



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ชีวิตของมนุษย์นั้นอยู่ในสนามของความสัมพันธ์ตลอดเวลา ความสัมพันธ์เป็นความเกี่ยวข้อง โดยตรงและมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างยิ่ง มันเป็นภาวะที่สามารถกำหนดคุณภาพของชีวิตให้เป็นไปในทางบวกหรือลบได้ ความสุขหรือความทุกข์ของมนุษย์นั้นส่วนใหญ่แล้วก็จะมาจากความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้อื่นเกือบทั้งสิ้น

ความรู้สึกสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งต่อมนุษย์ เพราะเป็นส่วนที่เอื้อเพื่อความงอกงาม (growth) (Moustakas 1959 : 1) มนุษย์นั้นโดยธรรมชาติแล้วต้องอยู่ร่วมกันเป็นสิ่งคม เพื่อตอบสนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เพื่อให้มนุษย์อยู่รอดในด้านต่างๆ ซึ่งจะเห็นได้ เช่น ความต้องการทางด้านปัจจัยสี่ การแบ่งเบาภาระหน้าที่กันที่พาน การดำรงเผ่าพันธุ์ หรือการตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจของตนเอง เช่น การต้องการความรักและความเข้าใจเป็นต้น (ชบวน พลตรี 2530 : 5-6) และความสัมพันธ์ของมนุษย์ยังมีส่วนช่วยในการพัฒนาคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เช่น ความรู้สึกผูกพัน ความอบอุ่น านใจ การเอาใจใส่ การยอมรับ การเห็นคุณค่า รวมทั้งความรู้สึกในด้านที่ดีต่างๆ (Johnson 1980 : 5)

Ellenson (1982 : 11) กล่าวว่ามนุษย์สัมพันธ์เป็นกระบวนการของการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อนำไปสู่การตระหนักรู้ในตนเองและในผู้อื่น เพื่อนำให้เกิดการยอมรับและความเจริญงอกงามร่วมกันทั้งสองฝ่าย ทักษะของมนุษย์สัมพันธ์ทางด้านบวก จะทำให้มนุษย์สื่อสารกับผู้อื่นในบรรยากาศที่ส่งเสริมการทำงานร่วมกัน และการใช้ชีวิตร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ ตลอดจนการเรียนรู้ชีวิตร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ แต่ในทางตรงกันข้ามจะทำให้ชีวิตอับเฉาและขาดประสิทธิภาพ

ด้วยเหตุนี้ประสิทธิภาพในการดำรงชีวิตของมนุษย์ จึงเกิดมาจากทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีประสิทธิภาพ ที่สามารถทำให้เกิดความเข้าใจในระหว่างบุคคลได้ดีขึ้น ซึ่งจะนำความสุข ความมั่นคง และความสำเร็วจำให้เกิดขึ้นกับชีวิตได้ในทุกๆด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านครอบครัว หน้าที่การงาน หรือเพื่อน (Johnson 1986 : 1) ซึ่งโดยสรุปแล้วหมายรวมถึงสังคมในระดับที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ จนกระทั่งถึงประเทศชาติและนานาชาติด้วย

ในทางตรงกันข้าม หากมนุษย์ไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างกันได้ จะทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ในสังคม ซึ่งจะต่อเนื่องกันเป็นลูกโซ่ ที่มีจุดเริ่มต้นมาจากบุคคลที่ประกอบไปด้วยจิตใจ ทางด้านลบ เช่น ความรู้สึกเศร้าหมอง ว่าเหว้ โดดเดี่ยว ไร้ค่า แยกแยก หรือไร้จุดหมายให้กับชีวิตของตน อันเป็นปัญหาจิตใจที่เกิดจากการไร้ความสามารถทางด้านมนุษย์สัมพันธ์ (Ivey, Ivey and Simek-Downing 1987 : 270)

ปัญหาความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกแยก เช่นนี้กำลังเกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน (สุภิญญา ธีระวินช และคณะ 2534 : 248, 299) อันเป็นผลสืบเนื่องประการหนึ่งของความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอย่างมากในยุคอุตสาหกรรม การมุ่งเน้นการพัฒนาแต่เพียงด้านวัตถุนี้ ทำให้ประโยชน์แก่มนุษย์ทางด้านความเป็นอยู่ที่สะดวกสบายขึ้น มันทาก็มีเครื่องอุปโภคและบริโภคอย่างครบครัน ทำให้มีการคมนาคมและโทรคมนาคมที่ทันสมัย ในความสามารถที่ติดต่อสื่อสารกันได้อย่างทั่วถึงทั้งโลกภายในเวลาเพียงไม่กี่นาที แต่ในอีกด้านหนึ่งกลับกลายเป็นการเพิ่มการทลายคุณค่าของมนุษย์ (dehumanization) อย่างไม่น่าเชื่อ และความเจริญทางด้านเทคโนโลยีในขอบเขตอันกว้างใหญ่นี้กลับกลายเป็นตัวกีดขวางความสัมพันธ์อันดีงามของมนุษย์ โดยเฉพาะในชุมชนที่เขาอาศัยอยู่อย่างรวดเร็ว เพียงแค่การได้เป็นเจ้าของรถยนต์ ตู้เย็น หรือโทรทัศน์ ฯลฯ (นาตยา บิลันธานนท์ 2526 : 6-8) ก็สามารถแบ่งแยกมนุษย์แต่ละคนให้มีชีวิตอยู่ตามลำพังมากขึ้น แยกตัวออกจากความสัมพันธ์ของเพื่อนบ้านและชุมชน จนทำให้เป็นคนแปลกหน้าซึ่งกันและกัน และการที่จะต้องสนทนากับผู้อื่นเป็นความรู้สึกลำบากและอึดอัด ซึ่งตรงกันข้ามกับวิถีชีวิตของชุมชนเดิมที่แต่ละคนจะเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนและ เป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน

ความสะดวกสบายที่มนุษย์ได้รับจากความเจริญทางเทคโนโลยีนั้น ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของมนุษย์ได้ทั้งหมด มนุษย์ยังต้องการการตอบสนองทางด้านจิตใจ อันเกิดขึ้นได้จากมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น เครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ ทางด้านเทคโนโลยีไม่สามารถทำให้ความรู้สึกเหล่านี้ได้เลย แต่จะกลายเป็นการเพิ่มความรู้สึกขัดแย้งความสับสน และความเลื่อมทางจิตใจให้

อยู่ร่วมกันเป็นชุมชนที่ประกอบด้วยการยึดถือความเป็นหนึ่งเดียวกัน หรือการ "มี" หรือ "เป็น" บางสิ่งบางอย่างร่วมกัน เช่นการเป็นเครือญาติ มีสำนึกานอดีตร่วมกัน มีความเชื่อ มีหลักการหรือคุณค่าเดียวกัน มีความรู้สึกเป็นเจ้าของ หรือมีความรับผิดชอบร่วมกันที่อาจจะ เป็นในรูปของบ้านเรือน ทรัพย์สิน ความรู้ ทักษะ องค์กร เป็นต้น ตัวอย่างของชุมชนเหล่านี้เช่น ศูนย์ชีวิตพิลาเซลเพื่อชุมชนพินโฮร์น และชุมชนพาธเว็ค ทั้ง 3 ชุมชนนี้ตั้งอยู่ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งทุกคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนจะมีสำนึกของการมีส่วนร่วมรับผิดชอบภายในชุมชนทุกเรื่อง (สมการ ว่างามดี 2533: 232-237)

ในกลุ่มนักจิตวิทยาเองก็มีความพยายามในการหาหนทาง ที่จะช่วยพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น วิธีการอย่างหนึ่งก็คือประสบการณ์กลุ่มเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์ เพราะถึงแม้ว่ามนุษย์จะอยู่ในสนามของความสัมพันธ์อยู่เสมอก็ตาม แต่ความสัมพันธ์ที่จะส่งเสริมและพัฒนามนุษย์ได้นั้นจะต้อง เป็นความสัมพันธ์เชิงการช่วยเหลือให้อีกฝ่ายหนึ่งสามารถพัฒนาศักยภาพแห่งตนได้อย่างเต็มที่ ซึ่งไม่ใช่ความสัมพันธ์ที่ฝ่ายหนึ่งยึดติดอยู่แต่การพึ่งพิงเพียงอย่างเดียว (Rogers 1961 : 40)

คาร์ล อาร์ รोजерส์ (Carl R. Rogers ; 1902-1987) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันที่มีชื่อเสียง และได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้คิดค้นหนึ่งของโลกในจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม ผู้ถือว่ "มนุษย์จะเป็นผู้รับผิดชอบการกำหนดชีวิตของเขาด้วยตนเอง และโดยทั่วไปแล้วมนุษย์เป็นส่วนหนึ่งแห่งกระแสความเจริญเติบโตแห่งอนาคต" (Rogers, cited by Greening 1987 : 134)

ผลงานทางด้านจิตวิทยาและการประยุกต์ของ รोजерส์ ปรากฏอยู่ในตลอดชีวิตการทำงานของเขา ไม่ว่าจะเป็นการค้นพบแนวทางใหม่ในเทคนิคการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ทฤษฎีบุคลิกภาพ ปรัชญาทางวิทยาศาสตร์ งานวิจัยด้านจิตรักษา กลุ่มจิตสัมพันธ์ การสอนแบบนักเรียนเป็นศูนย์กลาง ความคิดในเรื่องธรรมชาติมนุษย์ ที่สะท้อนต่อการแต่งงานและชีวิตครอบครัว (Heppner, Rogers and Lee 1984 : 74)รวมทั้งการนำทฤษฎีไปปรับใช้ทางการเมืองในการสัมมนาของระดับผู้นำวางแผนนโยบายของประเทศ และในการทูตระหว่างประเทศ (Gendlin 1988 : 128 ; Greening 1987 : 137) เขาได้รับการยกย่องอย่างมากในการนำความคิดเชิงระบบมาสนับสนุนการวิจัยทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาเป็นคนแรก งานเขียนของเขาถูกนำไปแปลอย่างน้อย 12 ภาษา (Heppner et. al. 1984 : 74) และประมาณ

ครั้งหนึ่งของนักจิตวิทยาชาวยุโรปและชาวญี่ปุ่นนั้น ก็ชี้แนวทางการรักษาของรอเจอร์สด้วย (Gendlin 1988 : 128) ผลงานทั้งหมดดังกล่าวนี้เกิดจากการศึกษาเพื่อความเข้าใจในมนุษย์ และเจตนาที่อันแรงกล้าของรอเจอร์สที่จะพัฒนามนุษย์ให้เต็มศักยภาพแห่งตน

แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีของรอเจอร์สนั้น คือความเชื่อในคุณค่าของมนุษย์ ในความสามารถที่จะเข้าใจตนเองและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ซึ่งถ้าอยู่ในสัมพันธภาพเชิงการรักษาจะสามารถทำให้บุคคลนั้นก้าวไปสู่ความเข้าใจที่ชัดเจนมากขึ้น (Corey 1986 : 100 ; Patterson 1986 : 381 ; Rogers 1942 : 18) ความสัมพันธ์นั้นจะต้องมีลักษณะของความเข้าใจซึ่งกันและกัน (mutual understanding) อย่างสมบูรณ์ทั้งในการให้และการรับ (Rogers 1942 : 85) มนุษย์ทุกคนต้องการความสัมพันธ์เชิงการรักษาหรือช่วยเหลือนี้ เพื่อการพัฒนาตนเองไปสู่ภาวะบุคคลที่เต็ม ซึ่งเป็นภาวะของความงอกงามของชีวิต (Patterson 1974 : 153 ; Rogers 1958 : 6) ถ้าความสัมพันธ์ที่ดีเกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่และลูก ก็จะทำให้ลูกเป็นผู้ที่มีความสามารถในการนำตนเอง (self directing) ไปตามวิถีทางของสังคมและมีวุฒิภาวะ และถ้าหากว่าครูมีความสัมพันธ์เช่นนี้กับนักเรียน จะทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน โดยสามารถจะเป็นผู้ที่เริ่มต้นบทเรียนเอง และมีความรับผิดชอบในตนเอง และถ้าหากความสัมพันธ์เช่นนี้มีอยู่ในผู้บริหารในองค์กรใด ก็จะทำให้ผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชามีความรับผิดชอบมากขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และให้ความร่วมมือต่อกันมากขึ้น (Rogers and Dymond 1954 : 4-5 ; Rogers 1961 : 37)

กลุ่มจิตสัมพันธ์ (encounter group) หรือชื่อเดิมว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์พื้นฐาน (basic encounter group) อันเป็นผลงานซึ่งเริ่มต้นโดยรอเจอร์สนั้น เป็นกลุ่มการศึกษาด้านจิตวิทยาที่มีผลโดยตรงต่อการพัฒนาตนเองและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มลักษณะนี้เป็นที่ยอมรับและแพร่หลายอย่างมาก โดยมีวัตถุประสงค์ให้มนุษย์มาร่วมเรียนรู้เพื่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันและเข้าใจการมีชีวิตที่แท้มากขึ้น โดยมีรากฐานแนวคิดมาจากทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของเขาเอง และนำมาปรับใช้กับกระบวนการกลุ่ม โดยมีความเชื่อพื้นฐานอยู่ที่คุณค่าของมนุษย์และสัมพันธภาพเชิงการรักษา (Bozarth 1986 : 228 ; Rogers 1912 : 18 ; 1980 : 228 ; Tagesson 1982 : 224)

Bebout (in Wexlex and Rice, eds. 1974 : 372) อธิบายถึงคำว่า "จิตสัมผัส" (encounter) ว่าเป็นภาวะแห่งการสัมผัสทางด้านจิตใจ (psychological touching) ของมนุษย์ และพบว่าในการสัมผัสจิตใจเช่นนี้ จะมีพลังในการรักษาและพัฒนาที่ช่วยให้มนุษย์เกิดความงอกงามไปสู่การมีตัวตน (self) ที่ยึดหยุ่น และทำให้อาณาเขตของ "ตัวตน" นี้กว้างขวางในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นให้มีคุณภาพที่ดีขึ้นกว่าเดิม

กลุ่มจิตสัมผัสจะประกอบด้วยกลุ่มคนจำนวนหนึ่งที่มีความต้องการเรียนรู้ ในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นหรืออย่างน้อยก็พยายามที่จะ เรียนรู้ที่จะ เป็นตัวของตัวเอง ในขอบเขตของศักยภาพของเขา สภาวะแห่งศักยภาพนี้อาจถูกละทิ้ง หรือถูกมองข้าม หรือถูกเพิกเฉย ซึ่งกลุ่มจิตสัมผัสจะให้โอกาสการเรียนรู้ที่จะมีชีวิตอยู่อย่าง เต็มศักยภาพนั้น มากกว่าจะเป็นการส่งเสริมหาสิ่งทดแทนให้กับชีวิต (Mann, cited by Henderson 1974 : 208)

การเรียนรู้ในกลุ่มจิตสัมผัสเป็นโอกาสที่ให้คุณค่าได้สำรวจตนเอง ศึกษาตนเอง และยังเป็นวิถีทางที่ทำให้ค้นพบและสิ่ง เกิดได้ถึงความสัมพันธ์อย่างผิวเผินที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะค่อย ๆ เกิดความกล้าที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างเปิดเผย และตรงไปตรงมาในระดับความรู้สึกที่ลึก ๆ เพื่อการพัฒนาความสัมพันธ์ในการสื่อสารกับผู้อื่นให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดยิ่งขึ้น นอกจากนี้ กลุ่มจิตสัมผัสจะทำให้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้ในเรื่องความรู้สึกและอารมณ์ซึ่งมักถูกมองข้ามไปให้กลับมาเด่นชัดขึ้นอีกครั้ง กลุ่มที่ได้นี้จะมุ่งเน้นการพัฒนาความงอกงามทั้งภายในตัวบุคคลและระหว่างบุคคล วิธีการนี้จะทำให้บุคคลนั้นมีความละเอียดอ่อนในการรับรู้มากขึ้น ทั้งสามารถสังเกตและรู้จักความรู้สึกทั้งภายในตนเอง และพฤติกรรมเชิงความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างตนเองกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น (Henderson 1974 : 208)

กลุ่มจิตสัมผัสถูกพิจารณาว่าเป็น "ระบบของพลังงาน" (energy system) แห่งศักยภาพมนุษย์ โดยกระบวนการกลุ่มจะก่อให้เกิด "การถ่ายเท" เพื่อลดกระบวนการป้องกันตนเอง ลดความตึงเครียด และลดการต่อต้านหรือปฏิเสธ การที่มนุษย์มีความสัมพันธ์เชิงเข้าใจเกิดขึ้นจะทำให้พลังงานได้ปลดปล่อยออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งจะช่วยให้รับรู้ถึงความสามารถของตนเองที่มีอยู่มากกว่าที่คิดว่ามี (Henderson 1974 : 208)

ความสำคัญอีกประการหนึ่งของกลุ่มจิตสัมผัส คือการที่ถือว่ากลุ่มนี้เป็นเครื่องมือทางสังคมที่มีประสิทธิภาพ (Meador 1971 : 70 ; Rogers 1970 : 1; Rogers, in Evan,

eds. 1975 : 32) ในการที่จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ช่วยทำให้มนุษย์ได้ตระหนักถึงคุณค่าที่แท้จริงของตนเองอย่างชัดเจน แทนที่จะใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยวและแปลกแยก ช่วยแก้ไขปัญหาคือครอบครัวที่ยังผู้ที่อยู่กับความไม่จริง ความไม่เป็นตัวของตัวเอง และความรู้สึกเหินห่างจากผู้อื่น (Rogers 1970 : 162)

ผลของการวิจัยได้สนับสนุนให้เห็นว่ากระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์ ทำให้เกิดประสิทธิภาพของการเปลี่ยนแปลงในด้านสัมพันธภาพในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นไปในทางที่ดีขึ้น (Bebout, in Wexler and Rice, eds. 1974 : 369) และทำให้ความสามารถเชิงความสัมพันธ์ (interpersonal competence) ให้เพิ่มขึ้น (Argyris, cited by Diamond and Shapiro 1973 : 514)

การที่กลุ่มจิตสัมพันธ์สามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ในการอยู่ร่วมกัน และความผูกพันแก่กันนั้น นำให้เกิดความรู้สึกเป็นชุมชน ส่งเสริมการให้ความเคารพต่อผู้อื่น และให้ความร่วมมือต่อกัน (Rogers 1980 : 335) ซึ่งตรงต่อความต้องการของมนุษย์ ที่แสวงหาความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน อันเป็นความรู้สึกที่ประกอบด้วยความเข้าใจและการเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกัน ให้บรรลุได้ถึงความสมบูรณ์ของชีวิต (Rogers, in Wexler and Rice, eds. 1974 : 468)

กระบวนการของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของโรเจอร์ส จะทำให้มนุษย์ได้เข้าใกล้ชิด (get in touch) กับตนเองและผู้อื่นด้วยในระดับความรู้สึกที่แท้ ในฐานะของความเป็นมนุษย์และพัฒนาความเป็น "บุคคลที่มีชีวิตเต็ม" (fully functioning person) ให้เพิ่มขึ้นเมื่อเป็นได้ดังนี้ย่อมจะทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมจะเต็มไปด้วยความกลมกลืน ทั้งต่อมนุษย์ด้วยกันเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อช่วยลดภาวะที่สะท้อนให้เห็นอาการป่วยของสังคมปัจจุบันซึ่งมีแต่การพัฒนาแต่ทางด้านวัตถุเพียงอย่างเดียว แต่ไม่สามารถหาคำตอบในเรื่องสาระที่แท้ของชีวิตได้

ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยต้องการศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ ตามแนวคิดของโรเจอร์สว่ามีผลต่อคุณภาพความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมีความหวังว่าจะมีแนวทางในการเพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากขึ้น เพื่อเป็นประโยชน์ต่อมนุษย์และสังคมต่อไป

แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐาน

กลุ่มจิตสัมพันธ์

กลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นผลงานที่คาร์ล รอเจอร์ส พัฒนามาจากแนวคิดการรักษาแบบผู้มาปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (client-centered therapy) ของเขา เพื่อการบริการด้านจิตรักษาให้แก่บุคคลทั่วไปได้กว้างขวางมากขึ้น ซึ่งก็ประสบความสำเร็จและแพร่หลายอย่างมาก ในที่นี้จะขอลำเอ่ยถึงกลุ่มจิตสัมพันธ์ และแนวคิดพื้นฐานจากทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ใช้ในกลุ่ม โดยมีหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้คือ

ก. ลักษณะของกลุ่มจิตสัมพันธ์

1. นิยามของกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่ม
3. ขนาดของกลุ่ม
4. ระยะเวลา

ข. แนวทางของกลุ่มจิตสัมพันธ์

1. เป้าหมายและแนวคิดทฤษฎีของรอเจอร์ส
 - 1.1 พื้นฐานของทฤษฎี
 - 1.2 สาระของทฤษฎี
 - 1.2.1 แนวคิดพื้นฐาน
 - 1.2.2 ทฤษฎีบุคลิกภาพ
 - 1.3 ทฤษฎีแห่งความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ
 - 1.4 ลักษณะของบุคคลที่มีชีวิตเต็ม
2. บทบาทของผู้นำกลุ่ม
3. วิธีการดำเนินกลุ่ม
4. กระแสของกลุ่ม

