถช่วยได้ พี่..นะ ถ้าพี่คิดว่า ยาช่วยได้ด้านกำลังใจ ด้านสุขภาพ มันก็อาจมีส่วนเสียขึ้นมา ก็คงต้องระวัง ถ้าจะกินต่อ ถ้าลองแล้วไม่ดี ผมว่า...หยุดดีกว่า</p>	<p>- กระแสดูความช่วยเหลือ โดยการให้ข้อมูล และคำแนะนำ</p>
<p>ท : อย่างผมทดลองทานว่านหางจระเข้ ผมทานแล้ว กระปรี้กระเปร่า ไม่มีผลเสีย ผมก็ทานต่อ</p>	<p>- ให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อชี้ให้เห็นว่าตนเองก็ลองกินยาสมุนไพร แต่กระหมัดระวังเรื่องผลเสียด้วย</p>
<p>จ : พี่...ถ้าลองแล้วทรุดมาก ๆ วูบไปก็จะช่วยไม่ทัน คุณี ๆ ด้วยนะ</p>	
<p>ศ : เหมือนชื่อของไม่มีใบรับประกัน ก็คงต้องระวัง</p>	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
ป : แต่จริงๆ เค็มมียาแก่นะ ถ้าท้องเสีย	
พ : ดีตรงที่ ถ้ามีอาการข้างเคียง จะ มียาแก้	- กระบวนการช่วยเหลือที่เกิดขึ้นในกลุ่ม โดยการให้ข้อเสนอแนะ และแยกแยะ เพื่อ
ธ : แต่เสียตรงกินยาร่วมกับยาแผน ปัจจุบันไม่ได้	ซึ่งน้ำหนัก ผลดี ผลเสีย ของการกินยา
ป : ไซ้ ผมห่วงตรงนี้แหละ ตรงที่มันกิน ยาฝรั่งไม่ได้	
ศ : ผมคิดว่า .. พึ่งต้องหมั่นสังเกต ตัวเอง เช่น สังเกตอาการท้องเสีย ... แล้วก็ระมัดระวังตัวเองมากๆ	
ผู้นำกลุ่ม: พังดูแล้ว พอสรุปได้ว่า ยานี้มีผลเสีย ที่ทำให้พุงเคঁากังวลมาก คือ ท้องเสีย มาก และกินร่วมกับยาแผนปัจจุบัน ไม่ได้ พวกเราเลยเสนอว่า ถ้าจะ กินยานี้ต่อจริง ๆ ก็อยากจะให้ ระมัดระวัง แล้วก็หมั่นสังเกตอาการ ผิดปกติของตัวเอง... ที่พอจะชั่ง น้ำหนักได้มีคະว่าจะกินต่อหรือจะ เลิกกิน	- สรุป และ เชื่อมโยงความคิดเห็นของ สมาชิกที่ได้กล่าวมาแล้วทั้งหมด เพื่อ ช่วยให้สมาชิกสามารถตัดสินใจได้ดี ยิ่งขึ้น จากความคิดเห็น และ ข้อมูลที่ เพื่อนสมาชิกร่วมกันเสนอมา
ป : ครับ...ผมคงจะต้องสังเกตตัวเอง ถ้าไม่ไหวจริง ๆ ก็จะไม่เลิกกิน	- สมาชิกตัดสินใจ
ผู้นำกลุ่ม: หมายความว่า พัดตัดสินใจจะกินต่อ	- ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการทำให้กระจ่าง
ป : ครับ... ผมอยากลอง ถ้าหายจะ ได้เป็นวิทายาทาน ถ้าไม่หายก็ถือว่า เป็นกรรมเก่า	เพื่อจะได้สื่อความหมายได้ตรงกับ สมาชิก

