

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน การศึกษาค้นคว้าทางด้านจิตวิทยายังคงมุ่งเน้นที่จะศึกษาและทำความเข้าใจถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ทั้งทางด้านพันธุกรรม และสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล(individual differences)ในด้านอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก พฤติกรรม และการปรับตัวของบุคคล และเมื่อไม่นานมานี้ นักจิตวิทยาในต่างประเทศได้ศึกษาพบว่า รูปแบบความผูกพันของบุคคลในวัยผู้ใหญ่อันเป็นผลสะท้อนมาจากความผูกพันของบุคคลในวัยทารกกับพ่อแม่เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล

Bowlby(1988) ได้กล่าวถึงทฤษฎีความผูกพันว่าเป็นคุณลักษณะความสัมพันธ์ทางอารมณ์ของทารกกับพ่อแม่(ผู้เลี้ยงดู)ในช่วงต้นของชีวิต ซึ่งคุณลักษณะดังกล่าวจะเป็นแบบแผนที่กำหนดรูปแบบความผูกพันในการสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดของบุคคลในช่วงวัยต่อไป(วัยผู้ใหญ่) Ainsworth(1978 อ้างถึงใน Mikulincer และ Nachshon,1991) พบว่า รูปแบบความผูกพันของทารกกับผู้เลี้ยงดูมีด้วยกัน 3 รูปแบบได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง(secure) รูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวล-ไม่แน่ใจ(anxious-ambivalent) และรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง(avoidant) รูปแบบความผูกพันดังกล่าวเป็นผลสะท้อนมาจากสัมพันธภาพระหว่างผู้เลี้ยงดูและทารก โดยทารกจะเชื่อมโยงการคาดหวังของตนและการตอบสนองทางอารมณ์จากการดูแลเอาใจใส่ของผู้เลี้ยงดูซึ่งการคาดหวังดังกล่าวจะถูกสร้างเป็นรูปแบบการทำงาน(working model) ที่ส่งผลต่อการสร้างสัมพันธภาพของบุคคลในอนาคต(Bowlby,1988) นอกจากนี้รูปแบบการทำงานยังแสดงถึงกระบวนการภายในของบุคคลในการมองตนเองและผู้อื่น โดยทั่วไปจะส่งผลต่อระบบการรู้คิด อารมณ์ พฤติกรรม และความใส่ใจในการสร้างสัมพันธภาพใหม่ของบุคคล(Bowlby,1973) รูปแบบการทำงานภายในจะเป็นเสมือนแผนที่หรือต้นแบบของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การทำนายพฤติกรรมของบุคคลในสังคมและยังเป็นเสมือนพฤติกรรมอันเป็นเป้าหมายของบุคคลในการบรรลุสัมพันธภาพอีกด้วย (Bowlby, 1969 อ้างถึงใน Freeney และ Noller, 1996)

Bartholomew และ Horowitz(1991) ได้กำหนดรูปแบบความผูกพันของวัยผู้ใหญ่ จากคำจำกัดความของรูปแบบการทำงานภายในของ Bowlby โดยจำแนกรูปแบบความผูกพันเป็น 4 แบบได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง(secure) รูปแบบความผูกพันแบบกังวล (preoccupied) รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว(fearful) และรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน (dismissing) ซึ่งเป็นผลมาจากปฏิสัมพันธ์ของรูปแบบการทำงานภายใน 2 องค์ประกอบคือ รูปแบบเกี่ยวกับการมองตนเองด้านบวกและด้านลบ และรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านบวกและด้านลบ โดยรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีลักษณะการมองตนเองและผู้อื่นในด้านบวก รูปแบบความผูกพันแบบกังวลมีลักษณะการมองตนเองในด้านลบแต่มองผู้อื่นในด้านบวก รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีลักษณะการมองตนเองและผู้อื่นในด้านลบ และรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนมีลักษณะการมองตนเองในด้านบวกและมองผู้อื่นในด้านลบ

