

## การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์และจิตวิทยาเชิงบวก Strategic Family Counseling and Positive Psychology

วิลาสินี ฝนดี<sup>1</sup>, บุญส่ง เทียมภักดี<sup>2</sup>, โชติกา ธรรมวิเศษ<sup>3</sup> และ สุทิน เจียมประโคน<sup>4</sup>

Wilasinee Fonddee, Boonsong Tiampagdee, Chotika Thamviset and Sutin Chiamprakhon

Received July 5, 2023 & Revise, November 7, 2023 & Accepted December 31, 2023

### บทคัดย่อ

สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันหลักที่ทุกคนควรตระหนักถึงความสำคัญ เนื่องจากเป็นสถาบันแรกตั้งแต่บุคคลต้องเจอก่อนจะไปเจอกับสถาบันอื่นๆ ซึ่งหากสถาบันครอบครัวมีความขัดแย้งหรือมีความรุนแรงเกิดขึ้นย่อมส่งผลให้สมาชิกภายในครอบครัวได้รับผลกระทบตามไปด้วยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้นบทความนี้จึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อนำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับการปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ อีกทั้งการนำจิตวิทยาเชิงบวกมาประยุกต์ใช้กับการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ ซึ่งผู้เขียนได้ทำการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอเพื่อเป็นประโยชน์ต่อนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษาที่ต้องทำการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาภายในครอบครัว ให้สามารถรับมือและแก้ไขปัญหาปัญหาได้ด้วยตนเอง อีกทั้งยังสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของแต่ละบุคคลในครอบครัวให้ไปในทิศทางที่ดีขึ้น จากผลการศึกษาสรุปได้ว่าการนำจิตวิทยาเชิงบวกมาผสมผสานกับกระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ เป็นวิธีการที่ช่วยทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้เกิดการเปลี่ยนแปลงในความองกาม เนื่องจากเป็นการเน้นการนำเอาจุดแข็งของผู้รับคำปรึกษา มาใช้ในการรักษามากกว่าที่จะมุ่งเน้นไปแก้ไขปัญหในอดีต ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับกระบวนการคิด เกิดความหวัง การเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งยังเกิดความรู้สึกและประสบการณ์ทางบวกมากขึ้น และเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ที่มุ่งเน้นที่ปัจจุบัน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล หรือแม้แต่การปรับเปลี่ยนกระบวนการคิด ซึ่งเป็นอีกวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่ดีหากนำเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์และจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัว

**คำสำคัญ :** การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์; การให้คำปรึกษาครอบครัว; จิตวิทยาเชิงบวก

---

<sup>1,2,3,4</sup> อาจารย์คณะครุศาสตร์ สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

Lecturer, Faculty of Education, Psychology and Guidance, Rajabhat Maha Sarakham University

Email: pparn1993@gmail.com



## Abstract

The family institution is a key institution that everyone should be aware of its importance. Because it is the first institution that an individual must encounter before encountering other institutions. If there is conflict or violence in the family institution, members within the family will be affected as well, both physically and mentally. Therefore, the purpose of this article is to provide information on strategic family counseling, counseling and the application of positive psychology to strategic family counseling. The authors examined the relevant literature. It is presented as an advantage for psychologists who must assist clients with family issues. It can also alter the behavior of each member of the family in a positive way, allowing them to manage and solve problems independently. According to the study's findings that the integration of positive psychology with strategic family counseling techniques was used. This approach supports the counselor's development in a positive manner by prioritizing the utilization of the counselor's abilities throughout therapy, as opposed to primarily addressing past issues. This method facilitates the counselor in adapting their cognitive processes, encouraging optimism, and recognizing their own intrinsic value. Additionally, it engenders a greater sense of positivity and facilitates a wider range of pleasant emotions and experiences. Various strategic family counseling strategies are employed, with a specific emphasis on addressing current issues and concerns. Modify an individual's conduct. Another effective approach in family therapy involves altering the cognitive process, whereby strategic family counseling approaches and positive psychology are employed.

**Key words:** Strategic Family Counseling; Family Counseling; Positive Psychology

## บทนำ

สังคมโลกในปัจจุบันได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ วิถีชีวิต หรือแม้แต่การดำเนินชีวิตของประชากรที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งตอนนี้สังคมกำลังประสบกับปัญหาและได้รับผลกระทบนั้นคือไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ซึ่งส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจและด้านอื่น ๆ มากมาย เช่น ผู้ที่ประสบกับปัญหาในด้านการตกงานเนื่องจากการชะลอตัวด้านเศรษฐกิจส่งผลให้เกิดการเลิกจ้างที่เพิ่มจำนวนมากขึ้น และผู้ที่ได้รับเชื้อหรือผู้ที่ใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อจากโรคระบาดนี้ที่ส่งผลกระทบหลาย ๆ อย่าง ทั้งด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว หรือแม้แต่ด้านการทำงาน (ThaiPublica, 2020: Online) ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองเป็น



สาเหตุที่ทำให้ประชากรเกิดปัญหาเศรษฐกิจที่ตกต่ำ เกิดการว่างงาน และส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจ ซึ่งส่งผลทำให้บุคคลเกิดความเครียด วิตกกังวล และอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าตามมา (Hettich, N., Entringer, T.M., Kroeger, H. et al., 2022)

สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันที่สำคัญเนื่องจากว่าครอบครัวประกอบไปด้วยสมาชิกที่เต็มไปด้วยความรัก ความเข้าใจใจกัน ให้กำลังใจกัน หากครอบครัวที่มีลักษณะดังกล่าวจะเป็นครอบครัวที่เต็มไปด้วยความอบอุ่นและมั่นคง ด้วยเหตุนี้เองสถาบันครอบครัวจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะหล่อหลอมให้บุคคลคนหนึ่งเติบโตและพัฒนาได้อย่างสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม หากครอบครัวขาดส่วนหนึ่งหรือไม่ได้ให้ความสำคัญส่วนนี้ไปอาจจะนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ตามมา หรือแม้แต่อาจจะส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลเหล่านั้นได้ จิตวิทยาครอบครัวและการปรึกษาครอบครัวจึงเป็นศาสตร์ที่สามารถทำให้เกิดการเชื่อมโยงกันระหว่างบุคคลภายในครอบครัวที่เกิดปัญหาขึ้น โดยการเข้าไปศึกษา ทำความเข้าใจรูปแบบการดำเนินชีวิต การสื่อสาร ให้เข้าใจธรรมชาติของครอบครัวอย่างลึกซึ้ง เพื่อที่จะสามารถทำการช่วยเหลือครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (Kulnaphat, P., 2017)

การให้คำปรึกษาครอบครัว (Family Counseling) เป็นส่วนสำคัญที่จะสามารถช่วยเหลือบุคคลภายในครอบครัวให้ได้คิดและตัดสินใจแก้ไขปัญหของตนเองได้ ด้วยเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ โดยมีการสร้างสัมพันธภาพ การสื่อสาร การสร้างความเข้าใจต่าง ๆ เพื่อให้ครอบครัวได้เกิดภาวะสมดุลและสามารถทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ให้บุคคลได้เข้าใจบทบาทและหน้าที่ของตนเองภายในครอบครัวได้เป็นอย่างดี (The American Psychological Association, 2008) นอกจากนี้การให้คำปรึกษาครอบครัวยังมีเป้าหมายในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ปรับปรุงความสามารถของบุคคลในการสร้างสัมพันธภาพ เสริมสร้างประสิทธิภาพของบุคคลในการเปลี่ยนแปลง มีการปรับปรุงกระบวนการตัดสินใจของบุคคลที่มารับคำปรึกษา รวมทั้งส่งเสริมศักยภาพและการพัฒนาการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว (George & Cristiani, 1995)

บทความนี้ผู้เขียนขอเสนอการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ (Strategic Family Counseling) โดยแนวคิดนี้เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นการสื่อสารภายในครอบครัว มุ่งเน้นไปที่ปัญหาของครอบครัว เพื่อแก้ไขปัญห โดยมีลักษณะที่สั้นและกระชับ ตรงประเด็น แนวคิดนี้มีความเชื่อว่าการสื่อสารเป็นเครื่องมือชี้ให้เห็นถึงธรรมชาติของสัมพันธภาพภายในครอบครัว เป้าหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์คือการแก้ไขปัญหที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันมากกว่าการมุ่งไปที่ปัญหาในอดีต เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของคนในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาจึงมีบทบาทที่สำคัญในฐานะผู้เชี่ยวชาญ ที่จะสามารถชี้นำและชี้แนะแนวทาง การดำเนินการให้คำปรึกษาด้วยความยืดหยุ่น เทคนิคของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์เป็นเทคนิคที่เน้นไปที่การแก้ไขที่รวดเร็วและเฉพาะเจาะจงและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้น (Irene Goldenberg, Mark Stanton, Herbert Goldenberg, 2017) การให้คำปรึกษา



ครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาจะมีบทบาทและหน้าที่ที่คล้ายกันกับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลและกลุ่มแต่แตกต่างกันที่บริบทที่ผู้ให้คำปรึกษาจะมีหน้าที่ในการสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและเป็นมิตร การให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม การให้กำลังใจแก่ผู้รับคำปรึกษาในการแก้ไขปัญหา หรือแม้แต่การติดตามและประเมินผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อเป็นการช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาในทางครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด (Corey, 2012)

จิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) เป็นแนวทางที่เป็นวิธีการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา ซึ่งแนวคิดของจิตวิทยาเชิงบวกนั้นเริ่มมีผู้สนใจและนำมาใช้ในการให้คำปรึกษามากยิ่งขึ้น โดยจิตวิทยาเชิงบวกจะเน้นไปที่ตัวผู้รับคำปรึกษาเพื่อหาจุดแข็งของตนเองในการรักษา เพื่อให้เกิดความงอกงามภายใน การเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งเกิดความสุขมากยิ่งขึ้น เสริมสร้างคุณลักษณะเชิงบวกของผู้รับคำปรึกษามากกว่าการไปแก้ไขปัญหาของผู้รับคำปรึกษา (Sin & Lyubomirsky, 2009) และยังช่วยเสริมความยืดหยุ่นและปัจจัยเชิงบวกต่าง ๆ ให้กับผู้รับคำปรึกษาให้มีความสามารถที่จะเผชิญและรับมือกับปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในอนาคต จิตวิทยาเชิงบวกจึงเป็นอีกหนึ่งแนวคิดที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เพิ่มประสบการณ์เชิงบวกในตัวเองมากขึ้น (Seligman, 1998; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) และยังมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่บ่งชี้ให้เห็นถึงแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกนั้นมีประสิทธิผลที่สามารถใช้ในการรักษาผู้รับคำปรึกษาได้เป็นอย่างดี (Parks & Biswas-Diener, 2013)

ผู้เขียนจึงเห็นถึงความสำคัญของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ผนวกกับจิตวิทยาเชิงบวกควบคู่เข้าด้วยกัน เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้ให้คำปรึกษาและเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาแบบครอบครัวต่อไป โดยมุ่งเน้นไปที่เทคนิคของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ที่เน้นในการนำทาง ชี้แนะ และมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ผนวกกับการนำจิตวิทยาเชิงบวกเข้ามาใช้ในการหาจุดแข็ง ทรัพยากรเชิงบวกของผู้รับคำปรึกษา และยังเสริมคุณลักษณะเชิงบวกของผู้รับคำปรึกษาเพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้รับปรึกษาที่ประสบกับปัญหาในครอบครัวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

### การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ (Strategic Family Counseling)

การให้คำปรึกษาครอบครัว เป็นอีกวิธีการหนึ่งในการให้คำปรึกษา โดยมีลักษณะที่มุ่งเน้นให้การช่วยเหลือแก่ครอบครัวที่มีกำลังประสบกับปัญหา โดยมีแนวคิดที่เข้าไปช่วยเหลือปัญหาที่เกิดขึ้นกับสมาชิกแต่ละคนในครอบครัว จะต้องให้ความสำคัญกับการมองภาพรวมทั้งระบบครอบครัว ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกันและส่งผลกระทบซึ่งกันและกัน ไม่ได้มุ่งแก้ไขที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้น การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์จึงมีแนวคิดคือ การให้ความสำคัญเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร โดยเน้นการต่อสู้เพื่ออำนาจและการควบคุม และอธิบายแนวทางการสื่อสารของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ไว้ดังนี้ (Kuptiwut, S., 2002)



1) ครอบครัวยังเป็นระบบที่มีกฎเกณฑ์ต่าง ๆ วางไว้ และกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เหล่านี้นั้นต้องมีการบริหารจัดการในระบบครอบครัวอยู่ 2) ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันนั้นทำหน้าที่ในระบบของครอบครัว 3) อาการป่วยถูกทำให้คงอยู่ในครอบครัว ในขณะที่เดียวกันอาการป่วยก็ทำให้ระบบครอบครัวคงอยู่ต่อไปได้ 4) วงจรปฏิสัมพันธ์เชิงทำลายที่ดำเนินต่อไปเรื่อย ๆ ทำให้ครอบครัวหรือคู่สมรสไม่สามารถทำหน้าที่พื้นฐานได้สำเร็จ 5) ให้ความสำคัญกับระยะต่าง ๆ ของการเจริญเติบโต ในวงจรชีวิตครอบครัว 6) เน้นที่ปัจจุบันและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือหน้าที่การทำงานในระบบครอบครัวมากกว่าเน้นที่การรู้สาเหตุของปัญหา

การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ เป็นแนวคิดที่เน้นไปที่การสื่อสารภายในครอบครัว เพราะแนวคิดนี้เชื่อว่า การที่คนในครอบครัวกำลังมีปัญหาที่ขัดแย้งกันเกิดขึ้นนั้นเกิดจากการสื่อสารของผู้ส่งสารและผู้รับสาร ถ้าหากผู้ให้คำปรึกษาสามารถจัดการและนำเทคนิคต่าง ๆ ของแนวคิดนี้มาใช้จะสามารถช่วยเหลือหรือรับมือกับครอบครัวที่มีปัญหานี้ได้ หรือแม้แต่แนวคิดอื่น ๆ ที่เน้นการแก้ไขปัญหของครอบครัวที่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งให้ความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหานี้มากกว่าจะไปแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นในอดีต

### เป้าหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

การให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ มีเป้าหมายเพื่อลดหรือกำจัดพฤติกรรมหรือปัญหาของสมาชิกในครอบครัวที่มีอยู่ในปัจจุบัน โดยไม่ได้เน้นที่ความหมายของพฤติกรรมหรือต้นตอของปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจึงมีบทบาทในการชี้แนะให้ครอบครัวเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสื่อสารที่กระทำอยู่ซ้ำ ๆ ที่นำไปสู่ความขัดแย้งภายในครอบครัว โดยผู้ให้คำปรึกษาจะเริ่มที่พฤติกรรมต่อเนื่องของครอบครัวที่ทำให้เกิดปัญหายาวนาน จากนั้นให้การชี้แนะเพื่อส่งเสริมให้กับสมาชิกในครอบครัวเกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีการปฏิบัติตนต่อสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัว ซึ่งบางครั้งอาจทำไปด้วยการขาดความรู้จึงเกิดปัญหาเหล่านั้นขึ้น จุดเด่นของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์คือ การให้ความสำคัญกับปัจจุบัน ติดตาม รูปแบบของปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวและมีการมอบหมายงานเพื่อให้เกิดการบรรลุเป้าหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัว (Kulnaphat, P., 2017)

### บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ ควรเป็นผู้มีความกระตือรือร้นในการให้คำปรึกษา มีความยืดหยุ่นในการให้การช่วยเหลือครอบครัว อีกทั้งสามารถวางแผนกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษามักดำเนินการอย่างรวดเร็วและเจาะจงไปที่การแก้ปัญหาที่นั้น ๆ (Wylie, 1990) ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะเน้นที่อาการและพฤติกรรม (Snyder et.al, 2002) ซึ่งการแก้ปัญหานั้นผู้ให้คำปรึกษาเชิงกลยุทธ์จะมุ่งเน้นไปที่ 1) การเข้าใจและเคารพในความแตกต่างของบุคลิกภาพ (สิ่งที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้) 2) การรับรู้บทบาท (สิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้) 3) การสื่อสาร (สิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้) และ 4) ทักษะการแก้ปัญหา (บางอย่างที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้) (Haley, 1963)



## กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ เป็นรูปแบบเชิงปฏิบัติการ ใช้ระยะเวลาสั้น และผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้วางแผนจัดการ โดยมีจุดมุ่งหมายในการจัดการพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามลำดับขั้นตอนจนบรรลุถึงเป้าหมาย โดย (Carlson, Sperry, & Lewwis, 2005) แบ่งกระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ไว้ 5 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) **ขั้นสร้างสัมพันธภาพ (Social Stage)** คือ ผู้ให้คำปรึกษาทำการพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัวแต่ละคน โดยสร้างสัมพันธภาพให้เกิดความร่วมมือและทำให้เกิดบรรยากาศที่อบอุ่น ผ่อนคลาย ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้คอยสังเกตปฏิสัมพันธ์ของคนในครอบครัว โดยดูจากการจัดการเลือกตำแหน่งที่นั่ง สีหน้าแววตา อากัปกิริยาต่างๆ ความสอดคล้องระหว่างอารมณ์กับคำพูดและท่าทางของสมาชิกภายในครอบครัว

2) **ขั้นค้นหาปัญหา (Problem Stage)** คือ สมาชิกในครอบครัวจะถูกกระตุ้นให้มีส่วนร่วมและการสื่อสารโดยตรงกับผู้ให้คำปรึกษา โดยไม่ตีความจากความคิดและความรู้สึกที่แสดงออกมา โดยเฉพาะวิธีการของแต่ละคนที่มีมุมมองต่อปัญหาเหล่านั้นที่แตกต่างกัน ซึ่งจะเป็นสิ่งที่จะนำมาพิจารณา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะสอบถามเกี่ยวกับปัญหา ยกตัวอย่างเช่น ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร คุณปรารถนาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อปัญหาเหล่านั้นหรือไม่ สมาชิกภายในครอบครัวเต็มใจพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงหรือไม่ โดยให้สมาชิกในครอบครัวได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นและอธิบายว่าอะไรคือปัญหาในความคิดของพวกเขา ขั้นตอนนี้จะทำให้สมาชิกครอบครัวเห็นปัญหาที่ชัดเจนและเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงได้เมื่อปัญหาเหล่านั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้น

3) **ขั้นมีปฏิสัมพันธ์ (The Interactional Stage)** คือ ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตถึงการสื่อสารของสมาชิกในครอบครัว โดยผู้ให้คำปรึกษาจะสอบถามสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับปัญหา สังเกตว่าใครพูดถึงใครบ้าง ใครที่เจียบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ใครที่ขัดจังหวะใคร โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ได้เป็นผู้ที่แสดงความคิดเห็นหรือตั้งข้อสมมติฐานใด ๆ ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว

4) **ขั้นตั้งเป้าหมาย (The Goal-setting Stage)** คือ ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในครอบครัวจะร่วมกันตัดสินใจว่าปัญหาใดบ้างที่พวกเขาต้องการแก้ไขหรือจัดปัญหาเหล่านั้นออกไป การระบุเป้าหมายที่ชัดเจนและให้สมาชิกภายในครอบครัวทุกคนมีส่วนร่วมในการวัดและประเมินผลการเปลี่ยนแปลงหรือความสำเร็จของเป้าหมายที่สมาชิกครอบครัวตั้งไว้ได้

5) **ขั้นมอบหมายงาน (Task-setting Stage)** คือ ผู้ให้คำปรึกษาทำการชี้แนะ ชี้แนะ การฝึกปฏิบัติการให้ทำการบ้าน การมอบหมายงานให้แก่สมาชิกในครอบครัวได้ร่วมกันทำ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมหรือปัญหา และการนัดหมายกันในครั้งต่อไปเพื่อติดตามว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงมากน้อยเพียงใดเมื่อได้ทำการบ้านที่มอบหมายไปแล้ว โดยสามารถสรุปออกมาได้ตามภาพประกอบ ดังภาพที่ 1





ภาพที่ 1 กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ มีกระบวนการให้คำปรึกษา 5 ขั้นตอน โดยมีขั้นตอนคือ 1) ขั้นสร้างสัมพันธภาพ 2) ขั้นค้นหาปัญหา 3) ขั้นมีปฏิสัมพันธ์ 4) ขั้นตั้งเป้าหมาย และ 5) ขั้นตอนมอหมายงาน ซึ่งจะเห็นได้ว่าแต่ละขั้นตอนนั้นเน้นไปที่การการแก้ไข้ปัญหาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมของสมาชิกภายในครอบครัว โดยแต่ละขั้นตอนของการให้คำปรึกษาเชิงกลยุทธ์นั้นล้วนแล้วแต่สำคัญทั้งสิ้น เพราะถ้าหากผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้ให้ความสำคัญต่อขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งนั้นย่อมส่งผลกระทบหรือผลเสียต่อการแก้ไข้ปัญหาของผู้รับคำปรึกษา

### เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

เทคนิคของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์เป็นการให้คำปรึกษาแบบการชี้แนะหรือการชี้นำ โดยมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือสมาชิกภายในครอบครัวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม จากพฤติกรรมเดิมที่เคยกระทำซ้ำ ๆ ก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม ที่สอดคล้องกับความเป็นจริง โดยมีเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ดังนี้ (Kulnaphat, P., 2017)

**การมองภาพใหม่ (Reframing)** เป็นเทคนิคที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนมุมมองหรือเปลี่ยนความคิดของสมาชิกในครอบครัว ด้วยการมองสมาชิกภายในครอบครัวในมุมมองที่แตกต่างไปจากเดิมหรือมองปัญหาที่เกิดขึ้นในมุมมองที่แตกต่างออกไปจากมุมมองเดิม ๆ ซึ่งเป็นมุมมองที่สร้างสรรค์มากขึ้น โดยการเปลี่ยนความหมายของสถานการณ์หรือพฤติกรรมใหม่ให้เป็นไปในทิศทางบวก แต่ไม่ใช่เปลี่ยนเหตุการณ์หรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นไปแล้ว การมองภาพในมุมมองใหม่จึงทำให้สมาชิกภายในครอบครัวมองปัญหา



ในแง่มุมมองใหม่ ๆ ที่ไม่เคยมองมาก่อน ซึ่งวิธีการดังกล่าวจะช่วยให้ครอบครัวสามารถปรับตัวเข้ากับสมาชิกคนอื่น ๆ ได้ อีกทั้งยังช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาหรือสมาชิกในครอบครัวมีสัมพันธภาพที่ดีขึ้น

**การสั่งให้ทำในสิ่งที่ตรงกันข้าม (Paradoxical Interventions)** เป็นเทคนิคที่ใช้ในกรณีที่ครอบครัวมักทำในสิ่งที่ตรงกันข้ามกับสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาบอก โดยวิธีการดังกล่าวนี้จะเป็นวิธีการที่ทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นต่อสมาชิกในครอบครัวคนอื่น ๆ แล้วจึงกำหนดปัญหาที่จะแก้ไขร่วมกันให้ชัดเจน ขั้นตอนต่อมาจึงตั้งเป้าหมายที่จะเปลี่ยนแปลงแล้วผู้ให้คำปรึกษาจะเสนอแผนการเปลี่ยนแปลงที่เป็นรูปธรรม โดยเป็นการมอบหมายงาน ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ชี้แนะให้สมาชิกทำพฤติกรรมที่ทำให้เกิดปัญหาและสุดท้ายผู้ให้คำปรึกษาจะสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัวแต่ละคนและสนับสนุนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อไปเพื่อรักษาความขัดแย้งเหล่านั้นไว้

**การสั่งให้มีอาการต่อไป (Prescribing the Symptom)** เป็นวิธีการสั่งหรือให้สมาชิกในครอบครัวแสดงพฤติกรรมที่มีปัญหาเหล่านั้นต่อไป ซึ่งถ้าสมาชิกยังมีการแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นอยู่แสดงว่ายังไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมหรืออาการที่ไม่ดีได้ เช่น การทะเลาะกันเป็นประจำของพ่อกับแม่ ผู้ให้คำปรึกษาจะแนะนำให้ทำสิ่งเหล่านี้ต่อไปทุกเช้า ครั้งละ 20 นาที ผู้รับคำปรึกษาจะเกิดความรู้สึกท้อแท้และสิ้นหวังจากการกระทำดังกล่าวจากคำสั่งของผู้ให้คำปรึกษา เพราะการแนะนำนี้ไม่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลง จึงทำให้ผู้รับคำปรึกษามีความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงจากเดิมมากขึ้น

**การยับยั้งการเปลี่ยนแปลง (Restraining)** เป็นวิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาพยายามยับยั้งไม่ให้สมาชิกในครอบครัวเกิดการเปลี่ยนแปลงเร็วเกินไป หรือว่าไม่ให้มีการเปลี่ยนแปลงใด ๆ เกิดขึ้น เนื่องจากยังไม่ถึงเวลาที่เหมาะสม บางครอบครัวไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นใหม่ได้แบบรวดเร็ว ซึ่งอาจจะทำให้ครอบครัวเสียสมดุลได้และเกิดปัญหาตามมาได้

**การแสร้งทำ (Pretend Techniques)** เป็นวิธีการของผู้ให้คำปรึกษาที่ใช้ในการสั่งหรือให้สมาชิกภายในครอบครัวแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อไป ซึ่งถ้าสมาชิกยังแสดงพฤติกรรมเหล่านั้นอยู่แสดงว่าสมาชิกอาจยังไม่สามารถควบคุมอาการเหล่านั้นได้ แต่ถ้าหากต่อต้านคำแนะนำของผู้ให้คำปรึกษา อาการเหล่านั้นจะหมดไป ผู้ให้คำปรึกษาจะแนะนำให้อีกฝ่ายหนึ่ง (เช่น พ่อ แม่) แสร้งทำพฤติกรรมบางอย่าง เช่น แสร้งทำว่า “พ่อและแม่รับรู้ว่าคุณเป็นอะไร” และพ่อแม่ก็แกล้งเฉย ๆ ไม่เป็นทุกข์เป็นร้อน ซึ่งในที่สุดลูกก็จะรับรู้ว่าการที่ตนแสร้งทำนั้น เป็นสิ่งที่ตนเองจงใจทำไม่ใช่อาการที่เป็นจริง ซึ่งไม่สามารถทำให้พ่อแม่หันมาสนใจตามที่ตัวเองต้องการได้ ลูกจึงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวโดยล้มเลิกการแสดงพฤติกรรมหรืออาการเหล่านั้นด้วยความเต็มใจ

**การสั่งเพื่อประโยชน์ของสมาชิกครอบครัว (Ordeal)** เป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษาพิจารณาแล้วว่าสมาชิกภายในครอบครัวแต่ละคนควรได้รับการช่วยเหลือโดยการสั่ง ยกตัวอย่างเช่น การที่สมาชิกภายใน



ครอบครัวเกิดความรู้สึกเครียด ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้วิธีการให้สมาชิกภายในครอบครัวเกร็งและคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียดเหล่านั้นก่อน

**การผูกมัดทวิคูณ (Double Blind)** เป็นเทคนิคโดยวิธีการสื่อสารที่มีความขัดแย้งกัน มีวัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนแปลงรูปแบบของพฤติกรรมที่ติดแน่น ลักษณะของการผูกมัดทวิคูณที่เกิดขึ้นในตัวสมาชิกครอบครัวนั้น เป็นการกระทำที่สมาชิกภายในครอบครัวตัดสินใจไม่ถูกหรือตัดสินใจได้ยาก เนื่องจากทางเลือกที่บุคคลต้องตัดสินใจนั้นส่งผลต่อตนเองในทุกด้าน โดยผู้ให้คำปรึกษาจะชี้นำให้ผู้รับคำปรึกษาไม่ให้เปลี่ยนแปลงอะไรเลย

**เสนอข้อกำหนด (Offering Prescription)** เป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษากำหนดให้ผู้รับคำปรึกษาทำพฤติกรรมบางอย่าง เช่น จดบันทึกเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือพฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดขึ้นตลอดทั้งวันที่ก่อให้เกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลของสมาชิกในครอบครัว

**การทำนายการเกิดซ้ำ (Predicting Relapse)** เป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษาทำนายพฤติกรรมของสมาชิกภายในครอบครัวว่าจะกลับมาเกิดซ้ำ ซึ่งเป็นการท้าทายสมาชิกภายในครอบครัวเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมรูปแบบใหม่ที่ดีขึ้น

**การประกาศความสิ้นหวัง (Declaring Hopelessness)** เป็นการประกาศความสิ้นหวังของผู้ให้คำปรึกษาที่มีต่อสมาชิกภายในครอบครัว ยกตัวอย่างเช่น “อย่างที่คุณพูดก็น่าจะเป็นจริงอย่างที่ว่าไม่มีอะไรที่คุณจะทำได้เลย ซึ่งมันคงไม่มีประโยชน์อะไรที่จะให้คำปรึกษาต่อสมาชิกครอบครัวอีก” การประกาศความสิ้นหวังนี้เป็นวิธีการท้าทายสมาชิกในครอบครัวรูปแบบหนึ่ง มีวัตถุประสงค์เหมือนกับการทำนายการเกิดซ้ำ

### การประยุกต์ใช้แนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกผสมผสานกับการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์

หากจะกล่าวถึงการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์นั้น จากการรวบรวมการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า จากการศึกษาของ Collie W. Conoley, et. al (2015) ได้อธิบายถึงการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาผสมผสานกับการให้คำปรึกษาครอบครัว ซึ่งเป็นการมุ่งเน้นการเจริญอกงาม หาจุดแข็ง เสริมสร้างความเข้มแข็งและความสัมพันธ์ของครอบครัว โดยให้ความสำคัญกับเป้าหมายด้านบวกมากกว่าที่จะเน้นไปที่แก้ไขปัญหาด้านลบ เพื่อให้สมาชิกภายในครอบครัวแต่ละคนได้มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ Seligman & Csikszentmihalyi (2000) ที่กล่าวว่าแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกนั้น เป็นแนวคิดที่ไม่ได้มองด้านจุดบกพร่องของตัวบุคคล แต่ใช้วิธีการหาจุดแข็งและศักยภาพของสมาชิกในครอบครัว หรือแม้แต่การศึกษาจำนวนมากระบุว่า การให้ความสำคัญต่อทัศนคติและอคติเชิงลบนั้นล้วนแล้วแต่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงปัญหาที่แท้จริงของการให้คำปรึกษา (Alvidrez, 1999; Nadeem et al., 2007) ซึ่งแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกนี้เองจึงเป็นวิธีการที่ควรนำมาผสมผสานกับการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์ จากการศึกษาวรรณกรรมที่กล่าวมาข้างต้นแล้วนั้น จะเห็นได้ว่าจิตวิทยาเชิงบวกเป็นแนวคิดที่น่าสนใจที่ส่งผลดีต่อสมาชิกในครอบครัวที่กำลังประสบกับปัญหา



ด้านต่าง ๆ อีกทั้งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้น เนื่องจากว่าตามทฤษฎีของการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์นั้นจะให้ความสำคัญต่อปัญหาที่เกิดขึ้นกับครอบครัวในปัจจุบัน อีกทั้งยังเน้นการเปลี่ยนแปลงในด้านพฤติกรรมและการสื่อสารในครอบครัว ซึ่งเป็นกลยุทธ์ที่กระชับ และรวดเร็ว เห็นผลการเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งหากผู้ให้คำปรึกษาคือครอบครัวได้นำแนวคิดของจิตวิทยาเชิงบวกที่เน้นการมองบุคคลที่จุดแข็งและเห็นถึงศักยภาพของสมาชิกภายในครอบครัวที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้นได้

## สรุป

จากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาคือครอบครัวเชิงกลยุทธ์และแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก เป็นวิธีการที่น่าสนใจที่ผู้ให้คำปรึกษาคือครอบครัวควรนำมาใช้ เนื่องจากว่าการให้คำปรึกษาคือครอบครัวมีจุดมุ่งหมายเพื่อการแก้ไขปัญหาของครอบครัวให้สมาชิกในครอบครัวสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข อีกทั้งการให้คำปรึกษาคือครอบครัวเชิงกลยุทธ์นั้นก็มีเทคนิคและวิธีการมากมายที่ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความเชี่ยวชาญในการใช้ ไม่ว่าจะเป็นการชี้แนะหรือการชี้แนะ การมองภาพใหม่ การสั่งให้ทำในสิ่งที่ตรงกันข้าม หรือแม้แต่การการเสริมสร้างทำ เป็นต้น เป็นเทคนิคและวิธีการที่มุ่งเน้นแก้ไขปัญหาที่ปัจจุบัน และเน้นการเปลี่ยนแปลง กระชับ และฉับไวในด้านพฤติกรรมและการสื่อสารภายในครอบครัว มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นและผู้เขียนยังเห็นถึงความสำคัญของการนำแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ควบคู่กัน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการให้การปรึกษาของครอบครัวโดยจะเน้นที่จุดแข็งและเพิ่มทรัพยากรเชิงบวกแก่สมาชิกภายในครอบครัวหรือแม้แต่การเปลี่ยนมุมมองให้เป็นมุมมองบวก จัดการกับพฤติกรรมหรือแม้แต่การเพิ่มมุมมองด้านบวกมากกว่าจะไปแก้ไขปัญหาในอดีต ซึ่งจะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาคือครอบครัวเชิงกลยุทธ์กับจิตวิทยาเชิงบวกมีเทคนิคและวิธีการที่เพิ่มจุดแข็ง เล็งเห็นศักยภาพของตนเอง และเกิดความยืดหยุ่นภายในครอบครัว และหากนำทั้งสองวิธีการนี้มาผสมผสานกันนั้นจะยิ่งเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยเหลือครอบครัวที่กำลังเผชิญกับปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมหรือการสื่อสารที่ขัดแย้งกันนั้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น

## องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาคือครอบครัวเชิงกลยุทธ์และแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกได้องค์ความรู้ใหม่ที่ได้โดยพบว่า เทคนิคและขั้นตอนของการให้คำปรึกษาคือครอบครัวเชิงกลยุทธ์นั้นเป็นเทคนิคที่เน้นที่ปัจจุบันในการแก้ไขปัญหาของครอบครัวที่เกิดขึ้น และจัดการกับปัญหาที่กำลังเผชิญกับปัญหาด้านการสื่อสารภายในครอบครัว โดยมีเทคนิคต่าง ๆ ในการช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัวให้มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น อีกทั้งแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกเป็นแนวคิดที่เน้นที่จุดแข็งและเพิ่มทรัพยากรเชิงบวกของสมาชิกในครอบครัว โดยการเปลี่ยนมุมมองสมาชิกครอบครัวให้เป็นไปในทิศทางบวก ซึ่งถ้าหากผู้ให้คำปรึกษา



ครอบครัวได้นำจิตวิทยาเชิงบวกมาผสมผสานกับเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวเชิงกลยุทธ์จะยังมีประสิทธิผลในการให้คำปรึกษาแก่ครอบครัวได้ดียิ่งขึ้น

### เอกสารอ้างอิง

- ไทยพับบลิเค. (2020). ผลกระทบของ COVID-19 ต่อประเทศไทย ในปัจจุบันและอนาคต. สืบค้นจาก <https://thaipublica.org/2020/11/pipat-65/>
- เพ็ญภา กุลนาคดล. (2559). การปรึกษาครอบครัว. ชลบุรี: เนติกุลการพิมพ์.
- ศิริรัตน์ คุปติวุฒิ. (2545). ครอบครัวบำบัดและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์เรือนแก้ว.
- Alvidrez, J. (1999). Ethnic variations in mental health attitudes and service use among low income African American, Latina, and European American young women. *Community Mental Health Journal*, 35(6), 515-530.
- Carlson, J., & Ellis, C. M. (2004). Treatment agreement and relapse prevention strategies in couple and family therapy. *The Family Journal*, 12(4), 352–357.
- Collie W. Conoley, Evelyn Winter Plumb, Kathryn J. Hawley, Kathryn Z. Spaventa-Vancil, & Rafael J. Hernández. (2015). Integrating Positive Psychology into Family Therapy: Positive Family Therapy. *The Counseling Psychologist*, 43(5), 703–733.
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Australia: Brooks/Cole.
- George R.L., & Cristiani, S. (1995). *Counseling, theory and practice*. Boston: Allyn and Bacon Publishers.
- Goldenberg, I., Stanton, M., & Goldenberg, H. (2017). *Family therapy* (9th ed.). Boston, MA: Cengage.
- Haley, J. (1963). *Strategies of psychotherapy*. New York: Grune & Stratton.
- Hettich, N., Entringer, T.M., Kroeger, H. et al. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on depression, anxiety, loneliness, and satisfaction in the German general population: a longitudinal analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 57(12), 2481–2490.
- Nadeem, E., Lange, J., Edge, D., Fongwa, M., Belin, T., & Miranda, J. (2007). Does stigma keep poor young immigrant and U.S. born black and Latina women from seeking mental health care. *Psychiatric Services*, 58(12), 1547-1554.



- Parks, A.C. & Biswas-Diener, R. (2013). *Positive interventions: Past, present and future*. In T. Kashdan & Ciarrochi, J. (Eds.), *Mindfulness, Acceptance, and Positive Psychology: The Seven Foundations of Well-Being*. Oakland, CA: Context Press.
- Seligman, M. (1998). *Learned optimism*. New York, NY: Simon & Schuster.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 65(5), 467-487.
- Snyder, D. K., Cozzi, J. J., & Mangrum, L. F. (2002). *Conceptual issues in assessing couples and families*. In H. A. Liddle, D. A. Santisteban, R. F. Levant, & J. H. Bray (Eds.), *Family psychology: Science-based interventions*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Wylie, M. S. (1990). Family therapy's neglected prophet. *Family Therapy Networker*, 15(2), 25-37.

### Translated Thai References

- Kulnaphat, P. (2017). *Kan Prueksa Khropkhrua* [Family counseling]. Chonburi: Netikul Publishing.
- Kuptiwut, S. (2002). *Khropkhrua Bambat Lae Kan Hai Khamprueksa* [Search for therapy and counseling]. Bangkok: Rueankaew Publishing House.
- ThaiPublica. (2020, 11 November). *Phonkrathop Khong COVID-19 To Prathet Thai Nai Patchuban Lae Anakhot* [Impact of COVID-19 on Thailand now and in the future]. Retrieved July 1, 2023, from <https://thaipublica.org/2020/11/pipat-65/>

