

บทที่ 5 การต่อต้าน

- 5.1 เหตุผลของการต่อต้าน
- 5.2 วิธีการในการต่อต้าน
- 5.3 ความรุนแรงของการต่อต้าน
- 5.4 การจัดการกับการต่อต้าน
- 5.5 ความสัมพันธ์ที่คลุมเครือ
- 5.6 การเชื่อมโยง
- 5.7 การเชื่อมโยงในทางตรงข้าม

บทที่ 5 การต่อต้าน

การต่อต้านเป็นสิ่งที่พบอยู่บ่อยครั้งในการให้คำปรึกษา การต่อต้านเป็นการพยายามปกป้องตนเอง ไม่เต็มใจจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การต่อต้านอาจมีตั้งแต่ระดับอ่อน ๆ เช่น ขณะพูดคุยกุญลากให้ไปมา ระดับกลางอาจมีท่าทีเฉยชา หรือระดับรุนแรงถอยหนีออกไป

การมารับคำปรึกษาเป็นสัญญาณอย่างหนึ่งว่าผู้รับคำปรึกษามีจุดมุ่งหมายที่จะเปลี่ยนแปลง แต่ในความเป็นจริงผู้รับคำปรึกษาอาจรู้สึกสองจิตสองใจว่าควรที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองหรือไม่ การต่อต้านในการให้คำปรึกษาเป็นเรื่องที่พบโดยทั่วไป จึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ให้คำปรึกษาที่จะต้องทำความเข้าใจสาเหตุและสัญญาณของการต่อต้าน เพื่อให้สามารถมี การตอบสนองอย่างเหมาะสม

5.1 เหตุผลของการต่อต้าน

อย่างน้อยที่สุดเหตุผลของการต่อต้านไม่ให้ความร่วมมือกับผู้ให้คำปรึกษามี 3 ประการด้วยกัน กล่าวคือ

5.1.1 การเปลี่ยนแปลงเพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามเป็นสิ่งเจ็บปวด พฤติกรรมที่บกพร่องช่วยทำหน้าที่บางอย่าง เปรียบได้กับการบำบัดในทางกายภาพ การบริหารร่างกาย เพื่อให้กล้ามเนื้อแข็งแรงเรามากปวดเมื่อยเนื้อตัวเมื่อบริหารอย่างเต็มที่ เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงในทางด้านจิตใจก็เช่นกันไม่มีอะไรที่ได้มาง่าย ๆ โดยไม่ต้องลงทุน ในการให้คำปรึกษาครั้งแรกผู้รับคำปรึกษาจะค่อย ๆ ตระหนักว่าตนเองมีงานหนักที่ต้องทำอย่างต่อเนื่องอยู่ข้างหน้า ไม่มีอำนาจ วิเศษใดที่จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างง่าย ๆ ในระยะเวลาอันสั้น

การให้คำปรึกษาซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหมายถึงการหยุดยั้งพฤติกรรมเก่าและเริ่มพฤติกรรมใหม่ การหยุดสิ่งเก่าและเริ่มสิ่งใหม่ทำให้เกิดความเครียด และบางครั้งถ้าเครียดมาก ๆ ทำให้รู้สึกเจ็บปวดและล้า อยากหยุดไปชั่วระยะเวลาหนึ่ง หรือเลิกล้มการมารับคำปรึกษาไปเลย

ก. การเริ่มพฤติกรรมใหม่ ผลจากการให้คำปรึกษาช่วยให้บุคคลเกิด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เช่น การแสดงความสุจริตใจกับคนที่ใกล้ชิดกับเขาคนส่วนใหญ่พบว่า การมีความซื่อสัตย์ กับคนเพียงคนเดียวเป็นเรื่องยากกว่าแสดงกับคนจำนวนมาก การต้องแสดงความจริงใจ อาจทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวล ผู้รับคำปรึกษามักจะต่อรองกับผู้ให้คำปรึกษา เช่น “ถ้าผมมี

อะไรผมจะพูดกับแม่ตรง ๆ แต่สำหรับพ่อขอเวลาผมอีกสักพักได้ไหม” คำขอร้องนี้สะท้อนว่า การแสดงความคิดความรู้สึกกับบุคคลซึ่งมีความสำคัญในชีวิตเขาเป็นสิ่งเจ็บปวด

เขาจะต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองและสามารถพึ่งพาตนเองได้ก่อนสิ่งที่ดึงดูดให้คนมารับคำปรึกษาอย่างหนึ่งคือเขาพึ่งพานุคคลอื่นมาตลอดชีวิตและต้องการได้รับการยอมรับ เขามักพูดว่า “ผมรู้สึกสับสนไปหมด แม่บอกให้ผมเข้ามหาวิทยาลัย พ่อบอกผมควรหางานทำให้มีประสบการณ์ก่อน ส่วนแฟนผมบอกว่าเราควรแต่งงานกันแล้ว ย้ายไปอยู่ต่างจังหวัด เพราะค่าครองชีพต่ำ” ถ้าผู้ให้คำปรึกษาถามว่า “แล้วคุณต้องการอะไรล่ะ” ก็คงไม่ได้คำตอบอะไร เพราะแม้แต่ตัวเขาเองอาจไม่เคยถามตัวเองอย่างจริงจัง เขาต้องพึ่งพานุคคลอื่นมาตลอดชีวิตเขา มันเป็นเรื่องเจ็บปวดที่เขาจะต้องก้าวเดินต่อไปด้วยตัวของเขาเอง

ข. แรงจูงใจ ผู้มารับคำปรึกษาอาจบอกว่าตนมีความปรารถนาอยากจะทำอะไร แต่จากการให้คำปรึกษา เขาได้ค้นพบความจริงว่าเขายังไม่สามารถตัดจากโลกของฆราวาสได้ เขาจะจัดการกับชีวิตต่อไปอย่างไร จึงต้องมีการวางแผนอย่างรอบคอบ ผู้หญิงคิดว่าเธอไม่ต้องการมีความสัมพันธ์ทางเพศกับสามีเพราะเขาดำเนินชีวิต และพบว่าความเป็นจริงคือตนหมดความสนใจในเรื่องเพศแล้ว

ในการให้คำปรึกษาก่อนจะจัดการกับความคับข้องใจและความขัดแย้งใจควรตรวจสอบถึงความเชื่อและค่านิยมพื้นฐานก่อน เช่น ผู้หญิงคนหนึ่งเชื่อว่าตนมีทักษะในการเป็นทนายหลังจากพบความสัมพันธ์ในวิชาชีพหลายต่อหลายครั้งเธอตระหนักว่าการเป็นทนายไม่เหมาะกับตัวเธอ

เด็กวัยรุ่นคิดว่าพ่อรักตนอย่างที่สุด แต่จากการกระทำในระยะที่ผ่านมาของพ่อ ทำให้เขาต้องทบทวนความคิดนี้เสียใหม่

การตรวจสอบความเชื่อและค่านิยมพื้นฐานและการตระหนักถึงความเป็นจริงเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลนั้นตื่นตระหนก ขมขื่นใจ และมักทำให้เกิดการต่อต้าน เพราะยากจะทำใจให้ยอมรับความจริงได้

ค. การหยุดพฤติกรรม ในการให้คำปรึกษาผู้รับคำปรึกษา อาจต้องเลิกพฤติกรรมที่ตนชอบกระทำ เช่น ดื่มเหล้า การมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคนอื่น สงสารตัวเอง จัดกระทำคนอื่น ถอยหนี อยู่เฉย ๆ ไม่ทำอะไร พฤติกรรมเหล่านี้อาจช่วยให้ผู้กระทำมีความพอใจและลดความเครียด เขาทำมานานจนเกิดความเคยชิน การจะต้องเลิกทำพฤติกรรมเหล่านี้เป็นเรื่องยาก แต่จากการให้คำปรึกษาทำให้เขาตระหนักว่าถ้าเขายังคงทำพฤติกรรมเหล่านี้ต่อไปเป็นการทำลายตนเอง เมื่อเขาทำมานานจนติดเป็นนิสัย การต้องหยุดยั้งจึงเป็นสิ่งเจ็บปวดและอยากจะทำถอยหนี

5.1.2 พฤติกรรมที่บกพร่องช่วยทำหน้าที่บางอย่าง เหตุผลประการต่อมาที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาต่อต้านการเปลี่ยนแปลงเพราะพฤติกรรมที่บกพร่องนั้นสามารถตอบสนองความต้องการบางอย่างของเขาได้ และยิ่งเขาได้ทำพฤติกรรมนั้นถี่หรือบ่อยครั้งมากเท่าไร ก็ยิ่งทำให้เกิดการต่อต้านมากขึ้น จนกว่าจะมีเหตุผลที่น่าเชื่อถือได้ว่าพฤติกรรมซึ่งมาทดแทนจะทำให้เกิดความพึงพอใจหรือลดความวิตกกังวลได้

ดังที่กล่าวในข้างต้นว่าเหตุผลที่ทำให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบกพร่องเป็นเรื่องยากเพราะมันสามารถตอบสนองหรือทำหน้าที่บางอย่าง ยกตัวอย่างเช่น ผู้รับคำปรึกษาซึ่งเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังพบว่าเมื่อเขาดื่มสุราทำให้เขาได้รับความสนใจมากกว่าเวลาเขาไม่ดื่ม ความสนใจอาจเป็นด้านบวก เช่น ได้รับการดูแลจากครอบครัว หรือเป็นทางลบ เช่น ถูกดูด่าว่ากล่าว เป็นต้น จากตัวอย่างที่กล่าว พฤติกรรมบกพร่องช่วยตอบสนองความต้องการทางจิตวิทยา ในขณะที่บุคคลขาดศักยภาพที่จะทำให้ตนได้รับการตอบสนองทางด้านจิตใจในทางที่สร้างเสริม

พฤติกรรมบกพร่องอาจช่วยเป็นทางที่จะระบายความโกรธหรือความก้าวร้าว บ่อยครั้งที่บุคคล ไม่สามารถแสดงความโกรธออกมาโดยตรงในทางที่สร้างเสริมพฤติกรรมบกพร่องอาจช่วยให้บุคคลปลดปล่อยความคับข้องใจได้ เช่น คนที่เป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง ขณะไม่ดื่มเขาจะเป็นคนดี อ่อนโยน แต่เมื่อไหร่ที่เหล้าเข้าปากเขาจะเป็นอีกคนหนึ่งก้าวร้าวหยาบคาย ทบตีคนที่เขารัก เมื่อเขาสร้างเม้าเขาจะเสียใจอย่างลึกซึ้งซึ่งขอโทษในสิ่งที่ผ่านมา คนที่เขารักอาจซ่อนความรู้สึกขมขื่นใจ ให้อภัยเขาอย่างมากเท่ากับเป็นการให้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ทำลายล้างเป็นเรื่องยากที่เขาจะเลิกดื่มเหล้า ถ้าเขาไม่พยายามต่อสู้กับสิ่งนี้หรือมีจิตใจที่เข้มแข็งพอ

5.1.3 มีแรงจูงใจที่จะทำสิ่งตรงข้ามกับจิตบำบัด เหตุผลประการที่สามที่บุคคลมีความขัดแย้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพราะมีแรงจูงใจอย่างอื่นซึ่งอาจเป็นสิ่งที่บุคคลนั้นรู้ตัวหรือเป็นสิ่งที่อยู่ใต้จิตสำนึก ยกตัวอย่างเช่น

ก. เพื่อให้ได้รับความยินยอมที่จะไม่เปลี่ยนแปลง บุคคลเหล่านี้เสแสร้งว่าตนต้องการเปลี่ยนแปลง การแสวงหาคำปรึกษาลึก ๆ แล้วไม่ใช่เพื่อจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอาจเบนความสนใจของผู้ให้คำปรึกษาไม่ให้รู้ถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรือเมื่อได้ค้นพบปัญหาเขามักยืนยันว่ามันไม่เป็นปัญหาสำหรับเขา เมื่อได้รับการเสนอแนะให้เปลี่ยนแปลง เขามักไม่ให้ความสนใจ ละเลย ต่อต้าน เขามักหวังไว้เงียบ ๆ ว่าในที่สุดผู้ให้คำปรึกษาจะยอมรับว่าเขาไม่มีปัญหาอะไร และเขามีสุขภาพจิตเหมาะสม นี่คือเป้าหมายที่แท้จริงของเขา

ข. เพื่อพิสูจน์ถึงการตัดสินใจที่ทำไปแล้ว คนบางคนได้ตัดสินใจแล้ว เช่น การหย่าร้าง ย้ายงาน แต่งงาน ทำแท้ง ออกจากโรงเรียน ก่อนที่จะพบผู้ให้คำปรึกษาแต่มาพบเพื่อให้เกิดความมั่นใจ และต้องการการยอมรับ

เขาอาจตระหนักหรือไม่ตระหนักในสิ่งที่เขาทำ โดยผิวเผินดูเหมือนว่า เขามีความซัดแย้งใจ ยังตัดสินใจไม่ได้ รับฟังสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาพูดอย่างเต็มที่ แต่จริง ๆ แล้วเขาจะยอมรับเฉพาะ สิ่งที่สอดคล้องและสนับสนุนการตัดสินใจของเขา เขาไม่ได้ยินสิ่งที่ตรงข้ามกับความต้องการ ของเขาเป็นการต่อต้านที่ซ่อนเร้น

ค. เพื่อตอบสนองความต้องการคนอื่น บางคนมารับคำปรึกษาเพราะถูกบังคับให้มา เช่น พ่อแม่ คู่ครอง เพื่อน นาย ผู้พิพากษา ถูกยื่นคำขาดให้มารับคำปรึกษาถ้าไม่ไปจะทิ้ง ไล่ออก หรือเข้าคุก การมารับคำปรึกษาจึงเป็นทางเลือกที่เลวร้ายน้อยที่สุด

สถานการณ์ดังกล่าวไม่ได้หมายความว่า การให้คำปรึกษาจะไม่ได้ผลเสียทีเดียว ถ้าเขามีทัศนคติว่า “มันคงจะไม่เจ็บปวดอะไรนักในการมารับคำปรึกษา ฉันเองจะได้รู้ว่าเกิดอะไรขึ้น” เราอาจช่วยให้เขาเห็นประโยชน์ของการให้คำปรึกษา

ถ้าผู้รับคำปรึกษามีทัศนคติว่า “เอาละฉันมาอยู่ที่นี่แล้ว แต่ไม่มีทางที่คุณจะทำให้ฉัน ร่วมมือกับคุณได้” การช่วยเหลือในสถานการณ์เช่นนั้นนับว่ายาก แต่ก็อาจไม่หมดหวังเสียทีเดียว ผู้ให้คำปรึกษาอาจอยู่ในสถานะอันหนึ่งอันใดดังต่อไปนี้

“คนมารับคำปรึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้สมัครใจมาเอง”

“เอาละฉันก็จะฆ่าเวลาไปเรื่อย ๆ จนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะหมดแรงไปเอง”

“ตราบัดที่คุณยังอยู่ที่นี้บางที่เราอาจตกลงกันได้ที่จะเริ่มบางสิ่งซึ่งมีคุณค่าสำหรับคุณ”

สถานะอันแรกและอันสุดท้ายดีกว่าอันที่สอง เพราะผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้แสดงเจตนาที่จะ ช่วยแต่อย่างใด

แรงจูงใจที่ไม่เหมาะสมที่ผู้รับคำปรึกษามีเมื่อมาเริ่มคำปรึกษาในครั้งแรกไม่จำเป็นจะต้อง คงอยู่เช่นนี้ตลอดไป ผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้เขาค่อย ๆ ตระหนักถึงแรงจูงใจที่อยู่ลึก ๆ ของ เขารวมทั้งผลติดตามมาในทางลบ และเขาสามารถนำแรงจูงใจที่สร้างเสริม มาแทนที่แรงจูงใจเดิม

5.2 วิธีการในการต่อต้าน

เมื่อผู้รับคำปรึกษาต่อต้านการเปลี่ยนแปลงในการให้คำปรึกษา เรามักสังเกตเห็น สัญญาณที่แสดงถึงการต่อต้านนี้ เช่น ลากเท้าไปมา ยืนนิ่งเฉย หรือการถอยดอยในการให้ คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาใช้ยุทธวิธีต่าง ๆ เพื่อปกป้องตนเองไม่ให้เกิดการให้คำปรึกษา บรรลุ เป้าหมายได้โดยง่าย สัญญาณที่แสดงถึงการต่อต้านมีดังต่อไปนี้

5.2.1 ทัศนคติต่อการนัดหมาย การมาสายเป็นสัญญาณของการต่อต้านอย่างหนึ่ง การมาสายเป็นการสูญเสียเวลาอันมีค่าในการให้คำปรึกษาไป เมื่อมาถึงผู้รับคำปรึกษาต้อง เสียเวลาอธิบายเหตุผลของการมาสาย ขอโทษผู้ให้คำปรึกษา รับฟังปฏิกิริยาของผู้ให้คำปรึกษา ต่อสิ่งนี้ อาจเสียเวลาเพิ่มจากการมาสายต่อไปอีก 10-15 นาที แต่ถ้าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจความ หมายของการมาสาย ค้นพบสาเหตุของการต่อต้าน ก็เท่ากับได้ใช้เวลาทั้งหมดไปอย่างคุ้มค่า

สัญญาณอื่น ๆ ของการต่อต้านคือไม่มาตามนัด การยกเลิกการนัดหมายการที่ผู้รับคำปรึกษาไม่มาตามนัด อาจเป็นเพราะรู้สึกไม่พอใจหรือรู้สึกกลัวการมารับคำปรึกษา การเลิกนัดหมายเป็นเรื่อง ที่พบโดยทั่วไปในการให้คำปรึกษา แต่การเลิกนัดบ่อย ๆ อาจชี้ถึงการต่อต้าน ผู้ให้คำปรึกษา อาจตรวจสอบสาเหตุของการต่อต้านโดยตรวจสอบเนื้อหาในการให้คำปรึกษาก่อนจะยกเลิกการนัดหมาย

5.2.2 การหลีกเลี่ยงคำถาม วิธีการต่อต้านที่มีประสิทธิภาพอันหนึ่งคือการไม่ตอบคำถาม ไม่ใช่โดยการปฏิเสธออกมาโดยตรงว่าไม่ต้องการตอบ แต่อาจถามอย่างหนึ่งตอบ มาอีกอย่างหนึ่ง ประเภทเดียวกับการถามว่าไปไหนมา ตอบว่าสามวาสองศอก คือคำถามคำตอบไม่มีความสัมพันธ์กันเลย ตอบสิ่งที่ไม่ได้ถาม

ยกตัวอย่างเช่น ผู้ให้คำปรึกษาถามว่า “ความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างคุณกับสามีเป็นอย่างไร” ผู้รับคำปรึกษาตอบว่า “หมูนี้อุจริกของสามียุ่งมาก ฉันไม่ค่อยได้พบเขา ฉันสงสัยว่ามันจำเป็นขนาดไหนจนทำให้เขาไม่ค่อยมีเวลาให้กับครอบครัว หรือมันเป็นเพียงข้อแก้ตัวที่จะออกไปจากบ้าน”

ถ้าการให้คำปรึกษาดำเนินไปเช่นนี้มันคงจะจบลงพร้อมกับผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้รับคำตอบอะไร และอาจลืมไปว่าตนถามอะไรผู้รับคำปรึกษา ถ้าได้มีการฟังเหตุผลทบทวนการสนทนาตรวจสอบคำถามต่าง ๆ ที่ไม่ได้รับคำตอบ จะช่วยให้เข้าใจว่าผู้รับคำปรึกษาที่มีการต่อต้านในด้านใด

5.2.3 เน้นจุดสนใจอยู่ที่ตัวผู้ให้คำปรึกษา ตรวจจับที่จุดสนใจอยู่ที่ตัวผู้ให้คำปรึกษา ย่อมไม่สามารถให้ความสนใจไปยังบุคคลอื่นหรือแม้แต่ตัวผู้รับคำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาใช้เวลาให้หมดไปกับการยินยอมหรือชมเชยผู้ให้คำปรึกษา ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาตกอยู่ในภาวะที่อึดอัด ถ้าเขาขัดจังหวะและเบนความสนใจมายังตัวผู้รับคำปรึกษาทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกถูกปฏิเสธอย่างไรก็ตามผู้ให้คำปรึกษาควรอธิบายอย่างสุภาพถึงความสำคัญของการเน้นที่ตัวผู้รับคำปรึกษาและสิ่งที่เป็นปัญหาสำหรับเขา

หรือผู้รับคำปรึกษาอาจแสดงออกมาในทางลบ เช่น “ทำไมคุณชอบยืนอยู่เรื่อยเวลาผมพูด” ผู้ให้คำปรึกษาที่ไม่ได้ระวังตัวอาจเสียเวลาในการปฏิเสธ หรือปกป้องตนเองที่แสดงสีหน้าดังกล่าว หรือผู้รับคำปรึกษาอาจวิพากษ์วิจารณ์ในทำนองที่ใกล้เคียงกัน

“ทำไมคุณชอบถามแต่เรื่องเพศ”

“วันนี้ดูคุณครึ่งหลับครึ่งตื่น”

ผู้ให้คำปรึกษาที่ไม่ได้ระวังตัวอาจถูกหลอกให้หลงทางไป โดยไม่ได้ตระหนักว่าเกิดอะไรขึ้นอย่างแท้จริงในการให้คำปรึกษา

5.2.4 การลืมน คนเราอาจลืมนได้ แต่การลืมนในการให้คำปรึกษามีความหมายพิเศษ เพราะเรื่องที่น่ามาพูดในการให้คำปรึกษาเป็นสิ่งที่มีความหมาย ความสำคัญในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา การลืมนเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตเขาจึงเป็นสัญญาณของการต่อต้าน ผู้รับคำปรึกษา อาจพูดประโยคต่อไปนี้

“ผมลืมนไปแล้วว่าเราพูดกันเรื่องอะไรเมื่อครั้งที่แล้ว”

“ฉันกำลังจะเล่าให้คุณฟังว่าฉันได้คุยอะไรกับพ่อแม่มบ้างอาทิตย์นี้ แต่ฉันไม่แน่ใจนักว่าจะเก็บประเด็นสำคัญมาเล่าให้ฟังได้หมด”

5.3 ความรุนแรงของการต่อต้าน

แบรนเมอร์และซอสตรอน (Rogers, 1942) อธิบายถึงระดับความรุนแรงในการต่อต้าน โดยแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

1. การถ่วงเวลา โดยมอบความรับผิดชอบให้ขึ้นอยู่กับผู้มารับคำปรึกษาทั้งหมด ไม่ค่อยให้การตอบสนอง หลบเลี่ยง และสนใจเนื้อหาด้านความคิดมากกว่าความรู้สึก
2. เฉื่อยชา แสดงความไม่สนใจ แสดงออกโดยตอบสั้น ๆ ตามคำตอบคำไม่สนใจ การนำ ของผู้ให้คำปรึกษา แสดงอาการเหนื่อยหน่าย
3. ต่อต้านอย่างจงใจ แสดงความไม่เต็มใจที่จะให้สัมภาษณ์ต่อไป เช่น โต้แย้ง แสดงว่าตนเหนือกว่า แสดงความเครียด แสดงความรุนแรง วิตกกังวล และรู้สึกผิด
4. การต่อต้านอย่างแท้จริง มีความรุนแรงมากกว่าแบบที่จงใจ เช่น เงียบ ไม่ได้ตอบข้อใจในความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา ใช้ภาษาที่ขู่ตะคอก
5. รูปแบบที่รุนแรงที่สุด คือ ปฏิเสธ เช่น ขอยุติการรับคำปรึกษา พูดกับผู้ให้คำปรึกษา ด้วยคำพูดที่รุนแรง

การต่อต้านเป็นการปกป้องตนเอง หาที่กำบัง เป็นการปฏิเสธการเจริญเติบโต

5.4 การจัดการกับการต่อต้าน

บอร์ดิน (Bordin, 1969) กล่าวว่ามึปฏิกิริยาของการต่อต้าน 2 ชนิดด้วยกันคือ เกิดจากความไม่เต็มใจที่จะลดความเป็นตัวของตัวเองและความเป็นอิสระแก่ตน หรือยอมรับความล้มเหลว เพราะการมาหาผู้ให้คำปรึกษาหมายถึงความต้องการ ฟังพาคคนอื่นและลดความเป็นตัวของตัวเอง อีกประเภทคือพยายามปกป้องตนเองจากความขัดแย้งใจ เมื่อความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาพยายามจะให้เปิดเผยถึงแรงกระตุ้นของความขัดแย้ง การต่อต้านทั้ง 2 ชนิดมีความสำคัญต่อความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาการต่อต้านประเภทแรกผู้ให้คำปรึกษาควรหลีกเลี่ยงที่จะก้าวก่ายสิทธิและความรู้สึกเป็นอิสระแก่ตน ของผู้มารับคำปรึกษาให้เขาได้เรียนรู้ถึงความแตกต่างด้วยตนเองว่า การให้คำปรึกษาคือการพัฒนาไปในทางบวกมากกว่า

จะมองว่าตนเองมีปัญหาและต้องการพึ่งพา เมื่อผู้รับคำปรึกษาต่อต้านที่จะเปิดเผยถึงความขัดแย้งภายในของเขา ผู้ให้คำปรึกษาควรจะพยายามช่วยลดพฤติกรรมที่พ่ายแพ้แก่ตนเองลง บรรยากาศในการให้ความช่วยเหลือควรให้โอกาสผู้มารับคำปรึกษามีความเป็นอิสระแก่ตน มีการแสวงหาตนเองถ้าการต่อต้านไม่เกิดจากสาเหตุดังกล่าว ผู้ให้คำปรึกษาควรตรวจสอบพฤติกรรมของตนว่าขัดขวาง หรือยับยั้งความสัมพันธ์ในการให้ความช่วยเหลือ

แบรมเมอร์ และ ซอสตรอน เสนอวิธี การที่จะจัดการกับการต่อต้าน ซึ่งกลวิธีเหล่านี้ ใช้กับการต่อต้านของผู้มารับคำปรึกษาในระดับต่าง ๆ กัน ก่อนที่จะทำอย่างหนึ่งอย่างใดกับการต่อต้านผู้ให้คำปรึกษาต้องตระหนักว่า มีสาเหตุจากภายนอกที่ทำให้เกิดการต่อต้านได้หรือไม่ เช่น ตัวผู้ให้คำปรึกษา สภาพที่เป็นอยู่รวมถึงอิทธิพล จากกลวิธีที่เขาใช้

กลวิธีอันแรกคือการตื่นตัว รู้ถึงการต่อต้านของผู้รับคำปรึกษา แต่ไม่ตอบสนองต่อสิ่งนี้ เพราะการต่อต้าน แต่เพียงเล็กน้อยในระดับแรก เป็นเรื่องธรรมดาในการให้คำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจึงไม่จำเป็นต้องทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด แต่พยายามเข้าใจถึงรูปแบบการปกป้องตนเองของผู้มารับคำปรึกษา

เมื่อผู้มารับคำปรึกษาแสดงถึงความไม่สนใจในการรับคำปรึกษาเพิ่มมากขึ้นด้วยการตอบคำถามสั้น ๆ หรือทำเป็นไม่ได้ยินหรือไม่เห็นในบางสิ่งถึงจุดนี้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องหาวิธีการในการลดการต่อต้านจากผู้มารับคำปรึกษาวิธีการที่จะลดการปกป้องตนเอง ของผู้มารับคำปรึกษาเพื่อให้เขาได้มี การแสวงหาตนเองและทำความเข้าใจกับปัญหาของเขาต่อไป วิธีการอันแรกก็คือ การลดความเครียดทางด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นผลจากเรื่องที่ถูกขบถกันโดยเปลี่ยนมาพูดในระดับความคิด เพื่อลดความกดดันในตัวผู้มารับคำปรึกษาอีกวิธีการหนึ่งโดยการเปลี่ยนจังหวะการสัมภาษณ์ด้วยการทำให้อัตราการรุกของผู้ให้คำปรึกษาสั้นเข้าหรือเปลี่ยนทำการนั่ง หรือผ่อนคลายความเครียดโดยใช้อารมณ์ขันบ้างเล็กน้อยถ้าผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษามีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน การแสดง การยอมรับสนับสนุนเห็นใจยอมช่วยให้เข้าใจสภาพการณ์ได้ชัดเจนขึ้น และมีผลให้การต่อต้านลดลง

ถ้าการต่อต้านรุนแรงขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะต้องเปลี่ยนทิศทางในการสัมภาษณ์ใหม่ เพื่อลดความรู้สึกว่าตนได้รับการขู่เชิญคุกคาม กลวิธีนี้จะช่วยลดความกดดันในตัว ผู้รับคำปรึกษา และลดความรุนแรงของการสัมภาษณ์โดยการเปลี่ยนเรื่องพูดอย่างละมุนละม่อม เมื่อผู้รับคำปรึกษาเริ่มจะตระหนักถึงการต่อต้านของตน และเริ่มมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันมากขึ้น ผู้ให้คำปรึกษา อาจใช้การนำโดยตรงบ้าง ผู้ให้คำปรึกษาอาจอธิบายแก่ผู้มารับคำปรึกษาให้เขารู้ตัว ในสิ่งที่เขาทำ การแปลความหมายอาจช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงการต่อต้านของตนยอมรับถึงสิ่งนี้และรู้ว่าตนกำลังทำอะไร การสะท้อนความรู้สึกของการต่อต้านเป็นวิธีการ ที่มีประสิทธิภาพอันหนึ่งโดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อใช้ในระยะแรกของการสัมภาษณ์ ซึ่งความ

สัมพันธ์ต่อกันยังไม่ดีนัก วิธีการจัดการกับการต่อต้านที่รุนแรงที่สุดคือการเผชิญหน้าโดยตรง ด้วยการให้คำถามถึงการต่อต้านที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงออกมาโดยตรง

ถ้าผู้ให้คำปรึกษามีความเชื่อมั่นในตนเองเพียงพอ และตรวจสอบถึงการปกป้องตนเองของผู้มารับคำปรึกษาได้พบว่ามี การต่อต้านในระดับสูง ไม่อยู่ในวิสัยที่จะให้ความช่วยเหลือได้ เราอาจส่งมอบไปยังผู้ให้คำปรึกษาคนอื่นซึ่งอาจช่วยให้การต่อต้านนี้หมดไปได้

เพียโทรฟิซา และคนอื่น ๆ (Pietrofesa et al. 1971) เสนอวิธีการพื้นฐาน ในการจัดการกับการต่อต้านดังนี้

1. รับผิดชอบในการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงและจัดการกับการต่อต้านของตน เป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้รับคำปรึกษาจะต้องรับผิดชอบต่อพฤติกรรมที่มีผลยับยั้งความเจริญงอกงามของตน

2. ช่วยให้บรรยากาศในการทำจิตบำบัดมีแต่ความอบอุ่น ความเข้าใจ การยอมรับและความจริงใจ

3. ไม่นำเรื่องที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกว่าตนได้รับการขู่ขู่คุกคามขึ้นมาอภิปราย เพราะรังแต่จะเพิ่มอัตราของการต่อต้าน และจะเป็นการดีที่สุดถ้าไม่ใช้วิธีการแปลความหมาย ด้วยเหตุผลที่ว่า

ก. ผู้รับคำปรึกษาอาจรู้สึกที่ผู้ให้คำปรึกษาโจมตีตน

ข. ทำให้ผู้รับคำปรึกษาใช้กลไกป้องกันตนเองโดยพยายามหาเหตุผลที่เหมาะสมซึ่งมีผลให้การต่อต้านมีความรุนแรงขึ้น

4. เน้นที่ระดับความรู้สึกในการตอบสนองของผู้รับคำปรึกษามากกว่าเนื้อหาที่พูดซึ่งเป็นวิธีหนึ่งที่แสดงถึงความพยายามของผู้ให้คำปรึกษาที่จะเข้าใจถึงภาวะความรู้สึกภายในของผู้มารับคำปรึกษา

5. ให้โอกาสผู้มารับคำปรึกษาได้เป็นฝ่ายนำบ้าง ผู้ให้คำปรึกษาอาจอยู่ในความเงิบตราบเท่าที่ไม่ทำให้เกิดความรู้สึกเครียดหรืออึดอัด ดังตัวอย่างของการฝึกปฏิบัติการให้คำปรึกษา ผู้ฝึกรู้สึกวิตกกังวลที่ผู้รับคำปรึกษาตอบคำถามตามแบบคำถามต่อคำถามที่บ่อนคำถามทุก ๆ 2 นาที จากเหตุการณ์นี้ผู้ให้คำปรึกษาแทบจะไม่เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้เป็นฝ่ายนำเลย จนในที่สุดผู้รับคำปรึกษาพูดได้ไม่เกินหนึ่งคำก็ถูกผู้ให้คำปรึกษาขัดจังหวะ

วิธีการที่ได้กล่าวในข้างต้นนี้เป็นเพียงข้อเสนอแนะ ในการจัดการกับการต่อต้านไม่ได้หมายความว่า จะเป็นสูตรสำเร็จในการแก้ไขการต่อต้าน โบลเชอร์ (Blocher, 1966) ระบุว่าไม่มีกลวิธีหรือแนวทางการแก้ไขอย่างใด ที่สามารถครอบคลุมแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ได้ทุกด้านวิธีการที่ดีที่สุดอันหนึ่งเกี่ยวกับความสัมพันธ์ก็คือการแสดงถึงความตรงไปตรงมา เปิดเผยสุจริตใจต่อปฏิกริยาของผู้มารับคำปรึกษาให้รับรู้ถึงความจริงใจ มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความเชื่อมั่น ไว้วางใจ และมีการเปิดเผยตนเองมากขึ้น

การสร้างเสริมให้เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย

ในการให้ความช่วยเหลือเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยขึ้นก่อน เพื่อไม่ให้ผู้มารับคำปรึกษาแสดงพฤติกรรมที่ปกป้องตนเอง และช่วยให้เกิดความเจริญงอกงามในตัวผู้มารับคำปรึกษา ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างของบทสนทนาในการสัมภาษณ์ครั้งแรก ซึ่งสามารถทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกมั่นคงปลอดภัย โดยไม่พยายามยึดเยียดค่านิยมของตนให้ผู้มารับคำปรึกษา แม้ว่าในบางครั้งผู้มารับคำปรึกษาจะปกป้องตนเอง แต่ผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาได้เข้าใจ ถึงทัศนคติและความรู้สึกของตนเอง

ผู้ให้คำปรึกษา อะไรที่ทำให้คุณมาที่ศูนย์ฯ

ผู้รับคำปรึกษา ที่สำคัญก็คือคุณแม่บอกให้หนูมา และอาจารย์แนะแนวที่โรงเรียนเห็นว่าหนูควรจะมาด้วย เพื่อให้ท่าน.....คุณแม่ของหนู.....

ผู้ให้คำปรึกษา เพื่อว่าหนูจะทำให้ท่านสบายใจใช่ไหม

ผู้รับคำปรึกษา ใช่แล้วค่ะ

ผู้ให้คำปรึกษา หนูพูดว่าหนูเองไม่ได้ตั้งใจที่จะมานัก

ผู้รับคำปรึกษา ใช่ค่ะ หนูก็ไม่รู้เหมือนกัน หนูไม่รู้จริง ๆ หนูไม่สามารถ.....

ผู้ให้คำปรึกษา หนูกำลังพูดถึงสิ่งที่ยุ่งยากบางอย่าง ลองเล่าให้ฟังซิค่ะ ถึงเรื่องที่ทำให้หนูไม่สบายใจ

ผู้รับคำปรึกษา หนูไปโรงเรียนและบางทีหนูก็หยุดเสียบ้าง พอคุณแม่รู้เรื่องนี้ท่านเป็นกังวลมาก แม่ไม่ชอบให้หนูทำอย่างนี้ ท่านคิดว่าหนูคงเพี้ยนไปแล้ว

ผู้ให้คำปรึกษา แล้วหนูคิดอย่างไร

ผู้รับคำปรึกษา เอ้อ หนูกำลังทำอย่างนั้นกับท่าน

ผู้ให้คำปรึกษา หนูหมายความว่าหนูต้องการให้ท่านเห็น

ผู้รับคำปรึกษา ใช่ค่ะ ท่านคิดว่าหนูบึ้ง เพราะสิ่งที่หนูพูดทำให้ท่านไม่สบายใจและท่านก็ไม่เข้าใจ ท่านไม่เข้าใจว่าทำไมหนูพูดอย่างนั้น

ผู้ให้คำปรึกษา เรื่องที่หนูพูดกับท่านหรือ

ผู้รับคำปรึกษา ใช่ค่ะ มันทำให้ท่านขัดใจ

ผู้ให้คำปรึกษา หนูช่วยบอกเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องนี้ได้ไหม ฉันไม่ค่อยจะเข้าใจนัก

ผู้รับคำปรึกษา ได้ค่ะ เรื่องเล็กน้อย เช่น เวลาหนูจะออกไปไหน ท่านจะต้องถามหนูว่านั่นกำลังจะไปไหน แล้วหนูก็จะบอกท่านว่าหนูไม่รู้ ท่านก็จะหัวเสีย หนูบอกท่านอีกว่าหนูไม่รู้ ท่านก็รู้สึกหัวเสียอีก หนูบอกท่านอย่างนี้ถึง 4 ครั้ง หนูบอกให้แม่ทำให้สบายเมื่อหนูจะออกไปข้างนอก ท่านถามหนูเกือบ 10 ครั้งเห็นจะได้ เອอก็อาจจะไม่ถึงนัก. แต่คุณรู้ไหมมันดูเหมือนว่าแม่ต้องการ ที่จะถามหนูเกือบตลอดเวลา

- ผู้ให้คำปรึกษา ท่านถามหนูบ่อยมาก
- ผู้รับคำปรึกษา และนั่นทำให้หนูรู้สึกรำคาญ ทำให้หนูกลายเป็นคนชอบพูดประชดประชัน ซึ่งทำให้ท่านขัดใจ แต่หนูก็ยังคงทำ ท่านจะได้รู้บ้างว่า ถ้าเป็นท่านท่านจะรู้สึกอย่างไร แต่ท่านกลับไม่รู้ตัว ท่านอาจจะรู้สึกบ้างชั่วประเดี๋ยวประด๋าวถ้า คราวหน้าท่านทำแบบนี้อีก หนูคงปลงว่ามันเป็นนิสัยของท่าน
- ผู้ให้คำปรึกษา หนู.....
- ผู้รับคำปรึกษา และนั่นก็คือแม่ของหนู แต่... หนูไม่รู้ เพราะนี่ก็คือหนู
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูทำให้ท่านขัดใจเพราะหนูต้องการให้ท่านเข้าใจถึงความรู้สึกของหนู
- ผู้รับคำปรึกษา เอ้อ หนูไม่ได้ตั้งใจที่จะทำมากมายถึงเพียงนั้น แต่บางครั้งก็เป็นเหมือนกัน บางครั้ง หนูรู้ว่าแม่จะต้องโกรธ แต่ถึงอย่างไรก็ตามหนูจะต้องพูด
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูต้องการทำให้ท่านโกรธ
- ผู้รับคำปรึกษา หนูเพียงแต่อยากให้ท่านเข้าใจว่าทำไมหนูถึงรู้สึกเช่นนี้ บางครั้งเมื่อแม่พูดอะไร หนูจะตามใจท่านเพื่อแม่จะได้มีความสุข และบางทีหนูก็ไม่ หนูพูดตามที่หนูคิดจริง ๆ ซึ่งหนูก็รู้ว่ามันเป็นการขัดใจท่าน ถึงอย่างไรหนูจะต้องทำให้ท่านได้เข้าใจว่าจริง ๆ แล้วหนูเป็นอย่างไร แต่แม่คงไม่มีวันจะเข้าใจท่านพูดว่า “แกคงจะนั่งคิดนอนคิดทั้งคืนละสิ ว่าพูดยังไง จะทำให้ฉันเครียด” คุณรู้ไหมหนูไม่ได้ตั้งใจจะทำอย่างที่แม่พูด
- ผู้ให้คำปรึกษา เอาละ บางครั้งหนูตั้งใจที่จะทำสิ่งนี้ และบางครั้ง.....
- ผู้รับคำปรึกษา และบางครั้งหนูก็ไม่ หนูไม่ได้เจตนาจริง ๆ ที่จะทำ แต่บางครั้งหนูก็เป็นตัวของตัวเอง หนูพูดตามที่หนูคิด แม้ว่ามันจะขัดใจท่าน บางครั้งหนูต้องทำอย่างที่แม่ต้องการเพื่อจะตามใจท่าน
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูลองยกตัวอย่างเหตุการณ์ระหว่างหนูกับคุณแม่ซิ ที่หนูตามใจท่าน
- ผู้รับคำปรึกษา อย่างเช่น แม่ต้องการให้หนูไปชะอำตอนหน้าร้อน หนูไม่ค่อยอยากไปนักเพราะเมื่อสองปีก่อนเราไปพักอยู่ที่บ้านคุณป้า เราสนุกกันดีแต่หน้าร้อนนี้ มีหลายสิ่งที่น่าสนใจกว่านั้น หนูได้พบเพื่อนใหม่มากมายในโรงเรียน หนูไม่ค่อยสนใจนักว่าจะไปหรือไม่เพราะถ้าหนูไป สิ่งเดียวที่หนูทำคือนอนตากแดดที่ชายหาด เล่นน้ำทะเล ไม่มีอะไรน่าตื่นเต้นเลย หนูไม่สนใจจริง ๆ แต่แม่อยากให้หนูไป หนูไม่อยากขัดใจท่านก็เลยตกลงไป มันก็สนุกดีเหมือนกันแต่.....
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูชอบที่จะอยู่กับบ้านและพบเพื่อนใหม่ของหนูมากกว่า
- ผู้รับคำปรึกษา ใช่แล้ว แต่เพื่อนของหนูไปกับหนูด้วย เราสนุกกันดี แต่ไม่ว่าเราจะอยู่หรือไป มันไม่ได้แตกต่างกัน หนูอยากจะทำบ้านมากกว่าตั้งแต่แรกแล้ว

- ผู้ให้คำปรึกษา ดูเหมือนว่าใจหนูอยากจะมีเวลาของตัวเองห่างจากคุณแม่บ้าง
- ผู้รับคำปรึกษา หนูต้องการอะไรที่เป็นส่วนตัวนี่ก็เป็นอีกปัญหาหนึ่ง เพราะหนูบอกแม่บ่อย ๆ
ว่าจะไปอยู่ที่อื่นและหนูเกือบจะอดใจรอไม่ได้ มันคงทำให้ท่านรำคาญใจเพราะ
ท่านเฝ้าถามหนูว่าที่นั่นมันเป็นอย่างนี้หรือ หนูเป็นลูกคนเดียวที่ยังอยู่ที่นั่นกับแม่
ป้อมเพ็งจะจบมหาวิทยาลัยเธอ จะอยู่ที่นั่นจนถึงสิงหาแล้วจะแต่งงานแป้มและ
โป๊งก็ไปอยู่ที่อื่น ป้อมกำลังจะตามไปหนูเป็นลูกคนสุดท้าย.....
- ผู้ให้คำปรึกษา ฉันทันใจนัก แต่ดูเหมือนว่าหนูจะไม่ได้ต้องการที่จะไปอย่างแท้จริง
- ผู้รับคำปรึกษา หนูรู้สึกเสียใจแทนแม่ แม่ต้องอยู่ตามลำพังท่านไม่ควรจะถูกทอดทิ้ง มันแปลก
จริง ๆ แม่เริ่มมีนัด หนูเองแทบจะไม่เชื่อมันคล้ายกับเราต้องกลายเป็น แม่ของ
ลูกสาวที่เพ็งจะเริ่มมีนัด คอยเฝ้าดู และตื่นเต้นไปกับการนัดหมาย ในแต่ละ
ครั้งของเธอ แม่ไปเที่ยวกับผู้ชายเสร็จแล้วท่านโทรไปคุยกับเพื่อนที่ทำงานเพราะ
ท่านมีธุระหรืออะไรหนูก็ไม่ทราบแต่เพื่อจะเล่าเรื่องนี้ด้วย แม่อดใจรอไม่ได้
ที่จะเล่าในวันรุ่งขึ้น แม่ต้องการความสนใจจากคนที่อยู่รอบ ๆ ตัวท่านหนู
รู้สึกเสียใจแทนท่านจริง ๆ หนูรู้ว่ามันจะเป็นอย่างไร
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูเข้าใจเพราะหนูก็รู้สึกอย่างนั้นเหมือนกัน
- ผู้รับคำปรึกษา คุณรู้ไหมบางครั้งหนูบอกแม่ว่าหนูเกลียดท่าน แต่จริงแล้วหนูไม่ได้เกลียดท่าน
หนูเพียงแต่จะเกลียดท่าน.....ไม่ หนูไม่ได้เกลียดแม่เลยเพียงแต่หนูต้องการ
จะบอกท่านว่าหนูไม่ได้ต้องการความรักของแม่มากมายเพียงนั้น หนูรู้ว่าแม่
ยังคงพยายาม ที่จะทำตัวเป็นแม่ของลูกเล็ก ๆ บางทีแม่ทำท่ารักใคร่หยอกเย้า
อะไรท่านองนั้น มันคงจะเป็นเรื่องลำบากใจ สำหรับท่านที่ต้องยอมรับความจริง
ว่าหนูโตแล้ว
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูต่อต้านที่ท่านปฏิบัติต่อหนูเหมือนหนูยังเป็นลูกเล็ก ๆ
- ผู้รับคำปรึกษา ท่านไม่ได้ทำกับหนูบ่อยนัก
- ผู้ให้คำปรึกษา ดูเหมือนว่าหลายสิ่งที่คุณแม่จะทำทำให้หนูรู้สึกรำคาญใจ (หัวเราะ)
- ผู้รับคำปรึกษา (หัวเราะ) ใช่ หนูรู้
- ผู้ให้คำปรึกษา ฉันทักประหลาดใจว่าหนูมีความรู้สึกอย่างไรต่อทั้งหมด เกี่ยวกับความสัมพันธ์
- ผู้รับคำปรึกษา (หัวเราะอย่างประสาทนต์ ๆ)
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูบอกว่าหนูเกลียดท่าน แล้วหนูก็บอกว่าหนูไม่ได้เกลียดท่าน
- ผู้รับคำปรึกษา เอาละ มันเหมือนกับว่าหนูไม่ได้เกลียดท่านจริงจังอะไร เพียงแต่หนูต้องการ
จะให้แม่รู้ว่าหนูไม่ต้องการท่าน

- ผู้ให้คำปรึกษา แล้วหนูต้องการที่จะให้ท่านให้ความสนใจกับหนูบ้าง
- ผู้รับคำปรึกษา หนูต้องการให้ท่านรู้ว่าทำไมหนูถึงทำอย่างนี้
- ผู้ให้คำปรึกษา มันทำให้ฉันชักจะสับสน
- ผู้รับคำปรึกษา แม่ไม่ชอบการแสดงออกของหนู แม่ไม่ชอบสิ่งต่าง ๆ ที่หนูทำ ท่านไม่ชอบวิธีการที่หนูพูดกับท่านแม่แต่กับเพื่อนของหนู ทุกสิ่งที่หนูทำท่านจะต้องต่อต้าน มัน, มัน..... (น้ำตาเริ่มไหลออกมา) (หยุดเว้นระยะไป)
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูรู้สึกผิดหวังมาก
- ผู้รับคำปรึกษา หนูไม่รู้เหมือนกัน (หยุดเว้น) (ใช้เวลาหลายนาทีพูดถึงโรงเรียน)
- ผู้ให้คำปรึกษา มันน่าอึดอัดใจสำหรับหนูที่ท่านไม่เข้าใจความคิดความรู้สึกหนูเอาเลย
- ผู้รับคำปรึกษา หนูไม่สนใจท่านหรอกแม่ไม่มีมีความหมายสำหรับหนู หนูไม่ได้คิดถึงท่านและมันทำให้หนูรู้สึกไม่ดีที่คิดแบบนี้ แม่ชอบเล่าถึงตอนแม่เป็นเด็กว่า แม่ถูกลี้นมา ยังไง แม่บอกว่าทำไมหนูถึงได้เป็นอย่างนี้ หนูรู้สึกไม่ดีที่มันไม่เป็นอย่างที่แม่ต้องการ แต่หนูช่วยไม่ได้ที่มีความรู้สึกแบบนี้เพราะอย่างนี้หนูเลย ไม่รู้สึกว่ามีแม่มีความสำคัญแต่อย่างไร
- ผู้ให้คำปรึกษา ท่านไม่เข้าใจหนู
- ผู้รับคำปรึกษา เป็นเพราะหนูชอบปลีกตัวจากครอบครัว หนูเดาว่าเป็นเพราะหนูอยากเป็นอิสระ หนูไม่ใช่เด็กดี น่ารัก มีเด็กหลายคนแถวบ้านที่หนูชอบเล่นด้วย หนูชอบเล่นกับพี่ชายและเพื่อนของเขา หนูเหมือนเด็กผู้ชาย เด็กแถวบ้านหนูเขาไม่ค่อยตะลอนไปอย่างหนู เวลาหนูเล่นอะไรเขาจะมาเล่นบ้าง และเขาถูกดุเพราะเขาไม่ควรมาเล่น หนูไม่เคยถูกทำโทษเพราะแม่ไม่ค่อยอยู่บ้าน แม่ไม่รู้เรื่องพวกนี้และแม่ของเด็กอื่น ๆ มักจะห้ามลูกเขาไม่ให้เล่นกับหนู มันทำให้หนูเสียใจ
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูรู้สึกว่าถูกปฏิเสธ
- ผู้รับคำปรึกษา ใช่แล้ว, หนูรู้สึกอย่างนั้นจริง ๆ หนูทำเป็นไม่แคร์
- ผู้ให้คำปรึกษา หนูรู้สึกอย่างนี้ตลอดเวลา
- ผู้รับคำปรึกษา ใช่ ถูกแล้ว เวลาทุกคนในครอบครัวหนูอยู่บ้าน หนูจะพยายามเรียกร้องความสนใจ พี่น้องหนูมักจะบอกว่า “หยุดเดี๋ยวนี้นะ” พี่ชายของหนูเขาโตเกินกว่าจะเล่นกับหนูได้แล้ว หลายครั้งเขาอยากให้หนูไปให้พ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา และเป็นอีกครั้งหนึ่งที่หนูรู้สึกไม่เป็นที่ต้องการ
- ผู้รับคำปรึกษา ใช่ ถูกต้อง แม่สงสารที่หนูถูกทิ้งให้อยู่กับบ้านเกือบตลอดเวลา แต่แม่ก็ไม่ได้ทำอะไรมากไปกว่านั้น

ผู้ให้คำปรึกษา นั่นไม่ใช่สิ่งที่หนูต้องการหรือ หนูไม่ต้องการให้ใครมาสงสาร หนูเพียงแค่ต้องการ ให้พวกเขารู้ว่าหนูอยู่ที่นั่น

ผู้รับคำปรึกษา ใช่ (เริ่มร้องไห้อีกครั้ง ติดตามมาด้วยความเงิบ) คุณรู้ไหมหนูคิดว่าหนูไปดีกว่า หนูรู้สึกดีขึ้นแล้ว

ผู้ให้คำปรึกษา หนูอยากจะทำอีกไหมจ๊ะ

ผู้รับคำปรึกษา ค่ะ พรุ่งนี้ ตกลงนะคะ

ผู้ให้คำปรึกษา แน่แน่นอน

5.5 ความสัมพันธ์ที่คลุมเครือ

บอร์ดิน (Bordin) สรุปว่าผู้ให้คำปรึกษา สื่อสารถึงอัตราของความคลุมเครือ ใน 3 ด้านด้วยกัน คือ 1) หัวข้อที่ผู้ให้คำปรึกษาพิจารณาว่ามีความเหมาะสมที่จะนำมาอภิปราย 2) ความคาดหวังเกี่ยวกับความใกล้ชิด และลักษณะอื่น ๆ ของความสัมพันธ์ 3) เป้าหมายในการให้ความช่วยเหลือ ผู้ให้คำปรึกษาอาจวางโครงสร้างของความสัมพันธ์แต่ละด้านในอัตราที่ต่างกัน เช่น ผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ความหมายด้านแรกหรือสองด้านไว้อย่างชัดเจน และปล่อยให้ด้านอื่นมีความคลุมเครือ

ความคลุมเครือมีบทบาทอย่างไรในความสัมพันธ์ของการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเห็นว่าปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อสภาพการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าเป็นผลจากแรงจูงใจ ดังนั้น ปฏิกิริยาของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อผู้ให้คำปรึกษาขณะมีความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาย่อมแสดงให้เห็นความต้องการของผู้รับคำปรึกษา พฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมา ช่วยให้เข้าใจถึงบุคลิกภาพของเขา ผู้ให้คำปรึกษาควรจะต้องทำความเข้าใจกับความต้องการ ภายในของผู้รับคำปรึกษาเพราะเป็นสิ่งกำหนดพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา

การควบคุมความคลุมเครือในการให้คำปรึกษาขึ้นอยู่กับหลักการที่ว่า การตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่คลุมเครือของบุคคลขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่ได้รับในชีวิต หรืออัตชีวประวัติของแต่ละคน ผู้ให้คำปรึกษาจึงเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายถึงความรู้สึกที่ขัดแย้งไม่ว่าผู้รับคำปรึกษาจะตระหนักถึงสิ่งนี้หรือไม่ก็ตาม จากความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาแรงจูงใจ และภาวะอารมณ์ที่สะท้อนออกมาช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจอย่างลึกซึ้ง พฤติกรรมการตอบสนองที่แสดงออกมาช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจถึงความขัดแย้งใจในตัวผู้รับคำปรึกษาและแบบแผนความสัมพันธ์ที่ผู้รับคำปรึกษามีกับผู้อื่น สภาพการณ์ที่คลุมเครือนี้จะช่วยเป็นพื้นฐานให้ผู้รับคำปรึกษาได้ ตระหนักถึงความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผลของตน

ความคลุมเครือของความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาเป็นสิ่งมีประโยชน์ แต่ควรได้รับการควบคุม มีเหตุผลหลายอย่างด้วยกันที่สิ่งนี้จำเป็นต้องได้รับการควบคุม ได้แก่ 1) ความคลุมเครือทำให้เกิดความวิตกกังวล แม้ว่าความวิตกกังวลจะเป็นส่วนหนึ่งของจิตบำบัดที่มีประสิทธิภาพ

แต่คนเรามีขีดจำกัดที่จะทนต่อความวิตกกังวล ซึ่งถ้าปล่อยให้ผู้รับคำปรึกษา ความวิตกกังวล มากไป เขาย่อมใช้พลังในการปกป้องตนเอง ดังนั้นย่อมไม่ช่วยให้เกิดความเจริญงอกงาม

2) บุคคลที่มีแนวโน้มเป็นโรคประสาทอ่อน ๆ จำต้องมีความคลุมเครือแต่น้อย เพราะเขา พยายามที่จะอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง จึงต้องจัดสภาพการณ์ที่มีความชัดเจน มีโครงสร้าง

3) บุคคลที่มีการปรับตัวดีมารับคำปรึกษาเพื่อขอความเห็นการสนับสนุนและไม่จำเป็นต้องอาศัย ความ ช่วยเหลือจากผู้ให้คำปรึกษาอย่างเต็มที่ อัตราความคลุมเครือของความสัมพันธ์จึงค่อนข้าง จะจำกัด ความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาที่คลุมเครือ ย่อมมีผลให้ปฏิกิริยาของผู้รับคำปรึกษา ขาดความแน่นอนและควบคุมได้ยาก ความคลุมเครือมีผลให้ระดับความวิตกกังวลสูงและ มีการแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่รุนแรงขึ้น อาจมีการแสดงอารมณ์ต่อผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง ผู้ให้ คำปรึกษาอาจใช้ความคลุมเครือเพื่อตอบสนองความต้องการของตนมากกว่าของผู้มารับคำปรึกษา เช่น ในรูปของการไม่เปิดเผยตนเองขาดความจริงใจหรือขาดความแน่นอน

บอร์ดีน เตือนว่า ยิ่งสิ่งเร้ามีความคลุมเครือมากเท่าใด การจะควบคุมสภาพการณ์ ในการให้ความช่วยเหลือยิ่งยากลำบากขึ้นเท่านั้น และทำให้เกิดปัญหาในการแปลความหมาย ซึ่งเอปสไตน์ (Epstein, 1966) เห็นว่าควรเน้นระดับความคลุมเครือ เพื่อช่วยให้การให้คำปรึกษา มีประสิทธิภาพ และไม่ควรสรุปว่าเพราะความคลุมเครือเป็นประโยชน์จึงควรนำมาใช้มาก ๆ ในการให้ความช่วยเหลือ

5.6 การเชื่อมโยง (TRANSFERENCE)

ฟรอยด์ พบว่าคนไข้ ที่ประสบความสำเร็จ ในการทำจิตวิเคราะห์ จะมีช่วงหนึ่งที่มีความผูกพันกับนักจิตบำบัดอย่างมาก เพราะความสัมพันธ์ของการทำจิตบำบัดคนไข้ แทบจะ ไม่เคยรู้จักกับนักจิตบำบัดเป็นการส่วนตัว เขาจะนอนบนเก้าอี้นอนและตลอดเวลา จะไม่เห็นหน้า ของนักจิตบำบัดขณะทำจิตบำบัด และไม่มีการติดต่อกันโดยทางอื่น คนไข้จะเห็นแต่ความว่างเปล่า และวาดภาพนักจิตบำบัดในใจขณะทำจิตบำบัดคนไข้จะมีปฏิกิริยาต่อนักจิตบำบัดเหมือนบุคคล ที่มีความสำคัญในชีวิตของเขาในอดีต เขาจะเชื่อมโยงหรือถ่ายทอดความสัมพันธ์ที่มีกับบุคคล เหล่านั้นมายังตัวนักจิตบำบัด และไม่รู้สึกรุนทุรกาย ในระยะแรก ๆ เพราะความทรงจำยังไม่แจ่ม ชัดนัก กระบวนการของการเชื่อมโยงนี้ช่วยให้คนไข้ย้อนกลับไปยังช่วงที่แบบแผนของบุคลิกภาพ พื้นฐานมีการวางรูปขึ้น และมีการเปลี่ยนแปลงแบบแผนโครงสร้างบุคลิกภาพใหม่ จากประสบการณ์ ทางด้านอารมณ์ที่ได้รับนี้ ประสบการณ์นี้ก็คือ การเชื่อมโยง (Sundberg and Fyler, 1962)

คลินิก เมนนิงเจอร์ (Meninger) ได้ทำการศึกษา ระยะเวลาเป็นระยะเวลา 20 ปี ในเรื่องของการเชื่อมโยง คณะวิจัยได้ตั้งข้อสันนิษฐานว่าการเชื่อมโยง เป็นปฏิกิริยาที่ผู้รับ คำปรึกษามีต่อผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเกิดจากพลังแรงขับภายใน ที่แสดงออกชั่วระยะเวลาหนึ่ง

มากกว่าจะเป็นผลจากพฤติกรรมและเจตนาของนักจิตบำบัด ผลจากการวิจัยได้สนับสนุนสมมติฐาน
อันนี้ แม้จะได้ผลสรุปดังกล่าว กลุ่มผู้วิจัยได้แก้ไขสมมติฐานใหม่ เขาพบว่า 1) ยิ่งความสัมพันธ์
ในการให้ความช่วยเหลือมีการสนับสนุนช่วยเหลือมากเท่าใด ยิ่งลดการแสดง ความเชื่อมโยงมากเท่านั้น
โดยเฉพาะความคิดในทางลบต่อตัวผู้ให้คำปรึกษา 2) ยิ่งการให้ความช่วยเหลือแสดงถึง
การสนับสนุนมากเท่าใด ผู้รับคำปรึกษายิ่งมีแนวโน้มจะทำตามผู้ให้คำปรึกษามากเท่านั้น

โรเจอร์ส ยอมรับว่ามีการเชื่อมโยงในความสัมพันธ์ของจิตบำบัด แบบยืด ผู้รับคำ
ปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ถ้าความหมายหนึ่งของการเชื่อมโยงคือ อิทธิพลที่มีต่อการเชื่อมโยง
ย่อมมีอยู่อย่างเด่นชัดในความสัมพันธ์ของการให้ความช่วยเหลือ ในความหมายดังกล่าว
เมื่อมีการเชื่อมโยงทัศนคติความเป็นเด็กทารกแสดงพฤติกรรมที่ขาดวุฒิภาวะ มาสู่ความ
สัมพันธ์ขณะนั้น ผู้ให้คำปรึกษา ควรจัดการกับการเชื่อมโยงแบบนี้อย่างไร โรเจอร์สแนะนำว่า
ปฏิกิริยาที่ผู้ให้คำปรึกษามีต่อการเชื่อมโยงนั้นเช่นเดียวกับทัศนคติที่มีต่อผู้รับคำปรึกษา
คือ พยายามแสดงถึงความเข้าใจและการยอมรับ การยอมรับนี้จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่า
ทัศนคติที่เชื่อมโยงนี้มาจากตัวเขาไม่ใช่ผู้ให้คำปรึกษา โรเจอร์ส ได้เสนอแนะต่ออีกว่าการ
เชื่อมโยงไม่ได้เป็นปัญหา เพราะธรรมชาติของความสัมพันธ์ในการทำจิตบำบัดนั้น “โครงสร้าง
ของความสัมพันธ์ทั้งหมดประกอบด้วยตัวของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษา
ได้ละอัตตาของตนเพื่อจุดมุ่งหมายในการทำจิตบำบัดเพื่อเป็นอัตตาส่วนอื่นของผู้รับคำปรึกษา”

แม็เคลลและมุลเลอร์ (Kell and Mueller, 1966) ไม่ได้พูดถึงการเชื่อมโยงดังกล่าว
แต่เขาพูดถึงการเชื่อมโยงความรู้สึก เขาเชื่อว่าเมื่อคนไข้ได้รับความกดดันและความสัมพันธ์
มีความเครียดขึ้น คนไข้อาจนำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีต มาแสดงต่อผู้ให้คำปรึกษา อันเป็นวิธีการ
สื่อสารความรู้สึกของเขาต่อความสัมพันธ์ในขณะนั้น และอาจเป็นไปได้ที่เขามีความสงสัยว่าผู้ให้
คำปรึกษา จะตอบสนองความต้องการของเขาได้เพียงใด ในระดับหนึ่งผู้รับคำปรึกษาอาจสื่อสาร
ถึงความเชื่อมั่นศรัทธาในความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา แต่ในอีกระดับหนึ่งเขาอาจสื่อสารถึง
ความกลัว ความกังวล ความสงสัย เช่น ผู้รับคำปรึกษาอาจทำให้ผู้ให้คำปรึกษาที่มีความแน่ใจว่า
มีส่วนช่วยขณะเดียวกันอาจพูดถึงความอ่อนแอของพ่อตน ซึ่งในขณะนั้นผู้ให้คำปรึกษาควร
พิจารณาด้วยว่าผู้รับคำปรึกษา อาจนึกถึงความอ่อนแอของผู้ให้คำปรึกษา และขาดความมั่นใจ
ในตัว ผู้ให้คำปรึกษา

แบรมเมอร์และซอสโตรอม (Brammer and Stostrom, 1968) เห็นว่าแนวความคิดของการ
เชื่อมโยงนั้นอยู่ระหว่างการเชื่อมโยงในความหมายของฟรอยด์ คือ การเน้นที่อดีตและยังหมายถึง
ภาวะที่ผู้รับคำปรึกษามีปฏิกิริยาต่อบัจจุบัน เขาเห็นว่าการเชื่อมโยงเป็นการถ่ายทอดแบบหนึ่งของ
ผู้รับคำปรึกษาซึ่งมีอดีตหรือปัจจุบันที่ติดค้างใจอยู่ และเป็นทัศนคติที่ผู้รับคำปรึกษามีต่อสิ่ง

ที่ตนรักหรือสิ่งที่มีอิทธิพลเหนือตนโดยไม่รู้ตัว ดังนั้นผู้รับคำปรึกษาจะมีการตอบสนองต่อผู้ให้คำปรึกษาล้ายคลึงกับที่แสดงกับบุคคลที่มีความหมายต่อตน ผู้รับคำปรึกษาย่อมมีความคาดหวังในตัวผู้ให้คำปรึกษาและบทบาทของเขา โดยผ่านกระบวนการเชื่อมโยง ดังนั้นการเชื่อมโยงนี้จึงหมายถึง การที่ผู้รับคำปรึกษามีการอธิบายและมีพฤติกรรมต่อผู้ให้คำปรึกษาอย่างไร

การเชื่อมโยงอาจเป็น ได้ทั้งในทางลบและทางบวก ในทางลบคือ การที่ผู้รับคำปรึกษาเคียดแค้น ไม่เป็นมิตร ซึ่งเป็นสิ่งขัดขวางการทำจิตบำบัด ในทางบวกคือ การที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงความรู้สึกอบอุ่นเป็นมิตรต่อผู้ให้คำปรึกษา แสดงถึงการให้ความร่วมมือ

การเชื่อมโยงมักเกิดขึ้นเมื่อผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกพึงพาต่อผู้ให้คำปรึกษาหลายสิ่งที่เป็นสัญญาณชี้ให้เห็นถึงการพัฒนาของการเชื่อมโยง

1. การที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงถึงความชอบหรือไม่ชอบซึ่งไม่สัมพันธ์กับสภาพการณ์
2. ผู้รับคำปรึกษาแสดงถึงความสนใจในตัวผู้ให้คำปรึกษามากไป หรือเน้นลักษณะนิสัยบางอย่างของผู้ให้คำปรึกษามากเกินไป หรือสนใจอย่างมากต่อสารทุกข์สุขดิบของผู้ให้คำปรึกษา
3. ผู้รับคำปรึกษาไม่รู้ว่าตนต้องการอะไร และมีความเข้าใจผิดพลาดใน สิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษา พูดตลอดเวลา
4. ผู้รับคำปรึกษาอาจแสดงพฤติกรรมที่เรียกร้องความสนใจ เช่น เหนื่อยอ่อน เจ็บป่วย

การจัดการกับการเชื่อมโยง

นักจิตวิเคราะห์ได้ใช้การเชื่อมโยงความรู้สึกช่วยให้คนไข้ได้ตระหนักว่าตนกำลังพยายามจะทำอะไรขณะที่มีความสัมพันธ์กับนักจิตบำบัดการเชื่อมโยงของคนไข้ ช่วยให้ นักจิตบำบัดมีความเข้าใจในตัวเขา และยังช่วยเป็นกุญแจนำไปสู่การแปลความหมายในภายหลังถึงลักษณะความสัมพันธ์ที่เขามีกับบุคคลอื่น

ผู้ให้คำปรึกษาตระหนักดีว่าจิตบำบัดที่มีประสิทธิภาพไม่ได้ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ในการเชื่อมโยง อย่างไรก็ตามเขาย่อมทราบดีว่าการเชื่อมโยง ความรู้สึกปรากฏ อยู่ในการให้คำปรึกษาในอัตราที่แตกต่างกัน ในการให้คำปรึกษาระยะสั้น ๆ น้อยครั้งที่ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามแปลความหมายการเชื่อมโยงความรู้สึกส่วนลึก เขาจะไม่พยายามวิเคราะห์ความรู้สึกในลักษณะที่แสดงถึงการนำหรือการควบคุมความสัมพันธ์ ผู้ให้คำปรึกษาจะสะท้อนความรู้สึกและแสดงการยอมรับผู้รับคำปรึกษาเพื่อช่วยให้เขาตระหนักถึงการเชื่อมโยงความรู้สึกในตัวเขา ซึ่งเกิดจากการรับรู้ที่ไม่เหมาะสม

ฮอลแลนด์ (Holland, 1965) กล่าวว่า ผู้รับคำปรึกษาจะยังคงยึดอยู่กับการเชื่อมโยงนี้ ตราบเท่าที่เขาต้องการ เพื่อให้หลุดพ้นจากความรู้สึกว่าตนไร้ความสามารถและวิตกกังวลเขา

เสนอแนะการจัดการกับสภาพการณ์นี้โดยยอมรับการเชื่อมโยงของผู้รับคำปรึกษาในเบื้องต้น เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา พัฒนาความสามารถและความเชื่อมั่น ถ้าความพยายามของผู้ให้คำปรึกษา บรรลุผลผู้รับคำปรึกษาย่อมจะเลิกหลอกตนเองด้วยการเชื่อมโยง ความรู้สึกในทางลบ ไปให้ผู้ให้คำปรึกษา และเกิดการยอมรับขึ้นแทน และมีความรู้สึกของคุณประทับใจในความช่วยเหลือที่ได้รับ

เคลลและมูลเลอร์ (Kell and Mueller, 1966) เสนอแนะว่า เมื่อผู้รับคำปรึกษาพูดเป็นนัยเกี่ยวกับประสบการณ์ซึ่งดูเหมือนจะเกี่ยวพันกับความสัมพันธ์ในการให้คำปรึกษาขณะนั้น จำเป็นที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเปิดเผยถึงความหมายที่ซ่อนเร้นอยู่เพื่อให้ประสบการณ์นี้มีความหมายยิ่งขึ้น ต่อความสัมพันธ์ในการให้ความช่วยเหลือขณะนั้น การตอบสนองของผู้ให้คำปรึกษาเป็นไปเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกผ่อนคลาย และสามารถแสดงออกซึ่งความรู้สึกต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับความขัดแย้งพื้นฐาน ยกตัวอย่างเช่น ผู้รับคำปรึกษาได้แสดงถึงความสงสัยในตัวบุคคลอื่นซ้ำแล้วซ้ำเล่า ผู้ให้คำปรึกษาอาจแนะนำว่า “บางทีคุณอาจมีความสงสัยไม่แน่ใจในตัวผม” ความหมายภายใต้การตอบสนองอันนี้ก็คือ ผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้รู้สึกกลัวต่อความรู้สึกนี้ แต่แสดงถึงการรับรู้ในสิ่งนี้ และไม่มีการลงโทษ หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาอย่างหนึ่งก็คือ สามารถตอบสนองต่อความรู้สึกโดยตรงไม่ว่าความรู้สึกนั้นจะเป็นไปในด้านใด

แบรมเมอร์ และ ชอตสโตรม (Brammer and Shotstrom) เสนอความเห็นว่าการเชื่อมโยงอาจทำให้งานของผู้ให้คำปรึกษามีความซับซ้อนขึ้นขณะเดียวกันก็มีบทบาทสำคัญต่อผู้รับคำปรึกษา การเชื่อมโยงช่วยสร้างความสัมพันธ์ด้วยการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแสดงออกซึ่งความรู้สึกที่บีบเค้นโดยผู้ให้คำปรึกษาไม่ต่อต้านหรือปกป้องตนเอง เมื่อผู้รับคำปรึกษารู้สึกฉุนเฉียวไม่พอใจผู้ให้คำปรึกษาควรยอมรับความรู้สึกนี้มากกว่าจะต่อต้านด้วยการแสดงความฉุนเฉียวตอบ บทบาทอีกอย่างของการเชื่อมโยงคือ เพิ่มพูนความเชื่อมั่นในตัวผู้รับคำปรึกษาที่สามารถจัดการกับการเชื่อมโยงความรู้สึกนี้ได้ ประการสุดท้ายคือ ช่วยเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้ตัวถึงที่มาและความหมาย ของความรู้สึกที่เป็นอยู่ด้วยการแปลความหมายจากการเชื่อมโยงความรู้สึก

หน้าที่สำคัญของผู้ให้คำปรึกษาคือสนับสนุนให้มีการแสดงออก ซึ่งความรู้สึกโดยอิสระ และระวังไม่ให้ทัศนคติของการเชื่อมโยงพัฒนาเป็นการเชื่อมโยงความสัมพันธ์อย่างลึกซึ้ง การจัดการและแก้ไขการเชื่อมโยงความรู้สึกในระดับต่าง ๆ มีดังนี้

1. กลวิธีโดยทั่ว ๆ ไปในการแก้ไขการเชื่อมโยงคือการยอมรับ เป็นการยินยอมให้ผู้รับคำปรึกษาหลุดพ้นจากการถ่ายทอดความรู้สึกของตน และรู้สึกผ่อนคลายเป็นอิสระในการสัมภาษณ์

2. ผู้ให้คำปรึกษาอาจถามคำถามเพื่อให้เกิดความกระจ่างเกี่ยวกับรูปแบบของความคิดที่ต่างกันต่าง ๆ ที่ผู้รับคำปรึกษา เปิดเผยออกมา
3. ผู้ให้คำปรึกษาอาจสะท้อนถึงความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาอาจแปลความหมายความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาโดยตรง การแปลความหมายเป็นการสื่อสารถึงข้อมูลที่ผู้รับคำปรึกษายังไม่ได้กล่าวออกมา ดังนั้น จึงอาจทำให้เกิดการปฏิเสธ
5. ผู้ให้คำปรึกษาอาจเห็นว่าขณะนั้นกำลังเกิดอะไรขึ้นกับความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษามากกว่าจะเห็นว่าทำไมเขาจึงมีความรู้สึกเหล่านี้
6. บ่อยครั้งที่การให้ความสนใจต่อความรู้สึกมีผลให้ผู้รับคำปรึกษามีปฏิกิริยาไปในทิศทางตรงข้าม ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ความสนใจต่อความรู้สึกในทางลบ มากกว่าที่จะสนใจการเชื่อมโยงในทางบวก
7. ผู้ให้คำปรึกษาอาจมีการทดสอบเมื่อมีความคิดว่าผู้รับคำปรึกษามีการโยนความรู้สึกของตนให้ผู้อื่น (projection) ด้วยการขอให้ผู้รับคำปรึกษาย้อนกลับมา ที่สิ่งนี้และกระตุ้นให้มีการพูดซ้ำจนผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกว่าข้อความนั้นได้บอกถึงความรู้สึกตนอย่างแท้จริง
8. ผู้ให้คำปรึกษาอาจแปลความหมายการเชื่อมโยงความรู้สึกว่าเป็นการแสดงถึง “ความรู้สึกบกพร่อง ไม่เหมาะสม” เป็นการแสวงหาการพึ่งพาจากสิ่งแวดล้อม มากกว่าจะแปลความหมายว่าเป็นการเชื่อมโยงอดีตมายังผู้ให้คำปรึกษา
9. ผู้ให้คำปรึกษาอาจส่งมอบผู้รับคำปรึกษาไปให้ผู้ให้คำปรึกษาที่มีความเหมาะสมมากกว่าเพื่อทำจิตบำบัด ในเมื่อความสัมพันธ์ที่ความรุนแรงขึ้น และเกินกำลังความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา (Brammer and Shotstrom, 1968)

5.7 การเชื่อมโยงในทางตรงข้าม (Counter transference)

การเชื่อมโยงในทางตรงข้าม คือ ปฏิกิริยาทางด้านอารมณ์และเป็นการเชื่อมโยงของผู้ให้คำปรึกษาไปยังผู้รับคำปรึกษา การเชื่อมโยงอาจทำโดยผู้ให้คำปรึกษาไม่รู้ตัวหรือไม่รู้ตัวปฏิกิริยาที่มีต่อทัศนคติและพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาอาจเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริงหรือเกิดจากจินตนาการหรืออาจเกิดจากความวิตกกังวลของผู้ให้คำปรึกษาเองแบบแผนของความวิตกกังวล อาจแบ่งเป็น 3 ชนิด คือ : 1. เกิดจากปัญหาส่วนตัวที่แก้ไม่ตก เช่น มีเรื่องขัดใจกับทางบ้าน จนเป็นปัญหาเรื้อรัง 2. ได้รับความกดดันจากสภาพการณ์ที่เป็นอยู่ 3. การสื่อสารความรู้สึกของคำปรึกษาต่อผู้ให้คำปรึกษา ในกรณีที่ผู้ให้คำปรึกษามีปัญหาติดค้างอยู่ควรขอความช่วยเหลือจากผู้ให้คำปรึกษาคนอื่น ในการช่วยแก้ปัญหา

ความวิตกกังวลของผู้ให้คำปรึกษาย่อมทำให้การรับรู้ของเขาบิดเบือนไปทำให้เกิดการเชื่อมโยงความรู้สึกนี้ต่อผู้รับคำปรึกษา ความต้องการและความปรารถนาที่อยู่ใต้จิตสำนึกของผู้ให้คำปรึกษา อาจทำให้เขามีอคติต่อผู้รับคำปรึกษาหรือมีความเข้าใจต่อผู้รับคำปรึกษาไม่ถูกต้อง

หลายครั้งผู้ให้คำปรึกษาอาจนำเอาความรู้สึกที่เป็นผลจากสภาพการณ์ ไปแสดงแก่ผู้มารับคำปรึกษา ความกดดันจากสภาพการณ์มีผลให้ผู้ให้คำปรึกษา รู้สึกว่าตนมีความรับผิดชอบต่อการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้มารับคำปรึกษาหรือเชื่อว่าชื่อเสียงทางวิชาชีพของตนมีส่วนเกี่ยวข้องกับสัมฤทธิ์ผลของผู้รับคำปรึกษา ทำให้เกิดความพยายามมากเกินไป การเชื่อมโยงในทางตรงข้ามอาจมาจากการสื่อสารความรู้สึกของผู้มารับคำปรึกษาต่อผู้ให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาอาจตอบสนองด้วยการแสดงถึงความสงสารเห็นอกเห็นใจอย่างมาก เมื่อผู้รับคำปรึกษาขอความเห็นใจหรืออาจแสดงความโกรธ เมื่อได้รับการกระตุ้น จากผู้มารับคำปรึกษา ฮอรวิทซ์ (Horwitz, 1974) รายงานผลการวิจัยซึ่งสนับสนุนแนวความคิดนี้ว่า การเชื่อมโยงเกิดจากการที่ผู้ให้คำปรึกษา มีแนวโน้มที่จะประเมินค่าผู้มารับคำปรึกษา เกินกว่าความเป็นจริง โดยเฉพาะในรายที่ดูท่าทางดี แม้ว่าจะมีหลักฐานว่ามีบุคลิกภาพที่อ่อนแอก็ตาม เราอาจสงสัยว่าการวินิจฉัยที่ผิดพลาดอันเนื่องมาจากการเชื่อมโยงในทางตรงข้าม พัฒนาขึ้นจากความวิตกกังวลสัมพันธ์กับความต้องการส่วนตน หรือเป็นเพราะความบกพร่องทางเทคนิคจากผลของการศึกษารายงานว่า นักจิตบำบัดเหล่านี้ได้รับการฝึกมาอย่างดีและมีความชำนาญ แต่การเชื่อมโยงในทางตรงข้ามเป็นผลจากองค์ประกอบ บางอย่างของบุคลิกภาพของผู้ให้คำปรึกษาเอง เราอาจคาดคะเนได้ว่าโดยทั่วไปแล้วผู้ให้คำปรึกษา มีความต้องการที่จะลดอาการที่ผู้รับคำปรึกษาเป็นอยู่ การเชื่อมโยงรวมถึงโครงสร้างค่านิยมของผู้ให้คำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษามักสื่อสารค่านิยมส่วนตนในความสัมพันธ์ของการให้ความช่วยเหลือ แม้ในความสัมพันธ์ที่มีความเป็นรูปธรรมมากที่สุดก็ตาม ผู้ให้คำปรึกษามักแสดงให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้ถึงค่านิยมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของเขา รวมทั้งแสดงถึงความต้องการว่าผู้รับคำปรึกษาควรมีพฤติกรรมอย่างไรในความสัมพันธ์ของการให้ความช่วยเหลือ

การจัดการกับการเชื่อมโยงในทางตรงข้าม

มีวิธีการหลายอย่างในการจัดการ กับการเชื่อมโยงของผู้ให้คำปรึกษา ประการแรกผู้ให้คำปรึกษา ต้องตระหนักว่าตนมีความรู้สึกเหล่านี้และเริ่มมองหาเหตุผลว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร เขาอาจต้องการความช่วยเหลือ จากการนิเทศน์ของผู้อยู่ในวิชาชีพเดียวกัน เพื่อให้รู้ที่มาของความรู้สึกเหล่านี้และหาทางแก้ไขการได้พบถึงปัญหานี้ย่อมช่วยให้การแก้ไขเป็นไปได้และอาจจัดความรู้สึกเหล่านี้ให้หมดไป สิ่งที่ช่วยให้ตระหนักถึงการเชื่อมโยงของตนโดยการทบทวนจากเครื่องบันทึกเสียงหรือเทปโทรทัศน์ ผู้ให้คำปรึกษาสามารถทบทวน สิ่งที่ตนพูดและ

ตระหนักถึงทัศนคติต่าง ๆ ของตน ซึ่งจะช่วยเป็นพื้นฐานในการนิเทศน์อีกวิธีหนึ่งในการจัดการกับการเชื่อมโยง คือการอภิปรายสิ่งนี้กับผู้รับคำปรึกษา แนวความคิดภวนิยม (EXISTENTIALISM) ยินยอมให้ผู้ให้คำปรึกษาได้แสดงออกถึงความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเกี่ยวกับความโกรธและความคับข้องใจในการเผชิญหน้ากันว่าเป็นรูปแบบซึ่งเปิดเผยถึงความเป็นมนุษย์และแน่นอนที่สุดว่าความสามารถในการตระหนักถึงตนเองของผู้ให้คำปรึกษาย่อมจะช่วยเพิ่มพูนความเจริญงอกงามและช่วยแก้ไขปัญหาคความยากลำบากต่าง ๆ ซึ่งจะมีผลให้ตัวของเขา รวมทั้งความสัมพันธ์ทางวิชาชีพมีประสิทธิภาพมากขึ้น