ก. ลักษณะของกลุ่มจิตสัมพันธ์

1. นิยาม

กลุ่มจิตสัมพันธ์ (encounter group) หรือชื่อเดิมเรียกว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์พื้นฐาน (basic encounter group) ตามแนวคิดของรอเจอร์ส เป็นกลุ่มเชิงจิตวิทยาขนาดเล็กที่ประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 8-18 คน มาร่วมมีปฏิสัมพันธ์กันในระดับที่ใกล้ชิดและลึกซึ้งกว่าการปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวัน โดยกระบวนการการเรียนรู้ที่เป็นประสบการณ์ตรงแบบเข้มข้นมิติของปัจจุบัน ที่นี้และเดี๋ยวนี้ เพื่อเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง และเรียนรู้ความสัมพันธ์กับผู้อื่น ภายใต้อารมณ์ของความสัมพันธ์ที่ตีเชิงการรักษาหรือช่วยเหลือที่นักจิตวิทยาการปรึกษากลุ่มหรือผู้นำกลุ่มได้เอื้ออำนวยให้เกิดขึ้น เป็นความรู้สึกที่ปลอดภัยทางด้านจิตใจ เป็นบรรยากาศที่ปราศจากความรู้สึกถูกคุกคาม ปราศจากความหวาดกลัว และปราศจากการประเมินต่าง ๆ เป็นบรรยากาศของความสัมพันธ์อันอบอุ่นใจ ด้วยความรัก ความเข้าใจ การยอมรับ และความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งบรรยากาศดังกล่าวจะมีผลให้สมาชิกในแต่ละคนในกลุ่ม เกิดการเรียนรู้ และเปิดรับประสบการณ์ใหม่ ๆ ตามความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น ทั้งในด้านพฤติกรรม ด้านความคิด และโดยเฉพาะด้านความรู้สึก ในบรรยากาศดังกล่าวสมาชิกจะมีการลดการใช้กลไกการป้องกันตนเองให้น้อยลงจนเกิดความเข้าใจตนเองอย่างชัดเจนตามความเป็นจริง และทำให้เกิดความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ในแง่ของทัศนคติและพฤติกรรม ทั้งยังส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์ทางด้านจิตใจระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทั้งยังสามารถจะเชื่อมโยงความรู้สึกเหล่านั้น ต่อไปยังบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องในชีวิตของแต่ละคนได้มากขึ้น ซึ่งเป็นการพัฒนาการใช้ชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ ในภาวะที่รอเจอร์สเรียกว่า "ชีวิตที่ดี" (good life) หรือ "บุคคลที่มีชีวิตเต็ม" (fully functioning person) ซึ่งเป็นภาวะสูงสุดของคุณค่าในความเป็นมนุษย์ (Bebout, in Mullan and Rosenbaum, eds. 1978 : 308-309; Corey 1985 : 11; Rogers 1970 : 6-9)

2. สมาชิกกลุ่ม

กลุ่มจิตสัมพันธ์จะไม่มีกฎตายตัวในการเลือกสมาชิก (Meador and Wood, cited by Corey 1985 : 209 ; Rogers 1970 : 119) เพราะแนวคิดหลักของกลุ่มจะมุ่งไปที่ประโยชน์จากประสบการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่ม (Corey 1985 : 163) การเลือกสมาชิกจึงมักจะเป็นความสัมพันธ์ และ เป็นความตั้งใจของสมาชิกแต่ละคนที่จะเข้าร่วมกลุ่มในลักษณะ

ของ "การเลือกด้วยตนเอง" (self-selected) (Bozarth 1986 : 230 ; Corey 1986 : 163 ; Rogers 1970 : 152) โดยมีพื้นฐานอยู่ที่ความเชื่อที่ว่าบุคคลแต่ละคนจะรู้ว่าอะไรที่ดีที่สุดสำหรับตนเอง กลุ่มจิตสัมพันธ์จึง เป็นกลุ่มที่สมาชิกอาจจะมีความแตกต่างกันได้ในเรื่องของ อายุ เชื้อชาติ อาชีพ รวมทั้งฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม (Rogers 1977:153)

3. ขนาดของกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มจิตสัมพันธ์มักจะประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 8-18 คน (Rogers 1970 : 6) อย่างไรก็ตาม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างสมาชิก ซึ่ง Castore (cited by Yalom 1975 : 289) ได้ทำการวิจัยไว้ในกลุ่มผู้ป่วยที่รับการรักษาในโรงพยาบาล ว่าจำนวนสมาชิกที่เหมาะสมคือ 5-8 คน

4. ระยะเวลา

ระยะเวลาที่ใช้ในกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพจะอยู่ในช่วงเวลาที่ติดต่อกัน 20-40 ชั่วโมง โดยจะพบกันในช่วงสุดสัปดาห์หรือรายสัปดาห์ (Rogers 1970 : 120) ในกรณีที่พบกันเป็นรายสัปดาห์ควรมีเวลาเข้าร่วมกลุ่มในแต่ละช่วงไม่น้อยกว่า 1 1/2 ชั่วโมง เพราะช่วงเวลาดังกล่าวสามารถจะช่วยลดกลไกการป้องกันตนเองของสมาชิกแต่ละคนได้ (Yalom 1975 : 280)

การวิจัยของ Gibb (cited by Rogers 1970 : 120) ในการเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ในกลุ่ม พบว่า กลุ่มควรจะพบกันในที่ปราศจากการรบกวน และควรมีระยะเวลาที่ต่อเนื่องกันในช่วงสุดสัปดาห์หรือภายในอาทิตย์เดียวกัน จะให้ผลดีกว่าการพบกันอาทิตย์ละครั้ง นอกจากนี้ระยะเวลาการเข้าร่วมกลุ่มที่ยาวนาน จะเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ในกลุ่มให้มากขึ้นตามไปด้วย

การที่สมาชิกได้มาอยู่ร่วมกันในสถานที่เดียวกันที่คล้ายบ้าน (residential) จะเพิ่มผลในความมอกงามส่วนบุคคลและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มให้ใกล้ชิดกันมากยิ่งขึ้น ในการแลกเปลี่ยนเรื่องราวส่วนตัว และ เรื่องความกังวลใจการอยู่ร่วมกันเช่นนี้ ทำให้เกิดความรู้สึกแห่งความเป็นชุมชนแห่งหนึ่งด้วย (Corey 1985 : 263)

Mintz (cited by Giges and Rosenfeld, in Rosenbaum and Snadowsky, eds. 1976 : 99) เสนอว่าการพบกันในลักษณะของกลุ่มมาราธอน ซึ่งมีการใช้เวลาอย่างต่อเนืองกันตั้งแต่ 15-48 ชั่วโมง โดยมีการพักเฉพาะเวลารับประทานอาหารและเวลานอนเท่านั้น สามารถทำให้เกิดการผสมผสานของประสบการณ์ที่ได้รับทั้งด้านความคิดและอารมณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ในกรณีที่ต้องการทำให้เกิดประสบการณ์แบบเข้มข้นระยะเวลาสั้น ๆ ที่ต่อเนืองกัน

ข. แนวทางของกลุ่มจิตสัมพันธ์

ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้นแล้วว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์พัฒนามาจากแนวคิดของทฤษฎีผู้มาปรึกษา เป็นศูนย์กลาง เป็นการประยุกต์แนวการรักษาที่ใช้ในรายบุคคลมาเป็นการใช้ในกลุ่ม ดังนั้นแนวความคิดในทฤษฎีพื้นฐานจึงยังคง เป็นหลักการเดียวกันกับแนวคิดของรอเจอร์ส

1. เป้าหมายและแนวทางทฤษฎี

1.1 พื้นฐานของทฤษฎี

แนวความคิดทฤษฎีของรอเจอร์สจัดอยู่ในจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม (humanistic psychology) ที่เน้นให้เห็นความสำคัญของมนุษย์ โดยการให้ความสำคัญในปรากฏการณ์ของการมีชีวิต แนวคิดดังกล่าวนี้มีชื่อเรียกว่า ภาวนิยม หรือปรากฏการณ์นิยม (phenomenology) (Patterson 1986 : 265) แนวคิดนี้เน้นการศึกษาโลกภายในของบุคคล ในการรับรู้ความรู้สึก และแนวคิดส่วนตัวของบุคคลนั้น ตลอดจนความคิดเห็นของเขามที่มีต่อตนเองและโลก ในแง่ของภาวะที่บุคคลนั้นรู้ตัว (self consciousness) (Tageson 1982 : 31-32) รอเจอร์สจะกล่าวถึงสิ่งที่เรียกว่า กรอบการอ้างอิงภายใน (internal frame of reference) ซึ่งเป็นการรับรู้โลกตามประสบการณ์ที่บุคคลแต่ละคนได้ประสบ ซึ่งมีผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลนั้นกับสิ่งต่าง ๆ ในอดีต และเพื่อที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจะให้เกิดความเข้าใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้ รอเจอร์สมีความเห็นว่า นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมและรับรู้โลกส่วนตัวของผู้มาปรึกษาอย่างชัดเจน โดยอาศัยกระบวนการฟังอย่างลึกซึ้ง ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจร่วมรู้สึก (empathic understanding) อันเป็นที่มาของบรรยากาศที่ทำให้การยอมรับโดยไม่มี การตัดสินประเมินใด ๆ และเป็น การแสดงให้เห็นคุณค่าในบุคคลนั้น สิ่งนี้

จะสามารถทำให้ผู้มาปรึกษาเกิดความรู้สึกอิสระที่จะจัดสิ่งที่มีชีวิตวางต่อภาวะการเป็นมนุษย์ที่แท้ และเกิดความกล้าที่จะกำหนดตนเองด้วยตนเองได้ (self determination) (Tagesson 1982 : 32)

แนวคิดทฤษฎีของโรเจอร์สส่วนใหญ่ได้มาจากประสบการณ์การทำงานในคลินิก ในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาโดยตรง โดยไม่ได้อ้างอิงมาจากแนวความคิดหนึ่งแนวคิดใดโดยเฉพาะ นอกจากการค้นพบของเขา และผู้ที่ร่วมงานกับเขา (Fadiman and Frazer 1976 : 284) และรวมไปถึงแนวคิดที่สะสมจากประสบการณ์ในชีวิตส่วนตัวตั้งแต่วัยเด็กของเขาด้วย (Rogers 1961 : 4-5)

โรเจอร์สได้พิสูจน์ให้เห็นว่าแนวคิดของเขาแตกต่างจากแนวการรักษาแบบเดิม ที่นักจิตวิทยาการปรึกษามักจะทำหน้าที่เหมือนกับเป็น "ผู้รู้ดีที่สุด" โดยการใช้ความคิดเห็นส่วนตัวในการแนะนำ หรือการตีความ (Corey 1986 : 100 ; Rogers 1942 : 27 ; 1977 : 6) แต่โรเจอร์สกลับพบว่าประสิทธิภาพของการรักษาที่แท้จริงอยู่ที่ตัวผู้มาปรึกษาเอง และสัมพันธภาพที่มีคุณภาพของการรักษาที่จะช่วยเอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวเองนั้น (Rogers 1942 : 30)

โรเจอร์สจะเชื่อถือนมนุษย์ว่าสามารถจะแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง (Rogers 1942 : 28) แนวการรักษาของเขาจึงเน้นที่ตัวบุคคลมากกว่าเป็นเรื่องของปัญหา ฉะนั้นจุดมุ่งหมายของการรักษาจึงไม่ใช่การแก้ปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะอย่างเดียว แต่เป็นการช่วยให้บุคคลนั้นได้เจริญงอกงาม เพื่อที่บุคคลนั้นจะสามารถแก้ไขปัญหาคั้งที่กั้งที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และที่จะเกิดตามมาในอนาคต ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า หากบุคคลใดสามารถอย่างกลมกลืนในการจัดการกับปัญหาใดปัญหาหนึ่ง ได้อย่างอิสระและรับผิดชอบ ปราศจากความสับสนและมีวิธีการจัดระบบที่ดีแล้ว เมื่อนั้นคนนั้นก็จะสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นใหม่ ๆ ได้ด้วยวิถีทางเดียวกัน (Rogers 1942 : 28) ในความหมายนี้ นักจิตวิทยาการปรึกษาจึงมีบทบาทอย่างสำคัญยิ่งของการเป็นผู้เอื้อเพื่อให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ที่จะเผชิญกับปัญหาและช่วยให้เขาสามารถค้นหาแนวทางการแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยตนเอง โรเจอร์ส (1977 : 6) ซึ่งให้ความสำคัญของการรักษาอยู่ที่ตัวบุคคลอย่างมากนั้น ได้กล่าวว่า "การรักษาจะขึ้นอยู่กับอย่างมากกับแรงผลักดันที่จะนำไปสู่ความเจริญงอกงาม (growth) สุขภาพจิตที่ดี (health) และการปรับตัวที่ดี (adjustment) ซึ่งแฝงเร้นอยู่แล้วในบุคคลคนนั้น การรักษาจึงไม่ใช่เรื่องการกระทำบางสิ่งบางอย่างให้แก่เขา หรือชักชวนให้เขากระทำบางอย่าง

สำหรับตัวเขา แต่จะเป็นการให้อิสระแก่เขา เพื่อแสวงหาความจริงองงามและการพัฒนาตาม
 ธรรมชาติด้วยตัวของเขาเอง โดยเอื้อเพื่อให้เขาได้จัดสิ่งต่าง ๆ ที่คอยขัดขวางการพัฒนาของ
 เขาออกไป และทำให้บุคคลนั้นสามารถมุ่งไปข้างหน้าอย่างราบรื่นและ เต็มศักยภาพได้อีกครั้งหนึ่ง"

ความเชื่อพื้นฐานของคาร์ล รอกเจอร์สต่อมนุษย์ ที่เป็นพื้นฐานของกระบวนการปรึกษา
 เชิงจิตวิทยา พอจะสรุปประมวลได้ดังนี้ คือ (Rogers 1942 : 29-30)

1. ความเชื่ออย่างยั่งยืนแรงผลักดันภายในที่มุ่งไปสู่ความจริงองงาม มีสุขภาพ
 จิต และการปรับตัวที่ดีที่มีอยู่ในมนุษย์ การให้อิสระปราศจากการชักนำและกระแทกแทน แต่ค่อย ๆ
 ให้บุคคลได้มีโอกาสพัฒนาไปตามปกติของชีวิต เป็นการขจัดสิ่งที่กีดขวางออกไป เพื่อการมุ่งไป
 ข้างหน้าได้เองอีกครั้งหนึ่ง
2. เน้นองค์ประกอบของอารมณ์ (emotional element) โดยเน้นความรู้สึกต่อ
 สถานการณ์นั้น ๆ มากกว่าเหตุผลต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยมากแล้วผู้ที่ปรับตัวไม่ได้นั้นไม่ใช่เกิดมาจาก
 การขาดความรู้ แต่เพราะความรู้นั้นไม่สามารถนำมาใช้อย่างมีประสิทธิภาพ สาเหตุเนื่องจาก
 ความรู้สึกไม่พึงพอใจมักจะมาปิดกั้นความรู้ไว้ เช่นการที่เด็กกลัวขโมยของ เขาก็รู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี
 พ่อแม่ที่ขี้ใจ ชอบตำหนิและไม่ยอมรับ ก็รู้ดีอยู่ว่าการกระทำดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
 นักเรียนที่ขาดเรียนก็มักจะ เตรียมเหตุผลไว้แก้ตัวอย่างระมัดระวัง นักเรียนที่ได้คะแนนไม่ดีทั้งที่มี
 ความสามารถทางด้านสติปัญญา เนื่องมาจากอารมณ์ที่ไม่เป็นสุขบางประการ ฉะนั้นการช่วยจัด
 การกับอารมณ์และความรู้สึกซึ่งซ่อนเร้นอยู่ใต้พฤติกรรมเหล่านั้น จึงมีประโยชน์กว่าการค้นหาเหตุผล
 และวิธีการดังกล่าวจะมีประสิทธิภาพของการเป็นความรู้และความเข้าใจตนเองในระยะยาวแก่
 บุคคลนั้นด้วย
3. เน้นที่สถานการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นมากกว่าประวัติในอดีตของบุคคล เพราะ
 อารมณ์ที่เข้มของแต่ละบุคคลจะปรากฏออกมาในวิธีการปรับตัวของบุคคลในแต่ละขณะ หรือแม้แต่ใน
 ช่วงมองของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา การไม่ค้นหาเรื่องส่วนตัวในอดีต จะช่วยซึ่งการพัฒนาดตนเอง
 ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและ เร็วยิ่งขึ้น
4. สัมพันธภาพของการรักษาเป็นการเรียนรู้ไปสู่ประสบการณ์ของความงอกงาม
 (growth experience) ความสัมพันธ์ลักษณะนี้เป็นความงอกงามโดยตัวของมันเอง ซึ่งแต่ละ
 บุคคลจะได้เรียนรู้ในการเข้าใจตนเอง และเรียนรู้ในการที่จะเลือกสิ่งที่สำคัญต่อตนเองได้อย่าง
 อิสระ รวมทั้งในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีวุฒิภาวะ ซึ่งทั้งหมดนี้ไม่ใช่เกิดจาก

การเตรียมจิตใจล่วงหน้า หรือคาดการณ์ล่วงหน้า หรือตัดสินใจล่วงหน้า แต่เป็นความเติบโตและ
งอกงามในกระแสของความสัมพันธ์ ซึ่งการรักษา

1.2 สารของทฤษฎี

การเปลี่ยนแปลง เคลื่อนไหวของบุคลิกภาพและพฤติกรรมตามแนวคิดของ
โรเจอร์ส ได้แสดงไว้ในแนวคิดพื้นฐาน (proposition) ไว้ดังนี้คือ (Rogers 1961 :
483-524)

1.2.1 แนวคิดพื้นฐาน

(1) มนุษย์ทุกคนมีชีวิตอยู่ในโลกของประสบการณ์ส่วนตัวที่มี
การเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยมีตัวเขาเอง เป็นศูนย์กลางของประสบการณ์นั้น

การมีโลกส่วนตัวของมนุษย์นั้นเป็นสนามแห่งปรากฏการณ์
(phenomenal field) หรือสนามของประสบการณ์ (experiential field) ซึ่งหมายความ
รวมถึงประสบการณ์ทั้งหมดที่อินทรีย์ (organism) รับรู้ทั้งรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว และการรับรู้
อย่างรู้ตัวนั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่งของประสบการณ์ และอาจจะ เป็นเพียงส่วนน้อยเท่านั้น ประสบ
การณ์ส่วนใหญ่ที่เกิดจากการรับรู้อย่างไม่รู้ตัว ซึ่งสามารถนำมาสู่การรู้ตัวได้ ถ้าส่วนนั้นจะสัมพันธ์
ต่อความต้องการที่พึงพอใจ มนุษย์จะรู้จักโลกแห่งประสบการณ์ทั้งหมดของตน และ ไม่มีผู้ใดจะ
รู้จักได้ดีเท่ากับตัวเขาเอง

(2) อินทรีย์จะตอบสนองต่อประสบการณ์ตามการรับรู้ และ
ประสบการณ์นั้นจะ เป็นความจริงสำหรับเขา

การรับรู้ตามความจริงนั้นจะมีทั้งที่ได้ทดสอบและยัง ไม่ได้
ทดสอบเมื่อการรับรู้เปลี่ยนแปลง การตอบสนองต่อประสบการณ์นั้นก็จะ เปลี่ยนแปลงตามไปด้วย
สิ่งที่รับรู้จึง เป็นความจริงตามเหตุการณ์นั้น ๆ สำหรับเขา

(3) อินทรีย์จะมีการตอบสนองอย่าง เป็นระบบหนึ่ง เดียวใน
สนามแห่งปรากฏการณ์ของตนเอง

การทำงานของอินทรีย์จะทำหน้าที่ เป็นระบบหนึ่ง เดียว
จึงมีการตอบสนองที่แสดงให้เห็นถึงความสอดคล้อง และมีจุดหมาย

(4) อินทรีย์มีแนวโน้มและแรงผลักดันพื้นฐานไปสู่ความแท้
แห่งตนสู่การดำรงรักษา และการส่งเสริมอินทรีย์ในประสบการณ์นั้น

แนวโน้มนี้เป็นการพัฒนาตนเองไปสู่ความเจริญงอกงาม
มุ่งไปข้างหน้าจนถึงภาวะที่แท้ของตนเอง ในการเป็นอิสระ หรือมีความรับผิดชอบตนเองมากขึ้น

(5) พฤติกรรมของมนุษย์โดยพื้นฐานแล้วมีจุดมุ่งหมายที่เป็น
ความพยายามของอินทรีย์ที่จะตอบสนองความต้องการของอินทรีย์ ตามการรับรู้สิ่งที่รับรู้ใน
ประสบการณ์ของอินทรีย์

ความต้องการของอินทรีย์จะมีความสัมพันธ์ เกี่ยวข้องกัน
มาจากแนวโน้มอย่างเดียวกันคือในการดำรงรักษา และการส่งเสริมอินทรีย์ พฤติกรรมจึง เป็น
การตอบสนองตามการรับรู้ที่ตนเองประสบ ซึ่งถือว่าเป็นความจริงสำหรับเขา และมักจะเป็น
การเพิ่มความตึงเครียด (tension) เพื่อสนองตอบความต้องการนั้น

(6) อารมณ์จะเกิดขึ้นร่วมกับพฤติกรรม และโดยทั่วไปแล้ว
อารมณ์จะเป็นการผลักดันให้บรรลุจุดหมายในพฤติกรรม อารมณ์แต่ละอย่างที่เกิดขึ้นนั้นจะ เกี่ยวข้อง
กับพฤติกรรมที่แสดงออก ฉะนั้นความเข้มของอารมณ์จะสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่รับรู้ว่ามีผลสำคัญ
ต่อการดำรงรักษาและการส่งเสริมอินทรีย์หรือไม่

(7) การทำความเข้าใจในพฤติกรรมอย่างดีที่สุด คือ การ
เข้าใจในกรอบการอ้างอิงภายในบุคคลนั้น ซึ่งเป็นการทำความเข้าใจในโลกร่วมตัวของเขา
หรือประสบการณ์ทั้งหมดของเขา ที่สามารถนำไปสู่การรู้ตัวของบุคคลนั้น ถ้าประสบการณ์ทั้งหมด
ถูกนำมาสู่การรู้ตัวมากเท่าใด บุคคลนั้นย่อมแสดงสนามปรากฏการณ์ทั้งหมดของตนเองออกมา
มากเท่านั้น กลไกการป้องกันตัวที่ลดน้อยลง จะทำให้มีการสื่อสารการรับรู้ที่แท้จริงเพิ่มขึ้นด้วย

(8) ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่มนุษย์รับรู้ จะกลายมาเป็น
"ตน" ขณะที่ทารกค่อย ๆ พัฒนาไปนั้น ส่วนหนึ่งของโลกร่วมตัวจะกลายมาเป็นส่วนของโครงสร้าง
ของตนหรือ "ตน" ซึ่งจะไม่เหมือนกับโครงสร้างของอินทรีย์ โครงสร้างของตน คือ การรับรู้
ตนเองในภาวะที่รู้ตัว ประกอบไปด้วย การรับรู้ของเกี่ยวกับตนเอง เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่าง
ตนเองและผู้อื่น และเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเขา รวมทั้งค่านิยมที่ผูกพันกับการรับรู้