คุณลักษณะที่สำคัญของรูปแบบความผูกพันแบบต่าง ๆ ที่พบมีดังนี้ บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง เชื่อในความสามารถของผู้อื่น มีความสามารถในการประเมินบุคคลอื่นอย่างเหมาะสม รับรู้ว่ามีบุคคลอื่นที่จะช่วยเหลือและยอมรับตน มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล จะมีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์สูง มีระดับความวิตกกังวลและการตอบสนองความเครียดที่สูง มักมองบุคคลอื่นในแง่ดี มีการพึ่งพิงผู้อื่นสูง มีความริษยาและความวิตกกังวลจากการแยกจากสูงและมีการสร้างสัมพันธ์ภาพใหม่ได้ง่ายแต่มีความกังวลที่จะมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิด บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว มีลักษณะที่แสดงถึงการหลีกเลี่ยงที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิดเพราะมีความกลัวที่จะถูกปฏิเสธ มีความดั่งใจ อ่อนแอ มักมองตนเองในด้านลบ มักตำหนิตนเอง มีความเครียดสูง และกลัวการเปิดเผยตนเอง และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน พบว่ามีลักษณะมีความเป็นตัวของตัวเองสูง มีการพึ่งพาตนเองสูงโดยปราศจากการพึ่งพาผู้อื่น มักไม่แสดงออกทางอารมณ์ และมักไม่เห็นคุณค่าของการมีสัมพันธ์ภาพที่ใกล้ชิด(Stein, Jacobs, Ferguson, Alien และ Fonagy, 1998) นอกจากนี้มีงานวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพบว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีลักษณะภาวะความเป็นผู้นำสูงกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวล หวาดกลัวและทะนงตน และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงและทะนงตนมีการรับรู้ปัญหาส่วนบุคคลของตนต่ำกว่าบุคคลที่รายงานว่า มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลและหวาดกลัว และพบว่าบุคคลที่รายงานว่ามีความผูกพันแบบมั่นคงและกังวลจะมีการแสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นสูงกว่าบุคคลที่รายงานว่า มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวและทะนงตน(Lopez, Melendez, Sauer, Berger และ Wyssmann, 1998)

กล่าวโดยสรุป รูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่เป็นรูปแบบการทำงานของ ความผูกพันซึ่งเป็นกระบวนการภายในบุคคล อันเป็นผลสะท้อนมาจากรูปแบบการทำงานภายใน เกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นของบุคคลในวัยทารกกับผู้เลี้ยงดู โดยจะส่งผลกระทบต่อความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้งด้านกระบวนการการรู้คิด อารมณ์ ความรู้สึก พฤติกรรม การปรับตัว และสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

Rycroft (1978) ได้กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับสิ่งที่จะเกิดขึ้น และความเปลี่ยนแปลงต่างๆที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่ามีอะไรบางอย่างคุกคามตน แต่ยังไม่สามารถที่จะจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากยังไม่ได้เกิดขึ้นจริง ๆ หากสิ่งนั้นได้เกิดขึ้นหรือบุคคลได้รู้อย่างแน่ชัดแล้วความวิตกกังวล ก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมรับการเผชิญปัญหา และภาวะอารมณ์ชนิดอื่นจะเข้ามาแทนที่ โดยบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงนั้นจะส่งผลกระทบต่ออาการทางกายและจิตใจ ผลกระทบทางกายได้แก่ หายใจไม่ทั่วท้อง อ่อนเพลีย แรงแน้อย เจ็บหน้าอก ปัสสาวะบ่อย มือสั่น ตัวสั่น เป็นต้น ส่วนผลกระทบทางด้านจิตใจ ได้แก่ เครียด กลุ้มใจ คิดฟุ้งซ่าน หงุดหงิดง่าย ใจลอย สมาธิไม่ดี เป็นต้น(มาโนช หล่อตระกูล, 2540) นอกจากนี้งานวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียน พบว่านักเรียนที่มีความวิตกกังวลต่ำจะเรียนรู้ได้ดีกว่านักเรียนที่มีความวิตกกังวล และยังพบว่า นักศึกษาที่มีความวิตกกังวลสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ในขณะที่นักศึกษาที่มีความวิตกกังวลต่ำจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง(ศุภลักษณ์ พรรณนะแพทย์, 2513) งานวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นพบว่าบุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลสูงจะแสดงถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Bruce, 2000) ซึ่งสอดคล้องงานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นรกร่วมเพศพบว่าระดับความวิตกกังวลต่ำจะแสดงถึงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง(Rotheram, Rosario, และ Koopman, 1995)

ความวิตกกังวลส่งผลต่อกลวิธีในการเผชิญปัญหา โดยจากผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกลวิธีในการเผชิญปัญหากับความวิตกกังวลพบว่า บุคคลที่รายงานว่ามึระดับความวิตกกังวลต่ำจะมีกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาและบุคคลที่พบว่ามีระดับความวิตกกังวลสูงจะมีกลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการทางอารมณ์(Whatley, Foreman, และ Richards, 1998)

จากแนวคิดที่ประมวลมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลเป็นลักษณะทางอารมณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจซึ่งเกิดจากการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงอันตรายที่จะเกิดขึ้น โดยนอกจากจะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจแล้วยังส่งผลกระทบต่อกระบวนการคิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง และกลวิธีในการเผชิญปัญหาของบุคคล

เมื่อบุคคลต้องเผชิญเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือปัญหาที่ท้าทาย เช่น การสูญเสีย การถูกคุกคาม บุคคลจะแสดงปฏิกิริยาเพื่อขจัดหรือลดความตึงเครียดนั้น ปฏิกิริยาดังกล่าวเรียกว่า การเผชิญปัญหา หากบุคคลมีการตอบสนองต่อปัญหาได้อย่างเหมาะสม และมีการปรับตัวได้ก็จะดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่สามารถปรับตัวได้ย่อมก่อให้เกิดความผิดปกติทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

Lazarus และ Folkman(1984)กล่าวว่าการเผชิญปัญหา คือความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่หยุดยั้ง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อจัดการกับปัญหาหรือข้อเรียกร้องทั้งจากภายนอก และภายในที่ประเมินว่าคุกคามหรือเกินกว่าความสามารถที่บุคคลจะรับได้ การเผชิญปัญหาของบุคคลจะแสดงออกในรูปพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้นจะมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกนึกคิด จิตใจ อารมณ์ของบุคคล ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันไป และจะประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงไรขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ เช่น ภาวะสุขภาพและกำลัง ความเชื่อในทางบวก ทักษะการแก้ปัญหา เป็นต้น (ภัทรสุดา ฮามคำไพ, 2539) นอกจากนี้งานวิจัยต่าง ๆ ได้บ่งชี้ว่าปัจจัยด้านความแตกต่างระหว่างบุคคลเป็นปัจจัยที่ส่งผลทำให้บุคคลเลือกที่จะใช้กลวิธีในการจัดการกับความเครียดที่แตกต่างกันด้วย เช่น งานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่น พบว่า เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการทางอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์และพบว่าเพศชายมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการกับปัญหา(Bruce, 2000) Cook(1992)พบว่าบุคคลที่มีระดับความโตเกียวสูงจะเลือกใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการทางอารมณ์ โดยการดื่มสุรา และการใช้สารเสพติด และจากงานวิจัยที่กลุ่มตัวอย่างเป็นทหารพบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจะใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่าบุคคลที่รายงานว่ามีความผูกพันแบบหลีกหนี และบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวลไม่แน่ใจจะใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการทางอารมณ์มากกว่าบุคคลที่มีความผูกพันแบบมั่นคง (Mikulincer และ Florian, 1995)

กล่าวโดยสรุป การเผชิญปัญหาหมายถึงพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง ซึ่งจะสัมพันธ์กับความรู้สึก การรู้คิด จิตใจ และอารมณ์ของบุคคล โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อขจัดหรือบรรเทาความตึงเครียด โดยนอกจากปัจจัยภายนอกและภายในบุคคลแล้ว จะเห็นได้ว่าความแตกต่างระหว่างบุคคล อาทิเช่น เพศ ระดับความโศกเศร้า บุคลิกภาพ และรูปแบบความผูกพันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อกลวิธีในการเผชิญปัญหาของบุคคลด้วย

เนื่องจากว่ารูปแบบความผูกพันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคล และในประเทศไทยยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบความผูกพัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความวิตกกังวล และกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันที่ต่างกันไป อันจะนำมาซึ่งความเข้าใจในองค์ความรู้ที่จะเป็นประโยชน์ ต่อกระบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

อนึ่งจากงานวิจัยต่าง ๆ พบว่ารูปแบบความผูกพันที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ รูปแบบความผูกพันแบบกังวล หวาดกลัว และทะนงตน เป็นผลมาจากรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองเห็นตนเอง และผู้อื่นของบุคคลที่ถูกสร้างขึ้นมาตั้งแต่อดีต โดย Bowlby ได้กล่าวไว้ว่าการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในสามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยผ่านกระบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบต่าง ๆ เช่น กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยมีนักจิตวิทยาการปรึกษาทำหน้าที่ในการเป็นฐานของความรู้สึกที่มั่นคงทำให้บุคคลมีความรู้สึกกล้าที่จะสำรวจภาวะที่ไม่ปกติของตน อันจะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงและการสร้างรูปแบบการทำงานภายในแบบใหม่(Bowlby, 1988)

กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ คือ กลุ่มทางจิตวิทยาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มพัฒนาตน ให้มีความเจริญองงามทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้ทำหน้าที่ในการเอื้ออำนวยให้กลุ่มได้พัฒนาไปสู่เป้าหมายและทิศทางในการพัฒนาตนเอง โดยอาศัยกิจกรรมและเทคนิคของกลุ่มจิตสัมพันธ์เอื้ออำนวยให้บรรลุสู่จุดมุ่งหมาย ด้วยบรรยากาศที่เปิดเผยความซื่อสัตย์ การไว้วางใจ ความจริงใจ และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกซึ่งกันและกันของสมาชิก(อภิรดี พานทอง,2542) โดยกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์มีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือสมาชิกให้ได้สำรวจ ได้ค้นหาและเผชิญหน้ากับปัญหาที่มารบกวนจิตใจของเขาโดยตรงและหาทางแก้ไขปัญหานั้น กระแสกลุ่มจะดำเนินไปอย่างราบรื่นให้สมาชิกรู้เท่าทันตนเอง(self-awareness) เพิ่มสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และมีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ มีการแสดงออกอย่างเป็นธรรมชาติ มีอิสระที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความจริงกับสิ่งที่ปรากฏอยู่ข้างหน้าอย่างชัดเจน เป็นภาวะที่กลมกลืน (โสรัจ โปธิแก้ว, 2529)

จากที่กล่าวมานี้จะเห็นได้ว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์เป็นกระบวนการ
 ปรัชญาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มุ่งเน้นให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง รับรู้ตนเองอย่างไม่
 บิดเบือนความจริง รวมทั้งการเอื้อให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่มั่นคงกับบุคคลอื่นซึ่งเป็นรากฐานที่
 สำคัญของทฤษฎีความผูกพัน ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาจึงมีความประสงค์ที่จะ
 ศึกษาปฏิบัติการตอบสนองของบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันที่แตกต่างกันที่มีต่อรูปแบบการ
 ทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบ โดยผ่านกระบวนการการปรึกษาเชิงจิต
 วิทยาแบบกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ ซึ่งผลการศึกษาที่ได้จะนำมาซึ่งความเข้าใจใน
 กระบวนการการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในจากการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ ซึ่งในปัจจุบัน
 ยังไม่พบรายงานวิจัยที่แสดงถึงปฏิบัติการตอบสนองของบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันที่แตก
 ต่างกันต่อกลุ่มจิตสัมพันธ์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยส่วนที่ 1

1. เพื่อศึกษาถึงรูปแบบความผูกพันของนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาความวิตกกังวลของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษากลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

การวิจัยส่วนที่ 2

1. เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ต่อคะแนนรูปแบบการทำงาน
 ภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบของนักศึกษาก่อนและหลังการเข้า
 กลุ่มจิตสัมพันธ์

สมมติฐานการวิจัย

จากทฤษฎี แนวคิด และงานวิจัยต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานไว้ ดังนี้

การวิจัยส่วนที่ 1

1. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีคะแนนความวิตกกังวลแตกต่างกัน
2. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบเผชิญหน้ากับปัญหาแตกต่างกัน
3. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตั้งเครียดสูงแตกต่างกัน
4. นักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกันจะมีคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาทางอ้อมแตกต่างกัน

การวิจัยส่วนที่ 2

1. หลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษาในกลุ่มทดลองจะมีคะแนนรูปแบบการทำงานภายในของการมองตนเอง และผู้อื่นในทางลบต่ำกว่าก่อนการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์
2. หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์นักศึกษาในกลุ่มทดลองจะมีรูปแบบการทำงานของการมองตนเอง และผู้อื่นในทางลบต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ดังนี้ การวิจัยส่วนที่ 1 เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาคะแนนความวิตกกังวล และกลวิธีในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 มหาวิทยาลัยศิลปากรที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2544 ที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน การวิจัยส่วนที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์ต่อคะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นด้านลบ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยนักศึกษาชาย และหญิงที่กำลังศึกษา ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 มหาวิทยาลัยศิลปากรที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2544

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ

2.1.1 เพศ

2.1.2 ชั้นปี

2.1.3 สาขาวิชา

2.1.4 กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูทส์

2.2 ตัวแปรตาม

2.2.1 รูปแบบความผูกพัน

2.2.2 คะแนนความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำบุคคล คือคะแนนที่ได้จากแบบประเมินความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำบุคคล (Trait-Anxiety) ตามแนวคิด Spielberger

2.2.3 กลวิธีการเผชิญปัญหาคือคะแนนที่ได้จากแบบวัดกลวิธีการเผชิญปัญหาของ Jalowiec

2.2.4 คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบ

2.2.5 คะแนนรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

รูปแบบความผูกพัน หมายถึง คุณลักษณะความสัมพันธ์และการผูกมัดทางอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่น ซึ่งคุณลักษณะดังกล่าวจะส่งผลต่อการสร้าง และการคงไว้ซึ่งความใกล้ชิดกับบุคคลอื่น โดยรูปแบบความผูกพันของบุคคลจะถูกกำหนดโดยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่น