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
ศ : อยู่ที่กำลังใจนะครับ...ความเชื่อด้วย	
ท : ผมขอให้กำลังใจทีนะครับ ยังไงถ้าจะลองกินต่อ ก็อย่าลืมหมั่นสังเกตอาการตัวเอง โดยเฉพาะเรื่องท้องเสีย	- สมาชิกเรียนรู้การให้กำลังใจแก่กัน
ค : ใช่...ถ้าผิดปกติมาก ๆ รีบเลิกกินแล้วรีบมารักษาแผนปัจจุบันที่โรงพยาบาล	- กระแสความห่วงใยจากเพื่อนสมาชิก
ผู้นำกลุ่ม: ถ้าเป็นวิถีทางที่เลือกแล้ว ก็ขอให้กำลังใจกับที่เช่นกันนะคะ แต่อยากให้เห็นเรื่องความระมัดระวัง และรีบหยุดยาแล้วเปลี่ยนแผนไปรักษาแผนปัจจุบัน พวกเราทุกคนคงได้แต่เป็นกำลังใจให้	- ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุป และเป็นประเด็นที่สมาชิกจะต้องตระหนักในสิ่งที่ตนเองตัดสินใจ
ป : ...ครับ...ผมขอบคุณพวกเรามากเลยครับ ถ้าไม่ได้มาเข้ากลุ่ม ก็คงจะไม่มีโอกาสได้พูดคุยอย่างนี้.....	
ในช่วงสุดท้ายของการเข้ากลุ่มก่อนจะแยกย้ายกันกลับบ้าน ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปถึงสิ่งที่ตนได้รับจากกลุ่ม	- เข้าสู่ขั้นปิดกลุ่ม
ศ : ผมเข้าใจตัวเองมากขึ้น มีโอกาสได้สำรวจตัวเองว่าลึก ๆ แล้วเรากังวลนะ เรากลัว ที่หัวเราะเริงร่านี้เป็นแค่ฉาก แต่ผมรู้แล้วว่าผมยังมีเพื่อน..ผมไม่โดดเดี่ยว	

การสังเกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
<p>ธ : นอกจากได้มองเห็นตัวเอง...ผม ได้รู้จักเพื่อนมากกว่าการเดินทักทาย ธรรมดา.....</p>	
<p>ท : ผมก็คล้าย ๆ คนอื่นแหละ..ผมได้ รู้จักเพื่อนเพิ่มขึ้น (เน้นคำว่า รู้จัก) สบายใจมากขึ้น ได้รู้ว่าเพื่อน ๆ ก็มีปัญหาเหมือนกัน ได้เรียนรู้วิธีแก้ ปัญหา ซึ่งเราคงได้ลองเอาไปใช้ ตามรายละเอียดของแต่ละคนผมจะ ลองเอาไปใช้...จะลองนั่งสมาธิ</p>	
<p>ธ : อย่าลืมลองทำอย่างที่บอกด้วยล่ะ</p>	
<p>ท : ผมจะลองแน่นอน</p>	
<p>พ : ผมดีใจอะ..ได้เพื่อนเยอะขึ้น ผม รู้สึกว่าผมไม่ได้อยู่คนเดียวแล้วล่ะ ความรู้สึกเล็ก ๆ เพื่อนก็เหมือนผม บางครั้ง บางคน ไม่เคยพูดถึง ปัญหาของตัวเอง แต่พอเข้ากลุ่ม รู้เลย ...ทุกคนมีปัญหาอยากจะทำ ว่า ถ้ามีปัญหาก็ขอให้เราพยายามใช้ ปัญญานะ</p>	
<p>จ : หนูทุกขนะ...แต่พอมาเข้ากลุ่มก็รู้ ว่า มีเพื่อนรู้บ้างก็จะมีค่าในบ้าน ก็มีค่ากับเพื่อน ๆ หนูไม่ได้อยู่ คนเดียว</p>	

การสังเอดกระบวนกรกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนกรของโอลเซน
<p>จากนั้นผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกดี ๆ และให้กำลังใจกับเพื่อนสมาชิก ในการที่จะนำกรแก้ปัญหาที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มไปปฏิบัติจริง ผู้นำกลุ่มสังเกตการณ์อยู่เงียบ ๆ นอกกลุ่ม เมื่อสมาชิกให้กำลังใจกันเสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปถึงการอยู่ร่วมกันในกลุ่มที่ผ่านมา ร่วมให้กำลังใจแก่สมาชิก เน้นความต่อเนื่องในการนำไปปฏิบัติ หรือช่วยเหลือกัน หลังจากนั้นให้สมาชิกตอบแบบวัดความวิตกกังวล และแยกย้ายกันกลับบ้าน</p>	<p>- ขณะทีสมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สมาชิกทุกคนต่างก็นั่งเงียบ ๆ ใส่ใจกับสิ่งที่เพื่อนกำลังบอก สมาชิกมีทักษะในการให้กำลังใจได้ดี นอกจากจะบอกกล่าวเป็นคำพูด ยังมีการสัมผัส การโอบกอดร่วมด้วย สมาชิกที่ได้รับกำลังใจจากเพื่อนแล้วหลายคนร้องไห้</p> <p>การกล่าวให้กำลังใจที่จะนำสิ่งที่แต่ละคนได้รับจากกลุ่มไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน จะช่วยขมวดการรับรู้ และความตระหนักในการแก้ไขปัญหของสมาชิก โดยเฉพาะเมื่อสมาชิกรับฟังเพื่อนด้วยความใส่ใจ ดังเช่นในขั้นยุติกลุ่มนี้</p>
<p>สมาชิกหลายคนยังไม่ยอมออกจากกลุ่ม แต่จะเดินหุดคุด แลกเปลี่ยนที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์กับเพื่อนสมาชิก</p>	<p>สรุป</p> <p>ในครั้งสุดท้ายของการทำกลุ่มนี้ มีทั้งขั้นตอนที่ 2 คือขั้นการทำงานภายในกลุ่ม และขั้นปิดกลุ่มในช่วงแรกซึ่งเป็นขั้นตอนที่ 2 ของการเคลื่อนไหวของกลุ่ม สมาชิกเปิดเผยเรื่องราวที่ตนกังวล จึงเกิดกระบวนกรช่วยเหลือจากสมาชิกกลุ่มขึ้น โดยที่สมาชิกพยายามที่จะให้ข้อมูล และให้คำแนะนำ ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นกระแสของความห่วงใย ความใส่ใจจากเพื่อนสมาชิกทุกคน แสดงถึงความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และความมีพันธะรับผิดชอบของสมาชิกซึ่งเป็นพลังบำบัดที่สำคัญในกลุ่ม นำไปสู่การพัฒนาแนวทางการแก้ไขปัญหของสมาชิก</p>

การสัง เกตกระบวนการกลุ่ม	การวิเคราะห์ตามกระบวนการของโอลเซน
	<p>ในช่วงสุดท้าย เข้าสู่ขั้นปิดกลุ่มสมาชิก กล่าวถึงประสบการณ์ และความรู้สึกที่สัมผัสต่อกลุ่ม สมาชิกบางคนแสดงความกังวล ถึงเวลาที่จะต้องแยกย้ายกันไปดำเนินชีวิตตามปกติ สมาชิกมีความผูกพันซึ่งกันและกันเห็นได้จาก การแลกเปลี่ยนที่อยู่ และ เบอร์โทรศัพท์ที่จะติดต่อกันได้</p>

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ประวัติผู้วิจัย

นางสาวสุสณี แสงสุวรรณ เกิดเมื่อวันที่ 16 สิงหาคม 2506 ที่จังหวัดลำปาง สำเร็จการศึกษาวิทยาศาสตรบัณฑิต (พยาบาลและผดุงครรภ์) จากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2530 เข้าศึกษาคณะในสาขาจิตวิทยาการปรึกษา ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2532-2536 ปัจจุบันรับราชการตำแหน่งพยาบาลประจำการระดับ 5 โรงพยาบาลศิริราช



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย