

การให้คำปรึกษาครอบครัวสำหรับช่วยเหลือนางสาววัยรุ่น FAMILY COUNSELING FOR HELP TEENAGE MOTHER

มณฑิรา จารุเพ็ง¹

Monthira Jarupeng¹

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นภาวะวิกฤต โดยมารดาวัยรุ่นเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ที่หลากหลาย มีภาวะอารมณ์ไม่มั่นคง เกิดความรู้สึกยอมรับและไม่ยอมรับการตั้งครรภ์ ดังนั้น การให้คำปรึกษาครอบครัวสำหรับช่วยเหลือนางสาววัยรุ่นเป็นทางหนึ่งในการช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้เข้าใจตนเอง มีความคิดเชิงบวก มีพลังและกำลังใจสำหรับการเตรียมความพร้อมรับมือกับเหตุการณ์วิกฤตที่เกิดขึ้น โดยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง และทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม สิ่งสำคัญของจุดมุ่งหมายการให้คำปรึกษาครอบครัว คือ เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่นเกิดการเปลี่ยนแปลง เข้าใจตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อครอบครัวอันจะนำไปสู่การพัฒนาความเป็นครอบครัวที่สมบูรณ์

ABSTRACT

Teenage pregnancy is crisis period. Pregnant teenagers change face to mood swing, unstable of emotion, acceptable and reject about pregnancy. Thus, family counseling approach are design to help teenage mother to improve self-understands, positive thinking, encourage to prepare with crisis event in the future. Through structural family counseling theory, experiential and humanistic family counseling theory. The most important thing of purpose of family counseling is make a change, self-understanding, good attitude to their family bring about to healthy family.

บทนำ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในทุกประเทศทั่วโลก องค์การอนามัยโลก (2014: ออนไลน์) ได้ให้ความหมายของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น คือ การตั้งครรภ์ที่เกิดในผู้หญิงที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี เมื่อนับถึงวันสิ้นสุดการตั้งครรภ์ หรือ การตั้งครรภ์นั้นมีการคลอดเสร็จสิ้นก่อนอายุ 20 ปี และจากการรายงานขององค์การ

อนามัยโลก พบว่า ปัจจุบันมีวัยรุ่นอายุระหว่าง 13-19 ปี ได้กลายเป็นมารดาวัยรุ่น โดยในแต่ละปีมีวัยรุ่นตั้งครรภ์ประมาณ 16 ล้านคน และคิดเป็นร้อยละ 11 ของการคลอดทั่วโลก

สำหรับประเทศไทยสถานการณ์วัยรุ่นตั้งครรภ์พบว่า มีจำนวนที่เพิ่มสูงขึ้น สถิติสาธารณสุข รายงานว่าทารกที่เกิดจากการตั้งครรภ์ของหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 10-19 ปี

¹อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องโดยใน พ.ศ.2540 มีอัตราการคลอดบุตรของมารดาอายุต่ำกว่า 20 ปี ร้อยละ 11.40 ใน พ.ศ. 2550 อัตราการคลอดบุตรของวัยรุ่นได้เพิ่มสูงขึ้นอยู่ที่ร้อยละ 14.06 และ พ.ศ. 2554 มีอัตราการคลอดบุตรของวัยรุ่นเพิ่มขึ้นอยู่ที่ร้อยละ 16.30 (สำนักงาน อนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข 2557: 24) ซึ่งตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนที่ทำงานเกี่ยวข้องกับวัยรุ่นได้ให้ความสำคัญกับเรื่องมารดาวัยรุ่นและคิดหาแนวทางใหม่ ๆ ที่จะให้ความช่วยเหลือกับวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นให้ลดน้อยลง เนื่องจากการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นขององค์การอนามัยโลก พบว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีความเสี่ยงหลายประการที่ส่งผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่นและทารก เช่น การเสียชีวิตจากภาวะแทรกซ้อนระหว่างการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร และความเสี่ยงในชีวิตของทารกที่เกิดจากมารดาวัยรุ่น พบว่า มีความเสี่ยงที่สูงมากกว่าทารกที่เกิดจากมารดาที่มีอายุระหว่าง 20-24 ปี (องค์การอนามัยโลก. 2014: ออนไลน์) และจากการศึกษาของมิตซูฮิโรและคณะ (Mitsuhiro; & et al. 2009: 750) พบว่า ช่วงที่วัยรุ่นตั้งครรภ์มีความชุกของปัญหาสุขภาพจิต ร้อยละ 27.60 และยังมีภาวะซึมเศร้าเกิดขึ้นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับผลการเปรียบเทียบอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่พบว่า วัยรุ่นตั้งครรภ์มีภาวะซึมเศร้าที่สูงกว่าหญิงตั้งครรภ์ในวัยผู้ใหญ่ ประมาณ 2 เท่า คิดเป็นร้อยละ 25.90 และ 11.10 ตามลำดับ (Piyasil. 1998: 125; Bennette; & et al. 2004: 706)

จากปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ในมุมมองสังคมไทยถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสม เป็นเรื่องที่เสื่อมเสียสร้างความอับอายให้กับตัวเองและครอบครัว อีกทั้งยังเป็นการสร้างภาระให้กับตัววัยรุ่นเอง แม้กระทั่ง

กับวัยรุ่นตั้งครรภ์ที่ได้เข้าพิธีการแต่งงานมาก่อนแล้วก็ตาม เมื่อวัยรุ่นและครอบครัวประสบปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม ต่างก็มีวิธีการแก้ไขปัญหาที่แตกต่างกันไป เช่น การทำแท้ง การย้ายที่อยู่ การย้ายที่เรียน การย้ายออกจากชุมชนที่คุ้นเคย การอยู่ให้ห่างจากญาติพี่น้องและคนรู้จักเพื่อปกปิดสภาพปัญหาหรือเลี่ยงความรู้สึกอับอาย และในบางกรณีการตั้งครรภ์ไม่พร้อมเป็นเรื่องที่รู้กันเฉพาะระหว่างแม่กับลูกสาวเท่านั้น ไม่สามารถให้สมาชิกคนอื่นในครอบครัวทราบเรื่องได้ (รัก ชุณหกาญจน์. 2556: 5) ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาวะของแรงกดดันที่ทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความคับข้องใจ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของกนกวรรณ ธรวรรณ และคณะ (2548: 3) พบว่า วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม บางคนรังเกียจโกรธเด็กในครรภ์ โทษสถานการณ์ โกรธตนเองและโกรธผู้ที่กระทำ ดังนั้น การก้าวผ่านวิกฤติของการเป็นมารดาวัยรุ่นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่จะต้องให้ความช่วยเหลือแก่มารดาวัยรุ่นให้ได้มีแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสมและตรงกับความต้องการของมารดาวัยรุ่น นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของวัยรุ่นจากบทบาทลูกหรือบทบาทนักเรียน กลายมาเป็นบทบาทมารดาแบบไม่ทันตั้งตัว มารดาวัยรุ่นจำเป็นต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะภาระหน้าที่และความรับผิดชอบในการดูแลบุตร แต่ด้วยข้อจำกัดและความไม่พร้อมทางวุฒิภาวะ ส่งผลให้เกิดปัญหาอื่น ๆ มากมาย เช่น ปัญหาสุขภาพร่างกาย ปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาการปรับตัว และปัญหาความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น ด้วยเหตุดังกล่าวจึงส่งผลให้มารดาวัยรุ่นมีความรู้สึกเชิงลบที่ไม่ดีต่อตนเองรวมทั้งขาดทักษะในการเลี้ยงดูเด็ก ซึ่งอาจนำไปสู่ปัญหาการทอดทิ้งเด็กหลังคลอดและการทำร้ายทารุณเด็ก

จะเห็นได้ว่า เมื่อเกิดปัญหาการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นนุ่มยอมส่งผลกระทบต่อวัยรุ่นและครอบครัวโดยตรง ซึ่งครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานของสังคม บุคคลไม่สามารถพัฒนาไปได้ดีและใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ หากปราศจากครอบครัวที่ดี ในอดีตมีการเพ่งเล็งไปที่ปัจเจกส่วนบุคคลมากกว่าจะมองไปที่บุคคลและครอบครัวร่วมกัน อย่างไรก็ตามมุมมองดังกล่าวได้เปลี่ยนแปลงไป ปัจจุบันมีการเห็นความสำคัญของครอบครัวมากยิ่งขึ้น มีการมองบุคคลในบริบท (Individual in His Context) ไม่ใช่เพียงแค่มองที่บุคคลเพียงลำพัง ทั้งนี้เพราะเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า ด้วยการมองบุคคลในบริบทเท่านั้น เราจึงจะเข้าใจบุคคลได้อย่างแท้จริง เนื่องจากบริบทที่สำคัญที่สุดของบุคคล คือครอบครัว ครอบครัวจึงกลายเป็นหน่วยสำคัญของการช่วยเหลือฟื้นฟู ไม่ว่าจะเป็นการฟื้นฟูทางสังคมหรือทางการแพทย์ (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2557: 1) การดำเนินการให้ความช่วยเหลือครอบครัวจะต้องพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้ครอบคลุมแต่ละบุคคล เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับการกำหนดแนวทางของการให้ความช่วยเหลือครอบครัวอย่างเป็นระบบ เนื่องจากในแต่ละครอบครัวจะประกอบด้วยระบบย่อยต่าง ๆ มากมายที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ต่อกันของสมาชิกในครอบครัว ความสัมพันธ์ของครอบครัวจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะช่วยให้เกิดประสิทธิผลจากการดำเนินการให้ความช่วยเหลือได้เป็นอย่างดี โดยมีนูชิน (Dallois; & Draper, 2005: 11 cite Minuchin, 1974: 1) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์อย่างเป็นระบบของโครงสร้างครอบครัวไว้ว่า ปัญหาหรือความเครียดใดๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ครอบครัวจำเป็นจะต้องได้รับการจัดการปัญหาเหล่านั้นให้เข้าสู่สมดุล (Homeostasis) โดยเร็ว ถ้าหากครอบครัวเสียสมดุลก็จะเกิดปัญหาหรือพยาธิสภาพได้ ด้วยเหตุดังกล่าว แต่ละครอบครัวที่เผชิญปัญหาการ

ตั้งครรภ์ของวัยรุ่นต้องมีวิธีการปรับตัวที่เหมาะสมด้วยการปรับตัวของครอบครัว (Family Adaptation) ที่มีประสิทธิภาพ

สำหรับการให้ความช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นในเชิงจิตวิทยาสามารถกระทำได้หลากหลายวิธีการ เช่น การให้ความรู้เชิงจิตวิทยา (Psycho-education) การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) และการให้คำปรึกษา (Counseling) เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้คำปรึกษาสามารถจัดแบ่งออกได้หลายประเภท โดยเมื่อจำแนกตามลักษณะของจำนวนผู้เข้ารับการให้คำปรึกษา สามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะใหญ่ ๆ คือ การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล (Individual Counseling) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) และการให้คำปรึกษาครอบครัว (Family Counseling) (Corey, 2012: 28) โดยในครั้งนี้อย่างน้อยขอเสนอแนวทางการให้ความช่วยเหลือด้วยการให้คำปรึกษาครอบครัวสำหรับมารดาวัยรุ่น เพราะเมื่อเกิดปัญหาขึ้นครอบครัวจะเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยดูแลมารดาวัยรุ่นในเบื้องต้น และสามารถช่วยฟื้นฟูจิตใจให้กับมารดาวัยรุ่นที่มีความเครียด ความวิตกกังวลได้

การให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถช่วยให้แต่ละครอบครัวสามารถจัดการปัญหาและทำหน้าที่ของครอบครัวได้อย่างสมบูรณ์ โดยมีผู้เชี่ยวชาญทางด้านครอบครัว หรือ ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นผู้ช่วยเหลือ เพื่อให้ครอบครัวสามารถพัฒนาและก้าวผ่านวิกฤติการณ์ได้อย่างปกติสุข โดยการให้คำปรึกษาครอบครัว (Family Counseling) หรือ จิตบำบัดครอบครัว (Family Therapy) เป็นการช่วยเหลือที่รวมเอาบุคคลที่มีความผูกพันกันในฐานะเป็นครอบครัวเข้ามาาร่วมด้วย การให้คำปรึกษาครอบครัวไม่ใช่เฉพาะผู้ที่มีปัญหาเพียงคนเดียว หรือเป็นการช่วยเหลือว่าปัญหา

ที่เกิดขึ้นกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งในครอบครัว โดยปัญหาที่เกิดขึ้นกับสมาชิกต่างๆ ในครอบครัวนั้น จะต้องให้ความสำคัญกับการมองภาพรวมทั้งระบบครอบครัว ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกันและส่งผลกระทบซึ่งกันและกัน มิใช่มุ่งแก้ไขที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น ครอบครัวในที่นี้หมายถึง บุคคลที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ได้แก่ พ่อแม่ สามเณร-ภรรยา ลูก ญาติพี่น้อง และบางครั้งอาจรวมไปถึงมิตรสหายด้วย การให้คำปรึกษาครอบครัวมองว่าปัญหาอยู่ที่ “ภายนอก” คือที่บริบท (Context) และต้องแก้ที่บริบท เพราะบริบทเป็นทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่แวดล้อมผู้ที่มีปัญหาไม่ว่าจะเป็นครอบครัว สังคม ค่านิยม วัฒนธรรม ความคาดหวัง เนื่องจากบริบทที่สำคัญที่สุดคือครอบครัว ดังนั้น การนำครอบครัวมาร่วมในการให้คำปรึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญ (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2554: 87)

โกลเดนเบิร์กและโกลเดนเบิร์ก (Goldenberg; & Goldenberg. 2008: 3) กล่าวว่า ในปัจจุบันนี้ครอบครัวมีรูปแบบหลากหลายปรากฏให้เห็นในหลายวัฒนธรรมซึ่งไม่ใช่แค่เพียงความสัมพันธ์กันทางกายภาพ (Physical) และทางด้านจิตใจ (Psychological) เท่านั้น แต่อาจกล่าวได้ว่าครอบครัว คือผู้ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันในด้านต่างๆ เช่น การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่ได้รับมอบหมายในครอบครัวด้วยความพึงพอใจ และสมาชิกในครอบครัวลงความเห็นว่าเขามีบทบาทอย่างไรในครอบครัว มีรูปแบบการสื่อสารกันในครอบครัวที่แตกต่างกัน ทั้งที่ปรากฏออกมาให้เห็นได้ชัดเจน หรือการสื่อสารที่ซ่อนเร้น มีการสร้างแนวทางในการแก้ปัญหาร่วมกัน การมีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวนั้นจะต้องลึกซึ้ง มีการดูแลซึ่งกันและกันในด้านอารมณ์ บางครั้งความซื่อสัตย์ก็อาจจะสั่นคลอนไปบ้าง ในช่วงระยะเวลาที่อยู่ร่วมกันของสมาชิก ดังนั้น จึงกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาครอบครัว หมายถึง กระบวนการให้ความ

ช่วยเหลือสมาชิกครอบครัวตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป เมื่อเกิดปัญหาหรือต้องการได้รับแนวทางในการพัฒนาครอบครัวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดี โดยมีผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกให้สมาชิกในครอบครัวได้ร่วมแสดงออกทางความคิดและความรู้สึกของตนเองอย่างเปิดเผย ภายใต้บรรยากาศที่ดีตามขั้นตอนและกระบวนการในการให้คำปรึกษาครอบครัว

สำหรับจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวิญญู คือ การช่วยลดความตึงเครียดและช่วยเปลี่ยนแปลงระบบครอบครัว เพื่อให้มารดาวิญญูสามารถดำเนินชีวิตได้ราบรื่น โดยหลักการที่สำคัญสำหรับช่วยเหลือมารดาวิญญู ได้แก่ 1) การลดความขัดแย้งภายในครอบครัวโดยเฉพาะความขัดแย้งเกี่ยวกับการตั้งครรรภ์ 2) ช่วยให้ครอบครัวสนับสนุนและสร้างทักษะทางสังคมให้กับมารดาวิญญู 3) ช่วยให้มีมารดาวิญญูมีพัฒนาการที่เหมาะสมเป็นตัวของตัวเองและพึ่งพาตนเองได้ และเพื่อสร้างเครือข่ายในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนมารดาวิญญู อีกทั้งแนวคิดของการให้ความช่วยเหลือวิญญูที่ตั้งครรรภ์โดยการพัฒนาครอบครัวอย่างเป็นระบบ (Family Development Project) ได้ระบุว่ามารดาวิญญูมีความจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนเพื่อให้มารดาวิญญูที่อยู่ในภาวะคลุมเครือของช่วงวิกฤตในชีวิตครั้งยิ่งใหญ่ให้ผ่านพ้นไปด้วยดี ทั้งเรื่องการพัฒนาทักษะพื้นฐานของการเป็นมารดาที่เป็นมารดาวิญญู ให้สามารถเรียนรู้วิธีการดูแลทารก ส่งเสริมสุขภาพของเด็กและป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาสุขภาพได้อย่างเต็มศักยภาพ (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2554: 210; Lewis; & et al. 2003: 105 cite Brodsky. 1999: 186)

บทบาทหน้าที่สำคัญของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวัยรุ่น ประกอบด้วย 1) สามารถสร้างบรรยากาศที่อบอุ่น และเป็นมิตรที่ก่อให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ระหว่างผู้รับคำปรึกษาครอบครัวและผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว 2) สามารถสื่อสารให้ผู้รับคำปรึกษาครอบครัวเข้าใจวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว 3) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาครอบครัวมีความเข้าใจตนเองและบริบทแวดล้อม 4) สนับสนุนให้กำลังใจเพื่ออำนวยความสะดวกที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาครอบครัวพยายามแก้ไขปัญหา และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองตลอดจนสามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองและปรับตัวได้เหมาะสมยิ่งขึ้น 5) ให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาครอบครัวในการแก้ไขปัญหา ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองตลอดทั้งวางแผนเพื่ออนาคต 6) สามารถประสานงานกับบุคลากรในหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อประโยชน์ของผู้รับคำปรึกษาครอบครัว 7) ติดตามผลและประเมินผลของการให้คำปรึกษาครอบครัว และสามารถพัฒนายุทธวิธีในการให้คำปรึกษาครอบครัวให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2547: 7; Dallos; & Draper. 2005: 19)

สำหรับกระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวัยรุ่น โดยทั่วไป แกลดดิ้ง (เมธินินท์ ภิญญชน. 2539: 51; อ้างอิงจาก Gladding. 1995) ได้กล่าวถึงกระบวนการในการให้คำปรึกษาครอบครัวประกอบด้วย 3 ขั้นตอนที่สำคัญได้แก่

1. ระยะแรก (Initial Phase) ในระยะแรกนี้ ภารกิจที่สำคัญที่ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวัยรุ่นต้องกระทำ คือการสร้างสายสัมพันธ์และกำหนดโครงสร้างของการให้คำปรึกษา ตั้งสมมติฐานว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในครอบครัวมารดาวัยรุ่นนั้น สำรวจการรับรู้ที่มีต่อปัญหาจากสมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่น สังเกต

พฤติกรรมและการแสดงออกของครอบครัว เช่น สมาชิกครอบครัวแต่ละคนติดต่อสื่อสารกันอย่างไร ใครพูดกับใคร พูดอย่างไร ประเมินสิ่งที่ต้องดำเนินการ เช่น จะมีการส่งต่อหรือไม่ ต้องมีการทดสอบทางจิตวิทยาอะไรหรือไม่ ก่อนเสร็จสิ้นการพบกันครั้งแรกจะต้องมีการตกลงนัดหมายสำหรับการพบกันครั้งต่อไป หากมีสิ่งที่ยังมอหมายให้ครอบครัวไปดำเนินการหรือลองปฏิบัติยอมทำได้ ผู้ให้คำปรึกษาควรเขียนความประทับใจที่มีต่อครอบครัวทันทีที่การพบกันสิ้นสุดลง

2. ระยะกลาง (Middle Phase) ในระยะกลางของการให้ความช่วยเหลือเป็นระยะที่ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวใช้เทคนิคต่างๆ กับครอบครัวมารดาวัยรุ่น โดยกระตุ้นให้ครอบครัวได้กระทำในสิ่งต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการเปลี่ยนแปลงที่ตั้งเอาไว้ และส่วนใหญ่แล้วการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหาทำให้เกิดขึ้นในระยะนี้ ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวควรชี้ให้ครอบครัวมารดาวัยรุ่น เห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ถึงแม้จะเล็กน้อยก็ตามส่งเสริมให้สมาชิกครอบครัวกล้าที่จะลองกระทำพฤติกรรมใหม่ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความกระตือรือร้น โดยให้การส่งเสริมครอบครัวให้มีแหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนที่เหมาะสมแก่สมาชิกครอบครัว

3. ระยะสุดท้าย (Termination Phases) โดยก่อนจะสิ้นสุดระยะสุดท้าย ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวต้องวางแผนร่วมกับสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น ถึงการยุติการให้คำปรึกษาการเตรียมการที่จะยุติการให้คำปรึกษา ซึ่งทำได้โดยการลดความถี่ของการพบกันลง และการยุติควรจะต้องประกอบด้วยกระบวนการ 4 ขั้นตอน คือ การกล่าวถึงการยุติการให้คำปรึกษา การสรุปผลของการให้คำปรึกษา อภิปรายถึงเป้าหมายระยะยาว ทำนายและหาทางป้องกันแก้ไขที่จะไม่ให้

ปัญหาหลักคืบมาอีกในอนาคต และติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นระยะ ๆ ถึงแม้การให้คำปรึกษาครอบครัวจะยุติไปแล้ว

อย่างไรก็ตาม การให้คำปรึกษาครอบครัวจะใช้ระยะเวลาอย่างน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับสภาพปัญหาของแต่ละครอบครัว ซึ่งโกลเดนเบิร์กและโกลเดนเบิร์ก (Goldenberg; & Goldenberg. 2008: 284) ได้อธิบายว่า ความถี่และระยะเวลาในการให้คำปรึกษาของแต่ละครอบครัวแตกต่างกันไปตามการประเมินสภาพครอบครัวและความยุ่งยากที่เกิดขึ้นในครอบครัว ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวิยรูน สามารถเลือกใช้นวัตกรรมและรูปแบบในการให้คำปรึกษาที่แตกต่างกันไป เช่น การให้คำปรึกษาครอบครัวในช่วงวิกฤติ (Family Crisis Counseling) ซึ่งใช้ระยะเวลาที่ไม่นานประมาณ 1 เดือนเพื่อช่วยครอบครัวมีการปรับสมดุลให้ดีขึ้น การให้คำปรึกษาแบบระยะสั้น (Brief Family Counseling) เป็นการให้คำปรึกษาครอบครัวที่ใช้ระยะเวลานั้น ๆ เพียง 5-10 ครั้ง แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประเด็นปัญหาของครอบครัว การให้คำปรึกษาแบบเล่าเรื่อง (Narrative Counseling) เป็นลักษณะที่มุ่งเน้นประสบการณ์ของแต่ละบุคคลในครอบครัว ว่าประสบการณ์ทำให้สมาชิกแต่ละคนมีความหวังได้อย่างไร และความหวังที่เกิดขึ้นสามารถนำมาเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างไร และสุดท้ายคือการให้คำปรึกษาครอบครัวระยะยาว เป็นการให้คำปรึกษาที่ใช้ระยะเวลายาวนานอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยเหลือครอบครัวที่มีปัญหาที่ซับซ้อนหรือครอบครัวที่ขาดแรงจูงใจและไม่สามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ในระยะสั้น

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อช่วยเหลือมารดาวิยรูนในครั้งนี้ ผู้เขียนได้ระบุแนวทางที่ชัดเจนตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัว 2 ทฤษฎี ได้แก่ ทฤษฎี

การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง (Structural Family Counseling Theory) และทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์ และมนุษยนิยม (Experiential and Humanistic Family Counseling Theory) ซึ่งมีรายละเอียดของทฤษฎี เป้าหมายของการให้คำปรึกษากระบวนการให้คำปรึกษา บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา และเทคนิคการให้คำปรึกษา ที่สามารถนำไปใช้ระหว่างการให้คำปรึกษาครอบครัวมารดาวิยรูน ดังนี้

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง (Structural Family Counseling Theory)

ผู้นำทฤษฎี มาใช้ในการให้คำปรึกษา คือ Salvador Minuchin

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างนี้ อธิบายครอบครัวในลักษณะของโครงสร้าง (Structural Model) โดยมองมนุษย์แต่ละคนว่าได้รับผลกระทบจากโครงสร้างภายในครอบครัวที่หลอมรวมบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล โกลเดนเบิร์กและโกลเดนเบิร์ก (Goldenberg; & Goldenberg. 2008: 212) กล่าวไว้ว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างมุ่งเน้นที่ปัญหาและการแก้ปัญหาที่เป็นบริบทมากกว่า มุ่งที่ปัญหาและการแก้ปัญหาเป็นรายบุคคลโดยมีข้อสันนิษฐานที่สำคัญที่ว่าอาการต่างๆ ของบุคคลจะได้รับความเข้าใจได้ดีที่สุดจากบริบทของรูปแบบต่างๆ ในการติดต่อสื่อสารของครอบครัว การเปลี่ยนแปลงในระบบหรือโครงสร้างครอบครัวจะต้องเกิดขึ้นก่อนที่อาการต่างๆ จะบรรเทาลงและผู้ให้คำปรึกษาต้องมีบทบาทเป็นผู้นำที่ชี้แนวทางในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างหรือบริบทนักทฤษฎีเชิงโครงสร้างให้ความสำคัญกับความเป็นองค์รวมของครอบครัว อิทธิพลของการจัดระบบตามลำดับชั้น

ของครอบครัว และการทำหน้าที่ที่พึงพาอาศัยซึ่งกันและกันของระบบย่อยในครอบครัว

โครงสร้างของครอบครัว (Family Structure) หมายถึง แบบแผนของปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกครอบครัว ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ ซ้ำ ๆ และแบบแผนของปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวจะบ่งบอกถึงรูปแบบของความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว โดยโครงสร้างครอบครัวจะเกี่ยวข้องกับ กฎ ระเบียบต่าง ๆ และข้อห้าม ที่สมาชิกครอบครัวเป็นผู้กำหนดร่วมกัน และถือเป็นแนวปฏิบัติ อีกทั้งโครงสร้างครอบครัวยังเกี่ยวกับบทบาทของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน และเกี่ยวกับการผนึกกำลัง (Coalition) หรือการรวมกำลังระหว่างสมาชิกครอบครัว เพื่อจะได้มีความเหนียวแน่นหรือมีอำนาจเหนือคนอื่นในครอบครัว และส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของครอบครัว (Goldenberg; & Goldenberg, 2008: 213)

การให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีนี้จะมองครอบครัวของมารดาวัยรุ่นเป็นระบบ (System) ซึ่งประกอบด้วยระบบย่อย (Subsystem) เช่น ระบบย่อยของสามี-ภรรยา พ่อ-แม่ พี่-น้อง ซึ่งแต่ละระบบย่อยต่างมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติและรับผิดชอบ มีความใกล้ชิดสนิทสนม หรือ ห่างเหินกัน ขอบเขตของระบบย่อยได้รับการสร้างขึ้นโดยกฎต่าง ๆ ที่กำหนดว่าใครที่จะเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในระบบย่อยนั้น และบุคคลนั้นจะเข้ามามีส่วนร่วมอย่างไร ธรรมชาติของขอบเขตนั้นมีความสำคัญที่ส่งผลต่อการปฏิบัติหน้าที่ของระบบย่อย เช่นเดียวกับหน่วยของครอบครัวทั้งหมด ขอบเขตมีลักษณะ 3 ประการ คือ 1) ขอบเขตที่เข้มงวด (Rigid Boundaries) หมายถึง ขอบเขตระหว่างระบบย่อยที่แบ่งแยกกันเด็ดขาด เข้มงวด ไม่มีความยืดหยุ่น ทำให้สมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่นมีความรู้สึกแยกจากกันและกันซึ่งใน

ครอบครัวที่มีขอบเขตเข้มงวด ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวจะมีลักษณะอารมณ์ที่ขาดความผูกพันซึ่งเรียกว่าเป็นความห่างเหิน (Disengagement) 2) ขอบเขตที่ชัดเจน (Clear Boundaries) หมายถึง ขอบเขตระหว่างระบบย่อยที่มีกฎเกณฑ์ และแนวปฏิบัติที่มีความชัดเจน มั่นคง และมีความยืดหยุ่นพอประมาณ ที่จะช่วยให้สมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่น สามารถเป็นตัวของตัวเองได้โดยอิสระ และในขณะเดียวกันก็มีความผูกพันในระบบครอบครัวทั้งระบบ และ 3) ขอบเขตที่ไม่ชัดเจน (Diffuse Boundaries) หมายถึง ขอบเขตระหว่างระบบย่อยที่แบ่งกันไม่เด็ดขาดไม่มีความชัดเจนในกฎเกณฑ์ และแนวปฏิบัติระหว่างสมาชิกในครอบครัว โดยสมาชิกในระบบย่อยหนึ่งอาจเข้าไปก้าวล่วงอีกระบบย่อยหนึ่งจนทำให้บุคคลขาดความเป็นส่วนตัว หรือได้รับความรัก ความอบอุ่นมากเกินไปเกินความต้องการ ซึ่งลักษณะเช่นนี้เรียกว่าการพัวพัน (Enmeshment) ในครอบครัวที่มีการปฏิบัติหน้าที่ได้เป็นอย่างดี ขอบเขตที่ชัดเจนทำให้สมาชิกแต่ละคนมีความรู้สึกของ “ความเป็นฉัน” (I-ness) ประกอบกับความรู้สึก “เรา” (We) หรือ “ของเรา” (Us) กล่าวคือ สมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่นแต่ละคนจะรักษาไว้ซึ่งความเป็นปัจเจกบุคคลของตนเอง แต่ไม่ได้สูญเสียความรู้สึกของความเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว (Goldenberg; & Goldenberg, 2008: 220)

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง

1. เพื่อจัดหรือปรับเปลี่ยนโครงสร้างของครอบครัวมารดาวัยรุ่นเสียใหม่ และให้เหมาะสมกว่าเดิม ทำให้เกิดบรรยากาศใหม่ ๆ ในครอบครัว หรือทำให้เกิดบริบทแวดล้อมใหม่ (New Context) โดยให้สมาชิกแต่ละคนได้เรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนวิธีปฏิบัติในการติดต่อ

เกี่ยวข้องกับสมาชิกคนอื่น ๆ และเรียนรู้ที่จะลดหรือขจัดความขัดแย้ง ความไม่ลงรอยกัน ความเครียด หรือความทุกข์ใจ ไม่สบายใจที่เกิดขึ้น

2. เพื่อให้สมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่นได้เรียนรู้ที่จะสร้างความสัมพันธ์กับสมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ มองครอบครัวตามความเป็นจริง มีทัศนคติทางบวกต่อครอบครัว ปรารถนาที่จะเข้าใจ และเห็นการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในครอบครัว และมีความเชื่อมั่นว่าครอบครัวของตนนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้

3. เพื่อให้สมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่นได้เรียนรู้ว่าครอบครัวของตนปกครองกันอย่างไร มีกฎเกณฑ์อะไรบ้าง แต่ละคนมีบทบาทอย่างไร ปฏิบัติตนอย่างไร มีความผูกพันกันมากน้อยแค่ไหน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะบ่งบอกถึงรูปแบบหรือแบบแผน หรือลักษณะของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ หรือเกิดขึ้นเป็นประจำของชีวิตครอบครัวมารดาวัยรุ่น ซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะต้องปรับเปลี่ยนตนเอง ให้มีความยืดหยุ่น และให้เหมาะสมกว่าเดิม เพื่อให้บรรยากาศของครอบครัวดีขึ้น

กระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างมองว่าการให้คำปรึกษาครอบครัว เป็นการเปลี่ยนโครงสร้างโดยการปรับเปลี่ยนบทบาทหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น สิ่งหนึ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเปลี่ยนแปลงเป็นอันดับแรก คือ กระบวนการใหม่ที่จะถูกทำให้ดำรงอยู่โดยกลไกการควบคุมตนเองของครอบครัว นับจากนั้นครอบครัวก็จะเป็นระบบที่ขับเคลื่อนไปอย่างต่อเนื่อง ขั้นตอนของกระบวนการให้คำปรึกษาอาจจะเป็นคาบเกี่ยวหรือเป็นวัฏจักร ดังนี้

โดย ขั้นตอนที่ 1 การเข้าไปมีส่วนร่วมและการทำให้เหมาะสม (Joining and Accommodation) เป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับมารดาวัยรุ่นและสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น โดยผู้ให้คำปรึกษาจะแสดงออกให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่าผู้ให้คำปรึกษารู้และเข้าใจปัญหาหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เข้าใจและยอมรับความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น ขั้นตอนที่ 2 การดำเนินการกับปฏิสัมพันธ์ (Working with Interaction) ในช่วงแรกของการทำงานให้คำปรึกษา จะเป็นการสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่น โดยการแสดงความเข้าใจในปัญหา ความทุกข์ ความเจ็บปวดที่ครอบครัวมารดาวัยรุ่นประสบอยู่ ผู้ให้คำปรึกษาต้องสามารถสร้างความสัมพันธ์กับสมาชิกครอบครัวทุกคนได้ เพื่อให้สมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่นมีความไว้วางใจ เป้าหมายของขั้นตอนนี้เป็นเพียงการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่น ขั้นตอนที่ 3 การวินิจฉัย (Diagnosis) เป็นกระบวนการที่ส่งผ่านมาอย่างต่อเนื่องจากการสังเกตและการทดสอบสมมติฐาน และกำหนดกฎเกณฑ์ให้สัมพันธ์กับโครงสร้างของครอบครัว และการมีปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว เป้าหมายของขั้นตอนนี้เป็นการสร้างกรอบของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปัญหาในระบบครอบครัวที่สอดคล้องกับการให้คำปรึกษาเชิงโครงสร้าง ขั้นตอนที่ 4 กำหนดลักษณะสำคัญและการปรับเปลี่ยนปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่น (Highlighting and Modifying Interactions) เป็นการกำหนดลักษณะปัญหาที่สำคัญร่วมกันกับสมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่น และร่วมกันปรับเปลี่ยนปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกของครอบครัวมารดาวัยรุ่นให้ไปในทางที่เหมาะสม ขั้นตอนที่ 5 กำหนดขอบเขต (Boundary Making) เป็นการกำหนดขอบเขตของ

สมาชิกของครอบครัวมารดาว่ามีความเป็น
อย่างไร ขั้นตอนที่ 6 การทำให้ขาดความสมดุล
(Unbalancing) เป็นการศึกษาดูว่าสาเหตุที่ทำให้สมาชิก
ของครอบครัวมารดาว่าขาดความสมดุลเกิดจากอะไร
และ ขั้นตอนที่ 7 การท้าทายสมมติฐานที่ไม่ได้ประโยชน์
(Challenging Unproductive Assumptions) เป็น
ขั้นตอนของการปรับโครงสร้างใหม่ (Restructuring) ผู้ให้
คำปรึกษาใช้กระบวนการให้คำปรึกษาที่ทำให้เกิดการ
เปลี่ยนแปลงผ่านการปรับเปลี่ยนโครงสร้างใน
ครอบครัวเป้าหมายในขั้นตอนนี้เป็นการพัฒนาให้
ครอบครัวสามารถจัดการต่อสถานการณ์ความตึงเครียด
ในครอบครัวได้อย่างเหมาะสม

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการ ให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง

ผู้ให้คำปรึกษาจะมีบทบาทที่ชัดเจนคล้ายเป็น
ผู้กำกับการแสดงที่ต้องมีความคล่องแคล่วว่องไวมี
ส่วนร่วมกับครอบครัว มีความสามารถในการสังเกต มี
ความเชี่ยวชาญในการเลือกใช้เทคนิคให้เหมาะสมกับ
สถานการณ์เพื่อเข้าไปทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
โครงสร้างของครอบครัว เน้นที่ปัจจุบัน โดยบทบาทของ
ผู้ให้คำปรึกษาจะเปลี่ยนไปตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละ
ขณะในช่วงเวลาให้คำปรึกษา ในระยะแรกผู้ให้
คำปรึกษาอาจเริ่มด้วยลักษณะของการเป็นผู้นำ หาก
พบว่าครอบครัวมารดาว่าขาดหวังความเป็นผู้รู้ หรือ
ผู้เชี่ยวชาญในการให้ความช่วยเหลือ หรือบางครั้งอาจ
ปรับมาเป็นผู้เข้าร่วมเป็นพวกเดียวกันกับสมาชิก
ครอบครัวคนใดคนหนึ่งหรือทั้งครอบครัว และบางครั้งก็
ลดบทบาทตนเองมาเป็นผู้สังเกต เพื่อดูพลวัตที่เกิดขึ้นใน
ครอบครัว และต่อมาก็คงจะกลับมาสูบทบาทของผู้กำกับ
เพื่อปรับเปลี่ยนโครงสร้างในครอบครัวเสียใหม่เพื่อช่วยให้

ครอบครัวเรียนรู้บทบาทหน้าที่ของตน รู้จักการสื่อสาร
อย่างเหมาะสมเพื่อขจัดปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวอย่าง
มีประสิทธิภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างจะมี
บทบาทที่มุ่งมั่น แสดงความกระตือรือร้นเพื่อให้เกิด
การเปลี่ยนแปลงเชิงระบบในครอบครัวมารดาว่ารุ่นที่ทำ
หน้าที่บกพร่อง ซึ่งเป็นเป้าหมายเบื้องต้นหากเกิด
การเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมส่วน
บุคคลอื่น สภาพปัญหาอาจบรรเทาลงโดยสังเกตจาก
รูปแบบการติดต่อสื่อสารของครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป
ผู้ให้คำปรึกษาเชิงโครงสร้างให้เหตุผลว่าเมื่อโครงสร้าง
ของครอบครัวได้รับการเปลี่ยนแปลงแล้วจุดยืนของ
สมาชิกของครอบครัวมารดาว่ารุ่นก็จะได้รับการ
เปลี่ยนแปลงด้วย โดยบทบาทเบื้องต้นของผู้ให้
คำปรึกษาเชิงโครงสร้างที่จะเป็นเครื่องมือสำหรับการ
การเปลี่ยนแปลง คือ การเข้าไปมีส่วนร่วมอย่าง
กระตือรือร้นกับครอบครัวโดยรวม เสนอสิ่งที่ท้าทายที่จะ
ผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้น และสนับสนุนให้
กำลังใจแก่สมาชิกครอบครัวที่มีความพยายามที่จะ
จัดการกับผลที่ตามมาด้วยความมั่นใจ (Goldenberg; &
Goldenberg. 2008: 213; Citing Colapinto. 1991)

เทคนิคการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้ คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้าง

การนำเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิง
โครงสร้างมาใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัวมารดา
ว่ารุ่นนั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องเลือกวิธีการให้คำปรึกษาใน
แนวทางที่เหมาะสมกับรูปแบบส่วนบุคคลของตนเอง
เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างนี้
เป็นเครื่องมือที่เป็นศิลปะที่ผู้ให้คำปรึกษาต้องค้นหาและ
สรรค์สร้างเทคนิคต่าง ๆ ที่เหมาะกับรูปแบบปฏิสัมพันธ์

ของแต่ละครอบครัวมารดาวัยรุ่น และเหมาะกับบุคลิกภาพของผู้ให้คำปรึกษา เนื่องจากทุกช่วงของการให้คำปรึกษาจะมีลักษณะเฉพาะไม่เหมือนกัน ผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกสรรเทคนิคมาใช้ให้เหมาะสม ได้ดังต่อไปนี้

1. เทคนิคการเข้าร่วม (Joining) เป้าหมายเบื้องต้นของเทคนิคการเข้าร่วมนี้คือการสร้างสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษากับครอบครัว โดยมุ่งเน้นไปที่การใส่ใจกับภาวะอารมณ์ของครอบครัวในขณะนั้น บทบาทหน้าที่ที่ผู้ให้คำปรึกษาต้องปฏิบัติขณะใช้เทคนิคการเข้าร่วมนี้มี 3 ประการคือ

1.1 การคงไว้ (Maintenance) เป็นการสนับสนุนพฤติกรรมบางอย่างและคำพูดบางอย่างที่ช่วยเสริมความเข้มแข็ง และแสดงถึงความเป็นตัวของตัวเองในระบบย่อยของแต่ละบุคคล

1.2 การติดตามร่องรอย (Tracking) ใช้ความชัดเจน (Clarification) การขยายความ (Amplification) และการยอมรับ (Approval) เพื่อเป็นสิ่งที่กระตุ้นแต่ละบุคคลและระบบย่อยของการสื่อสารในครอบครัว

1.3 การเลียนแบบ (Mimesis) เป็นการดัดแปลงรูปแบบการสื่อสาร และการเข้าถึงความรู้สึกของครอบครัวมารดาวัยรุ่น ตัวอย่างเช่น ถ้าหากว่าครอบครัวใช้คำใดบ่อย ๆ ผู้ให้คำปรึกษาก็จะดัดแปลงคำพูดเหล่านั้นมาใช้ในรูปแบบการพูดของผู้ให้คำปรึกษา ทั้งนี้เพื่อให้เป็นอันหนึ่งเดียวกันกับสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น

2. การปรับโครงสร้างใหม่ (Restructuring)

การปรับโครงสร้างใหม่นี้ เป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครอบครัวมารดาวัยรุ่น ซึ่งสามารถกระทำผ่านทาง การแสดงบทบาท (Enactments) การวาดเส้นขอบเขต (Delineating the Boundaries) การ

ทำให้เสียสมดุล (Unbalancing) เทคนิคการปรับโครงสร้างใหม่ ได้แก่

2.1 การแสดงบทบาท (Enactments) เป็นการให้สมาชิกครอบครัวแสดงบทบาทใหม่ ปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวอาจจะไม่สัมพันธ์กับปัญหาที่เกิดขึ้นเลย หรืออาจจะสัมพันธ์กับปัญหาโดยตรงการแสดงบทบาทจะทำให้วินิจฉัยโครงสร้างของครอบครัวว่าเป็นอย่างไร โดยการแสดงบทบาทนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะทำให้พฤติกรรมที่กำลังแสดงของสมาชิกบางคนเข้มข้นขึ้น และปรับโครงสร้างระบบครอบครัวนั้นเสียใหม่

2.2 รูปแบบปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวที่ปรากฏขึ้นจริง (Actualizing Family Transactional Patterns) เป็นสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตได้จากรูปแบบการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน หรือบางที่อาจจะได้รับการสนทนาโดยตรงกับครอบครัว หรืออาจจะได้จากการที่ผู้ให้คำปรึกษาปฏิเสธที่จะตอบคำถาม

2.3 การกำหนดขอบเขต (Marking Boundaries) เทคนิคนี้จะช่วยให้สมาชิกในครอบครัวสร้างกฎเกณฑ์ใหม่ ปรับเปลี่ยนการเจรจาต่อรองกฎเกณฑ์เก่า และสร้างบทบาทที่เฉพาะเจาะจงสำหรับระบบย่อยแต่ละระบบ

2.4 การเพิ่มความตึงเครียด (Escalating Stress) มุ่งเน้นไปที่ความตึงเครียดในครอบครัวมารดาวัยรุ่น เพื่อที่จะกระตุ้นสมาชิกในครอบครัวให้ยอมรับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างใหม่เทคนิคนี้จะประสบความสำเร็จได้โดยการสนับสนุนให้เกิดความขัดแย้ง เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นผู้ให้คำปรึกษาก็เข้าร่วมกับสมาชิกบางคนเพื่อต่อต้านสมาชิกคนอื่น ๆ และขัดขวางบทบาทหน้าที่ของสมาชิกคนใดที่ทำบพ่วงจะช่วยให้ความตึงเครียดในระบบลดลง

2.5 การมอบหมายงาน (Assigning Tasks)

เป็นการมอบหมายงานที่เฉพาะเจาะจง สำหรับแต่ละบุคคลหรือระบบย่อย เพื่อให้สำเร็จในชั่วโมงการให้คำปรึกษาและทำเป็นกรบ้าน

3. การมองในมุมใหม่ (Reframing)

เทคนิคการมองในมุมใหม่นี้เป็นการให้ความหมายในเชิงบวกแทนที่การให้ความหมายในเชิงลบของพฤติกรรมเป็นการปรับเปลี่ยนการรับรู้ และให้ความหมายต่อพฤติกรรมหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ในด้านที่ดีขึ้น ตัวอย่างเช่น มารดาวัยรุ่นที่บอกว่าพ่อแม่ชอบโวยวายให้ระมัดระวังดูแลสุขภาพพฤติกรรมที่พ่อแม่โวยวายนั้นจะถูกปรับเปลี่ยนมุมมองเสียใหม่ โดยให้มารดาวัยรุ่นมองใหม่ว่าพ่อแม่เป็นห่วงเขา

1. การให้คำนิยามใหม่ (Relabeling)

เทคนิคการให้คำนิยามใหม่ จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ดังเช่นถ้ามีการแสดงท่าทางให้เห็นถึงการตำหนิตะเยียนกันของครอบครัวมารดาวัยรุ่นในชั่วโมงการให้คำปรึกษาคำพูดในทางบวกจะถูกนำมาให้ความหมายแทนคำพูดในทางลบ ตัวอย่างเช่น มารดาวัยรุ่นบางคนอาจบอกว่า ตอนนี้อยู่พ่อแม่ชอบควบคุมฉัน ผู้ให้คำปรึกษาก็จะให้คำนิยามของคำว่า “ควบคุม” (Controlling) ใหม่ โดยพูดว่า “พ่อและแม่ของหนูกำลังให้ความสำคัญ (Overburdened) กับหนูมากเกินไป”

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม (Experiential and Humanistic Family Counseling Theory)

ผู้นำทฤษฎี มาใช้ในการให้คำปรึกษา คือ

Carl Whitaker, Walter Kempler, Virginia Satir

ทฤษฎีนี้ได้ให้ความสำคัญกับประสบการณ์มากกว่าความคิดเชิงเหตุผลโดยใช้กระบวนการที่หลากหลายในการกระตุ้นเพื่อที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา

ได้สัมผัสกับความรู้สึกความรู้สึกจากการสัมผัสการสร้างจินตนาการ และประสบการณ์ภายในตนเองได้อย่างใกล้ชิดมากยิ่งขึ้น ความรู้สึกไวต่อสภาวะที่นี้และเดี๋ยวนี้ซึ่งเป็นประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องนั้น จะได้รับการผลักดันตลอดช่วงของการให้คำปรึกษาการปฏิเสธแรงผลักดันและการเก็บกดอารมณ์ไว้นั้นถูกมองว่าเป็นความบกพร่องในการทำหน้าที่และการห่วงเหนี่ยวความงอกงาม พฤติกรรมที่ผิดปกติ หรือมีความบกพร่องในการทำหน้าที่ถูกมองว่ามีผลมาจากความล้มเหลวของกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับความงอกงาม ซึ่งเป็นความบกพร่องในการที่จะบรรลุถึงศักยภาพและทางเลือกต่าง ๆ ของบุคคล เนื่องจากว่าแต่ละบุคคลและรวมไปถึงแต่ละครอบครัว มีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง ดังนั้น แต่ละบุคคลหรือครอบครัวจะต้องได้รับการให้ความช่วยเหลือเพื่อให้เกิดการยอมรับและค้นพบศักยภาพของตนเอง ซึ่งเป็นการค้นหาด้วยกระบวนการในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะ เพียรพยายามเพื่อไปสู่ความเป็นจริงและความจริงแท้ การเข้าถึงความรู้สึกและการแสดงความรู้สึกของตนเองและการเรียนรู้ที่จะมีความเป็นธรรมชาติและสร้างสรรค์มากขึ้น (Goldenberg; & Goldenberg. 2008: 153-155)

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม

1. เพื่อพัฒนาให้สมาชิกแต่ละคนในครอบครัวมารดาวัยรุ่นมีคุณภาพเพิ่มขึ้น มีความหวังในชีวิต เรียนรู้พัฒนาทักษะและกระบวนการในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นซึ่งในขณะนี้ปัญหา คือ มีมารดาวัยรุ่นอยู่ในครอบครัว ให้ครอบครัวร่วมกันคิดตัดสินใจเลือกทางเลือกที่เหมาะสม และร่วมรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองเลือกและผลที่จะเกิดขึ้นตามมา

2. เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในครอบครัว มารดาวัยรุ่นได้พัฒนาตนเอง มีเหตุผลเหนืออารมณ์ ปรับปรุงและพัฒนาการสื่อสารที่ชัดเจน ตรงไปตรงมา และสอดคล้องกับสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เรียนรู้วิธีการจัดการกับปัญหา มีความเป็นตัวของตัวเอง อดทน อดกลั้น รู้สึกภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น และรู้สึกว่าชีวิตนี้มีคุณค่า

กระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม

ตลอดการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษา ครอบครัวที่เน้นประสบการณ์นิยมและมนุษยนิยมจะฟังอย่างทุ่มเท ขณะให้คำปรึกษาควรใส่ใจกับความรู้สึกที่เป็นปัจจุบันในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังประสบอยู่และเข้าช่วยเหลืออย่างทันท่วงทีเพื่อแก้ไขความไม่สบายใจนั้น โดยจะไม่สนใจว่าทำไมปัญหา (Breakdown) จึงได้เกิดขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาจะแก้ไขตรงพยาธิสภาพ (Depathologize) ที่ทำให้เกิดปัญหาจากประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์นิยมและมนุษยนิยม จะพยายามทำความเข้าใจ โลกของผู้รับคำปรึกษาที่เป็นเหตุกระตุ้นให้เกิดปัญหา และสัญลักษณ์บางอย่างที่ซับซ้อนของครอบครัว โดยการมองหาและค้นหาพลังกระตุ้น และสัญลักษณ์ที่สำคัญคล้าย ๆ กันภายในครอบครัว โดยไม่ต้องการพึ่งพาข้อมูลจากโลกแห่งความคิดและเหตุผลที่ผิวเผิน แต่พวกเขาจะสืบค้นเข้าไปสู่โลกภายในที่ซ่อนอยู่เบื้องหลังของคำพูดพื้นผิว นั้นด้วยความพยายามรู้สึกเข้าไปถึงความหมายที่ซ่อนเร้นอยู่ ที่ทำให้เกิดขึ้นระหว่างมารดา วัยรุ่นเองกับครอบครัวมารดาวัยรุ่น การแสดงออกอย่างสบาย ๆ ของผู้ให้คำปรึกษา จะช่วยให้สมาชิกครอบครัวของมารดาวัยรุ่นเกิดความรู้สึกสบายใจ และการยอมรับ

สิ่งต่าง ๆ ของตนเอง ตามทัศนะของผู้ให้คำปรึกษา ครอบครัวที่เน้นประสบการณ์นิยมและมนุษยนิยม ความมั่งคั่งและเกิดการพัฒนาของสมาชิกแต่ละคน ถูกกระตุ้นเมื่อสมาชิกแต่ละคนรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกันและกันในครอบครัวเมื่อสมาชิกประสบกับความรู้สึกปลอดภัยและความเป็นเจ้าของแล้วในที่สุดก็จะมีความรู้สึกเป็นอิสระ “ไม่รู้สึกติดขัด” (Unstuck) พร้อมทั้งจะแยกจิตใจจากครอบครัวและพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองในฐานะบุคคลที่มีเอกลักษณ์

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม

ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา ครอบครัวที่เน้นประสบการณ์นิยมและมนุษยนิยมจะมีบทบาทสำคัญทั้งทำหน้าที่ให้คำปรึกษา เป็นผู้ฝึก ทำหน้าที่สอน ตลอดทั้งให้กำลังใจ เพื่อให้มารดาวัยรุ่นและสมาชิกในครอบครัว มีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น เห็นคุณค่าของตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเองมากยิ่งขึ้น

เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม ได้แก่

1. การลำดับเหตุการณ์ในชีวิตครอบครัว (Family-Life Fact Chronology)

เทคนิคนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะสัมภาษณ์เรื่องราวต่าง ๆ และเหตุการณ์สำคัญ ๆ ในชีวิตของมารดาวัยรุ่น และสัมภาษณ์ประวัติครอบครัวตั้งแต่รุ่น ปู่ย่า ตายาย บิดามารดา จนถึงรุ่นปัจจุบันเพื่อทำความเข้าใจเรื่องราวของพัฒนาการครอบครัว ทบทวนลักษณะของรูปแบบครอบครัว และแนวความคิดที่สำคัญที่ได้เป็นรากฐานของสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่น ซึ่งจะ

ช่วยให้มารดาวัยรุ่นและสมาชิกครอบครัว เข้าใจเรื่องราวต่าง ๆ ได้ดีขึ้นรวมทั้งได้รับรู้และเข้าใจถึงอิทธิพลในอดีตที่ส่งผลต่อตนเอง และครอบครัวในปัจจุบัน

2. การทำแผนที่ครอบครัว (Family Maps)

การทำแผนที่ครอบครัวนี้มีลักษณะคล้ายกับแผนผังครอบครัว (Genogram) เป็นแผนที่ที่ทำให้เห็นภาพโครงสร้างของครอบครัวมารดาวัยรุ่นอย่างน้อย 3 รุ่น คือ รุ่นปัจจุบันของมารดาวัยรุ่น รุ่นบิดามารดา ปู่ย่า ตายายของมารดาวัยรุ่น โดยแผนที่ครอบครัวนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เขียน โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เกี่ยวกับประวัติและเรื่องราวของครอบครัวมารดาวัยรุ่น เช่น ชื่อ อาชีพ การศึกษา ศาสนา เชื้อชาติ จำนวนบุตร สัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างสมาชิก เป็นต้น

3. การวาดภาพครอบครัว (Family Drawing)

เทคนิคการวาดภาพครอบครัวมี 3 ลักษณะ ขึ้นอยู่กับว่าผู้รับคำปรึกษาจะเลือกใช้ในลักษณะใด ลักษณะแรก เป็นการรวมภาพวาดอย่างง่ายของครอบครัว (Join Family Scribble) วิธีนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะให้สมาชิกครอบครัวมารดาวัยรุ่นแต่ละคนวาดภาพอย่างง่าย ๆ เกี่ยวกับครอบครัวจากนั้นก็เอาภาพวาดของแต่ละคนมาเสนอรวมกันเป็นภาพรวมของครอบครัว ในกระบวนการนี้ สมาชิกจะได้ประสบการณ์และการเรียนรู้ที่จะทำงานของตัวเอง และทำงานร่วมกันฉันท์ครอบครัว แล้วนำเอาประสบการณ์และความรู้สึกดังกล่าวมาอภิปรายร่วมกัน ลักษณะที่สอง เป็นการให้สมาชิกครอบครัววาดภาพสิ่งที่เขาหรือเธอรับรู้เกี่ยวกับตัวเองในครอบครัว แล้วนำมาอภิปรายร่วมกัน (Conjoint Family Drawing) การวาดภาพลักษณะนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้บอกให้สมาชิกแต่ละคนวาดภาพตามการรับรู้เกี่ยวกับตนเองในครอบครัว ลักษณะที่สาม เป็นการวาด

ภาพโดยการใช้สัญลักษณ์ต่างๆ เพื่อชี้ให้เห็นช่องว่างของสัมพันธภาพในครอบครัว (Symbolic Drawing of Family Life Space) การวาดภาพแบบนี้มีลักษณะเป็นเทคนิคการฉายภาพ (Projective Technique) อย่างหนึ่ง ที่ผู้ให้คำปรึกษาจะวาดวงกลมใหญ่วงหนึ่งแล้วบอกให้สมาชิกครอบครัววาดทุกอย่างที่เป็นตัวแทนของครอบครัวเอาไว้ในวงกลมนั้น สำหรับบุคคลและสิ่งอื่นๆ ที่ไม่เป็นตัวแทนของครอบครัวหรือไม่เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวให้วาดเอาไว้นอกวงกลม ในกิจกรรมนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะขอให้สมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่นวาดภาพสมาชิกของครอบครัวในวงกลมใหญ่ และวางตำแหน่งความใกล้ชิดและความห่างไกลตามที่สมาชิกในครอบครัวรับรู้ หลังจากวาดเสร็จผู้ให้คำปรึกษาจะให้ครอบครัวอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับภาพวาดนั้น จะเห็นว่าเทคนิคการวาดภาพทั้ง 3 ลักษณะนี้ เมื่อวาดภาพเสร็จแล้วจะต้องตามมาด้วยการอภิปรายว่าสมาชิกครอบครัววาดอะไรลงไปเป็นภาพ และทำไมจึงวาดภาพนั้นระยะห่างและระยะใกล้ชิดระหว่างบุคคล และหรือวัตถุในภาพมีความหมายอย่างไร จุดมุ่งหมายก็เพื่อที่จะให้ครอบครัวได้สำรวจพลวัต (Dynamics) ของชีวิตครอบครัวจากการรับรู้ของสมาชิกแต่ละคน และจากครอบครัวโดยส่วนรวม

4. การปั้น (Sculpture)

การปั้นเป็นเทคนิคที่จะช่วยให้ทราบถึงเหตุการณ์และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวของมารดาวัยรุ่น ความรู้สึกของสมาชิกแต่ละคนที่มีต่อกัน โดยการแสดงออกตามรูปปั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ดินน้ำมันแก่มารดาวัยรุ่น หรือสมาชิกครอบครัวของมารดาวัยรุ่น โดยให้ผู้รับคำปรึกษาร่วมสมาชิกครอบครัวรวมทั้งผู้ให้คำปรึกษาดูด้วย ว่าแต่ละคนกำลังทำอะไร เมื่อผู้รับคำปรึกษาร่วมปั้นเสร็จ ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษา

เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับรูปที่ปั้น และผู้ให้คำปรึกษาจะแปลผลจากรูปที่ปั้นโดยพิจารณาจากรูปลักษณะที่ปั้น ระยะห่างระหว่างสมาชิก สีหน้า ท่าทาง สายตา และกิจกรรมที่แสดงออกซึ่งจะบ่งบอกถึงอารมณ์ ความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อสมาชิกแต่ละคน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกครอบครัว ความผูกพันใกล้ชิดสนิทสนมหรือห่างเหินระหว่างสมาชิก ตลอดจนทั้งการมีกิจกรรมร่วมกันระหว่างผู้รับคำปรึกษากับสมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ ข้อมูลต่าง ๆ ที่ผู้ให้คำปรึกษาได้จากการแปลผลรูปที่ปั้นจะเป็นข้อมูลที่จะช่วยนำร่องในการสนทนากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อจะได้ทราบรายละเอียดต่างๆ ที่จะนำมาใช้ประกอบการให้คำปรึกษาต่อไป อย่างไรก็ตามผู้ให้คำปรึกษาจะไม่แปลผลจากรูปที่ปั้นให้ผู้รับคำปรึกษาทราบ

5. การสอนการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพโดยใช้สรรพนาม “ฉัน” (Modeling of Effective Communication Using “I” Messages)

ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม กล่าวว่า ในครอบครัวที่หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพต่ำมักจะมีการสื่อสารที่ไม่ชัดเจนขาดประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้ครอบครัวมารดาวัยรุ่นมีการสื่อสารที่ดีขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกในครอบครัวใช้สรรพนาม “ฉัน” นำหน้าประโยคในการแสดงความรู้สึก ประโยคที่ใช้สรรพนาม “ฉัน” กับการแสดงความรู้สึกที่เป็นส่วนตัวและรับผิดชอบในสิ่งที่พูดนั้น จะช่วยทำให้เกิดการสื่อสารที่จริงใจ เป็นการเปิดเผยความรู้สึกและความต้องการที่แท้จริง ไม่เสแสร้งช่วยให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่เห็นคุณค่าและภูมิใจในตนเอง (Self-worth) หากการสื่อสารของทั้งสองฝ่ายไม่มีความตรงไปตรงมา เสแสร้ง ไม่แสดงความรู้สึกและความ

ต้องการที่แท้จริงออกมาบุคคลก็มักจะมีบทบาท 4 บทบาทดังต่อไปนี้ คือ ผู้ตำหนิ (Blamer) ผู้ยอมตาม (Placator) ผู้เฉไฉ (Irrelevant) และผู้มากด้วยเหตุผล (Super-reasonable) คนทุกคนใช้บทบาททั้ง 4 มากบ้างน้อยบ้างในบางโอกาส บทบาททั้ง 4 นี้มีประโยชน์ในบางสถานการณ์ แต่หากบุคคลใช้บทบาทนั้นในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นจนเป็นนิสัยก็อาจทำให้เกิดปัญหาได้

บทบาทแต่ละบทบาทมีลักษณะดังนี้ ผู้ตำหนิ (Blamer) คือ บุคคลที่พยายามจะไม่รับผิดชอบในสิ่งที่เกิดขึ้นแต่จะโยนความรับผิดชอบหรือความผิดนั้นไปให้ผู้อื่น ผู้ยอมตาม (Placator) คือ บุคคลที่พยายามหลีกเลี่ยงความขัดแย้งและพยายามทำให้คนอื่นพอใจทั้ง ๆ ที่บางครั้งไม่ตรงกับความรู้สึกและความต้องการของตนเอง ผู้เฉไฉ (Irrelevant) คือ บุคคลที่พูดหรือกระทำในสิ่งที่ไม่ตรงกัน บุคคลลักษณะนี้ดูเหมือนว่าจะไม่ชอบเกี่ยวข้องกับอะไรเลย เช่น ขณะที่ครอบครัวมารดาวัยรุ่นกำลังคุยกันเรื่องเงิน และการประหยัด สมาชิกในครอบครัวคนใดที่เป็นผู้เฉไฉอาจจะนำเรื่องตลกเข้ามาคุยท่ามกลางที่สมาชิกในครอบครัวกำลังสนทนากัน หรือเดินไปรอบห้องชวนสมาชิกคนอื่นให้ไปสนใจสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวกับเรื่องที่คุยอยู่ และ ผู้มากด้วยเหตุผล (Super-reasonable) คือ บุคคลที่จะใช้เฉพาะสติปัญญาและพยายามหลีกเลี่ยงเรื่องอารมณ์และความรู้สึกเวลาถูกถามว่าเขารู้สึกอย่างไร แทนที่จะตอบออกมาเป็นความรู้สึกจริง ๆ เขากลับตอบว่าเขาคิดอย่างไร โดยในการให้คำปรึกษาครอบครัวนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาและสมาชิกครอบครัวได้ฝึกและเรียนรู้เกี่ยวกับการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ โดยใช้คำพูด ท่าทาง การแสดงออก และความรู้สึกที่สอดคล้องกันและสัมพันธ์กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัว มารดาวัยรุ่นทั้ง 2 ทฤษฎีข้างต้น จะเห็นได้ว่าทั้งสองทฤษฎีต่างมีมุมมองเชิงบวกเกี่ยวกับมารดาวัยรุ่น โดยไม่ตำหนิ หรือตีตราวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ว่าเป็นการกระทำที่เลวร้ายหรือเป็นบุคคลที่ไม่ดี แต่จะพยายามทำความเข้าใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเข้าใจตามสภาพจริง ตามการรับรู้ของมารดาวัยรุ่นและสมาชิกครอบครัว ซึ่งทั้งสองทฤษฎีมีความเชื่อเกี่ยวกับมนุษย์ว่าสามารถกำหนดสิ่งที่ตั้งามในชีวิตให้กับตนเองได้ ภายใต้บริบทครอบครัวที่มีความปกติสุข โดยทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงโครงสร้างที่มุ่งเน้นส่งเสริมให้ครอบครัวมีโครงสร้างที่ชัดเจนเหมาะสม เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในครอบครัว ซึ่งสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นขณะนี้ คือ “มีวัยรุ่นหญิงหนึ่งคนในครอบครัวกำลังมีบทบาทเป็นมารดาวัยรุ่น” และผู้ให้คำปรึกษาควรตอบสนองกับความต้องการของสมาชิกในครอบครัวให้เป็นที่น่าพึงพอใจ ตามที่สมาชิกครอบครัวต้องการ ส่วนทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวที่เน้นประสบการณ์และมนุษยนิยม จะมุ่งช่วยให้ครอบครัวสามารถมีแนวทางในการสร้างความสมดุล เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อสมาชิกในครอบครัวมาเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตรงกับความต้องการและความรู้สึกที่แท้จริงภายในจิตใจของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัว โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่นสามารถกำหนดชีวิตของตนเองด้วยการตระหนักรู้อย่างเข้าใจ ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง และค้นหาสิ่งที่เป็นจุดเด่นหรือศักยภาพความดีภายในตน สร้างชีวิตในแบบที่ตนเองปรารถนาได้

บทสรุป

การให้คำปรึกษาครอบครัวสำหรับช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นที่ได้นำเสนอในครั้งนี้ เป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้ตระหนัก และทำความเข้าใจในตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของมารดาวัยรุ่น โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของมารดาวัยรุ่นให้เกิดมุมมองที่แตกต่างในเชิงบวกหรือสร้างสรรค์ต่อสิ่งที่เกิดขึ้น เพื่อเป็นพลังและมีกำลังใจสำหรับการเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงดูเด็กหลังคลอดได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัว คือ ช่วยพัฒนาและเสริมสร้างครอบครัวให้เกิดความเข้มแข็งไปในทิศทางที่ดีขึ้น นอกจากนี้ สิ่งสำคัญที่ได้จากการให้คำปรึกษาครอบครัวก็คือ สมาชิกในครอบครัวมารดาวัยรุ่นมีความเข้าใจกันมากขึ้น สามารถดำเนินตามบทบาทและทำหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนได้เป็นอย่างดี รวมทั้งเกิดความรู้สึกที่ดีต่อครอบครัวอันจะนำไปสู่การพัฒนาครอบครัวให้เกิดความสมบูรณ์และองกาม

บรรณานุกรม

- กนกวรรณ ธราววรรณ; และคณะ. (2548). **ทางเลือกของผู้หญิงที่ท้องไม่พร้อม**. กรุงเทพฯ: พีเอ็นพีกรุ๊ป.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2547). **คู่มือนักบำบัดครอบครัวในคลินิก**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เมธินันท์ ภิญโญชน. (2539). **การให้คำปรึกษาครอบครัวเบื้องต้น**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รัก ชุณหกาญจน์. (2556). **การศึกษาการให้ภัยในวัยรุ่น: กรณีศึกษาการให้ความช่วยเหลือด้วยการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาการให้ภัยสำหรับวัยรุ่นและวัยรุ่นหญิงที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม**. ปรินญาณินทร์ กศ.ด. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานอนามัยเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2557). **การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: นโยบายแนวทางการดำเนินงาน และติดตามประเมินผล**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- องค์การอนามัยโลก. (2014). **การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น**. สืบค้นเมื่อ 30 พฤศจิกายน 2557 จาก <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/en/>
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2554). **จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: ชันด้าการพิมพ์.
- (2557). **การสร้างชีวิตใหม่**. กรุงเทพฯ: ชันด้าการพิมพ์.
- Bennette, H. A.; & et al. (2004). **Prevalence of depression during pregnancy: systemic review**. The American College of Obstetricians and Gynecologists. 103: 698-709.
- Corey, G. (2012). **Theory and practice of group counseling**. 8th ed. Belmont, CA: Brooks/cole.
- Dallos, R.; & Draper, R. (2005). **An introduction to family therapy: Systemic theory and practice**. 2nd ed. New York: Mcgraw-Hill.
- Goldenberg, Irene; & Goldenberg, Herbert. (2008). **Family therapy: An overview**. 7th ed. CA: Brook/Cole, a division of Thomson Learning, Inc.
- Lewis, A. J.; & et al. (2003). **Community counseling: Empowerment strategies for a diverse society**. 3th ed. CA: Brook/Cole, a division of Thomson Learning, Inc.
- Mitsuhiro, SS.; & et al. (2009). **Brief report: Prevalence of psychiatric disorders in pregnant teenagers**. Journal Adolescent. 32: 745-752.
- Piyasil, V. (1998). **Anxiety and depression in teenage mothers: a comparative study**. Journal Med Assocthai. 81: 125-129.
- World Health Organization. (2013). **World Health Organization 2013: Life expectancy at birth**. Retrieved December 1, 2014, from http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/EN_WHS2013_Full.pdf