รูปแบบความผูกพันในการวิจัยครั้งนี้มาจากแนวคิดของ Bartholomew และ Horowitz (1991) ซึ่งการวิจัยครั้งนี้หมายถึงคะแนนที่ได้จากแบบวัดความผูกพันที่ผู้วิจัยจะพัฒนา

มาจากแบบวัดประสบการณ์ในการมีสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดฉบับปรับปรุง โดย Fraley, Waller และ Brennan (2000) ซึ่งสามารถจำแนกรูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่ได้ 4 ลักษณะดังนี้

1. รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองและผู้อื่นด้านบวก รับรู้ว่าตนเองและบุคคลอื่นมีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป
2. รูปแบบความผูกพันแบบกังวล หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ รับรู้ว่าตนเองไม่มีคุณค่าแต่รับรู้ว่าบุคคลอื่นมีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบกังวลในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.01 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป
3. รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ รับรู้ว่าตนเองไม่มีคุณค่าและรับรู้ว่าบุคคลอื่นไม่มีคุณค่าด้วย โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 4.01 ขึ้นไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 4.01 ขึ้นไป
4. รูปแบบความผูกพันแบบทะนงตน หมายถึง การมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านบวกและมีรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบ รับรู้ว่าตนเองมีคุณค่าแต่รับรู้ว่าบุคคลอื่นไม่มีคุณค่า โดยบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบทะนงตนในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเองด้านลบตั้งแต่ 3.99 ลงไป และมีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองผู้อื่นด้านลบตั้งแต่ 4.01 ขึ้นไป

ความวิตกกังวล หมายถึงความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (Trait Anxiety or A-Trait) ของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่ และจะไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลที่มีต่อ

สถานการณ์ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงค่าคะแนนที่ได้มาจากแบบประเมินความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล(Trait-Anxiety) ที่สร้างโดย Spielberg (1983)

กลวิธีในการเผชิญปัญหา หมายถึงกลวิธีหรือรูปแบบในการตอบสนองต่อภาวะที่ กัดดัน ความเครียด และความไม่มีความสุขของบุคคล ผ่านกระบวนการทางการคิด และพฤติกรรม โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อการรักษาสมดุลย์ และการจัดการกับสภาวะที่กดดันให้ลดลงหรือหมดไป ในการวิจัยครั้งนี้หมายถึงคะแนนที่ได้จากแบบวัดกลวิธีในการเผชิญปัญหาของ Jalowiec (1988) และพัฒนาเป็นภาษาไทยโดยจิ๋ว เซาวิถาวร (2539) จำแนกได้ 3 ลักษณะ ดังนี้

1. กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบเผชิญปัญหา (Confrontive Coping Strategies)
2. กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งลดอารมณ์ตึงเครียด (Emotive Coping Strategies)
3. กลวิธีในการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาทางอ้อม(Palliative or Passive Coping Strategies)

กลุ่มจิตสัมพันธ์ หมายถึงการปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของซูทซ์ซึ่งเป็นกลุ่มทางจิตวิทยาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการพัฒนาตน ให้มีความองงามทั้งร่างกายและจิตใจ โดยผู้นำกลุ่มทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มได้พัฒนาไป สู่เป้าหมายและทิศทางในการพัฒนาตนเอง โดยอาศัยกิจกรรมและเทคนิคของกลุ่มจิตสัมพันธ์เอื้ออำนวยให้บรรลุสู่จุดมุ่งหมาย ในบรรยากาศของการเปิดเผย ความซื่อสัตย์ การไว้วางใจ ความจริงใจ และการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกซึ่งกันและกันของสมาชิก โดยกลุ่มจิตสัมพันธ์ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อลดรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับการมองตนเอง และผู้อื่นในด้านลบ กลุ่มประกอบด้วยสมาชิกกลุ่มจำนวน 6-12 คนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่ม ระยะเวลาในการดำเนินกลุ่มจำนวน 15 ชั่วโมง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงรูปแบบความผูกพันของนักศึกษา
2. เพื่อทราบถึงความวิตกกังวลของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน

3. เพื่อทราบถึงกลวิธีในการเผชิญปัญหาของนักศึกษาที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน
4. เพื่อทราบผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของทฤษฎีที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำงานภายในเกี่ยวกับของการมองตนเอง และผู้อื่นในด้านลบ
5. เพื่อเป็นข้อมูลในการทำความเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล อันจะเป็นประโยชน์ต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
6. เพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษาค้นคว้าในการวิจัยต่อไปในอนาคต