(9) โครงสร้างของตน เป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ของ
อินทรีย์กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากผลของการประเมินจากผู้อื่น จึงทำให้เกิด
โครงสร้างของตนที่เป็นระบบ และยืดหยุ่นได้ ซึ่งประกอบไปด้วยแนวคิดซึ่งเกิดจากการรับรู้ใน
สายสัมพันธ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ "ตนเอง" จนเป็นระบบซึ่งจะรวมเอาคุณค่าที่มากับแนวคิด
เหล่านั้นไว้ด้วย

(10) คุณค่าที่แท้แก่ประสบการณ์นั้น บางอย่างก็เป็นคุณค่าที่
เป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างของตน บางอย่างจะเป็นคุณค่าที่รับรู้มาจากอินทรีย์โดยตรง และใน
บางอย่างจะรับรู้มาจากผู้อื่นก่อนอย่างไม่รู้ตัวจนดูเหมือนว่าเป็นประสบการณ์ตรงของตนเอง

(11) ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของแต่ละคน จะมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งดังนี้ คือ (1) สร้างเป็นสัญลักษณ์ผ่านกระบวนการ รับรู้ และจัดรวมเข้ามาเป็นความสัมพันธ์กับ "ตน" หรือ (2) เพิกเฉยเพราะว่าไม่มีการรับรู้ถึงความสัมพันธ์กับ "ตน" หรือ (3) ปฏิเสธการให้สัญลักษณ์ หรือมีการให้สัญลักษณ์อย่างบิดเบือน เพราะประสบการณ์นั้นขัดกับโครงสร้างของ "ตน"

(12) พฤติกรรมส่วนใหญ่ว่าที่แสดงออกจะ เกิดมาจากการรับรู้ของอินทรีย์ ในลักษณะที่ตรงหรือสอดคล้องกับโครงสร้างของตน

(13) ในบางครั้งพฤติกรรมอาจเกิดมาจากประสบการณ์และความต้องการของอินทรีย์ที่ยัง ไม่ได้ให้สัญลักษณ์ หรือรับรู้อย่างรู้ตัว พฤติกรรมนั้น ๆ อาจจะไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของตน ในกรณีนี้บุคคลอาจจะไม่รับรู้ว่าเป็นพฤติกรรมของตน พฤติกรรมใดก็ตามที่ไม่ได้อยู่ในความควบคุมของบุคคล เขาก็จะไม่คิดว่าเขาเป็น "เจ้าของ" พฤติกรรมนั้น

(14) การปรับตัวไม่ได้หรือได้แต่ไม่ดีนั้น เกิดขึ้นเมื่ออินทรีย์ปฏิเสธการรับรู้ในประสบการณ์ที่สำคัญตามความรู้สึกและการรับรู้จากภายใน ซึ่งมีผลให้ประสบการณ์ไม่ได้รับการให้สัญลักษณ์ และจัดเข้าสู่ระบบรวมของโครงสร้างของตน เมื่อเหตุการณ์เช่นนี้เกิดขึ้นจะนำไปสู่ความตึงเครียดทางด้านจิตใจ

(15) การปรับตัวที่ดีจะ เกิดขึ้นเมื่อการรับรู้ในตนเองมีลักษณะที่ว่า ประสบการณ์ทั้งหมดของอินทรีย์จากระบบของความรู้สึกและรู้สึกได้จากภายในอินทรีย์เปลี่ยนแปลง เป็นสัญลักษณ์ที่สอดคล้องกับโครงความคิดใน "ตน" ของตนเอง

(16) ประสบการณ์ใดที่ไม่ตรงกับอินทรีย์หรือโครงสร้างของตน อาจจะมีการรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี และ การรับรู้เช่นนี้ถ้ามีมากเท่าใด จะยิ่งทำให้โครงสร้างของ "ตน" จัดระบบอย่างเข้มงวดตายตัว เปลี่ยนแปลงได้ยาก ทั้งนี้เพื่อการรักษาโครงสร้างของ "ตน" ไว้

(17) ภายใต้อาการที่ปราศจากการคุกคามต่อโครงสร้างของตน ประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของตนจะ เข้ามาสู่การรับรู้ และตรวจสอบ และ โครงสร้างของ "ตน" จะถูกนำมาพิจารณาใหม่อีกครั้ง เพื่อที่จะยอมรับและรวมประสบการณ์นั้นไว้ด้วย

(18) เมื่อบุคคลรับรู้และยอมรับประสบการณ์ตามระบบของความรู้สึกและการรับรู้ภายในอินทรีย์ได้แล้ว รวมทั้งสามารถจัดระบบของมโนให้สอดคล้องกลมกลืนเป็นหนึ่งเดียวกัน เขาจึงจะมีความเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น และยอมรับผู้อื่นว่าเป็นผู้ที่แตกต่างจากเขาได้

เมื่อบุคคลสามารถพัฒนาความนึกคิดเกี่ยวกับ "คน" ที่มีความสอดคล้องเป็นหน่วยเดียวกัน ผลที่ตามมาก็คือ เขาจะสามารถพัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่ชัดเจนด้วย

(19) เมื่อบุคคลมีการรับรู้และยอมรับประสบการณ์ของ อินทรีย์เข้ามาในโครงสร้างของตนเองมากขึ้น เขาก็จะพบว่ามีการเปลี่ยนแปลงการให้คุณค่า ของอินทรีย์ในปัจจุบันที่มักจะมีพื้นฐานมาจากการรับมาจากผู้อื่นอย่างบิดเบือนนั้น มาเป็นกระบวนการให้คุณค่าของอินทรีย์

แนวคิดทั้ง 19 ข้อนี้ เป็นพื้นฐานของแนวคิดทั้งหมดของรอเจอร์สที่จะนำไปสู่ความ เข้าใจในเรื่อง (1) ลักษณะของกระบวนการรับรู้ของมนุษย์ในวัยเด็กตอนต้น (2) การพัฒนา ของตัวตน (self) (3) ความต้องการมีทัศนะทางบวกต่อตนเอง (4) การพัฒนาการยอมรับ ต่อตนเอง (5) การพัฒนาเงื่อนไขของการให้คุณค่า (6) การพัฒนาความไม่สอดคล้องระหว่าง ตัวตนและประสบการณ์ (7) การพัฒนาความขัดแย้งกันของพฤติกรรม (8) ภาวะที่ถูกคุกคาม และกลไกการป้องกันตนเอง (9) กระบวนการที่ล้มเหลวและไม่สามารถจัดระบบในชีวิต และ (10) กระบวนการที่นำมาซึ่งการผสมผสานโครงสร้างของตนเพื่อการพัฒนาชีวิตให้เจริญเติบโต และงอกงามอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งแนวคิด 19 ข้อนี้ จะถูกนำไปอธิบายเพิ่มเติมในทฤษฎีบุคลิกภาพ

1.1.2. ทฤษฎีบุคลิกภาพ

ทฤษฎีบุคลิกภาพเป็นการนำเอาแนวคิดพื้นฐานทั้งหมดมาอธิบาย เพื่อให้เห็นโครงสร้างที่ชัดเจนของพัฒนาการของบุคลิกภาพและพฤติกรรม ซึ่งเป็นการพัฒนา ความงอกงามของเนื้อชีวิต รอเจอร์สมีความเห็นว่า "โดยแท้จริงแล้วสิ่งที่ทำให้มนุษย์มีความ แตกต่างกันมาจากสิ่งเดียวเท่านั้น คือความคิดที่มาจากจิตวิญญาณของแต่ละคน ซึ่งมีเขาเพียง คนเดียวเท่านั้นที่จะเข้าใจได้ดีที่สุด และไม่มีใครจะเข้าใจได้ชัดเจนเท่า (Rogers 1977 : 127) ฉะนั้นการจะเข้าใจจิตใจของมนุษย์จึงต้องอาศัยความเข้าใจในโครงสร้างการพัฒนาของ บุคลิกภาพก่อน เพื่อเป็นการช่วยให้มนุษย์ได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพของเขา และเป็น พื้นฐานในการอธิบายการนำทฤษฎีไปใช้งานด้านต่าง ๆ ของรอเจอร์ส เช่น จิตรักษา กลุ่ม จิตสัมพันธ์ การศึกษา ฯลฯ สาระสำคัญของทฤษฎีบุคลิกภาพมีดังนี้ คือ

(1) แนวโน้มในการพัฒนาอินทรีย์ให้สมบูรณ์

โดยพื้นฐานตามธรรมชาติมนุษย์จะมีแนวโน้มในการพัฒนาอินทรีย์ให้สมบูรณ์ (actualizing tendency) เพื่อความสามารถในการดำรงและส่งเสริมอินทรีย์ โดยผ่านกระบวนการให้คุณค่าของอินทรีย์ (organismic valuing process) ตั้งแต่แรกเกิด อันเป็นการตอบสนองของอินทรีย์ในประสบการณ์จริง ภายใต้อิทธิพลของประสบการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดที่สุด คือ การหัดเดินของเด็ก ถึงแม้ว่าจะต้องหกล้มก็ครั้งก็ตาม แต่ก็จะไม่ค่อย ๑ เดินได้ทีละน้อยเป็นลำดับ และในการที่บรรลุจุดหมายของแนวโน้มนี้ จึงหลีกเลี่ยงไม่ได้เลยที่จะต้องมีการต่อสู้และความเจ็บปวดร่วมด้วย ฉะนั้นลักษณะของแนวโน้มนี้จึงเป็นกระบวนการทั้งหมดของระบบร่างกายที่เป็นด้านชีวภาพที่มีทิศทางที่จะดำรง และส่งเสริมอินทรีย์ และเป็นการเพิ่มความตึงเครียด ในการเป็นแรงผลักดันของชีวิตมนุษย์ที่จะ เคลื่อนที่ไปข้างหน้า

(2) โครงสร้างของตน

โครงสร้างของตนเป็นการรับรู้ตนเองในภาวะที่รู้ตัว เกิดมาจากส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่มีการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างตนเอง และผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเขา ผลของปฏิสัมพันธ์เหล่านี้ ทำให้โครงสร้างของ "ตน" ค่อย ๆ เกิดขึ้น

สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของเรื่องนี้ คือ ความต้องการเป็นที่ยอมรับจากผู้อื่น (need for positive regard) ซึ่งมนุษย์มักจะให้ความสำคัญ และสนองตอบมากกว่าระบบการให้คุณค่าภายในอินทรีย์เอง เพราะความต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับ (positive self regard) จึงพยายามเป็นที่ยอมรับจากผู้อื่นในกรอบของเงื่อนไขของการให้คุณค่า (condition of worth) ซึ่งได้รับมาตั้งแต่เด็กทารกจากบุคคลที่มีความสำคัญ และเกี่ยวข้องในชีวิตของเขาการรับรู้ประสบการณ์บางอย่างจึงมีการเลือกเพื่อให้ตรงกับความต้องการ เป็นที่ยอมรับของตนเองและผู้อื่น ซึ่งมีผลให้เกิดโดยการบิดเบือนประสบการณ์จริงที่เกิดขึ้นในการรับรู้ นั้น ๆ

โครงสร้างของตนนั้นเป็นภาพรวมของความคิด ความเชื่อ และประสบการณ์ ซึ่งปรากฏ
อยู่ในการรับรู้เฉพาะตน ที่อาจจะอยู่ในรูปที่ชัดเจน หรือไม่ชัดเจนทั้งในภาพของตนและสายสัมพันธ์
กับสิ่งแวดล้อม และโครงสร้างของ "ตน" นั้นประกอบไปด้วยการให้คุณค่าทางบวกและคุณค่าทางลบ
ในความสัมพันธ์ต่อสิ่งที่เขาได้ประสบในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต (Rogers 1951 : 501)

โครงสร้างของตนที่เกิดจากการรับรู้ของระบบการให้คุณค่าภายในอินทรีย์ จะเป็น
โครงสร้างที่ยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงที่จะนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างสมบูรณ์ ตรงกันข้ามกับ
โครงสร้างของตน ที่เกิดจากการเลือกการรับรู้ เพื่อตอบสนองความต้องการเป็นที่ยอมรับของ
ตนเองและผู้อื่นตามเงื่อนไขของการให้คุณค่า จะเป็นโครงสร้างของคงที่และตายตัว และมีผล
ต่อสุขภาพจิตที่ไม่ดีตามมา

(3) ภาวะความไม่สอดคล้อง

ความไม่สอดคล้องกัน (incongruence) คือภาวะ
ของความไม่กลมกลืนหรือความแตกแยก เกิดมาจากความนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง (self
concept) ไม่ตรงกับประสบการณ์ที่อินทรีย์รับรู้จริง (experience) ซึ่งจะนำไปสู่ความไม่สอด
คล้องหรือความขัดแย้งในพฤติกรรมของบุคคลนั้น

ความต้องการเป็นที่ยอมรับของตนเองจะนำไปสู่การเลือก รับรู้ประสบการณ์ให้
ตรงกับเงื่อนไขการให้คุณค่า ดังนั้นประสบการณ์ใดที่ตรงกับเงื่อนไขของการให้คุณค่าจะถูกรับรู้
และให้สัญลักษณ์อย่างตรงในการตระหนักรู้ของตนเอง (awareness) แต่ประสบการณ์ที่ไม่
ตรงกับเงื่อนไขของการให้คุณค่าจะถูกเลือกรับรู้หรือบิดเบือน หรือไม่รับรู้ตามนั้น ดังนั้นประสบ
การณ์ของตน (self experience) ที่เป็นตัวทำให้เกิดความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองหรือ
โครงสร้างของตน จึงไม่ได้รับการจัดให้เข้ากับโครงสร้างของตนอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง
เมื่อเป็นดังนี้ความนึกคิดเกี่ยวกับตนของบุคคลนั้นจึงไม่สอดคล้องกับประสบการณ์ของอินทรีย์ หากให้
บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมที่ไม่ได้สอดคล้องกับความต้องการของอินทรีย์

แต่แนวโน้มพื้นฐานของอินทรีย์นั้นจะ เป็นไปเพื่อพัฒนาอินทรีย์อย่างสมบูรณ์ ซึ่งหมายความว่า
จะต้องมีความสอดคล้องกันของโครงสร้างของตนและประสบการณ์ของอินทรีย์ จึงจะทาให้เกิด
ความสอดคล้องในพฤติกรรมตามไปด้วย การเกิดความไม่สอดคล้องกันจะยิ่งเพิ่มความขัดแย้งใน

ตนเอง เกิดเป็นความแบ่งแยกกันตนเอง คือ พฤติกรรมส่วนหนึ่งจะเป็นไปเพื่อสนองแนวโน้มพื้นฐานที่จะพัฒนาอินทรีย์อย่างสมบูรณ์ แต่พฤติกรรมอีกส่วนหนึ่งจะสนองตอบแนวโน้มที่จะพัฒนาความนึกคิดเกี่ยวกับ "คน" ซึ่งได้รับการปิดกั้นหรือจัดกรอบจากเงื่อนไขของการให้คุณค่าจากผู้ที่มิมีอิทธิพลต่อเขา เช่น บิดา มารดา พี่น้อง ฯลฯ และจากการประเมินทางสังคม อันเป็นสนามของการรับรู้ส่วนใหญ่ว่า จะทำให้เกิดการรับรู้อย่างบิดเบือน และการปฏิเสธการรับรู้อย่างรู้ตัว

ดังนั้นประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของคนที่ถูกตัดสินอย่างไม่รู้ตัว (subceived) ว่าเป็นคุณความดี และถ้าประสบการณ์นี้ถูกนำมาสู่การรับรู้อย่างตัวจะเกิดความขัดแย้งกับโครงสร้างของคน และจะทำให้เกิดความรู้สึกไม่ยอมรับตนเอง และรู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า ทำให้เกิดความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งมีกลไกการป้องกันตนจะมากบดบังความรู้สึกนี้ โดยการปฏิเสธการรับรู้ประสบการณ์ หรือรับรู้โดยบิดเบือนประสบการณ์ให้มาตรงกับเงื่อนไขของการให้คุณค่า ทำให้ไม่เกิดการขัดแย้งในโครงสร้างของคน ผลของการใช้กลไกการป้องกันตนเองนี้ จะนำมาสู่การรับรู้ที่ตายตัว (rigid) และมีความไม่ถูกต้องกับความเป็นจริง

ถ้าความไม่สอดคล้องมีความรุนแรงมากจนยากที่จะปฏิเสธหรือบิดเบือนได้แล้ว กลไกการป้องกันตนเองจะใช้ไม่ได้ผล ภาวะนี้จะทำให้เกิดการรับรู้ประสบการณ์ด้วยความตระหนักรู้ และตรงกับความเป็นจริง ผลที่ตามมาก็คือว่า ความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นในระดับความรุนแรงจะมากหรือน้อยแล้วแต่การคุกคามต่อโครงสร้างของ "คน" ของบุคคลนั้น ภาวะของความไม่สอดคล้องนี้บางครั้งอาจทำให้อินทรีย์แสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับประสบการณ์ที่ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงนั้นได้ แต่ในบางครั้งก็อาจทำให้เกิดการบิดเบือนเข้ากับโครงสร้างของ "คน" อย่างไม่รู้ตัวตามบุคคลมักจะ ไม่ยอมรับว่าประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับโครงสร้างของ "คน" อย่างบิดเบือนแล้วนั้นเป็นของตนเอง โดยมักจะพูดว่า "ฉันไม่รู้ตัวว่าทำอะไรลงไป" หรือ "ตอนนั้นกำลังเสียใจ ไม่เป็นตัวเองตัวเองเลย" เป็นต้น การแสดงออกเช่นนี้จะทำให้เกิดความสับสนทางอารมณ์มากยิ่งขึ้น

(4) ภาวะความสอดคล้อง

เพื่อที่จะทำให้เกิดความสอดคล้อง (congruence) ระหว่างโครงสร้างของคนและประสบการณ์การรับรู้ตามความเป็นจริงให้มากขึ้นนั้น จะต้องทำให้มีการลดการใช้กลไกการป้องกันตนเองจะต้องลดลง และการรับรู้ไม่อยู่ในความรู้สึกว่าถูกคุกคาม ซึ่งกระทำได้ด้วย

การลดเงื่อนไขของการให้คุณค่า และ เพิ่มการยอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข หรืออีกนัยหนึ่ง คือการได้รับการยอมรับ อย่างไม่มีเงื่อนไขจากบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อเขา ทำให้เกิดเป็น ความเข้าใจอย่างร่วมรู้สึกต่อกัน ด้วยวิธีการนี้เท่านั้นที่จะทำให้เกิดความสอดคล้องในตนเอง มากขึ้น ปรับตัวได้ดีขึ้น กระบวนการให้คุณค่าของอินทรีย์จะทำหน้าที่พื้นฐานในการควบคุมพฤติกรรมเพิ่มขึ้น ทำให้สามารถพัฒนาไปสู่ความสมบูรณ์ของอินทรีย์อีกครั้งหนึ่ง และแนวคิดเช่นนี้เอง ที่เป็นพื้นฐานของจิตวิทยาในแนวทางของรอเจอร์ส

1.3 ทฤษฎีแห่งความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นส่วนสำคัญของจิต รักษาแบบผู้มาปรึกษาเป็น ศูนย์กลาง รอเจอร์สได้ให้ความสำคัญต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่าสามารถทำให้เกิดการพัฒนาไปสู่ความงอกงามได้ (Rogers 1961 : 40 ; 1967 : 89) รอเจอร์ส มีความเห็นว่า (Rogers 1961 : 33) "ถ้าสามารถจะจัดให้มีรูปแบบของความสัมพันธ์ที่ดีแล้ว อีกฝ่ายหนึ่ง จะค้นพบความสามารถภายในตัวเขาที่จะทำให้เกิดความสัมพันธ์นั้นนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและ งอกงาม ซึ่งจะเป็นการพัฒนาของตนเอง" รอเจอร์สตั้งข้อสังเกตไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ ไปในทางบวกนั้น จะไม่เกิดขึ้นได้เลยถ้าปราศจากความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน (Rogers 1967, cited by Corey 1986 : 106) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจึงเป็นความร่วมมือ และร่วมใจกันของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป ในการที่จะช่วยเหลือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง หรือทั้งสอง ฝ่าย ให้สามารถตระหนักถึงคุณค่าของตนเองและมีการแสดงออกที่เหมาะสม ตลอดจนสามารถใช้แหล่งประโยชน์ภายในตนเองที่แฝงเร้นอยู่ได้มากขึ้น (Rogers 1961 : 39-40) ฉะนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจึง เป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการพัฒนา Patterson (1986 : 387-389) ได้รายงานรูปแบบที่อธิบายถึงทฤษฎีของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของรอเจอร์ส ดังนี้รายละเอียดต่อไปนี้

1.3.1 สภาพความสัมพันธ์ที่ไม่สร้างสรรค์หรือทำลาย

"ข. มีความปรารถนาที่จะสัมพันธ์และสนทนากับ ก. ก.ก็ปรารถนา (อย่างน้อย ที่สุดในปริมาณที่น้อยที่สุด) ที่จะมีส่วนร่วมสัมพันธ์ภาพและสื่อสารกับ ข. ด้วย ก.มีความไม่สอดคล้อง กลมกลืนในตัวแปร 3 ประการ ดังต่อไปนี้คือ (1) การรับรู้เนื้อหาและสาระในการสื่อสารของ ข. (2) การสร้างสัญลักษณ์ของสิ่งที่รับรู้ขึ้นโดยผ่านกระบวนการรับรู้ของเขา ซึ่งสัมพันธ์กับ

กรอบแห่งอัตมโนทัศน์ของตน และ (3) การแสดงออกในระดับที่รู้สึกนึกทานเรื่องที่เขารู้ (ทั้งถ้อยคำและท่าทาง)"

1.3.2 กระบวนการความสัมพันธ์ที่หลาย

ภายใต้เงื่อนไขตามที่กล่าวไปแล้วนั้น กระบวนการที่เกิดขึ้นตามมาจะดำเนินไปดังนี้คือ

" การสื่อสารสัมพันธ์ระหว่าง ก. และ ข. จะเป็นไปในลักษณะขัดแย้งไม่ลงรอยหรือคลุมเคลือ ซึ่งการสื่อสารสัมพันธ์นี้จะประกอบด้วยการแสดงออกของ ก. ซึ่งตรงกับสิ่งที่ ก. สามารถรับรู้ได้ตรงกับสิ่งที่ ข. สื่อ และการแสดงออกของ ก. ซึ่งตรงกับสิ่งที่ ก. รับรู้ แต่การสร้างสัญลักษณ์ให้แก่สิ่งที่รับมานั้นจะไม่ชัดเจน ข. รับรู้ถึงความขัดแย้งไม่ลงรอยและคลุมเคลือนี้ เขาก็จะรับรู้เฉพาะสิ่งที่ ก. รู้ตัวว่าได้แสดงออก ดังนั้นการรับรู้ที่มีต่อการสื่อสารของ ก. ก็จะไม่สอดคล้องกับสิ่งที่ตนได้สื่อออกไป... การสนองตอบของ ข. ก็จะมีลักษณะขัดแย้งและ/หรือคลุมเคลือ... แต่โดยเหตุที่ ก. รู้สึกไม่มั่นคง เขาจึงรับรู้ว่าการสื่อสารของ ข. นั้นมีลักษณะคลุมคาม"

เมื่อเขามีแนวโน้มเพียงที่จะรับรู้การสนองตอบของ ข. อย่างบิดเบือนไป เพื่อให้ลงรอยกับโครงสร้างความคิดของตน (self-structure) เขาจึงรับรู้กรอบการอ้างอิงภายในของ ข. (internal frame of reference) อย่างไม่ชัดเจนหรือไม่ถูกต้อง และจึงไม่เกิดความเข้าใจร่วมรู้สึก ผลที่ตามมาก็คือ เขาไม่สามารถที่จะรับ ข. โดยไม่มีเงื่อนไข (unconditional positive regard) ดังนั้นอย่างมากที่สุดที่ ข. จะรับรู้จาก ก. ก็คือความรู้สึกที่ได้รับการยอมรับบางส่วนแต่ปราศจากความเข้าใจร่วมรู้สึก ดังนั้นเขาจึงรู้สึกอิสระน้อยลงที่จะแสดงความรู้สึกและขยายขอบเขตทัศนะของตนในการแสดงความไม่ลงรอยกันของ "ความคิดของตน" กับ "สิ่งที่เขาประสบ" ตลอดจนสนใจน้อยลงที่จะจัดโครงสร้างอัตมโนทัศน์ของเขาเสียใหม่ ในทางตรงกัน ก. ก็มีการแสดงออกถึงความเข้าใจร่วมน้อยลง และจะมีการเพิ่มการปกป้องตนเองมากขึ้น "สิ่งที่ ก. รับรู้มาทั้งหมด ซึ่งระบบสร้างสัญลักษณ์ไม่ชัดเจนตรงไปตรงมาในสิ่งที่รับรู้ เพราะการรับรู้ที่บิดเบือนไปนั้น จะปรากฏให้ ข. ได้รับรู้" และ ข. ก็จะมีรู้สึกถูกคุกคามและเกิดพฤติกรรมปกป้องตนเองเช่นกัน

1.3.3 ผลของความสัมพันธ์ที่ไม่สร้างสรรค์

กระแสนของการทำลายทำให้เกิดการปกป้องตนเองเพิ่มมากขึ้นในส่วนของ ทั้ง ก. และ ข. การสื่อสารสัมพันธ์ของทั้งสองฝ่ายจะมีลักษณะตึงและผิวเผินมากขึ้น การรับรู้ในตนเอง และผู้อื่นจะเป็นไปในลักษณะปิดกั้นตายตัวมากขึ้น ดังนั้นความไม่สอดคล้องกลมกลืนของ "ตัวตน" กับ "ประสบการณ์" ก็ยังคงมีอยู่เช่นเดิม หรือ อาจจะเพิ่มมากยิ่งขึ้นทั้ง ก. และ ข. จะมีปรากฏการณ์ของสภาพจิตใจที่ผิดไปจากปกติ คือไม่มีความสุขทั้งสองฝ่าย

1.3.4 สภาพแห่งความสัมพันธ์สร้างสรรค์

"ง. มีความปรารถนาจะสื่อสารสัมพันธ์กับ ค. ค. ก็มีความปรารถนาที่จะสื่อสารสัมพันธ์กับ ง. ค. มีความสอดคล้องอย่างมากระหว่างตัวประกอบ 3 ประการต่อไปนี้ คือ (1) การรับรู้ถึงเนื้อหาและสาระในการสื่อสารของ ง. (2) การสร้างสัญลักษณ์ของสิ่งที่รับรู้ไปสู่จิตสำนึกภายในกรอบของโครงสร้างของความคิดของตน และ (3) การแสดงออกของการรับรู้นั้น"

1.3.5 กระบวนการความสัมพันธ์สร้างสรรค์

"การสื่อสารสัมพันธ์ของ ค. ที่มีต่อ ง. นั้นมีลักษณะหรือถูกกำหนดด้วยความสอดคล้องของประสบการณ์รับรู้ ความโล่งใจ และการสื่อ ง. รับรู้ถึงความสอดคล้องกลมกลืนนี้ว่าเป็นการสื่อสารที่ชัดเจน ดังนั้นการสนองตอบของ ง. ก็มีแนวโน้มที่จะแสดงความจริงแท้ของสิ่งที่เขาประสบและรับรู้อยู่ ค. ซึ่งมีความสอดคล้องและมั่นคง สามารถรับรู้การสนองตอบของ ง. ได้อย่างชัดเจนแจ่มแจ้งด้วยความรู้สึกเข้าใจร่วมรู้สึก ง. รู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับและความเข้าใจ รวมทั้งประสบการณ์พึงพอใจอันเกิดจากการการยอมรับ (positive regard) ได้รับการตอบสนอง ค. รับรู้ว่าตนเองได้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบวกหรือสร้างสรรค์ขึ้นในโลกแห่งการรับรู้ของ ง. ในทางตรงกัน ค. มีความรู้สึกเชิงบวกเพิ่มมากขึ้นอีกแก่ ง. และความรู้สึกของการยอมรับนี้เป็นไปอย่างปราศจากเงื่อนไข ความสัมพันธ์ที่ ง. สัมผัสได้นั้นมีคุณสมบัติของกระบวนการรักษา ดังนั้นการสื่อสารระหว่างทั้งสองคนจึงอยู่ในทิศทางที่สอดคล้องกันมากขึ้น ทั้งสองฝ่ายมีการรับรู้ที่ชัดเจนมากขึ้น และต่างฝ่ายต่างให้ความรู้สึกการยอมรับซึ่งกันและกัน"

1.3.6 ผลของความสัมพันธ์สร้างสรรค์

ความสัมพันธ์สร้างสรรค์นั้นจะให้ผลชนิดที่เกิดขึ้น เช่นเดียวกับผลของกระบวนการจิตรักษา ในขอบเขตของความสัมพันธ์นั้น

1.3.7 กฎแห่งความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

โดยถือเอาความปรารถนาเหมือนกันในระดับน้อยที่สุดที่จะสื่อสารสัมพันธ์กันเป็นหลัก เราอาจจะกล่าวได้ว่า ถ้ายังมีความสอดคล้องในกระบวนการรับรู้ในความใส่ใจ และพฤติกรรมในส่วนของคุณคนมีมากขึ้นเท่าใด ความสัมพันธ์ก็จะมีแนวโน้มที่จะตอบสนองให้แก่นักในคุณภาพของความสัมพันธ์ที่เหมือนกัน มีความเข้าใจที่ตรงกัน มีสภาพจิตใจที่เป็นสุขของทั้งสองฝ่ายที่จะมีมากขึ้น และทั้งสองฝ่ายก็จะมีคามพึงพอใจในสายสัมพันธ์นั้น

สาระของความสอดคล้อง (congruence) เป็นเรื่องสำคัญ ความสอดคล้องเป็นการจับคู่ได้อย่างตรงไปตรงมาของสิ่งที่รู้สึกในระดับสำนึกอย่างตระหนักรู้ กับสิ่งที่สื่อแสดงออกไป เมื่อไม่มีความสอดคล้อง การสื่อสารก็จะมีลักษณะไม่ลงรอยและคลุมเคลือ ก้อยคำที่สื่อออกไปจะไม่ลงรอยกับท่าทีหรือท่าทาง เมื่อมีความไม่สอดคล้องระหว่างสิ่งที่ประสบกับความรู้ตัวบุคคลที่ไม่มีความสอดคล้องภายในก็จะไม่เห็นภาวะ เช่นนี้ ตัวอย่างเช่น ผู้หญิงคนหนึ่งอาจไม่ได้ตระหนักว่าท่าทีทางกายและระดับน้ำเสียงในการสื่อสารของเธอนั้นแสดงความโกรธ ในขณะที่ก้อยคำที่พูดออกมานั้นแสดงว่าเธออารมณ์เย็น มีเหตุมีผล และเป็นไปตามหลักเหตุและผลที่ดี ในขณะที่มีการถกเถียงกันอยู่ ความไม่สอดคล้องกันระหว่างสิ่งที่รู้สึกจริงกับการสื่อความ อาจจะทำให้เกิดขึ้นได้อย่างตั้งใจและรู้ตัวถ้าหากว่าบุคคลนั้นไม่ซื่อตรง หลอกลวงและไม่มีความจริงจัง เมื่อบุคคลเกิดความไม่สอดคล้อง เราจะรับรู้ได้ว่าเขาเป็นอย่างไร แต่เราจะไม่รู้ถึงความหมายแท้ ๆ ในการสื่อสารของเขา และการสื่อสารสัมพันธ์กับเขาก็จะมีความยากลำบาก เมื่อบุคคลสองคนซึ่งมีความสอดคล้องสื่อสารสัมพันธ์กัน เขาสามารถจะรับฟังซึ่งกันและกันได้ โดยปราศจากความรู้สึกปกป้องตนเอง และจะเข้าใจซึ่งกันและกันได้โดยร่วมรู้สึก เพื่อพัฒนาการยอมรับต่อกัน กล่าวอย่างสรุปก็คือเป็นการรักษาซึ่งกันและกัน แต่ละคนจะได้ประโยชน์ในการปรับตนเองในระดับลึกซึ้ง จะมีความรู้สึกกลมกลืนและเป็นหนึ่งเดียว จะมีความขัดแย้งภายในน้อยลง จะพัฒนาความมีวุฒิภาวะมากขึ้น และเป็นสุขอยู่ในความสัมพันธ์นั้น ในทุกกรณีผู้รับการสื่อสารจะรับรู้ถึงสาระที่สื่อออกมาจากอีกฝ่ายหนึ่งได้อย่างแท้ ๆ อย่างที่มันเป็น โดยปราศจาก

การบิดเบือนหรือไม่เข้าใจ สิ่งนี้จะมีโอกาสเกิดขึ้นได้มาก หากผู้สื่อสารมีความสอดคล้องและไม่รู้สึกถูกคุกคาม

กล่าวโดยสรุปว่าการทำให้ความสัมพันธ์เพิ่มประสิทธิภาพมากขึ้นนั้น จะต้องอยู่ในรูปของการร่วมมือกันทั้งสองฝ่าย เพื่อเรียนรู้การสื่อสารซึ่งกันและกันให้ชัดเจนทั้งในระดับของถ้อยคำและความหมายภายใน ซึ่งถ้ามีเพิ่มมากขึ้นเท่าใดก็จะเพิ่มความสอดคล้องในการรับรู้ระหว่างกันให้มากขึ้น ในของการสื่อสารลักษณะ เช่นนี้ นักจิตวิทยาการปรึกษาหรือผู้ใดก็ตามที่เกี่ยวข้องในความสัมพันธ์เชิงการช่วยเหลือหรือรักษา จะต้องทำให้เกิดขึ้นอย่างชัดเจนก่อน เพื่อสภาพของกระบวนการรักษา ซึ่งเป็นภาวะที่จำเป็นและจะได้มีขึ้นอย่างเพียงพอต่อกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น

ฉะนั้นกล่าวโดยสรุปแล้ว กระบวนการพัฒนาความสัมพันธ์ ซึ่งจะเป็นแนวทางหรือนำไปสู่สภาพของกระบวนการจิตรักษา (Condition of therapeutic process) หรือทำให้เกิดกระแสของจิตรักษาจึงมีส่วนประกอบดังต่อไปนี้คือ (Rogers 1957 : 95-97)

1. บุคคล 2 คนติดต่อกัน (ด้วยการพบและสนทนา)
2. บุคคลแรกหรือเรียกว่าผู้มาปรึกษา อยู่ในภาวะที่ไม่สอดคล้องในตนเอง มีความไม่มั่นใจและกระวนกระวายใจ
3. บุคคลที่สองหรือนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นผู้ที่มีความสอดคล้องภายในสัมพันธ์ภาพ
4. นักจิตวิทยาการปรึกษายอมรับและรับรู้อย่างไม่มีเงื่อนไขใดต่อผู้มาปรึกษา
5. นักจิตวิทยาการปรึกษารับรู้ด้วยความเข้าใจร่วมรู้สึกตามกรอบการรับรู้ภายในของผู้มาปรึกษา
6. ผู้มาปรึกษารับรู้ภาวะของนักจิตวิทยาการปรึกษาในข้อ (4), (5) อย่างน้อยที่สุดก็ในระดับที่เล็กน้อยที่สุด

1.3.8 บทบาทของนักจิตวิทยาการปรึกษา

บทบาทหรือหน้าที่ของนักจิตวิทยาการปรึกษาคือการจะต้องทำหน้าที่สื่อสารที่ชัดเจนในลักษณะของกระบวนการจิตรักษาข้อ (3), (4) และ (5) ในหัวข้อ 1.3.7 รายละเอียดของสาระต่าง ๆ ในกระบวนการสามารถจะชี้แจงได้ดังนี้คือ (Rogers

1957 : 97-99 ; 1967 : 90-96 ; 1961 : 33-35 ; 1972 : 126-127 ;
1980 : 114-116)

1. ความแท้ ความจริง หรือความสอดคล้อง (genuineness realness or congruence) หมายถึงการที่นักจิตวิทยาสามารถรับรู้ตัวของเขาเองอย่างที่เป็นอยู่ในขณะนั้นอย่างตระหนักรู้หรือมีสติ (awareness) อย่างชัดเจนถึงความรู้สึกและทัศนคติต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาสู่ตัวเองทุกขณะ และสามารถสื่อสารออกไป เช่นนั้นอย่างเหมาะสมทั้งคำพูดและการกระทำโดยไม่มีลักษณะของการ เสแสร้งหรือการสวมบทบาท หรือการใช้กลไกการป้องกันตนเอง เป็นความสอดคล้องที่มีการยอมรับและรับฟังในความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในตนเองอย่างไม่มีความกลัวบ่นอยู่

การมีความสอดคล้อง ความแท้ หรือความจริงในตนเองอย่างชัดเจนนี้ นอกจากจะ ทำให้เกิดการรับรู้ที่ชัดเจนในตนเองแล้ว ในขณะเดียวกันก็สามารถทำให้ผู้อื่นรับรู้ถึงความสอดคล้องของตัวของเขาเองได้ด้วย

2. การยอมรับ การทบทวน หรือการให้คุณค่า (acceptance, caring or prizing) เป็นคุณภาพของความเชื่อถือบุคคลอื่นในฐานะมนุษย์ ซึ่งเป็นลักษณะของการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไข ไม่ว่าบุคคลนั้นจะเป็นใคร มีพฤติกรรมหรือความรู้สึกใดใด เป็นการยอมรับและเข้าใจในทัศนคติของเขานั้น ๆ ไม่ว่าจะ เป็นทั้งทางด้านดีหรือด้านร้าย ภาวะ เช่นนี้ เป็นความรักอย่างลึกซึ้งที่มนุษย์พึงมีให้แก่กัน คุณภาพนี้เป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยในมนุษย์ และเป็นส่วนสำคัญที่ผลต่อความสัมพันธ์เชิงช่วยเหลือที่จะทำให้เกิดความเข้าใจความรู้สึกและความคิดของบุคคลอย่างมีความหมายชัดเจนขึ้น

3. การเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (empathic understanding) เป็นการรับรู้ความรู้สึก และความหมายของอีกคนหนึ่งอย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริงภายในของเขา ภาวะนี้เป็น การแสดงให้เห็นถึงความเข้าใจความหมายที่ต่ำกว่าระดับความรู้ตัวเกิดมาจากการรับฟังที่ชัดเจนและละเอียด และรวมไปถึงความสามารถสื่อสารรับรู้ที่ออกไปได้อย่างถูกต้อง ถึงในความรู้สึกที่แตกแยกในความน่ากลัว ความอ่อนแอ ความประทับใจ หรือความประหลาดใจ เปรียบประดุจเดียวกับเรื่องของตนเอง แต่ก็ไม่ลืมว่าการรับรู้นี้เป็นเพียงลักษณะของ "ดูเหมือนเป็น" (as if) เรื่องของคนเท่านั้นซึ่งจะทำให้การเข้าใจอย่างร่วมรู้สึกนี้เป็น การส่งเสริมสัมพันธ์ภาพที่องงาม ที่ทำให้บุคคลนั้นรับรู้ว่าคุณเองมีเพื่อนที่จะช่วยในการค้นหาและมีอิสระในตนเอง

1.3.9 กระบวนการจิตรักษา

เมื่อเข้าใจถึงกระบวนการรักษา และการสื่อสารที่ชัดเจนดังกล่าวแล้วนั้น กระบวนการจิตรักษา (Process of therapy) จะมีขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ คือ (Patterson 1986 : 389)

1. ผู้มาปรึกษาจะค่อย ๆ รู้สึกอิสระมากขึ้นที่จะแสดงความรู้สึกของตนเองมากขึ้น ทั้งโดยคำพูดและท่าทาง
2. ความรู้สึกที่แสดงออกจะเพิ่มขึ้นในทางที่รับรู้ว่าเป็น "ของตนเอง" มากขึ้นกว่า "ไม่ใช่ของตัวเอง"
3. เขาสามารถจะแยกแยะและพิจารณาอย่างชัดเจนมากขึ้น ในสิ่งที่ตนเอง รู้สึกและรับรู้ เขาสามารถจะกำหนดสัญลักษณ์ (ถ้อยคำ) ให้แก่สิ่งต่าง ๆ ที่ประสบให้ชัดเจนมากขึ้น
4. ความรู้สึกที่แสดงออกมากขึ้นจะแสดงถึงความไม่ลงรอย หรือความไม่สอดคล้องกันระหว่างสิ่งที่เขาประสบอยู่ (experiences) กับสิ่งที่เขารับรู้ว่าเป็นตนเอง (self)
5. เขาจะค่อย ๆ รับรู้ถึงความกดดันที่เกิดขึ้นภายใน ซึ่งเกิดจากความไม่ลงรอยกันนั้น ด้วยอำนาจแห่งการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขอย่างต่อเนื่องของนักจิตวิทยาการปรึกษา
6. เขาจะตระหนักรู้ได้อย่างเต็มที่มากขึ้นถึงความรู้สึกที่เคยถูกละเลยหรือถูกบิดเบือนในการรับรู้ในอดีต
7. อัตมโนทัศน์ (self concept) ของเขาจะมีการปรับใหม่เพื่อการต้อนรับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งแต่เดิมประสบการณ์นั้นเคยถูกบิดเบือนและละเลยจากการรับรู้
8. เมื่อการปรับ "โครงสร้างของตน" (self structure) ดำเนินต่อไป "โครงสร้างของตน" ก็จะมีค่อย ๆ สอดคล้องและลงรอยกับประสบการณ์มากขึ้น และการปกป้องตนเองก็ค่อย ๆ ลดลง
9. ความสามารถที่จะรับประสบการณ์ของเขาก็จะมีเพิ่มมากขึ้น ต่อการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไขของนักจิตวิทยาการปรึกษา โดยปราศจากความรู้สึกถูกคุกคาม
10. เขาจะเพิ่มความรู้สึกยอมรับตนเองอย่างปราศจากเงื่อนไขมากขึ้น
11. เขาจะรู้ว่าตัวเองเป็นฐานหรือศูนย์แห่งการประเมินคุณค่าต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น

12. เขาจะต้อนรับประสบการณ์ต่าง ๆ โดยลดเงื่อนไขการให้คุณค่า (condition of worth) ต่าง ๆ ลง และจะรับรู้มากขึ้น ด้วยกระบวนการให้คุณค่าภายในอินทรีย์ (organismic valuing process)

1.3.10 กระบวนการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ

กระบวนการรักษาจะก่อให้เกิด เปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของบุคคลที่มาปรึกษาได้ ดังนี้ (Patterson 1986 : 390)

1. ผู้มาปรึกษาจะมีความสอดคล้องในตัวเองมากขึ้น และ เปิดรับต่อประสบการณ์มากขึ้น และ จะมีการป้องกันตนเองน้อยลง
2. เขาจะมีการรับรู้โลกอย่างขยายกว้างและเป็นจริง
3. เขาจะมีความสามารถในการแก้ปัญหาได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
4. การปรับสภาพด้านจิตใจจะดีขึ้น เข้าใกล้กระแสแห่งสุขภาวะ (optimum) มากขึ้น
5. ความรู้สึกไม่มั่นคงต่อการคุกคามจะลดน้อยลง เพราะผลอันเกิดจากการเพิ่มขึ้นของความสอดคล้องในตนเองและประสบการณ์ภายนอก
6. จากผลของข้อ (2) เขาจะมีการรับรู้ในภาพพจน์ของตนเองเชิงอุดมคติ (ideal self) เป็นไปในทางที่เป็นจริงมากขึ้น และสามารถจะทําให้เป็นไปได้มากขึ้น
7. จากผลการเปลี่ยนแปลงในข้อ (4) และ (5) "ตัวตน" ของเขาจะมีความสอดคล้องกับ "ตัวตนในอุดมคติ" มากขึ้น
8. เขาจะมีความตึงเครียดทุกลักษณะลดลง
9. เขาจะเพิ่มมีความรู้สึกต่อตนเองไปในทางบวกมากขึ้น
10. เขาจะรับรู้ว่าจุดศูนย์กลางของการประเมิน (locus of evaluation) และจุดศูนย์กลางของการเลือก (locus of choice) นั้นอยู่ที่ตัวเขาเอง เขาจะเกิดความรู้สึกมั่นใจ และมีการกำหนดตนเองได้มากขึ้น คุณค่าของเขาจะเกิดจากกระบวนการให้คุณค่าภายในอินทรีย์
11. จากผลของข้อ (1) และ (2) เขาจะรับรู้ผู้อื่นไปในทางที่เป็นจริงและถูกต้องมากขึ้น
12. เขาเรียนรู้การยอมรับผู้อื่นมากขึ้น อันเป็นผลมาจากการรับรู้ที่บิดเบือนต่อผู้อื่นน้อยลง

13. พฤติกรรมของเขาจะเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ทาง เช่น
- 13.1 การยอมรับเป็นเจ้าของการกระทำของตนจะเพิ่มขึ้น
 - 13.2 พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เป็นการปฏิเสธว่า "ไม่ใช่อะไรของคุณ" จะน้อยลง
 - 13.3 ดังนั้นเขาจะรับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมการกระทำของตนเองมากขึ้น
14. จากผลของข้อ (1), (2), (3) พฤติกรรมของเขาจะอยู่ในลักษณะที่สร้างสรรค์มากขึ้น มีการปรับเปลี่ยนหรือยืดหยุ่นได้มากขึ้น และมีการแสดงออกในวัตถุประสงค์และคุณค่าของตัวเองอย่างเต็มที่มากขึ้น

ในความสัมพันธ์ที่ก่อให้เกิดความงอแงเช่นนี้ จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีวิถีทางที่เคลื่อนไหวไปดังนี้ คือ (Rogers 1961 : 167-175)

1. การเคลื่อนไหวไปจากการสวมหน้ากาก จากความลังเล หรือจากสิ่งที่ตนเองไม่ได้เป็น
2. การเคลื่อนไหวไปจากคำว่า "ควรจะ"
3. การเคลื่อนไหวไปจากความคาดหวังของผู้อื่น
4. การเคลื่อนไหวไปจากการชื่นชมจากผู้อื่น
5. การเคลื่อนไหวไปสู่ความเป็นตัวของตัวเองและการนำตนเอง
6. การเคลื่อนไหวไปสู่ภาวะกระแสของชีวิตที่มีความหมายและเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา
7. การเคลื่อนไหวไปสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกับสรรพสิ่ง หรือมีชีวิตอย่างที่เขาเป็นทุกขณะ
8. การเคลื่อนไหวไปสู่การเปิดเผย หรือการต้อนรับประสบการณ์ต่าง ๆ
9. การเคลื่อนไหวไปสู่การยอมรับผู้อื่น
10. การเคลื่อนไหวไปสู่ความเชื่อถือในตนเอง

1.4 ลักษณะของบุคคลที่มีชีวิตเต็ม

เป้าหมายสูงสุดของการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดของโรเจอร์ส คือความสามารถพัฒนาตนเองไปสู่ภาวะบุคคลที่มีชีวิตเต็ม (fully functioning person) ซึ่งแต่ละคนจะมีแรงผลักดันแฝงเร้นในอันที่จะมุ่งไปสู่ภาวะนี้จะแท้จริงอยู่แล้ว อีกทั้งมีศักยภาพและแรงโน้มถ่วงที่จะสร้างสัญลักษณ์ให้แก่สิ่งที่รับรู้ หรือประสบนั่นให้ชัดเจนในการรับรู้ของตน เมื่อความ

ต้องการความเชื่อถือจากผู้อื่น และความต้องการมีคุณค่าของตนเองได้ รับการตอบสนองอย่าง สอดคล้องไปในทางเดียวกันแล้ว แนวโน้มไปสู่การพัฒนาอินทรีย์ให้สมบูรณ์และการรับรู้ประสพ การณ์ต่าง ๆ อย่างชัดเจนก็จะเกิดเพิ่มอย่างมาก และเมื่อสภาพการณ์ทั้งหมดบรรลุระดับสูงสุด บุคคลนั้นก็จะมีลักษณะของบุคคลที่มีชีวิตเต็ม (Patterson 1986 : 390) ซึ่งเขาจะมีชีวิตอยู่ อย่างสอดคล้องไปกับระบบการให้คุณค่าของอินทรีย์ อันเป็นแหล่งการประเมินคุณค่าจากภายใน และนำมาใช้อย่างสัมพันธ์กับการประเมินคุณค่าจากภายนอก ที่มาจากระบบการหล่อหลอมของสังคม ตลอดจนผลของการกระทำที่มีต่อตนเองและผู้อื่น (Patterson 1986 : 391) ดังนั้น บุคคล ผู้มีชีวิตเต็มจึงสามารถที่จะรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ทั้งหมดของเขา และไม่มี ความกลัวต่อ ความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านั้นเลย เขาเป็นผู้แยกแยะข้อมูลต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง และก็เปิดกว้าง ต่อข้อมูลจากแหล่งอื่น ๆ ด้วย เขาจึงมีส่วนอย่างสมบูรณ์ที่สุดที่จะเป็นและเปลี่ยนแปลงตนเอง เขาจะอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นและสิ่งอื่นอย่าง เป็นจริงและเหมาะสม เขาจะมีชีวิตอย่างสมบูรณ์ ในแต่ละขณะ และรู้ว่าชีวิตเช่นนี้เป็นชีวิตที่เหมาะสม (Rogers 1969 : 288)

ภาวะบุคคลที่มีชีวิตเต็มเป็นกระแส (process) หรือ ทิศทาง (direction) ที่ไม่ ใช่ว่าจะตายตัวหรือเป็นจุดหมายปลายทาง (Rogers 1961 : 186) รอเจอร์สได้อธิบายลักษณะ ใหญ่ ๆ ของการมีชีวิตเต็มไว้ ดังนี้คือ (โลรีซ์ โปธิแก้ว 2532 : 6-11 ; Rogers 1961 : 187-191 ; 1969 : 282-287)

1. การเปิดกว้างต่อความจริงหรือประสบการณ์ที่รับรู้ (An increasing openness to experience) เป็นความรู้สึกที่อิสระจากความรู้สึกถูกคุกคามหรือท้อร้ายจิตใจ โดยปราศ จากกลไกการปกป้องตนเอง จึงเป็นความสามารถที่จะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ได้ทั้งหมด ไม่ว่า สิ่งเร้า นั้นจะมีรูป สี หรือเสียงใด ๆ หรือเป็นสิ่งเร้าจากความทรงจำในอดีต หรือเป็น ความรู้สึกภายใน เช่น ความกลัว ความพอใจ หรือความขมขื่นใจ ฯลฯ บุคคลนั้นจะรับรู้และอยู่กับ ประสบการณ์ต่าง ๆ นั้น โดยไม่ต้องผ่านกระบวนการระบบประสาทเพื่อการเลือกรับรู้หรือการบิด เบือน ซึ่งอาจจะไม่ต้องที่จะต้องมีการตระหนัก รู้อย่างรู้ตัว ในทุกประสบการณ์ที่อินทรีย์นั้นรับรู้ เสมอไป แต่การรับรู้ในลักษณะนี้จะ เปิดกว้างอยู่เสมอที่จะต้อนรับความรู้สึกต่าง ๆ อย่างตรงต่อ ความเป็นจริง

2. การมีชีวิตกับความจริงเพิ่มขึ้น (Increasing existential living) การเปิดกว้างต่อประสบการณ์ที่รับรู้ โดยปราศจากการปกป้องตนเอง ทำให้มีความรู้สึกใน ชีวิต ทุก ๆ ขณะ เพราะสถานการณ์เดียวกันของสิ่งเร้าภายในและภายนอกนั้นไม่เคยปรากฏมาก่อน ดังนั้น

ผลที่ตามมาก็คือ ความเข้าใจว่า "ฉันจะเป็นอย่างไรก็ตามในขณะที่ต่อไปหรือจะทำอะไรในขณะที่ต่อไปเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะที่นั้น และไม่สามารถจะพยากรณ์ได้ล่วงหน้า ไม่ว่าจะโดยตนเองหรือผู้อื่น" นั่นคือ ชีวิตจะเป็นลักษณะของการเลื่อนไหล (fluidity) ของประสบการณ์การรับรู้ของภาวะแห่งตน (self) และบุคลิกภาพ (personality) จะปรากฏออกมาจากสนามแห่งประสบการณ์ การรับรู้ในแต่ละสถานการณ์ หรือประสบการณ์นั้น มากกว่าจากประสบการณ์ที่ถูกรบกวนหรือบิดเบือนให้เข้ากับโครงสร้างของตนที่กำหนดไว้แล้ว ซึ่งหมายถึงว่าบุคคลนั้นจะเป็นทั้งผู้มีส่วนร่วม (participant) และผู้สังเกต (observer) ในกระแสการเลื่อนไหลของประสบการณ์แห่งอินทรีย์มากกว่าจะเป็นผู้ที่ควบคุม บุคคลจึงไม่สามารถจะคาดคะเนหรือพยากรณ์กำหนดได้เฉพาะเจาะจงลงไปถึงสิ่งที่เขากระทำได้ล่วงหน้า การมีชีวิตอยู่ในแต่ละขณะ จึงมีส่วนร่วมผสมผสานกับประสบการณ์การรับรู้แต่ละขณะ โดยไม่ควบคุมมันอย่างตายตัว แต่จะมีลักษณะของความยืดหยุ่นและความสามารถในการปรับเปลี่ยนอย่างสูงสุด จึงมีการเลื่อนไหลและเปลี่ยนแปลงการจัดโครงสร้างแห่งตนและบุคลิกภาพ ในแต่ละประสบการณ์ที่รับรู้ ซึ่งตรงข้ามกับคนโดยทั่วไปที่ส่วนมากจะมีโครงสร้างที่สำเร็จรูป การตัดสินใจประเมินไว้เป็นนิสัยดั้งเดิม และพยายามจะรักษาไว้ จึงมักจะพยายามบิดเบือนประสบการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้เข้ากับโครงสร้างการรับรู้ที่มีอยู่

3. การเพิ่มความเชื่อถือในอินทรีย์ (An increasing trust in his organism) เป็นการกระทำในสิ่งที่ "รู้สึกว่าจะเหมาะสม" และมักพบว่าเป็นแนวทางที่เชื่อถือได้สำหรับพฤติกรรมซึ่งให้ผลที่น่าพึงพอใจ ทั้งนี้การเปิดกว้างต่อประสบการณ์จะทำให้เข้าถึงข้อมูลที่ปรากฏอยู่ในทุก ๆ สถานการณ์ อันจะเป็นรากฐานของการกระทำของตนเอง ซึ่งเป็นการรับรู้โดยไม่มีการปฏิเสธหรือบิดเบือน ไม่ว่าจะข้อมูลนั้นจะเป็นความต้องการทางสังคม หรือความต้องการของตนเองที่ค่อนข้างจะซับซ้อนของอินทรีย์โดยรวมทั้งหมด ซึ่งจะรวมทั้งจิตสำนึกของเขาที่จะจัดการกับข้อมูลเหล่านี้ อินทรีย์โดยรวมจะฉลาดมากกว่าจิตสำนึกอย่างเดียว แต่ก็สามารถจะผิดพลาดได้เช่นกัน เพราะข้อมูลบางหน่วยอาจจะหายไปหรือมีไม่ครบ แต่พฤติกรรมใดที่ไม่เป็นที่พอใจจะได้รับการแก้ไขโดยเร็ว ในกระแสของ "การกระทำที่ถูกต้อง" เพราะว่าการกระทำทุกอย่างจะได้รับการตรวจสอบอยู่เสมอ

คุณลักษณะ 3 ประการของการมีชีวิตที่เต็มนี้ รอเจอร์สกล่าวว่า (Rogers 1961 : 191-192) บุคคลนั้นจะสามารถต้อนรับความรู้สึกทั้งหมด และความกลัวความรู้สึกต่าง ๆ จะลดลง ซึ่งจะยังเพิ่มการเปิดกว้างต่อประสบการณ์ที่จะรับรู้ข้อมูลทั้งหมดจากแหล่งต่าง ๆ รวมทั้งการเป็นผู้จัดการกับข้อมูลต่าง ๆ นั้นได้ด้วยตนเอง อันเป็นวิถีของการเป็นตัวของตัวเองที่สมบูรณ์ และ

สามารถจะดำรงชีวิตอยู่กับผู้อื่นได้อย่างดีและเป็นจริง ชีวิตแต่ละขณะของบุคคลนั้นจึงมีลักษณะที่มีความเต็มในอินทรีย์มากขึ้น และเลื่อนไหลไปอย่างอิสระในกระแสที่ประสบ โดยการพัฒนาเป็น "บุคคลผู้มีชีวิตเต็ม" ยิ่งขึ้น

รอเจอร์สอธิบายถึงข้อประยุกต์ของทัศนะของชีวิตที่ตื่นไว้ 3 ประการ ดังนี้ คือ (โรเจอร์ส โปธิแก้ว 2532 : 12-16 ; Rogers 1961 : 192-195)

1. ทัศนะใหม่ในเรื่องของอิสรภาพและการถูกกำหนด

(A New Perspective on Freedom VS Determinism)

บุคคลที่มีชีวิตเต็ม จะมีความรู้สึกถึงอำนาจในการเลือกอย่างอิสระที่มีอยู่ในตนเองอย่างสมบูรณ์ ที่จะกำหนด (will) หรือเลือก (choose) ที่จะกระทำสิ่งที่เหมาะสมที่สุดต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และเป็นการกระทำที่นำผลที่พึงพอใจมากที่สุด ซึ่งคล้ายกับว่าเป็นการถูกกำหนด (determine) มาจากข้อมูลที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้น ๆ อยู่แล้ว แต่การศึกษาพบว่าบุคคลที่ถูกกำหนดด้วยข้อมูลในสถานการณ์นั้น ๆ จะมีลักษณะของการปกป้องตนเอง การปฏิเสธหรือบิดเบือนข้อมูลหรือสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นผลของการกระทำดังกล่าวจึงไม่เกิดความพึงพอใจและไม่มีความมีประสิทธิภาพ ซึ่งตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีชีวิตเต็มที่จะสามารถต้อนรับประสบการณ์ต่าง ๆ ได้ ทั้งยังสามารถใช้ประโยชน์ของอิสรภาพอย่างสูงสุด เมื่อเขาเลือกหรือกำหนดอย่างสมัครใจ และรู้สึกถึงอิสระต่อสิ่งที่ถูกกำหนดไว้อันมีอยู่แล้วนั้น นั่นคือเขาจะมีอำนาจในการเลือกอย่างอิสระของตนในการเลือกการเป็นตัวของตัวเอง หรือเลือกที่จะซ่อนอยู่ในกำแพงของตน หรือเลือกที่จะก้าวไปข้างหน้าหรือถอยหลัง หรือมีการกระทำที่เป็นโทษต่อตนเองหรือผู้รับ หรือจะมีการกระทำที่เอื้อเพื่อเป็นประโยชน์ หรืออย่างมากที่สุดคือเลือกที่จะมีชีวิตอยู่หรือตายในความหมายทางด้านกายภาพและด้านจิตใจ

2. ความริเริ่มสร้างสรรค์ในฐานะตัวประกอบของชีวิตที่ดี

(Creativity as an Element of the Good Life)

ความละเอียดอ่อนในความสามารถที่จะเปิดรับประสบการณ์ต่าง ๆ ได้รอบตัว และความเชื่อถือนในอินทรีย์ของตนเองในการสร้างความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม จะทำให้บุคคลนั้นมี ความริเริ่มสร้างสรรค์ความริเริ่มสร้างสรรค์นี้ไม่ว่าจะอยู่ในวัฒนธรรมมาดหรือเวลาใด ไม่ใช่เป็น

ลักษณะของ "การปรับตัว" เข้าหาวัฒนธรรมนั้น และไม่ใช่ผู้คล้อยตาม (conformist) แต่จะมีชีวิตอย่างสร้างสรรค์และประสานกลมกลืนกับวัฒนธรรมนั้นอย่างสมดุลย์กับความต้องการของตนเอง รอเจอร์สเชื่อว่าบุคคลเช่นนี้จะได้รับการมองจากนักทฤษฎีวิวัฒนาการว่าเป็นมนุษย์ที่สามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ได้ในเงื่อนไขสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง เขาสามารถสร้างสรรค์การปรับตัวที่เหมาะสมต่อสภาพแวดล้อมทั้งที่ใหม่และเก่า เขาจะเป็น "กองหน้า" ที่ดีที่สุดสำหรับการวิวัฒนาการของมนุษย์

3. ความน่าเชื่อถือขั้นรากฐานในธรรมชาติมนุษย์

(Basic Trustworthiness of human nature)

โดยธรรมชาติเมื่อมนุษย์ดำรงตนอยู่ด้วยความรู้สึกอิสระแล้ว เขาก็จะมีคุณภาพที่สร้างสรรค์และน่าเชื่อถือทั้งในตัวของเขาเอง และต่อสังคม เมื่อบุคคลใดได้รับการเอื้ออำนวยอย่างเป็นอิสระจากการปกป้องตนเอง เพื่อทำให้เกิดการเปิดกว้างต่อความต้องการต่าง ๆ ภายในตัวเขาอย่างไม่จำกัด ตลอดจนความต้องการจากสังคมและสิ่งแวดล้อม การกระทำของบุคคลนั้นจะมีลักษณะเชิงบวก ก้าวไปข้างหน้า และสร้างสรรค์ ซึ่งไม่จำเป็นต้องมีคำถามว่า ใครจะเป็นผู้สั่งสอนให้แก่เขา พฤติกรรมเชิงสังคมที่อยู่ร่วมกับผู้อื่น เพราะความต้องการอย่างลึกลับประการหนึ่งของมนุษย์ก็คือ ความปรารถนาในความผูกพัน (affiliation) และความต้องการสื่อสารสัมพันธ์ (communication) กับผู้อื่น เมื่อเขาสามารถเป็นตัวของตัวเองได้อย่างเต็มที่ เขาก็สามารถจะเข้ากับผู้อื่นได้อย่างเป็นจริงมากขึ้น และไม่จำเป็นต้องเป็นอีกเช่นกันที่จะถามว่า ใครเป็นผู้ควบคุมแรงก้าวร้าว (aggressive impulses) เพราะว่าการเปิดกว้างต่อแรงผลักดันต่าง ๆ ภายในตัวเขาเองนั้น ดูเหมือนว่าความปรารถนาที่จะเป็นที่รักของคนอื่น และความปรารถนาที่จะแสดงความรักต่อผู้อื่นก็จะมีพลังเข้มแข็งพอ ๆ กับความปรารถนาที่จะทำลายหรือบีบบังคับผู้อื่น ฉะนั้นบุคคลนั้นอาจจะแสดงความก้าวร้าวในสถานการณ์ที่ความก้าวร้าวดูจะเหมาะสม และไม่มี ความปรารถนาที่จะหลีกเลี่ยงความก้าวร้าวของตนเอง ดังนั้นการกระทำโดยรวมของบุคคลผู้มีชีวิตเต็มไม่ว่าในขอบเขตใดก็ตาม เมื่อเขามุ่งไปในทิศทางที่เปิดกว้างต่อประสบการณ์จะมีลักษณะของความสมดุลย์และเป็นจริง ซึ่งจะ เป็นการกระทำที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตอยู่และ เป็นการส่งเสริมให้เป็นสัตว์สังคมที่ดี

ในทางตรงข้ามกับบุคคลที่มีกลไกการป้องกันตนเองก็มีแนวโน้มในการปิดกั้นตนเองออกจากความตระหนักถึงความมีเหตุผล (rationality) ซึ่งถือว่าการเคลื่อนไหวของ

อินทรีย์อันละเอียดและซับซ้อน ดังนั้นการควบคุมตนเองด้วยการปกป้องตนเองนั้น ทำให้มีการเคลื่อนที่ไปในทิศทางที่ตรงข้ามกัน อันเป็นผลให้เกิดความไม่มีเหตุผลและความปรารถนาในเชิงทำลายผู้อื่นและตนเองมากขึ้น อุปสรรคนี้จะสามารถลดลงได้ ถ้าเพิ่มการมีส่วนร่วมกับ "ปัญญาของอินทรีย์" (wisdom of organism) มากขึ้นเรื่อย ๆ จึงจะเป็นภาวะของความสมดุลย์ตามธรรมชาติ

บุคคลที่มีชีวิตเต็มจึงเป็นภาวะความเจริญงอกงามของชีวิต ในฐานะของความเป็นมนุษย์ที่มีกระบวนการปรับตนเองที่ดี มีวุฒิภาวะ มีความสอดคล้องในตนเอง มีการเปิดกว้างต่อการรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริง และมีการขยายขอบเขตโครงสร้างของตนเอง การมีภาวะชีวิตที่เต็มจะทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมและสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นจริงและเหมาะสม อันเป็นความสมบูรณ์ในแต่ละขณะของชีวิต

สรุป เนื้อหาในบทนี้ทั้งหมดแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของแนวคิดของรอเจอร์สต่อมนุษย์ กับการพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่แท้ หรือบุคคลผู้ที่มีชีวิตเต็มโดยกระแสของจิตวิทยาการปรึกษา และการจิตรักษา และกระบวนการเช่นนี้จะปรากฏอยู่ในกระบวนการของกลุ่มจิตสัมพันธ์ด้วย

2. บทบาทของผู้นำกลุ่ม

เนื่องจากแนวคิดของพื้นฐานทฤษฎีของรอเจอร์สนั้น วางอยู่บนฐานของแนวคิดมนุษยนิยมและปรากฏการณ์นิยม แนวการดำเนินกลุ่มของรอเจอร์สจึงเน้นอยู่ที่สมาชิกและกระบวนการเคลื่อนไหวของกลุ่ม เพราะเป็นการแสดงให้เห็นถึงความเชื่อถือผู้อื่นและกระบวนการกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจึงมีลักษณะเหมือนเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกและให้กระบวนการกลุ่ม เคลื่อนที่ไปตามกระแสที่ค่อย ๆ ดำเนินไปเป็นระยะ ๆ และตามขั้นตอนของกระแสกลุ่ม เท่านั้น

บทบาทของผู้นำกลุ่มจิตสัมพันธ์ของรอเจอร์สจะทำหน้าที่เป็นเพียงผู้เอื้อเพื่อ (facilitate) อย่างอ่อนโยนมากกว่าการบังคับ (direct) ผู้นำกลุ่มจะปล่อยให้กลุ่มเคลื่อนไหวไปตามกระแส (Rogers 1970 : 44) และไม่ได้กำหนดเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงกำหนดไว้ล่วงหน้า ในความหมายนี้ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้สร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยทางด้านจิตใจแก่สมาชิก

ทุกคน เพื่อให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกลุ่มมากที่สุด ในกระแสชีวิตของกลุ่มที่จะเป็นไปในทางที่
งอกงามขึ้น รอเจอร์สได้กล่าวถึงบทบาทของผู้นำกลุ่มไว้ดังนี้คือ (Rogers 1970 : 46-65)

1. การสร้างบรรยากาศในกลุ่ม (Climate-Setting Function) ผู้นำกลุ่มจะ
เป็นผู้เริ่มตักนำให้สมาชิกรับรู้ถึงความรู้สึกที่ปลอดภัย อบอุ่น และเป็นอิสระ การฟังอย่างตั้งใจ
ที่จะรับรู้ความหมายที่ชัดเจนทั้งในแง่ เนื้อหาและความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่างไม่มีเงื่อนไขด้วยความ
เชื่อถือว่าว่างใจ และใส่ใจ ด้วยการแสดงออกทั้งภาษาท่าทางและคำพูด อย่างสอดคล้องของผู้นำ
จะทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลายและเห็นคุณค่าของตนเอง จนทำให้เกิดความกล้าที่จะแสดงตนเอง
โดยการบอกเล่าประสบการณ์ต่าง ๆ ของตนเองให้ผู้อื่นรับทราบ

2. การยอมรับกลุ่ม (The Acceptance of the Group) ผู้นำกลุ่มต้องมีความ
พยายามและอดทนเป็นอย่างยิ่งกับกลุ่มและบุคคลที่เป็นสมาชิกกลุ่ม ในทุกเรื่องและความรู้สึกที่
เกิดขึ้น โดยติดตามกระแสของกลุ่มอย่างอิสระ โดยไม่บังคับให้เป็นไปตามาใจของผู้นำกลุ่มเอง

3. การยอมรับเอกลักษณ์ของบุคคลแต่ละคน (Acceptance of the Individual)
ผู้นำกลุ่มต้องยอมรับสมาชิกในความแตกต่างของแต่ละบุคคล ซึ่งแสดงถึงความรู้สึกต่าง ๆ แตกต่าง
กันไป เช่น ความกลัว ความลังเล ความเจ็บ ฯลฯ อย่างไม่มีเงื่อนไข และตอบสนองด้วยความ
รู้สึกที่เกิด "ที่นั่นและเดี๋ยวนี้" มากกว่าตัวประโยชน์ที่กล่าวถึงประสบการณ์ในอดีต แต่ที่ตระหนักว่า
ทั้งสองอย่างจะปรากฏอยู่ในการสนทนาเสมอ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นเป็นการเลือกของสมาชิก
ไม่ว่าจะเป็นการเลือกที่ชัดเจน หรือลังเลใจก็ตาม

4. การเข้าใจร่วมรู้สึก (Empathic Understanding) ผู้นำกลุ่มต้องสื่อสารอย่าง
เข้าใจในความหมายที่แท้ของสิ่งที่สมาชิกสื่อออกมา ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่สุด เพราะ เป็นภาวะ
ที่จะเอื้ออำนวยให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจนและกระจ่างที่เกิดขึ้นแก่ผู้พูดเองและสมาชิกคนอื่น
โดยไม่ต้องเสียเวลาถามคำถาม หรือใส่ใจกับรายละเอียดปลีกย่อยต่าง ๆ ที่แสดงออก เป็น
ความเข้าใจความหมายในระดับลึกและเป็นสิ่งที่สื่อให้เกิดความร่วมรู้สึก

5. การปฏิบัติการในระดับความรู้สึก (Operating in Terms of Feeling)
ผู้นำกลุ่มต้องรู้สึกอิสระที่จะแสดงความรู้สึกแท้จริงของตนเองในแต่ละขณะ ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึก
ต่อกลุ่มทั้งหมด หรือต่อสมาชิกบางคน หรือต่อตัวเอง ซึ่งจะนำไปให้เกิดความรู้สึกผูกพันต่อกัน และใน
การที่ผู้นำกลุ่มต้องรับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นอย่างถูกต้อง ในทุกขณะของแต่ละอารมณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละ
คนนั้น ผู้นำกลุ่มพึงตอบสนองอย่างเหมาะสมด้วยการสังเกตเห็นอย่างชัดเจนในความรู้สึกของตน
เอง ไม่ช้าตอบสนอง เพราะต้องตอบคำถามหรือตอบสนองด้วยมรรยาททางสังคม เพราะอาจจะ
มีสาระอื่น ๆ ที่แฝงอยู่ในคำถามของผู้ถามมากกว่าที่จะเป็นคำถามที่แท้

6. การกล้าเผชิญและการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Confrontation and Feedback) เป็นการให้สมาชิกได้กล้าเผชิญกับโลกการป้องกันตน ให้รับรู้อย่างชัดเจนในความรู้สึกที่แฝงอยู่ ผู้ในกลุ่มจะเอื้อเพื่อให้สมาชิกได้เผชิญกับสิ่งที่สมาชิกได้พูดหรือแสดงออกมา ถึงแม้จะน่าให้เกิดความเจ็บปวด แต่ก็จะช่วยทำให้เขาพ้นจากสภาพนั้นด้วยการเรียนรู้บางอย่าง

7. การแสดงถึงปัญหาของตนเอง (Expression of Own Problems) ในฐานะที่เป็นผู้นำกลุ่ม วิธีการที่จะช่วยเอื้ออำนวยให้กระแสดังกล่าวเป็นไปได้ดี คือต้องมีความสอดคล้องในตนเอง ในการที่ผู้นำกลุ่มมีปัญหาอยู่ในใจ จึงอาจจะเปิดเผยต่อในกลุ่มได้ ซึ่งจะนำไปให้เกิดผลดีมากกว่าผลเสีย เพราะในขณะที่มีปัญหาอยู่ผู้นำกลุ่มจะไม่สามารถตั้งใจรับฟังได้ดี และสมาชิกมักจะรู้สึกถึงความไม่สบายใจของผู้นำกลุ่ม ซึ่งอาจจะทำให้เกิดความวิตกกังวลว่าเป็นความผิดของพวกเขาที่ทําให้ผู้นำกลุ่มไม่สบายใจ

8. หลีกเลี่ยง "การวางแผน" และ "แบบฝึกหัด" (Avoidance of "Planning" and "Exercise") การวางแผนล่วงหน้าจะทําให้เกิดความไม่เป็นธรรมชาติแก่กลุ่ม และผู้นำกลุ่มก็จะเกิดความกังวลใจที่จะต้องทําให้เป็นไปตามแผนนั้น ๆ ฉะนั้นหากจะต้องวางแผนก่อน จะต้องให้สมาชิกมีส่วนร่วมมาก ๆ พอกับผู้นำกลุ่ม และสมาชิกจะต้องเป็นผู้ตัดสินใจเองว่าจะทดลองทําตามวิธีการที่วางแผนไว้หรือไม่ ความเป็นธรรมชาติของกลุ่มจะเป็นสิ่งที่มีค่าและมีประสิทธิภาพที่สุด กิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากความสมัครใจและเป็นธรรมชาติ เช่น การสวมบทบาท (role playing) การสัมผัส (bodily contact) หรือจิตละคร (psychodrama) ฯลฯ สามารถจะเอื้ออำนวยการแสดงความรู้สึกที่แท้จริงนั้นได้

9. หลีกเลี่ยงการวิจารณ์หรือตีความกระแสกลุ่ม (Avoidance of Interpretive or Process Comments) การวิจารณ์หรือตีความหรือประเมินกระแสกลุ่ม จะทําให้เกิดการระวังตัวและไม่ร่วมมือมากขึ้น และกระแสกลุ่มจะดำเนินไปได้ช้าลง เพราะสมาชิกจะรู้สึกเหมือนกำลังถูกตรวจสอบอะไรบางอย่าง การวิจารณ์ก่อให้เกิดความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าแก่เขาในฐานะมนุษย์ แต่ถ้าเป็นความสมัครใจของสมาชิกเอง ก็สามารถจะทําได้ในรูปของสิ่งที่อยู่ภายใต้พฤติกรรมของแต่ละคน ซึ่งต้องอาศัยความมีประสบการณ์และความเชี่ยวชาญมาก ซึ่งจริง ๆ แล้วรอเจอร์สกีคิดว่ามันเป็นเพียงการเดาระดับสูงเท่านั้นเอง แต่การที่สมาชิกได้สำนึกและประจักษ์ถึงความรู้สึกนั้นได้อย่างเปิดเผยเป็นสิ่งที่ดีกว่า

10. พลังรักษาจิตใจของกลุ่ม (The Therapeutic Potentiality of the Group) ผู้นำกลุ่มควรที่จะรู้จักพลังรักษาจิตใจจากสมาชิกด้วยกันเองในกลุ่ม การเอื้ออำนวยให้เกิดความรู้สึกอิสระ ที่จะสื่อสารกันในฐานะมนุษย์จะก่อให้เกิด "ปัญหาของกลุ่ม" ที่นำศักยภาพในการช่วยเหลือทางจิตไว้อย่างมาก

11. การเคลื่อนไหวและการสัมผัสทางกาย (Physical movement and Contact) ผู้นำกลุ่มควรมีความเป็นธรรมชาติมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ในการเคลื่อนไหวตนเองและการสัมผัส ซึ่งเป็นการสื่อสารถึงความรู้สึกแท้จริงและการร่วมความรู้สึกต่อกัน ผู้นำกลุ่มสามารถกระทำได้ตามความเหมาะสมกับสภาพขณะนั้น ความเชื่อทางวัฒนธรรมเกี่ยวกับการสัมผัสอาจจะ เป็นอุปสรรคอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจทำให้การสื่อความหมายเป็นไปในรูปของการแสดงออกทางเพศ ผู้นำกลุ่มจึงควรระมัดระวัง ไม่ให้แปลความหมายลักษณะนี้ ควรจะแนะนำให้สมาชิกแสดงความเป็นตัวของตัวเอง มีความไว้วางใจผู้อื่น ซึ่งจะช่วยให้มีการแสดงออกในระดับความรู้สึกที่สอดคล้องกัน

ข้อสังเกตในพฤติกรรมที่ไม่เอื้ออำนวยกลุ่ม

รอเจอร์ส (Rogers 1970 : 66-68) กล่าวถึงประสบการณ์ของตัวเองเกี่ยวกับพฤติกรรมที่คิดว่าไม่ก่อให้เกิดการเอื้ออำนวยในกระแสกลุ่มดังนี้ คือ

1. ความสงสัยหรือไม่เชื่อถือนับบุคคลจะเป็นตัวทำลายความสนใจในปัจจุบัน หรือความพร้อมของสมาชิก การมีคิดว่า "เปิดเผยยิ่งเร็วยิ่งดี" หรือ "เร็ว ๆ เลย" เป็นลักษณะที่ไม่เหมาะสมในการมีความสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่ม
2. การปลุกปั่นกลุ่ม หรือชักทันกลุ่ม (manipulate) หรือสร้างกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เพื่อผู้นำกลุ่มพยายามจะนำไปสู่เป้าหมายอันซ่อนเร้นในใจของตน จะเป็นการทำลายหรือลดความเชื่อมั่นของกลุ่ม และผลที่เสียยิ่งกว่านี้คือมันจะทำให้สมาชิกกลายเป็นสาวกที่เทิดทูนผู้นำกลุ่ม ถ้าหากผู้นำกลุ่มต้องการจุดหมายที่เฉพาะ จะเป็นการดีที่สุดที่เขาจะบอกแก่สมาชิกอย่างเปิดเผย
3. ผู้นำกลุ่มที่วัดความสำเร็จหรือความล้มเหลวของกลุ่ม จากการนับจำนวนการแสดงออกของสมาชิก เช่น จำนวนผู้ที่ร้องไห้ หรือจำนวนผู้ที่ เป็นกรณีศึกษาในกลุ่ม การประเมินเช่นนี้เป็นการประเมินที่ไม่ถูกต้อง
4. การที่ผู้นำกลุ่มมีวิธีการเดียวในการนำกลุ่มมาใช้สิ่งที่ถูกต้อง ความสำเร็จของกลุ่มขึ้นอยู่กับตัวแปรของความรู้สึกหลายอย่างและก็มีมีความสำคัญในระดับเดียวกัน
5. ผู้นำกลุ่มซึ่งมีปัญหาค้นตนเองมาก และพยายามชักนำกลุ่มมาให้มาสนใจตนเอง และไม่ใส่ใจผู้อื่นนั้น ควรจะเป็นบทบาทของสมาชิกกลุ่มมากกว่าจะเป็นผู้นำกลุ่ม
6. ผู้นำกลุ่มไม่ควรจะวิเคราะห์หรือตีความถึงแรงจูงใจภายในหรือสาเหตุของพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม เพราะถ้าหากการวิเคราะห์ไม่ถูกต้องก็จะไม่ช่วยอะไรเลย แต่ถ้า

หากถูกต้องก็จะเกิดการป้องกันตนเอง หรืออาจทำให้กลไกการป้องกันตนเองของคนนั้นลดน้อยลง และอาจทำให้เขากลายเป็นผู้ที่หวั่นไหวง่ายและเจ็บปวดง่าย โดยเฉพาะผลที่อาจจะเกิดขึ้นภายหลังการเลิกกลุ่มไปแล้ว ซึ่งอาจจะ เป็นผลเสียต่อเขา โดยทำให้ขาดความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะ เข้าใจตนเองได้

7. ผู้นำกลุ่มไม่ควรจะ เริ่มต้นแบบฝึกหัดหรือกิจกรรมด้วยทัศนคติว่า "ที่นี่ เราทั้งหมดจะ..." เพราะ จะ เป็นการชักย่นในคำพูดที่ดูพิเศษเท่านั้น และทำให้สมาชิกยากที่จะปฏิเสธ ฉะนั้นการแนะนำแบบฝึกหัดต่าง ๆ จึงควรทำให้สมาชิกทุกคนมีโอกาสที่จะรู้ว่า เขาจะร่วมหรือไม่ร่วมกิจกรรมนั้นก็ได้จากผู้นำกลุ่ม

8. ผู้นำกลุ่มไม่ควรจะ บิดบังตนเอง ในการแสดงออกของความรู้สึกอย่าง เป็นธรรมชาติ ของตน กลุ่มการแสดงบทบาทของผู้นำกลุ่มว่าตนเป็นผู้เชี่ยวชาญมีความสามารถในการวิเคราะห์ กระแสกลุ่มและพฤติกรรมของสมาชิกจากความรู้ที่มีมากกว่านั้น เป็นเพียงการแสดงออกถึงการใช้ กลไกการป้องกันตนเองและการไม่ยอมรับกลุ่ม รวมทั้งผู้นำกลุ่มที่ชอบชักย่น ชอบวิเคราะห์ ชอบ กล่าวโจมตีผู้อื่น หรือมีการแสดงออกอย่างห่างเหินต่อกลุ่ม จะก่อให้เกิดการลอกเลียนแบบในกลุ่ม และกลายเป็นการมีรูปแบบที่ตายตัวต่อสมาชิก อันเป็นการปิดกั้นการเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การตระหนักรู้ในตนเองร่วมกันในกลุ่ม

โดยสรุปแล้วบทบาทของผู้นำกลุ่มจึงทำหน้าที่ของการเริ่มต้นที่จะให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ โดยการเอื้อให้เกิดบรรยากาศของอิสรภาพทางด้านจิตใจ และมีการสื่อสารที่แสดงให้เห็นถึงความเชื่อถือและไว้วางใจในมนุษย์อย่าง เต็มที่ในความสามารถที่จะ เจริญงอกงามไปได้ด้วยศักยภาพของตนเอง

3. วิธีการดำเนินกลุ่ม

ลักษณะ เฉพาะ ของกลุ่มจิตสัมพันธ์ คือ การไม่มีการกำหนดโครงสร้างที่ตายตัว และไม่มีเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงแก่กลุ่ม แต่จะเป็นหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนที่จะร่วมกันกำหนดเป้าหมายและทิศทางของกลุ่มด้วยตนเอง (Rogers 1961 : 364 ; 1970 : 8, 45, 20) ทั้งนี้เพราะต้องการให้เกิดบรรยากาศที่เป็นความปลอดภัยทางจิตใจ ที่สมาชิกแต่ละคนสามารถรู้สึกถึงความปลอดภัย ความเข้าใจ และการยอมรับ (Rogers 1951 : 347) ซึ่งพบว่าบทบาทและความคาดหวังที่ต้องทำตามบทบาท มีแนวโน้มที่จะลดลง และแทนที่ด้วยความรู้สึกถึงความเป็น "มนุษย์" ที่มีความสามารถจะเลือกวิถีปฏิบัติด้วยตนเอง (Rogers 1977 : 52) ความสามารถที่

จะ "เลือก" หรือ "เป็น" ตามความต้องการของตัวเองนี้ โดยไม่รู้สึกว่าถูกคุกคามจะเป็นตัวนำ ความรู้สึกของอิสรภาพ (freedom) (Rogers 1961 : 292 ; 1967 : 53)

อิสรภาพที่รอเจอร์สอธิบายไว้ 2 ความหมายคือ ประการแรกเป็นสิ่งที่อยู่ภายใน บุคคลนั้น ในการที่ "จะมีชีวิตอยู่ด้วยตนเองที่นี้และเดี๋ยวนี้ โดยการเลือกของตนเอง" ซึ่งเป็น คุณภาพของความกล้าหาญที่บุคคลนั้นสามารถจะผ่านพ้นความไม่แน่ใจในสิ่งที่ตนเองไม่รู้ ไปสู่ ความหมายที่ชัดเจนที่เกิดขึ้นภายในตัวเขา ด้วยการฟังที่ละเอียด และ เปิดการรับรู้ไปสู่ความ ชับซ้อนของประสบการณ์ อันจะนำบุคคลนั้นไปสู่ความรับผิดชอบใน "ตัวตน" ที่ตนได้เลือกแล้วและ นำไปสู่กระบวนการที่ไม่คงที่ แต่เป็นกระแสที่เคลื่อนไหวไป ประการที่สอง อิสรภาพ หมายถึง ความสำเร็จของบุคคลนั้นในการเลือกที่เกิดเป็นลำดับขั้นที่ต่อเนื่องตลอดชีวิต ซึ่งตรงข้ามกับความ หมายทางจิตวิทยาโดยทั่วไปที่เน้นเรื่องของเหตุและผลที่ตายตัว (Rogers 1967 : 51-53 ; 1969 : 268-269)

เมื่อเกิดการรับรู้ถึงประสบการณ์ได้อย่างอิสระแล้ว การรับรู้ประสบการณ์อย่างสอดคล้อง กับความเป็นจริงจะมีเพิ่มมากขึ้น เริ่มต้นจากการรับรู้ความรู้สึกของตนเอง อย่างที่มีการประเมิน น้อยลง และ เพิ่มการยอมรับตนเองมากขึ้น ซึ่งเป็นการเคลื่อนที่ไปสู่การมีชีวิตตามความจริงมากขึ้น โดยการไม่มีการเสแสร้งอย่างที่เคยเป็น การใช้กลไกการป้องกันตนเองจะลดน้อยลง และ เปิดรับ สิ่งต่าง ๆ อย่างที่เป็นจริง การเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง การยอมรับตนเอง และมีการเปิดเผยกับตัวเองมากขึ้น และในที่สุดเขาจะรู้สึกอิสระที่จะ เปลี่ยนแปลงและงอกงามมุ่ง ไปในทิศทางตามธรรมชาติของอินทรีย์มนุษย์ถึงแม้ว่าการเลือกนั้นบางครั้งอาจจะไม่สมบูรณ์ เขาก็จะแก้ไขได้ เพราะเขาจะระลึกได้ถึงทางเลือกที่อาจเป็นไปได้ทั้งสร้างสรรค์หรือความ เจ็บปวด หรือเป็นการเพิ่มอำนาจให้กับตนเองหรือผูกมัดตนเองไว้กับความปลอดภัยของกลุ่มก็ตาม อย่างไรก็ตามเมื่อมีการเลือกเกิดขึ้น มักจะมีแนวโน้มที่นำไปยังทิศทางที่สร้างสรรค์ในสังคม (Rogers 1967 : 55-56)

ดังนั้นวิธีการดำเนินกลุ่ม จึงจะเป็นกระแสที่เคลื่อนที่ไปอย่าง เป็นธรรมชาติ รอเจอร์ส (Rogers 1970 : 50) กล่าวว่ากลุ่มจะเปรียบเสมือนกับอินทรีย์ของมนุษย์ได้เช่นกัน ที่จะมี ศักยภาพรับรู้ทิศทางที่จะมุ่งไปด้วยตนเอง ถึงแม้ว่าจะไม่สามารถกำหนดให้ชัดเจนได้ในระดับของ ความคิด แต่ก็สามารถจะสัมผัสรับรู้ได้ด้วยความรู้สึกที่ละเอียดในส่วนขององค์ประกอบที่ยังไม่

สมบูรณ์ และสามารถดำเนินไปจนเกิดองค์ประกอบที่สมบูรณ์ โดยการทบทวนองค์ประกอบนั้น ชัดเจนขึ้น หรืออาจจัดออกไปเสีย

