

บทเรียน

แบบบูรณาการ



rtanc.ac.th

เทคนิคการสนทนา เพื่อการบำบัด



พูด

เพื่อ
ฟัง

บทเรียนแบบโปรแกรม

เรื่อง เทคนิคการสนทนาเพื่อการบำบัด

ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชศาสตร์
วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

ISBN 947-7517-84-1

300.-

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2541 จำนวน 500 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 2 พ.ศ. 2544 จำนวน 1,000 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 3 พ.ศ. 2566 จำนวน 1,000 เล่ม

จัดพิมพ์โดย โครงการตำราวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

พิมพ์ที่: บริษัท ไทภูมิ พับลิชชิ่ง จำกัด

เลขที่ 24/6-7 หมู่ 7 ตำบลคลองข่อย อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120

โทร. 02-926-1291-2 สายด่วน 081-817-0901 แฟกซ์. 02-926-1263

E-mail : sale.thaiphum@gmail.com www.thaiphumpublishing.com

คำนำ

การให้บริการพยาบาลถือเป็นหัวใจสำคัญของงานพยาบาล การบริการพยาบาลที่มีประสิทธิภาพและบรรลุผลสำเร็จสมบูรณ์ได้ ต้องยึดถือการดูแลผู้ป่วยแบบองค์รวม (Holistic care) ในการดูแลผู้ป่วยที่เจ็บป่วยทางด้านร่างกายและผู้ป่วยที่มีปัญหาทางด้านจิตใจ การพยาบาลจิตเวชถือเป็นวิชาที่สำคัญวิชาหนึ่งที่จะช่วยให้การดูแลแบบองค์รวมมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เนื่องจากการที่ผู้เรียนจะเกิดความเข้าใจพฤติกรรม อารมณ์และความรู้สึกของผู้รับบริการได้จะต้องอาศัยทักษะที่สำคัญในการดูแลผู้ป่วย คือการใช้เทคนิคการสอนหาเพื่อการบำบัดซึ่งจัดเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการติดต่อสื่อสารระหว่างพยาบาลกับผู้รับบริการ ช่วยให้ผู้รับบริการได้คลี่คลายปัญหาหรือความไม่สบายใจต่างๆ และสามารถหาแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับตนเองได้

ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช จึงได้จัดทำตำราเล่มนี้ขึ้นเพื่อเป็นคู่มือประกอบการเรียนการสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์สำหรับนักเรียนพยาบาลและนักเรียนผู้ช่วยพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก และเป็นคู่มือประกอบการสอนหาของพยาบาล เพื่อให้บุคลากรทางการพยาบาลได้ใช้เทคนิคในการสอนหาที่ถูกต้อง และหลีกเลี่ยงการใช้เทคนิคการสอนหาที่ไม่เหมาะสมในการให้คำปรึกษา และส่งเสริมให้เกิดบริการพยาบาลที่มีประสิทธิภาพ โดยในเนื้อหาจะเป็นบทเรียนแบบโปรแกรมเป็นวิธีการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และมีบทบาทเป็นเสมือนครูผู้สอน อีกทั้งผู้เรียนสามารถเรียนได้ตลอดเวลาเมื่อตนเองต้องการและมีความพร้อม เนื้อหาง่ายต่อการอ่านและเข้าใจได้เป็นอย่างดี

ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ ขอขอบคุณ
คณาจารย์ภาควิชาทุกท่าน ที่มีความตั้งใจในการเขียนตำราเล่มนี้ และขอ
ขอบคุณ พันเอกหญิง ศรีนยา กิจพาณิชย์ ที่ได้กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจสอบความถูกต้องด้านการเขียน “บทเรียนแบบโปรแกรม เรื่อง เทคนิค
การสนทนาเพื่อการบำบัด” โดยหวังว่าตำราเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านได้รับ
ความรู้และสามารถนำไปใช้ในการสนทนากับผู้รับบริการทั้งฝ่ายกายและ
จิตเวช เพื่อช่วยส่งเสริมให้สัมพันธภาพเชิงวิชาชีพเกิดประสิทธิภาพ
และพัฒนางานทางวิชาการให้กับวิชาชีพพยาบาลต่อไป