ในองค์ประกอบของความสมบูรณ์นี้ แต่ละคนจะมีเป้าหมายที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับ "การเลือก" ของแต่ละคนตามประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องในชีวิตของเขา เช่น นักศึกษาที่เรียนดี และได้รับเกรด A มาตลอด ที่เคยมีความกังวลว่าอาจจะได้คะแนนเรียนต่ำกว่าเดิม อาจจะยอมรับการที่ได้เกรดต่ำลงอย่างมีความสบายใจขึ้น ในขณะที่เดียวกันนักศึกษาอีกคนหนึ่งที่เคยกังวลว่าผลการเรียนอยู่ในระดับต่ำมาตลอด อาจจะมีความมั่นใจที่จะทำคะแนนเรียนให้ดีขึ้น ซึ่งเป้าหมายของนักศึกษาทั้ง 2 คนนี้จะไม่ตรงกัน และไม่ตรงกับเป้าหมายของสังคมที่ให้คุณค่า เฉพาะผู้ที่ได้รับคะแนนดีอย่าง เดียวเท่านั้น แต่เป้าหมายของแต่ละคนเป็นขยายขอบเขตของตัวคน ให้สอดคล้องกับประสบการณ์จริงของแต่ละคนให้มากขึ้น

กลุ่มจิตสัมพันธ์อาจจะมีกำหนดได้เพียงการวางแผนในเรื่องของตารางเวลา หมายกำหนดการ หรือระยะเวลาที่จะใช้ในการเข้าร่วมกลุ่มแต่ละครั้ง ที่เป็นการตกลงร่วมกัน ล่วงหน้าเท่านั้นซึ่งไม่ถือว่าเป็นรูปแบบของเป้าหมาย (Bozarth 1986 : 231 ; Rogers 1970 : 70)

ดังนั้น กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของรอเจอร์สจึง เป็นกลุ่มที่ไม่กำหนดโครงสร้างตายตัว ส่วนเป้าหมายและทิศทางของกลุ่มจะมาจากสมาชิกแต่ละคนเอง

4. กระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์

รอเจอร์สได้สรุปขั้นของกระแสการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มจิตสัมพันธ์ไว้ 15 ขั้นตอน แต่การดำเนินกลุ่มไม่จำเป็นต้องเกิดตามลำดับขั้นดังกล่าว กระแสการเคลื่อนไหวอาจจะสลับไปมาได้ ซึ่งรอเจอร์สถือว่าเป็นเช่นเดียวกับกระแสของชีวิตที่ไม่สามารถกำหนดได้ตายตัว ขั้นตอนของกระแสของกลุ่มมีอยู่ดังนี้ (Rogers 1970 : 15-37)

1. ภาวะวนเวียน (Milling around) เป็นระยะการเริ่มแรกการดำเนินกลุ่ม จะเป็นช่วงของความสับสน เจ็บปวด ก่อเขิน อึดอัด จะไม่มีผู้ใดเป็นผู้รับผิดชอบนำกลุ่มไปในทิศทางหนึ่ง จึงทำให้การสนทนาเป็นไปในลักษณะที่ขาดความต่อเนื่อง และเกิดความรู้สึกคับข้องใจ

2. ความรู้สึกยากในการแสดงตนเองและสำรวจตนเอง (Resistance to personal expression or exploration) เป็นระยะที่มีการแสดงออกของปฏิกิริยาตอบสนองที่กำกวม และมีการแสดงออกอย่างผิวเผิน ไม่ใช้ความรู้สึกใด ๆ จากตัวตนที่แท้จริง (inner self หรือ private self) แต่เป็นลักษณะของตัวตนภายนอก (public self) ด้วยเหตุที่ยังไม่สามารถตระหนักได้ถึงตัวตนที่แท้จริง พฤติกรรมที่แสดงออกจึงขึ้นอยู่กับปฏิกิริยาของผู้อื่นที่มีต่อตัวเอง

ในระยะนี้อาจจะมีบางคนเริ่มจะแสดงตัวตนที่แท้จริงออกมาอย่างผิวเผิน แต่มีความกลัวความไม่พร้อมที่เปิดเผยตน และไม่ไว้วางใจกลุ่มอย่างเพียงพอ

3. การเล่าถึงความรู้สึกในอดีต (Description of past feelings) จะมีการแสดงออกของความรู้สึกบ้างซึ่งมักจะ เป็นเรื่องราวในอดีต สมาชิกก็ยังคงรู้สึกถึงความไม่แน่ใจและความไว้วางใจในกลุ่ม และจะยังมีความกลัวการเสี่ยงในการเปิดเผยตัวเอง

4. การแสดงออกของความรู้สึกทางด้านลบ (Expression of negative feelings) ระยะนี้จะมีการแสดงออกในความรู้สึก "ที่นี่และเดี๋ยวนี้" เป็นครั้งแรกในรูปของทัศนคติทางลบให้แก่สมาชิกอื่นหรือต่อผู้เอื้ออำนวยในกลุ่ม ซึ่งถือเป็นกระแสความรู้สึกส่วนตัว ที่เปิดเผยเป็นครั้งแรกในกลุ่ม เหตุที่แสดงออกมาทางด้านลบ เพราะวิธีนี้เป็นทดสอบอิสรภาพ และความเชื่อถือว่าไว้วางใจของกลุ่มจะเป็นที่ซึ่งปลอดภัยที่สามารถแสดงตัวเองออกได้ทั้งทางด้านบวกและด้านลบได้จริงหรือไม่ และอีกประการหนึ่งความรู้สึกทางด้านบวกนั้นยากแก่การแสดงออกมากกว่าความรู้สึกทางด้านลบ

5. การเปิดเผยและการค้นหาสาระที่มีความหมายของตน (Expression and exploration of personal meaningful material) เป็นการแสดงถึงสิ่งที่มีความหมายของตนหรือต่อตนเองออกมา ด้วยเหตุที่บุคคลได้เริ่มตระหนักว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จนสามารถจะแสดงอะไรตามใจปรารถนาได้โดยไม่กลัว ด้วยได้รับรู้แล้วว่าแม้จะเป็นความรู้สึกทางด้านลบ เขาก็สามารถจะเปิดเผยได้และก็ได้รับการยอมรับและ ไม่มีผลทางด้านร้าย สมาชิกจะรับรู้ว่าคุณเองมีอิสระที่จะเปิดเผยตนเองในกลุ่มนี้ ถึงแม้จะเป็นความรู้สึกวิตกกังวลในการเสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม บรรยากาศของกลุ่มในระยะนี้จะ เริ่มต้นพัฒนาความไว้วางใจมากขึ้น ดังนั้นจึงมีการแสดงตนเองจากส่วนความรู้สึกใด ๆ

6. การแสดงออกถึงความรู้สึกระหว่างบุคคลที่เกิดขึ้นในขณะนั้นในกลุ่ม (The expression of immediate interpersonal feeling in the group) เป็นขั้นของการเข้าสู่กระบวนการจิตสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนซึ่งบางครั้งอาจจะเกิดขึ้นได้เร็ว บางครั้งอาจจะเข้าลักษณะของภาวะนี้ก็คือมีสิ่งกระตุ้นให้เปิดเผยประสบการณ์ความรู้สึกออกมาทันทีทันใด จากสมาชิก

คนหนึ่ง ไปสู่คนอื่น ๆ ความรู้สึกที่แสดงออกเป็นไปได้ทั้งทางบวกและลบทำให้เกิดบรรยากาศของความไว้วางใจที่เพิ่มมากขึ้น

7. การพัฒนาคุณภาพเชิงรักษาในกลุ่ม (The development of a healing capacity in the group) เป็นระยะที่มีการช่วยเหลือกัน โดยการแสดงออกถึงความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพเชิงการช่วยเหลือ ซึ่งมีอยู่แล้วตามธรรมชาติอย่างมีพลัง เพียงแต่ปล่อยบรรยากาศให้เป็นกระแสอิสระ สมาชิกกลุ่มก็สามารถที่จะแก้ไขปัญหานั้นในวิธีที่ดี ที่สร้างสรรค์และเป็นไปตามจริงได้มากขึ้น

8. การยอมรับตนเอง และการเริ่มต้นการเปลี่ยนแปลง (Self acceptance and the beginning of change) จุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงจะต้องมาจากการยอมรับตนเองเกิดขึ้นก่อน มันจะเป็นการยอมรับในส่วนที่ตัวเองเคยหลีกเลี่ยงหรือปฏิเสธว่าไม่เป็นตัวของเขาเอง จุดนี้จะนำไปสู่ความพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงปรับปรุงตนเอง เป็นความรู้สึกที่ใกล้ชิดกับตัวเองมากขึ้น เป็นการเปิดใจกว้างในทุกด้านของตัวเองที่เป็นจริง

9. การกระเทาะอาณาเขตแห่งการปกป้องตนเองอย่างเต็มที่ (The cracking of facades) เป็นระยะที่สมาชิกจะเปิดเผยตนเองหรือเรื่องราวของตนเองออกมาในกลุ่ม เพื่อให้มีความเข้าใจกันในระดับที่ลึกซึ้งขึ้น สมาชิกแต่ละคนจะต่อสู้กับความรู้สึกของตนเองอย่างไม่รู้ตัวในการที่จะเปิดเผยตนเองออกมา แม้บางครั้งการสนทนาดูจะเป็นคำพูดที่รุนแรง แต่ก็แข็งแรง ผลักดันให้อีกคนหนึ่งสามารถต่อสู้กับความรู้สึกที่เคยแอบซ่อน และถูกทราวยจากพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มาจากภายนอก

10. การรับข้อมูลย้อนกลับของแต่ละบุคคล (The individual receives feedback) เป็นการรับข้อมูลย้อนกลับจากผู้อื่นที่มีต่อตนเอง ซึ่งจะมีทั้งทางด้านบวกและทางด้านลบ สิ่งนี้จะนำไปสู่ประสบการณ์ใหม่ คือความเข้าใจในตนเองและเข้าใจกันในกลุ่ม

11. การกล้าเผชิญ (Confrontation) เป็นภาวะของปฏิสัมพันธ์ที่มากกว่าการให้ข้อมูลย้อนกลับ (feedback) เป็นการเผชิญความรู้สึกระดับเดียวกัน ยอมรับกันและกันอย่างตรงไปตรงมามากที่สุด

12. ความสัมพันธ์แบบช่วยเหลือกันที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานอกกลุ่ม (The helping relationship outside the group session) เป็นความช่วยเหลือกันของสมาชิกที่ได้แสดงความรู้สึกในกลุ่มไปแล้วหรือได้พยายามต่อสู้กับปัญหาส่วนตัว หรือเพิ่งได้รับความสะเทือนใจ การช่วยเหลือกันอาจจะเกิดขึ้นขณะดำเนินกลุ่ม และภายนอกการดำเนินกลุ่ม

13. จิตสัมพันธ์แท้ (The basic encounter) ขั้นตอนนั้นจะเป็นความรู้ด้วยความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจต่อเรื่องราวของสมาชิกผู้อื่น กลุ่มจะมีลักษณะความใกล้ชิด

สนิทสนมมากกว่าชีวิตในสังคมทั่วไป การแสดงออกถึงการรับรู้จะมีทั้งท่าทางและคำพูดที่สื่อออกมาให้เห็น

14. การแสดงความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกสนิทสนม (The expression of positive feeling and closeness) เป็นผลภายหลังจากการแสดงความรู้สึกบางอย่างออกไปแล้ว ได้รับการยอมรับทำให้เกิดความใกล้ชิดสนิทสนม และความรู้สึกที่ดีมากขึ้น มันเป็นการเพิ่มความรู้สึกอบอุ่นและความไว้วางใจอย่างมากขึ้น ซึ่งจะก่อให้เกิดทัศนคติทางด้านบวกและความจริงใจ ในความจริงใจนี้จะเป็นการยอมรับความรู้สึกทางด้านบวกและลบได้อย่างเต็มที่

15. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในกลุ่ม (Behavior change in the group) พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในกลุ่มจะมีที่สิ่ง เกิดได้ เช่น ลักษณะท่าทางหรือน้ำเสียงที่เปลี่ยนไปจากเดิม ซึ่งเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติมากกว่าการแสวงหา เต็มไปด้วยความรู้สึกที่ต่อกันมาตามความรู้สึกของแต่ละคน

กระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์จะเป็นกระแสของการเปลี่ยนแปลงในความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน ที่มีทิศทางมุ่งไปสู่การเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง อันจะทำให้เกิดการขยายการรับรู้ของตน หรือมีความยืดหยุ่นมากขึ้นสามารถต้อนรับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง และการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นโดยเฉพาะบุคคลที่ใกล้ชิด (Rogers 1970 : 71) ไปในทางที่ดี รวมทั้งเบรการเปลี่ยนแปลงที่ให้ประโยชน์ในเรื่องขององค์กร (organization) ด้วย

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relation)

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relation) เป็นการรวมตัวกันอย่างลึกซึ้งและซับซ้อนระหว่างบุคคลตั้งแต่สองคน ที่มาอยู่ร่วมกันในช่วงเวลาเฉพาะช่วงหนึ่ง จนมีผลต่อความคิด ความรู้สึก และการกระทำซึ่งกันและกันในสถานการณ์นั้น จนกระทั่งพฤติกรรมของคนหนึ่งอาจจะปรากฏร่วมอยู่ในอีกคนหนึ่งด้วย (Hamachek 1974 : 160 ; Schutz 1958 : 14) และอาจเป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่ (Schutz 1967 : 117)

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นคุณภาพที่สำคัญและจำเป็นในการดำเนินชีวิตที่มีความหมายของมนุษย์ เนื่องจากโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ตามลำพัง ชีวิตมนุษย์

จึงไม่อาจจะหลีกเลี่ยงความเป็นกลุ่มสังคมที่ต้องมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นสาเหตุให้มนุษย์มีความต้องการซึ่งกันและกัน และแสวงหาการมีความสัมพันธ์ต่อกันเสมอ ตลอดจนต้องการที่จะดำรงความสัมพันธ์นั้นไว้ตลอดไป ทั้งนี้เพื่อที่จะบรรลุได้ถึงความต้องการที่เป็นพื้นฐานของชีวิต และการพัฒนาศักยภาพของตนเอง (Allen 1942 : 58)

เมื่อพิจารณาทางด้านชีวภาพและวิวัฒนาการของชีวิตมนุษย์ที่มีมามากกว่าสามล้านปี จะพบว่ามนุษย์มีระยะเวลาการเป็นทารกที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองที่ยาวนาน โดยเริ่มจากระยะการปฏิสนธิและเจริญเติบโตในครรภ์มารดา และเมื่อคลอดแล้วก็ยังต้องใช้ระยะเวลาในการเลี้ยงดูอีกนานกว่าทารกนั้นจะสามารถช่วยตัวเองได้ ซึ่งสภาพเช่นนี้จะแตกต่างไปจากวิถีชีวิตของสัตว์อื่น ๆ ทุกประเภท ที่โดยมากมักจะใช้ระยะเวลาการเจริญเติบโตในครรภ์มารดาน้อยกว่าและยังสามารถช่วยตัวเองได้หลังคลอดโดยสัญชาตญาณของมัน มนุษย์จึงจำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดำรงชีวิตให้อยู่รอดและเจริญเติบโต (Allen 1942 : 28 ; Johnson 1986 : 4)

การพัฒนาทางด้านบุคลิกภาพ (personality) อัตมโนทัศน์ (self-concept) และเอกลักษณ์ (identity) ต้องเกิดมาจากการผ่านการเรียนรู้ในความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ได้เกิดจากสัญชาตญาณ (Johnson 1986 : 2) ชมุกและชมุก (Schmuck and Schmuck, cited by Trotzer 1977 : 38) กล่าวสนับสนุนว่า "พัฒนาการของชีวิตมนุษย์มีลักษณะที่เป็นระบบและเป็นขั้นตอน ไม่ได้เกิดจากสัญชาตญาณ แต่เกิดมาจากระบบการมีปฏิสัมพันธ์ในความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันเองในชีวิตอย่างเป็นลำดับขั้นตอนสม่ำเสมอ และมีผลต่อเนื่องไปจนถึงอนาคต" พฤติกรรมจึงเป็นผลสะท้อนของการเรียนรู้และเปรียบเทียบกับผู้อื่น การที่จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้ถึงความแตกต่างและความหมายของอารมณ์ ทัศนคติ และการแปลความหมายเหล่านี้ ต้องเกิดมาจากการพิจารณาเปรียบเทียบการแสดงออกของพฤติกรรมและความรู้สึกที่ได้รับจากบุคคลที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นมาจากครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นจุดเริ่มต้น โรงเรียน สถานที่ทำงาน ชุมชน หรือแม้แต่กลุ่มสังคมต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าไปเกี่ยวข้องในแต่ละสถานการณ์ องค์ประกอบเหล่านี้จะช่วยให้สามารถเข้าใจพฤติกรรมของตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น (Hamachek 1982 : 163)

ความสามารถที่จะรับรู้ตนเองได้อย่างถูกต้อง จะทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพจิตที่ดีตามไปด้วย บุคคลใดที่สามารถยอมรับตนเองได้ดีแล้ว ย่อมหมายถึงความสามารถในการยอมรับในความไม่สมบูรณ์หรือส่วนบกพร่องของตนเองได้มากขึ้น และในทางตรงข้ามความไม่สามารถยอมรับตนเองได้ทั้งหมดนั้น จะก่อให้เกิดความกังวลใจ (Schutz 1958 : 16) นอกจากนี้ยังอาจจะเกิด

เป็นความขี้นเสรำ ความกลัวใจ หรือความไม่สบายใจ ด้วยความกลัวว่าผู้อื่นจะ ไม่ยอมรับตน จนทำให้เกิดเป็นความรู้สึกโดดเดี่ยว หรือความแปลกหน้าและ แดกแยกออกจากกลุ่ม ซึ่งเป็นสภาพที่ผิดไปจากปกติของมนุษย์ในความต้องการมีส่วนร่วมในความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด ที่สามารถทำให้เกิดความรู้สึกผูกพันในความเป็นเพื่อน และความรู้สึกอบอุ่นของความ เป็นชุมชน (Johnson 1986 : 3)

William C.Schutz นักจิตวิทยาแนวมนุษยนิยมได้อธิบายพื้นฐานของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไว้ในทฤษฎีพฤติกรรมระหว่างบุคคลสามมิติ (Three Dimension Theory of Interpersonal Behavior) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ในระหว่างความสัมพันธ์ของมนุษย์ด้วยกันเองนั้นว่า พฤติกรรมความสัมพันธ์ที่ปรากฏอยู่ในการแสดงออกของแต่ละบุคคล ประกอบไปด้วยความต้องการ 3 ประการคือ การมีส่วนร่วม (inclusion) การควบคุม (control) และการผูกพัน (affection) ดังจะกล่าวอธิบายรายละเอียดดังนี้ คือ (Schutz 1958 : 18-20 ; 1967 : 117-120)

1. การมีส่วนร่วม (Inclusion) หมายถึงพฤติกรรมความสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลที่เป็นไปในลักษณะของข้อของการปลีกตัวออกห่าง และข้อของการเข้าร่วม การเป็นส่วนหนึ่งหรือการอยู่ร่วมกัน ความต้องการมีส่วนร่วมนี้เป็นการแสดงออกของความ ต้องการให้ได้รับความใส่ใจ และการดึงดูดความใส่ใจและความสนใจจากผู้อื่น เช่น เด็กนักเรียนที่ขี้นขายางลบ มักจะ

ถูกเพ่งเล็งอย่างมากในการขาดความเอาใจใส่ในการเรียน แต่การกระทำนี้ที่นักเรียนจะได้รับ ความสนใจในทางลบ ซึ่งส่วนหนึ่งจะทำให้เขาพึงพอใจ เพราะว่าอย่างน้อยก็มึบางคนกำลังให้ความสนใจต่อเขา

การได้รับการขนานนามว่าเป็นบุคคลที่ตัวเห็นต่าง เป็นการสร้างเอกลักษณ์รูปแบบหนึ่งที่สำคัญในการมีส่วนร่วม การได้รับการเห็นคุณค่าจากส่วนรวมและการได้รับการเอาใจใส่เป็นการแยกความแตกต่างของบุคคลนั้นออกจากบุคคลอื่น การได้รับรู้ว่าตนเป็นบุคคลพิเศษจึงเป็นเอกลักษณ์ที่พิเศษตามมำด้วย ความสำคัญของเรื่อง เอกลักษณ์นี้จึง เป็นเรื่องของการได้รับความเข้าใจ อันหมายถึงว่ามีบางคนให้ความสนใจต่อเขาอย่างมากพอที่จะสามารถพิจารณาถึงลักษณะพิเศษในตัวเขาได้

ประเด็นที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในการเริ่มต้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ เรื่องของการผูกมัด และการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมกิจกรรมหรือความสัมพันธ์นั้นหรือไม่ โดยทั่วไปในการเริ่มทดสอบความสัมพันธ์นั้น มักจะมีการทดลองที่จะแสดงตนต่อผู้อื่นโดยการค้นหาจุดเด่นในตนเองให้ผู้อื่นสนใจ และบ่อยครั้งที่แต่ละบุคคลจะเริ่มต้นด้วยความเงิบ เพราะต่างไม่แน่ใจว่าตนเองจะได้รับความสนใจหรือไม่ ถึงแม้ว่าจะคำนึงถึงเรื่องการต้องมีส่วนเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ

ความพึงพอใจในความร่วมมือส่วนร่วมเป็นการคำนึงถึงประเด็นที่เน้นเรื่องปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในเรื่องของความใส่ใจ การยอมรับ ความเด่น การเห็นคุณค่า และชื่อเสียง ในเรื่องเอกลักษณ์ความเป็นปัจเจกบุคคลและความสนใจ การมีส่วนร่วมเป็นภาวะที่แตกต่างจากความผูกพันในแง่ที่ไม่มีส่วนร่วมของการเกี่ยวพันเชิงอารมณ์ของบุคคลแต่ละคน และมีความแตกต่างจากการควบคุมด้วยในส่วนที่จะเกี่ยวข้อง เฉพาะในเรื่องของความเด่น แต่ไม่เกี่ยวกับอำนาจ

2. การควบคุม (Control) หมายถึงพฤติกรรมเกี่ยวกับกระบวนการตัดสินใจที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล และในส่วนของอำนาจ อิทธิพล หรือการบังคับบัญชา ความต้องการในการควบคุมจะแปรผันไปตามระดับของความต้องการในอำนาจ การบังคับบัญชา หรือ การควบคุมเหนือผู้อื่น (ซึ่งบางครั้งจะเป็นอนาคตของคนอื่น) ตามความต้องการของบุคคลนั้นที่จะยอมให้ควบคุมและความไม่ต้องการมีความรับผิดชอบ