คณะบรรณาธิการ

กรกฎาคม 2566

สารบัญ

	หน้า
คำนำของคณะบรรณาธิการ	1
ส่วนที่ 1 เรื่อง การติดต่อสื่อสาร	11
ส่วนที่ 2 เรื่อง เทคนิคที่ใช้ในการสนทนาเพื่อการบำบัด	31
ส่วนที่ 3 เรื่อง เทคนิคการสื่อสารที่ไม่ใช่การบำบัด	89
ภาคผนวก	123
บรรณานุกรม	134
ประวัติผู้แต่ง	137





บทเรียนแบบโปรแกรม

เรื่องเทคนิคการสนทนาเพื่อการบำบัด

ในการศึกษาบทเรียนแบบโปรแกรมนี้นี้จะมีทั้งหมด 3 ส่วน คือ

- ส่วนที่ 1 เรื่องการติดต่อสื่อสาร
- ส่วนที่ 2 เรื่องเทคนิคที่ใช้ในการสนทนาเพื่อการบำบัด
- ส่วนที่ 3 เรื่องเทคนิคการสื่อสารที่ไม่ใช่การบำบัด

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่อไปนี้

- 1. ความหมายและชนิดของการติดต่อสื่อสาร
- 2. เทคนิคที่ใช้ในการสนทนาเพื่อการบำบัด
- 3. เทคนิคการสื่อสารที่ไม่ใช่การบำบัด

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

เมื่อผู้เรียนได้เรียนบทเรียนแบบโปรแกรมนี้นี้แล้วควรมีพฤติกรรมต่อไปนี้

- 1. บอกความหมายชนิดและลักษณะของการติดต่อสื่อสารได้ถูกต้อง
- 2. บอกความแตกต่างและความสัมพันธ์ของการติดต่อสื่อสารชนิด
ใช้วาจาและไม่ใช้วาจาตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ได้ถูกต้อง
- 3. วิเคราะห์ลักษณะของการติดต่อสื่อสารได้ถูกต้อง
- 4. ระบุชนิดของเทคนิคการสนทนาเพื่อการบำบัดในสถานการณ์
ที่กำหนดได้อย่างเหมาะสมถูกต้อง
- 5. วิเคราะห์ชนิดของเทคนิคการสนทนาเพื่อการบำบัดได้ถูกต้อง
- 6. ระบุชนิดของเทคนิคการสนทนาที่ไม่เหมาะสมในการบำบัดได้
เหมาะสมถูกต้อง
- 7. วิเคราะห์ชนิดของเทคนิคการสื่อสารที่ไม่ใช่การบำบัดได้ถูกต้อง

พื้นฐานของผู้เรียน

ผู้เรียนต้องผ่านการเรียนวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชมาแล้ว

ข้อเตือนใจ

1. บทเรียนนี้มีใช้ข้อสอบ
2. อ่านคำชี้แจงให้เข้าใจ
3. ปฏิบัติตามคำชี้แจงด้วยความมั่นใจและซื่อสัตย์

คำแนะนำในการเรียน

- 1.ให้อ่านบทเรียนทีละเรื่องย่อยตามลำดับ อย่าอ่านข้ามเรื่องย่อยใดเรื่องย่อยหนึ่ง ขณะที่อ่านให้พยายามตั้งใจ และทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้งพร้อมทั้งทำแบบฝึกหัด โดยการตอบคำถามที่มีในแต่ละเรื่องย่อย
2. เปิดหน้าต่างไปเพื่อดูคำเฉลยที่ถูกต้อง อย่าดูคำตอบก่อนทำบทเรียน
3. ถ้าคำตอบถูกให้ทำเรื่องย่อยต่อไป แต่ถ้าผิดต้องกลับไปทำความเข้าใจในเรื่องย่อยเดิมให้ถูกต้องเสียก่อน แต่ไม่ต้องแก้คำตอบที่ทำไปแล้ว ต่อจากนั้นจึงอ่านเรื่องย่อยต่อไป
4. บทเรียนนี้ไม่จำกัดเวลา จะทำช้าหรือเร็วไม่สำคัญ ไม่ต้องรีบร้อน แต่ไม่ควรล่าช้าจนเกินไป
5. ถ้าพบเรื่องย่อยใดไม่มีคำตอบ กรุณาอ่านเรื่องย่อยต่อไป
6. ขณะเรียนถ้ารู้สึกเหนื่อยล้า เครียด จะหยุดพักผ่อนคลายก่อนก็ได้ แล้วจึงค่อยเรียนต่อไป

เมื่อพร้อมแล้วลงมือทำได้





ส่วนที่ 1

การติดต่อสื่อสาร
Communication

แนวความคิดเบื้องต้นในการติดต่อสื่อสารเพื่อการบำบัด

1. ความหมายของการสื่อสาร

การสื่อสาร (Communication) มาจากคำว่า “Communis” ในภาษาละติน แปลว่าความเหมือนหรือการร่วมกัน เป็นสิ่งที่เกิดจากการที่มนุษย์อยู่ตามลำพังไม่ได้ต้องพึ่งพาผู้อื่น จึงต้องสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจ ในความคิดของตนเองว่าต้องการอะไร

การติดต่อสื่อสาร (Communication) เป็นกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมายโดยตรงที่มนุษย์ใช้ระบบของสัญลักษณ์และท่าทาง (Symbol & Sign) ในการส่งข่าวสาร (Generate) และเจรจาต่อรอง (Negotiate) เราสามารถติดต่อสื่อสารได้ทั้งการใช้คำพูด (Verbal) และไม่ใช่คำพูด (Non-verbal) หรือเมื่อเราเคลื่อนไหวและเมื่ออยู่นิ่ง เราสื่อสารกับตนเอง เมื่อเราได้รับข้อมูลและสื่อสารกับผู้อื่นเมื่อเราต้องการสื่อสารความหมายบางอย่าง

การติดต่อสื่อสารเป็นส่วนสำคัญของชีวิต บางครั้งเราติดต่อสื่อสารโดยไม่มองการณ์ไกลหรือไม่มีการวางแผน ซึ่งทำให้เราไม่ระวังการถ่ายทอดคำพูด ความคิด ความรู้สึก ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ไม่มีประสิทธิภาพ ฉะนั้นการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพจึงต้องอาศัยการเรียนรู้การตรวจสอบและการปรับปรุงแก้ไข

มินซ์เบิร์ก กล่าวว่า การติดต่อสื่อสาร หมายถึง เป็นการแสดงบทบาทความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และเป็นการติดต่อระหว่างบุคคลกับบุคคล แสดงบทบาทของการแลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลซึ่งเป็นการสื่อสารที่อาจเป็นการภายในหน่วยงานองค์การหรือนอกองค์การแสดงบทบาทของการตัดสินใจ เช่น การตัดสินใจของฝ่ายบริหารในเรื่องต่างๆไปยังผู้ได้บังคับบัญชา

นอกจากนี้การติดต่อสื่อสาร (Communication) ยังหมายถึง การส่งหรือการถ่ายทอดเรื่องราว ความนึกคิด ความคิดเห็น ความเชื่อ ความรู้สึก ความรู้ และเจตคติของตนแก่ผู้อื่น และรับสิ่งเหล่านี้จากผู้อื่น หรืออีกฝ่ายหนึ่ง

ดังนั้นการที่จะถ่ายทอดออกมาให้เป็นที่เข้าใจจึงต้องใช้ภาษา ทำทาง ในการติดต่อสื่อสาร ซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญของมนุษย์ที่จะอยู่ร่วมกันในโลก

แบบฝึกหัด

เครื่องมือสำคัญในการติดต่อสื่อสารของมนุษย์คือข้อใด

1. การเขียน
2. การแสดง
3. การสนทนา
4. การใช้ภาษา ทำทาง

ตอบ ข้อ 4 การใช้ภาษา ทำทาง