การโต้เถียง เป็นตัวอย่างของการทำให้เห็นความแตกต่างของบุคคลที่แสวงหาการมีส่วนร่วมและบุคคลที่แสวงหาการควบคุม บุคคลที่แสวงหาการมีส่วนร่วมหรือความเด่นมีความต้องการเพียงที่จะเข้าร่วมในการโต้เถียงนั้น ในขณะที่บุคคลที่แสวงหาการควบคุมต้องการเป็นผู้ชนะหรือถ้าไม่ใช่ผู้ชนะก็ต้องอยู่ในฐานะที่เหมือนกับเป็นผู้ชนะ หรือในการขาดการประชุม บุคคลที่แสวงหาความเด่นชอบที่จะเป็นเพียงผู้ขาดการเข้าร่วมประชุม แต่ผู้ที่แสวงหาอำนาจชอบที่จะเป็นผู้ชนะในการไม่ได้เข้าร่วมการประชุม

การควบคุมเป็นการแสดงออกของพฤติกรรมการณ์บุคคลอื่นโดยความพยายามที่จะควบคุมบุคคลที่แสดงออกถึงความอิสระและการต่อต้านเป็นตัวอย่างของความไม่ต้องการที่จะถูกควบคุม ขณะที่พวกที่ยอมตาม เก็บตัว และรับคำสั่ง แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างในระดับของการยอมรับการควบคุมจากผู้อื่น พฤติกรรมของบุคคลในการควบคุมผู้อื่นและการถูกผู้อื่นควบคุมไม่จำเป็นต้องสัมพันธ์ต่อกัน บุคคลสองคนที่ชอบควบคุมผู้อื่นอาจจะมี ความแตกต่างกันในระดับของการยินยอม

ให้ผู้อื่นควบคุมตนเอง เช่น จำผู้ที่ชอบการกดขี่ผู้อื่นอาจจะยอมรับคำสั่งจากนายร้อยด้วยความยินดี และภาคภูมิใจ แต่ขณะที่พวกที่มีนิสัยอันธพาลก็ยิ่งชอบที่จะต่อต้านกับพ่อแม่ของตนเอง

พฤติกรรมกรรมการควบคุมแตกต่างจากพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในเรื่องที่ไม่ต้องการความเด่น คำว่า "อำนาจหลังบัลลังก์" เป็นคำเปรียบเทียบกับที่ดีที่สุดของบทบาทที่มีความต้องการอย่างมากในการควบคุม และมีความต้องการน้อยในการมีส่วนร่วม ส่วนคำที่เปรียบเทียบกับบุคคลที่กระตือรือร้นเหมือนเป็น "ตัวตลก" ก็เป็นตัวอย่งที่ดีของผู้ที่ต้องการอย่างมากในการมีส่วนร่วม และมีความต้องการที่จะควบคุมน้อย พฤติกรรมการควบคุมต่างจากพฤติกรรมการผูกพันในส่วนที่การควบคุมต้องเกี่ยวข้องกับอำนาจมากกว่าความใกล้ชิดซึ่งเป็นเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก ซึ่งในการแยกแยะความต้องการทั้งสองประการนี้จะพิจารณาจากสถานการณ์ คือ ความต้องการที่จะ "จัดการเรื่องนั้น" และความต้องการที่จะ "รู้จักคนอื่น" ซึ่งแสดงให้เห็นพฤติกรรมของคนแรกในการที่เน้นความสำคัญของการควบคุม แต่คนหลังมีพฤติกรรมในการผูกพันกับคนอื่น

3. การผูกพัน (Affection) หมายถึงพฤติกรรมที่เป็นเรื่องของความรู้สึกส่วนตัวทางอารมณ์ในระหว่างบุคคลสองคนที่ใกล้ชิดกัน โดยเฉพาะในระดับของความรักและความเกลียด ความผูกพันเป็นความสัมพันธ์ของทั้งสองฝ่าย ซึ่งในแต่ละครั้งจะต้องเกิดขึ้นเป็นคู่เท่านั้น ขณะที่ความต้องการของพฤติกรรมการมีส่วนร่วม และการควบคุมอาจจะเกิดขึ้นในบุคคลสองคน หรือระหว่างบุคคลหนึ่งกับหลาย ๆ คนในกลุ่มก็ได้

พฤติกรรมการผูกพันที่เกิดขึ้นในกลุ่มต่าง ๆ จะเป็นการแสดงออกถึงมิตรภาพ ซึ่งจะมีระดับความแตกต่างกันระหว่างบุคคล วิธีที่มีกำชับน้อยอยู่เสมอในการหลีกเลี่ยงการผูกพันที่ใกล้ชิดต่อกันคือ การเป็นเพื่อนกับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ดังนั้น "ผู้ที่ได้รับความนิยมนมาก" อาจจะได้หมายถึงการผูกพันใด ๆ เลย เพราะมีบ่อยครั้งที่เป็นการมีส่วนร่วมกันเท่านั้น ตรงกันข้ามกับ "การนัดพบ" ของผู้ชายกับผู้หญิง ซึ่งมักจะเป็นการเริ่มก่อตัวของการผูกพันต่อกัน

ความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมการมีส่วนร่วม การควบคุม และการผูกพัน สามารถแสดงการเปรียบเทียบให้เห็นได้จากสถานการณ์ 3 แบบคือ ผู้ที่ไม่ได้รับความสนใจจากหมู่คณะ ผู้ที่อาจารย์ให้สอบตกและผู้ที่ถูกผู้หนึ่งปฏิเสธ การที่ถูกแยกออกจากหมู่คณะ จะทำให้เขาเรียนรู้ว่า

กลุ่มไม่ได้ให้ความสนใจอย่างเพียงพอต่อเขา การที่อาจารย์ให้สอบตกและบอกให้รับรุ่นนี้ จะทำให้เขาทราบว่าตนเองไม่มีความสามารถในวิชานั้น และการถูกผู้หญิงปฏิเสธ ก็แสดงว่าเธอไม่ได้รักชอบพอเขาเลย

ตามความหมายของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การมีส่วนร่วมเป็นสิ่งแรกที่ต้องคำนึงถึงในความสัมพันธ์ โดยที่การควบคุมและการผูกพัน เป็นสิ่งที่เกิดตามมาภายหลัง เมื่อมีความสัมพันธ์ต่อกันแล้ว การควบคุมเป็นอาณาเขตที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่ต้องออกคำสั่งและ เป็นผู้ตัดสินใจแทนให้คนอื่น แต่การผูกพันเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ที่ใกล้ชิดหรือ เหนือห่างว่าเกิดเป็นความสัมพันธ์ลักษณะใด ฉะนั้นการมีส่วนร่วมจึงถูกคำนึงถึงในแง่ของภายในหรือภายนอก การควบคุมคำนึงถึงในแง่ของอำนาจที่เหนือกว่าหรือต่ำกว่า และการผูกพันคำนึงถึงความใกล้ชิดหรือความเหนือห่าง

ความต้องการความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีส่วนช่วยส่งเสริมบุคคลให้พัฒนาศักยภาพของตนเอง ประสิทธิภาพในความสัมพันธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนเองอย่างสอดคล้องและกลมกลืนกับสิ่งที่ได้ตั้งใจ และสามารถที่จะสื่อสารให้บุคคลอื่นรับรู้ได้ตรงกับความต้องการนั้น จะขึ้นอยู่กับความสามารถในการตระหนักรู้และยอมรับในแรงจูงใจที่เกิดขึ้นภายในตนเอง รวมทั้งความกล้าที่จะเปิดเผยแรงจูงใจนั้นออกมาให้ผู้อื่นรับรู้ ซึ่งเป็นความสามารถที่จะใช้ข้อมูลย้อนกลับอย่างสร้างสรรค์ เพื่อเพิ่มพูนความระมัดระวังในผลของการกระทำนั้นให้มากขึ้น และมีความเต็มใจที่จะลองทำในสิ่งใหม่ๆ ถ้าพบว่าผลของการกระทำเดิมนั้นไม่สอดคล้องหรือตรงตามความปรารถนาต่อแรงจูงใจของตน (Johnson and Johnson 1975 : 289) สภาพดังกล่าวนี้คือ ความสามารถที่จะมีการรับรู้อย่างชัดเจนในความรู้สึก อารมณ์ และ ความคิดของตนเอง รวมทั้งประสบการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นอย่างสอดคล้อง เป็นการเพิ่มการเปิดเผยตนเอง ยอมรับผลของการกระทำของตน และพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไขถ้าไม่เหมาะสม รอเจอร์สเชื่อว่าผู้ที่สามารถเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและมีการเลือกอย่าง เป็นอิสระในสิ่งที่สำคัญต่อเขาในลักษณะเช่นนี้ จะมีความสามารถเชื่อมโยงตนเองกับผู้อื่นได้อย่างสมบูรณ์อย่างมีวิวัฒนาการ ซึ่งเป็นความหมายของบุคคลที่มีความเจริญงอกงามในชีวิต (Rogers 1942 : 30) และความงอกงามนี้ถือเป็นตัววัดสำคัญของสัมพันธ์ภาพของมนุษย์ (Henderson 1974 : 15) ทั้งนี้เพราะเมื่อบุคคลใดประสบความสำเร็จในการสร้างความสัมพันธ์ต่อผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะมีส่วนผลักดันให้เขาประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ความสำเร็จในชีวิตครอบครัว รวมทั้งความสำเร็จในการสร้างมิตรภาพและความเป็นเพื่อนกับบุคคลอื่น ๆ (Johnson 1986 : 1)

ในการวิจัยนี้จะเป็นการศึกษาว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์ในแนวความคิดของรอเจอร์สจะสามารถช่วยพัฒนาและส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยการที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้ออำนวยกลุ่มให้เกิดบรรยากาศที่ปลอดภัยทางด้านจิตใจ เพื่อสมาชิกจะสามารถเพิ่มพูนการรับรู้อย่างอิสระและชัดเจนในตัวเองจนเกิดความสอดคล้องระหว่างตนเองกับประสบการณ์ที่เป็นอยู่ โดยกระบวนการเรียนรู้โดยการสังเกตตนเองและจากการได้รับข้อมูลย้อนกลับจากสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม เพื่อการยอมรับตนเองมากขึ้น ทำให้สามารถเลือกการกระทำที่เหมาะสมทางสร้างสรรค์ และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการเอื้อให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ จนเกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้งในวิถีของชีวิต

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มีเดอร์ (Meader 1971) ศึกษาถึงกระแสการเปลี่ยนแปลงของบุคคลที่เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวทฤษฎีของรอเจอร์ส กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกลุ่ม จำนวน 8 คน เป็นหญิง 4 คน ชาย 4 คน ผู้นำกลุ่มเป็นนักจิตวิทยาตามแนวผู้มาปรึกษาเป็นศูนย์กลาง จำนวน 2 คน ระยะเวลาที่เข้ากลุ่มทั้งหมด 16 ชั่วโมง ผลการวิจัยปรากฏว่าสมาชิกที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของรอเจอร์ส ทุกคนมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าสมาชิกทุกคนมีการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ภายในกระแสกลุ่มที่เคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง และพบว่าการเข้ากลุ่มอย่างต่อเนื่องกันตลอดจะเกิดกระแสของการเคลื่อนไหวภายในกลุ่มมากกว่าการเข้ากลุ่มแบบแบ่งเวลาเป็นช่วง ๆ อาทิตย์ละ 1 ครั้ง

ราล์ฟ จอห์นสัน (Ralph F. Johnson 1971) ศึกษาวิจัยผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ในกลุ่มผู้สูงอายุ ที่ได้รับการคัดเลือกตามอายุและวิธีการให้อาสาสมัคร โดยใช้เวลา 4 อย่าง คือ (1) ระดับสติปัญญาของ Wechsler Adult intelligence Scale (2) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ตามแบบวัดไฟโร-บี (FIRO-B) (3) ทศนคติเกี่ยวกับความตาย โดยใช้ Kalish : Death Attitude Scale และ (4) การวัดการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย การดำเนินการทดลองให้อาสาสมัครจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุโดยเฉลี่ย 78.9 ปี จำนวน 18 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ที่มีระยะเวลาทดลอง 2 แบบ คือ 8 และ 11 ชั่วโมง และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม จะได้รับการเข้าร่วมจิตสัมพันธ์แบบไม่มีการกำหนด ผลการวิจัยพบว่าผู้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์โดยการเพิ่มขึ้นของระดับสติปัญญา 2 ด้าน คือในด้านของคณิตศาสตร์ และการจัดภาพ และมีการเพิ่มขึ้นของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลตามแบบวัดไฟโร-บี

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในด้านของการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น แต่ไม่มีการเปลี่ยนแปลงของทัศนคติเกี่ยวกับความตายและการเปลี่ยนแปลงในการกล่าวถึง เกี่ยวกับร่างกาย

Diamond and Shapiro (1973 : 514-518) ได้ศึกษาวิจัยผลประสพการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของการควบคุม โดยใช้แบบวัดของ Rotter Internal - External Locus of Control Scale กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในระดับปริญญาโทที่อาสาสมัครเข้ามา และคัดเลือกเข้ากลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม โดยวิธีการสุ่มให้มีจำนวนสมาชิกกลุ่มละ 9 คน, 10 คน และ 11 คน ส่วนกลุ่มควบคุม 1 กลุ่มมีจำนวนสมาชิก 9 คน ผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่มีความชำนาญเกี่ยวกับเรื่องกลุ่มจิตสัมพันธ์และมีนักศึกษาปริญญาโทเป็นผู้ช่วยกลุ่ม ในทั้ง 3 กลุ่มทดลอง ระยะเวลาการทดลองใช้เวลาทั้งหมด 11 อาทิตย์ แบ่งเป็นสัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง จำนวน 8 อาทิตย์ และเวลาต่อเนื่องกันแบบมาราธอน อีก 10 ชั่วโมง การวิจัยเป็นแบบการทดสอบเป็นก่อนและหลังการเข้ากลุ่ม ผลการทดลองปรากฏว่าทุกกลุ่มทดลองจะมีการเพิ่มขึ้น Internal Locus of Control อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่กลุ่มควบคุมไม่มีการเปลี่ยนแปลง แต่ไม่มีความแตกต่างกันระหว่าง Internal และ External Locus of control ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

แมกยาร์ (Magyar 1974) ศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่มกับกลุ่มที่ไม่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ของมหาวิทยาลัยนอร์ทดาโคต้า จำนวน 36 คน ที่อาสาสมัครเข้ากลุ่ม แบ่งเป็น 4 กลุ่มด้วยวิธีการสุ่ม ผู้นำกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่มจะนำกลุ่ม 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่มกับกลุ่มที่ไม่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่ม และผู้นำกลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่มก็จะนำกลุ่ม 2 กลุ่มเช่นเดียวกัน ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มใช้ 4 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบวัด ฮิม จี (Him G : The Hill Interaction Matrix-Form G) และ ฮิม บี (Him B : The Hill Interaction matrix Form B) ผลของการวิจัยปรากฏว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์กันมาก กล่าวเสี่ยงเข้าร่วมสนทนาแสดงความรู้สึกและแนวคิดต่อกลุ่ม ส่วนกลุ่มที่ไม่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะนั้นสมาชิกจะไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่กล้าพูดและปิดความรับผิดชอบให้ผู้นำกลุ่ม การวิจัยครั้งนี้พบว่าผู้นำกลุ่มที่มีประสบการณ์จะเอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มได้มาก และสามารถดำเนินกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าผู้นำกลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่ม

มานิดา กิริยาผล (2524) ศึกษาผลของกลุ่มสัมผัสใจ (encounter group) ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนที่มีความพิการทางกาย ของโรงเรียนศรีสังวาลย์ ชั้นมัธยมปีที่ 1-2 โดยแบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดอัตมโนทัศน์ TSCS (Tennessee Self Concept Scale) และ A.D. Scale (Acceptance of Disability Scale) ผลไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในด้านจิตใจ ร่างกาย และสังคม แต่การประเมินจากการแสดงความคิดเห็นและวิจารณ์อย่างเสรี กลุ่มทดลองจะแสดงออกถึงทัศนคติที่ดีต่อประสบการณ์กลุ่ม และเห็นประโยชน์ที่มีต่อตนเอง

พรพิมล เพ็ญญะ (2527) ศึกษาวิจัยผลการให้คำปรึกษาของแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลกับนักเรียนหญิงกับมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชวินิต บางแก้ว จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2527 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบไม่มุ่งทาง จะนวน 11 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1 1/2 ชั่วโมง ผลการศึกษวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อการเพิ่มขึ้นของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ คือ การเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของ คาร์ล ร็อบเจอร์ส (Carl Rogers)

ตัวแปรตาม คือ คะแนนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ได้รับจากแบบวัดไฟโร-บี

สมมติฐานการวิจัย

1. ค่าการมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่นในแบบวัดไฟโร-บี หลังจากเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะสูงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม
2. ค่าการมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเองในแบบวัดไฟโร-บี หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะสูงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม
3. ค่าการควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่นในแบบวัดไฟโร-บี หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะลดลงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม
4. ค่าการควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเอง ในแบบวัดไฟโร-บี หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะลดลงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม
5. ค่าการผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่นในแบบวัดไฟโร-บี หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะสูงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม
6. ค่าการผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเองในแบบวัดไฟโร-บี หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะสูงกว่าก่อนการเข้ากลุ่ม

คำจำกัดความในการวิจัย

กลุ่มจิตสัมพันธ์ หมายถึง กลุ่มที่มีความมุ่งหมายให้เกิดความเจริญอกงามส่วนบุคคล กลุ่มประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 8 คน ซึ่งสมัครใจเข้าร่วมกลุ่ม โดยมีผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้เอื้อเพื่อบรรยากาศให้สมาชิกได้เรียนรู้ตามทักษะทางด้านจิตวิทยาในแนวคิดของโรเจอร์ส ภายในระยะเวลาที่ต่อเนื่องกันประมาณ 21 ชั่วโมง ด้วยการมาอยู่ร่วมกันที่เดียว และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น เพื่อความสัมพันธ์ระหว่างกันอย่างสอดคล้อง และมีการเปลี่ยนแปลงของทัศนคติและพฤติกรรม

ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล หมายถึง คุณภาพที่เกิดจากการรวมตัวของบุคคลตั้งแต่สองคนจนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ในที่นี้หมายถึงคะแนนที่ปรากฏอยู่ในแบบวัดไฟโร-บี ของสมาชิก จำนวนเป็น 6 ด้าน ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed inclusion) เป็นพฤติกรรมที่ตนเองชอบแสดงออกต่อบุคคลอื่น ในการมีปฏิสัมพันธ์และการร่วมสมาคม

2. การมีส่วนร่วมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเอง (Wanted inclusion) เป็นพฤติกรรมที่ต้องการให้บุคคลอื่นกระทำต่อตนเอง ในการมีปฏิสัมพันธ์และการร่วมสมาคม
3. การควบคุมที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed control) เป็นพฤติกรรมที่ตนเองชอบแสดงออกต่อบุคคลอื่น ในการเป็นผู้นำและการมีอำนาจของกระบวนการตัดสินใจ
4. การควบคุมที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเอง (wanted control) เป็นพฤติกรรมที่ตนเองต้องการให้บุคคลกระทำต่อตนเอง ในการเป็นผู้นำและการมีอำนาจของกระบวนการตัดสินใจ
5. การผูกพันที่แสดงออกต่อผู้อื่น (Expressed affection) เป็นพฤติกรรมที่ตนเองชอบแสดงออกต่อบุคคลอื่นในด้านของความรัก ความเข้าใจ ความต้องการเป็นที่รัก ความเป็นเพื่อน และความสนิทสนมกัน
6. การผูกพันที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงออกต่อตนเอง (Wanted affection) เป็นพฤติกรรมที่ตนเองต้องการให้บุคคลอื่นกระทำต่อตนเอง ในด้านของความรัก ความเข้าใจ ความต้องการเป็นที่รัก ความเป็นเพื่อน และความสนิทสนมกัน

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง เป็นสมาชิกที่อาสาสมัครและเต็มใจเข้าร่วมในการวิจัย โดยการสมัครเข้าร่วมในโครงการวิจัยที่ได้ประชาสัมพันธ์โดยการแจกแผ่นพับ ซึ่งได้ผู้เข้าร่วมจำนวน 8 คน จำนวนเป็นผู้หญิง 6 คน และผู้ชาย 2 คน อายุระหว่าง 21-23 ปี
2. ระยะเวลา ในการวิจัยนี้ใช้เวลาต่อเนื่องกันในการดำเนินกลุ่ม ตั้งแต่บ่ายวันศุกร์ที่ 16 พฤศจิกายน 2533 ถึงเที่ยงวันอาทิตย์ที่ 18 พฤศจิกายน 2533 โดยมีกำหนดพักในช่วงรับประทานอาหารและเวลานอน รวมเวลาดำเนินกลุ่มทั้งสิ้น 21 ชั่วโมง
3. สถานที่ทำการทดลองคือ สถานีวิจัยการประมง คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตำบลอ่างศิลา จังหวัดชลบุรี
4. ผู้ทำการวิจัยจะเป็นผู้นำกลุ่มในครั้งนี้ โดยมีประสบการณ์พื้นฐานในการนำกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวรอเจอร์สมาแล้ว 2 ครั้ง และกลุ่มฝึกอบรม (training group) ในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ การพัฒนาศักยภาพมนุษย์ และการทำงานร่วมกันเป็นทีม อีกประมาณ 10 ครั้ง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการใช้กลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2. เพื่อช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้เกิดการเรียนรู้ เบื้องความเข้าใจที่ชัดเจนมากขึ้น จากการได้มีประสบการณ์ตรง เช่น การสื่อสารที่ชัดเจน การรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ฯลฯ
3. เพื่อเป็นแนวทางในการนำกลุ่มจิตสัมพันธ์ไปประยุกต์ใช้ในกลุ่มประชากรต่าง ๆ เช่น ในองค์กร ในครอบครัว หรือในชุมชน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย