

แนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับครอบครัวและการประเมินครอบครัว (Introduction to nature of family and family assessment)

นพ.สตางค์ สุภผล

ศูนย์การเรียนรู้ด้านเวชศาสตร์ครอบครัวและพัฒนาบริการปฐมภูมิเขต 12

กลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลขอนแก่น

ความหมาย/คำนิยาม ของครอบครัวและระบบครอบครัว

ครอบครัว จัดเป็นสถาบันทางสังคมที่เก่าแก่อันดับแรกของมนุษย์ เป็นรากฐานที่สำคัญที่สุดในบรรดาสถาบันทางสังคมทั้งหลาย โดยมีความสำคัญและมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อมนุษย์ทุกคนนับตั้งแต่เกิด เจริญเติบโต จนกระทั่งถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

ปัจจุบันได้มีการตระหนักถึงความสำคัญของครอบครัวมากขึ้น มีการมองบริบท (Individual in his context) นอกเหนือจากการเคยมองเฉพาะบุคคล จึงช่วยให้เข้าใจบุคคลได้อย่างแท้จริง เนื่องจากบริบทที่สำคัญของบุคคล คือครอบครัว (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2541:1) นอกจากนี้สำนักงานสำมะโนประชากรของสหรัฐอเมริกา (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2541:2 อ้างจาก The U.S. Bureau of the Census, 1988) ได้ให้คำนิยามว่า

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปที่เกี่ยวข้องกัน โดยการเกิด การแต่งงาน หรือการรับเป็นบุตรบุญธรรมและอาศัยอยู่ร่วมกันในครัวเรือนหนึ่งรวมถึงผู้ที่ไม่แต่งงาน แต่งงานแล้ว แต่ไม่มีลูก แต่งงานแล้วหย่าร้างหรือตายจากกันซึ่งเป็นครอบครัวที่มีลักษณะหลากหลาย

อีกนิยามของครอบครัวที่กินความหมายกว้างและเข้าใจได้ง่าย คือ นิยามของ Christie-Seely J. ใน Working with the family in primary care. : A systems approach to health and illness, (1984)

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มคนที่มารวมตัวกัน อาจไม่จำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กันทางสายเลือด หรือ การแต่งงาน แต่ตกลงที่จะอยู่ร่วมกันและดูแลกันไปตลอด

สำหรับประเทศไทย คณะอนุกรรมการด้านครอบครัวในคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ ได้จัดประชุมสมัชชาแห่งชาติเมื่อวันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ. 2537 ให้คำนิยามของครอบครัวในเชิงองค์ประกอบที่บทบาทหน้าที่ที่เหมาะสมไว้ว่า หมายถึง การที่ชายและหญิงใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับฉันท์สามีภรรยา มีความรับผิดชอบร่วมกัน แบ่งงานและหน้าที่กันตามความเหมาะสม มีการช่วยเหลือเกื้อกูลกันทั้งด้านการเงินอาหาร สิ่งของ เครื่องใช้ต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต มีกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ร่วมกัน และเมื่อมีบุตรธิดามากกว่าหนึ่งคน บิดามารดาก็ต้องอบรมสั่งสอนให้ลูกรู้บทบาทหน้าที่การเป็นพี่น้อง ให้รู้จักแบ่งปันดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกใน

ครอบครัวควรจะมีพื้นฐานแห่งความรัก ความเข้าใจ ความผูกพัน ซึ่งพึงเป็นสายใยในการดำเนินชีวิต
ร่วมกัน

ประเภทของครอบครัว

แบ่งตามลักษณะองค์ประกอบของครอบครัว เป็นประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

- 1. ครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family)** ประกอบด้วย สามี ภรรยาและลูก
- 2. ครอบครัวขยาย (Extended Family)** ประกอบด้วยสามี ภรรยาและลูกรวมทั้งปู่ย่า ตายาย ลุงป้า
น้าอา และอาจมีญาติฝ่ายสามีและภรรยาอาศัยอยู่ร่วมกัน
- 3. ครอบครัวผสม (Reconstituted Family)** ประกอบด้วยสามี ภรรยา และลูก ซึ่งเกิดจากการ
แต่งงานครั้งก่อนของสามีหรือของภรรยาหรือของทั้งสองฝ่าย
- 5. ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว (Single-Parent Family)** ประกอบด้วยพ่อหรือแม่ทำ
หน้าที่เป็นผู้นำครอบครัวเพียงคนเดียวอาจเกิดจากสามีหรือภรรยาตายจากไปหรือหย่าร้างหรือถูก
ทอดทิ้งไป

ระบบครอบครัว (Family System)

ประกอบด้วยหลายระบบย่อย คือ ระบบย่อยแห่งบุคคล (Individual Subsystem) ระบบย่อย
สามีภรรยา (Spousal Subsystem) ของพ่อแม่ (Parental Subsystem) และพี่น้อง (Sibling
Subsystem) ส่วนระบบใหญ่ที่ครอบคลุมระบบครอบครัวอีกทีนั้น ได้แก่ ชุมชน สังคม และประเทศชาติ
ตามลำดับ

ครอบครัวเป็นระบบที่เกิดจากการรวมตัวของบุคคลเข้าด้วยกัน เกิดเป็นระบบใหม่ที่มีลักษณะ
แตกต่างไปจากลักษณะของบุคคล และลักษณะนี้ก็ไม่ใช่การรวมตัวของหลายบุคคลเข้าด้วยกัน
ตัวอย่างของสิ่งที่เกิดเฉพาะครอบครัว เช่น การเข้าพวกกัน (Coalition) เมื่อบุคคลที่มาอยู่ร่วมกันเป็น
ครอบครัวเกิดความขัดแย้งกันก็จะเกิดการเข้าพวกกันขึ้นมา แม่เข้ากับลูกเพื่อต้านพ่อ เป็นต้น เมื่อ
หน่วยหนึ่งมีการเปลี่ยนแปลงก็จะทำให้เกิดความเครียดในระบบชั้นและมีผลทำให้หน่วยย่อยอื่น ๆ และ
ระบบทั้งระบบมีการเปลี่ยนแปลงไปด้วยและการเปลี่ยนแปลงในระบบรวมก็จะมีผลต่อระบบหน่วยย่อย
แต่ละหน่วยเช่นกัน ลักษณะที่สำคัญของระบบครอบครัว ได้แก่

1. ครอบครัวมีความเป็นพลวัต (Dynamic) หมายถึง ครอบครัวมีคุณสมบัติมีชีวิตในฐานะ
ที่เป็นหน่วยพื้นฐานของชีวิต นั่นคือ มีกิจกรรมการเปลี่ยนแปลง และการเคลื่อนไหวต่าง ๆ มีการเกิด
การเติบโต การพัฒนาอย่างมีทิศทาง มีความทุกข์ ความสุข มีการเริ่มต้น การถดถอยและการสิ้นสุด
แต่ละครอบครัวต่างก็มีรายละเอียดบนหน้าประวัติศาสตร์ของตนเองโดยเฉพาะซึ่งแตกต่างไปจากครอบครัว
อื่น ๆ อย่างมากมาย

2. ครอบครัวมีความเป็นระบบ (System) หมายถึง ครอบครัวเกิดจากการรวมตัวของบุคคล
เข้าด้วยกันเกิดเป็นระบบใหม่ คือ ระบบครอบครัวซึ่งประกอบด้วยหลายระบบย่อย (subsystem) ได้แก่

ระบบย่อยของบุคคล ของสามี ภรรยา ของพ่อแม่และพี่น้อง ภายในระบบย่อยจะบ่งบอกถึงตำแหน่งของสมาชิกที่มีความสัมพันธ์กับตำแหน่งอื่น ๆ และระบบทั้งระบบมีการเปลี่ยนแปลงไปด้วย ในทำนองเดียวกันการเปลี่ยนแปลงของระบบรวมก็จะส่งผลกระทบต่อหน่วยย่อยแต่ละหน่วยเช่นกัน ดังนั้นการเข้าใจครอบครัวอย่างลึกซึ้ง ก็ต้องพิจารณาสมาชิกแต่ละคน และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกนั้นกับสมาชิกอื่นภายในครอบครัวด้วย ระบบครอบครัวจัดเป็นระบบกึ่งปิด ซึ่งให้เห็นว่าครอบครัวไม่ได้อยู่โดดเดี่ยว แต่จะมีการเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารกับสิ่งแวดล้อมตลอดเวลาครอบครัวจึงมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ บทบาทของสมาชิกครอบครัว จะได้รับผลกระทบจากระบบต่าง ๆ ภายในสังคม เช่น ระบบชุมชน ระบบโรงเรียน ระบบสถาบันศาสนา และอื่น ๆ

3. **ครอบครัวเป็นการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction)** หมายถึง การมีสมาชิกมากกว่า 1 คน มาอยู่ร่วมกัน ทำให้เกิดความเชื่อมโยงของสภาพต่าง ๆ ที่สมาชิกเป็นอยู่ และกำลังกระทำอยู่ ซึ่งแต่ละคนก็ยังถือว่า มีลักษณะเฉพาะเป็นของตนเอง ครอบครัวจึงได้รับผลกระทบจากสมาชิกทั้งในปัจจุบันและอนาคต การปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวมีลักษณะการโต้กลับไปกลับมา และมีกฎควบคุมชีวิตครอบครัว (Family rules) อยู่ ทั้งที่เป็นสากลและยอมรับกันทั่วไปในทุกสังคม

คุณสมบัติของระบบครอบครัว

เมื่อพิจารณาระบบครอบครัวจะพบว่า ครอบครัวมีคุณสมบัติของระบบทางชีวภาพ ดังที่กล่าวมาอย่างครบถ้วน (กรมสุขภาพจิต, 2542 : 17 อ้างจาก Minuchin, 1974) นั่นคือ

- (1) **ครอบครัวเป็นระบบเปิดทางสังคมและวัฒนธรรม (Open Socio-Cultural System)** ระบบครอบครัวที่ปกติ จะมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและสื่อสารกับระบบภายนอกอยู่เสมอ นอกจากนี้ระบบครอบครัวยังได้รับแรงกระทบจากภายนอกตลอดเวลา เช่น ค่านิยมจากโรงเรียน ที่ทำงาน และระบบ เศรษฐกิจ ของประเทศ เป็นต้น
- (2) **ครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลง (Transformation)** ตลอดเวลาและจะมีการพัฒนาไปอย่างต่อเนื่อง ผ่านจากวงจรชีวิตตอนหนึ่งไปยังอีกตอนหนึ่ง เช่น จากครอบครัวที่เพิ่งแต่งงานไปสู่ครอบครัวที่มีลูกเล็ก ครอบครัวที่วัยรุ่น และครอบครัวที่ลูกเติบโตเป็นผู้ใหญ่ควรแยกเรือนออกไปในที่สุด
- (3) **ครอบครัวมีการจัดระบบภายในเพื่อความสมดุล (Homeostasis)** เพื่อให้ครอบครัวสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมีเสถียรภาพอย่างต่อเนื่อง
- (4) **ครอบครัวมีการสื่อสาร (Communication)** ทั้งระหว่างระบบย่อยภายในครอบครัวเองและกับระบบภายนอก
- (5) **ครอบครัวที่มีกฎที่สมาชิกต้องถือปฏิบัติ (Rules of family)** กฎจะควบคุมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกและการปฏิบัติหน้าที่ภายในครอบครัวให้มีประสิทธิภาพ เพื่อความคงอยู่ดังข้อที่ 3 นอกจากนี้ในวงจรชีวิตแต่ละตอนครอบครัวจะต้องมีการปรับเปลี่ยนกฎเหล่านี้ให้เหมาะสมอยู่เสมอ ผู้ที่มีอำนาจควบคุมสูงสุด (Highest hierarchy หรือ highest authority) มักจะเป็นผู้ออกกฎและควบคุมกฎของครอบครัว
- (6) **ครอบครัวมีขอบเขตของตนเอง (Boundaries)** ทั้งระหว่างบุคคลในครอบครัวด้วยกันเอง ระหว่างระบบย่อยในครอบครัว และระหว่างครอบครัวกับระบบภายนอกอื่น ๆ ถ้าขอบเขตไม่ชัดเจนหรือ

สับสน จะส่งผลกระทบต่อเสถียรภาพและพัฒนาการครอบครัวได้ ลักษณะของขอบเขตมีได้ 3 แบบ คือ ขอบเขตพร่าเลือน (diffuse boundaries), ขอบเขตเข้มงวด (rigid boundaries) และขอบเขตชัดเจน (clear boundaries)

การทำหน้าที่ของครอบครัว

ครอบครัวจะดำรงหรือพัฒนาการได้อย่างเหมาะสมและปกติสุขมากน้อยแค่ไหนขึ้นอยู่กับ การปฏิบัติหน้าที่ประจำวันว่ามีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด แนวคิดที่อธิบายการปฏิบัติหน้าที่ของ ครอบครัวที่นิยมใช้กันแพร่หลาย ที่จะกล่าวถึงในนี้คือ แนวคิดแบบ Mc Master Model ของ แอปเสตน และคณะ (กรมสุขภาพจิต, 2542 : 19 อ้างจาก Epstein, et al, 1982) การปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัว Mc Master Model of Family Functioning (MMFF) ตาม MMFF ครอบครัวเป็นระบบเปิด (Open System) ซึ่งประกอบด้วยระบบย่อยอัน ได้แก่ สมาชิกแต่ละคน (Individual Subsystem) คู่สมรส (Spousal Subsystem) และพี่น้อง (Sibling Subsystem) ที่ไม่เหมาะสมก็จะเกิดปัญหา MMFF แบ่ง การทำหน้าที่ของครอบครัวออกเป็นด้านต่างๆ ดังนี้

1. การแก้ปัญหา (Problem Solving) หมายถึง ความสามารถของครอบครัวในการแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม ทำให้ครอบครัวดำเนินไปได้และปฏิบัติหน้าที่ด้านต่างๆ ได้อย่าง มีประสิทธิภาพ ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีทักษะการแก้ปัญหาแตกต่างกัน บางครอบครัวจะแก้ปัญหา ที่เกี่ยวกับวัตถุได้หมด แต่อาจแก้ปัญหาทางอารมณ์ ได้ลำบากครอบครัวที่มีประสิทธิภาพ จะแก้ปัญหา อย่างรวดเร็วและเป็นระบบ ปัญหาที่มีมักเป็นปัญหาที่เพิ่งเกิดขึ้นใหม่ไม่ใช่ปัญหาเรื้อรังที่แก้ไม่ได้เสียที่ ในทางตรงข้าม ครอบครัวที่ไม่มีประสิทธิภาพ มักแก้ปัญหาอย่างไม่เป็นระบบ ไม่เสร็จสิ้นไปเป็นเรื่อง ๆ และกลายเป็นปัญหาเรื้อรังในที่สุด

2. การสื่อสาร (Communication) หมายถึง การแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างกันและกัน การ สื่อสารมีสองแบบคือ การสื่อสารโดยใช้คำพูด (Verbal Communication) และการสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูด (Nonverbal Communication) MMFF จะเน้นการสื่อสารแบบแรกเนื่องจากสามารถวัดได้ชัดเจนกว่า อย่างไรก็ตามการสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูดนั้น แม้เนื้อหาจะไม่เด่นชัด แต่เป็นเนื้อหาที่มีความสำคัญโดย จะแสดงออกมาทางระดับเสียง คำพูดที่เลือกใช้สีหน้าแววตา การประสานสายตาและท่าทาง เป็นต้น เนื้อหาของการสื่อสารแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เนื้อหาที่เกี่ยวกับวัตถุและการดำเนินชีวิตประจำวัน และ เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ความรู้สึก ครอบครัวที่สื่อสารด้านวัตถุไม่ดีก็มักจะมีปัญหาการสื่อสารด้าน อารมณ์ร่วมด้วยเสมอครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะสื่อสาร ได้ชัดเจนและตรงต่อบุคคลเป้าหมาย ถ้าการ สื่อสารมีความคลุมเครือและอ้อมค้อมมากเท่าใด ครอบครัวก็จะทำหน้าที่ได้ไม่ดีเท่า่นั้น ผู้ที่สื่อสารอย่าง คลุมเครือและอ้อมค้อม จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งสื่อกลับมาแบบเดียวกัน

ในครอบครัวปกติความสามารถในการสื่อสารแต่ละด้านจะแตกต่างกันไป บางครอบครัวการ สื่อสารเกี่ยวกับปัญหาที่ขัดแย้งกันอาจไม่ชัดเจนและไม่ตรงต่อบุคคลเป้าหมายแต่ก็จะ เป็นอยู่ช่วงสั้นๆ และไม่ทำให้เกิดปัญหาแต่อย่างใด

3. บทบาท (Role) หมายถึง แบบแผนพฤติกรรมที่สมาชิกประพฤติต่อกันและกันซ้ำ ๆ เป็น ประจำ บทบาทแบ่งได้เป็น 2 ด้านเช่นเดียวกับการสื่อสาร คือบทบาทพื้นฐานและบทบาทอื่น ๆ

3.1 บทบาทพื้นฐาน หมายถึง บทบาทที่จำเป็นต้องกระทำให้ครบถ้วนเพื่อให้ครอบครัวดำรงอยู่ได้อย่างปกติสุข นั่นคือ การจัดหาปัจจัยสี่ให้แก่สมาชิก การพุ่มพักเลี้ยงดูและให้การประดับประดองสนับสนุนแก่สมาชิก การตอบสนองความต้องการทางเพศในระหว่างคู่สมรสการช่วยพัฒนาทักษะต่างๆ ให้สมาชิก

3.2 บทบาทอื่น ๆ หมายถึง บทบาทเฉพาะของแต่ละครอบครัว จึงอาจเป็นได้ทั้งบทบาทที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม เช่น ลูกชายที่เรียนเก่งและได้รับทุนไปเรียนต่อต่างประเทศ บทบาทของลูกชายก็นำชื่อเสียงเกียรติยศมาสู่ครอบครัวการประเมินว่าบทบาทในครอบครัวเป็นไปได้ดีหรือไม่จะต้องพิจารณา 2 ด้าน คือ

(1) การมอบหมายหน้าที่ตามบทบาท (Role Allocation) หมายถึง การมอบหมายความรับผิดชอบในหน้าที่บางประการให้สมาชิก การมอบหมายนี้อาจทำโดยเปิดเผยหรือไม่ก็ได้ ครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะมีการมอบหมายหน้าที่ที่จำเป็นทุกด้านอย่างชัดเจนให้กับบุคคลที่เหมาะสม แต่ครอบครัวที่มีปัญหาจะมีการมอบหมายหน้าที่อย่างไม่เหมาะสม

(2) การดูแลให้สมาชิกรับผิดชอบในบทบาท (Role Accountability) หมายถึง วิธีการที่ครอบครัวดูแลให้สมาชิก รับผิดชอบต่อบทบาทและหน้าที่ที่ครบถ้วนหรือของตนนั้น คือ ครอบครัวต้องมีวิธีตรวจสอบว่าสมาชิกแต่ละคนทำหน้าที่ที่ครบถ้วนหรือไม่ เช่น พ่อตรวจสอบว่าลูกทำงานตามที่มอบหมายหรือไม่และถ้าไม่ทำจะมีบทลงโทษอย่างไรบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกคนหนึ่ง จะต้องสอดคล้องกับของผู้อื่นด้วยภารกิจในครอบครัวจะดำเนินไปได้ก็ต่อเมื่อมีการมอบหมายหน้าที่อย่างเหมาะสม และมีระบบควบคุมให้สมาชิกปฏิบัติหน้าที่ของตนอย่างครบถ้วน

4. การตอบสนองต่ออารมณ์ (Affective Responsiveness) หมายถึง ความสามารถที่จะตอบสนองทางอารมณ์ต่อกันและกันอย่างเหมาะสม ทั้งด้านคุณภาพและปริมาณ อารมณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัวมีทั้งอารมณ์ในภาวะปกติ เช่น อารมณ์รัก เป็นสุข และอารมณ์ในภาวะวิกฤติ เช่น กลัว โกรธ เป็นต้น ครอบครัวที่ทำหน้าที่ปกติจะแสดงอารมณ์ เช่น แสดงออกมาน้อยเกินไป บางครอบครัวแสดงออกเฉพาะอารมณ์เชิงบวกแต่ไม่สามารถแสดงอารมณ์เชิงลบได้ เช่น ภรรยาไม่สามารถแสดงอารมณ์โกรธต่อสามีได้ เพราะกลัวสามีจะไม่พอใจ หรือลูกไม่สามารถเล่าความรู้สึกเศร้าและคิดถึงพ่อที่เสียชีวิตไปเพราะเกรงจะสะเทือนใจแม่ สมาชิกที่เติบโตมาในครอบครัวแบบนี้จะแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างจำกัดและมีปัญหาบุคลิกภาพ

5. ความผูกพันทางอารมณ์ (Affective Involvement) หมายถึงระดับความผูกพันห่วงใยที่สมาชิกแต่ละคนมีต่อการแสดงออกซึ่งความสนใจและการเห็นคุณค่าซึ่งของกันและกันความผูกพันทางอารมณ์มีหลายระดับ คือ

5.1 ปราศจากความผูกพัน (Disengagement) สมาชิกในครอบครัวไม่สนใจใยดีกันเลย การเป็นครอบครัวมีความหมายเพียงการมาอยู่ร่วมชายคาเดียวกันเท่านั้น

5.2 ผูกพันอย่างมีความเข้าอกเข้าใจความสนใจผูกพันมีต่ออีกฝ่ายหนึ่งอย่างแท้จริง (Emphatic involvement) โดยมีพื้นฐานอยู่บนความเข้าใจในความต้องการอีกฝ่ายหนึ่งความผูกพันแบบนี้มีความเหมาะสมที่สุดเพราะจะสามารถตอบสนองความต้องการทางอารมณ์อีกฝ่ายหนึ่งได้อย่างเหมาะสม

5.3 ผูกพันมากเกินไป (Over-involvement) ความผูกพันเป็นไปอย่างป้องกันหรือจู้จี้จ้านเกินไปจนอีกฝ่ายหนึ่งไม่มีความเป็นส่วนตัว

5.4 ผูกพันจนเหมือนเป็นบุคคลเดียวกัน (Enmeshment) เป็นความผูกพันที่แน่นแฟ้นจนกระทั่งเหมือนกับทั้งคู่เป็นบุคคลเดียวกัน และขอบเขตส่วนตัวของแต่ละคน(Personal Boundary) นั้นไม่ชัดเจนหรือแทบไม่มีเลย

6. การควบคุมพฤติกรรม (Behavior Control) หมายถึง วิธีการที่ครอบครัวควบคุมหรือจัดการกับพฤติกรรมของสมาชิกการควบคุมพฤติกรรมเป็นสิ่งจำเป็น ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกประพฤติตนอยู่ในขอบเขตอันเหมาะสมไม่ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่นพฤติกรรมที่จำเป็นต้องมีการควบคุมแบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

6.1 พฤติกรรมที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจและชีวภาพ เช่น การกินนอน ขับถ่าย ความต้องการทางเพศและความก้าวร้าว เป็นต้น

6.2 พฤติกรรมทางสังคม เช่น การคบเพื่อนฝูงหรือเป็นสมาชิกในชมรม เป็นต้น

6.3 พฤติกรรมที่อาจเป็นอันตรายต่อร่างกายหรือทรัพย์สิน

6.4 การรักษาระเบียบวินัยภายในครอบครัว

กฎแห่งระบบครอบครัว (Family rules)

ระบบจะดำรงอยู่ได้ต้องมีวิถีปฏิบัติที่เป็นรูปแบบแน่นอน หรือที่เรียกว่า “กฎ” คอยควบคุมอยู่ โดยเฉพาะกฎแห่งโครงสร้างและกฎแห่งหน้าที่ ครอบครัวก็เช่นกัน เมื่อบุคคลมาอยู่ร่วมกันก็ต้องมีการกำหนดกฎขึ้นมา อาจเป็นการกำหนดโดยชัดเจน (Explicit Rule) มีการปรึกษาพูดคุยกันว่าในบ้านควรมีกฎอะไรบ้าง เช่น พ่อแม่วางกฎว่า ลูกจะต้องกลับบ้านทันทีหลังเลิกเรียน เป็นต้น แต่กฎส่วนใหญ่ในครอบครัวไม่มีการกำหนดชัดเจน (Implicit Rule) คือไม่มีการพูดคุยตกลงกัน แต่เป็นที่เข้าใจและยอมรับกันโดยปริยาย เช่น กฎที่ว่า ลูกต้องเชื่อฟังพ่อแม่หรือความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างพ่อกับลูก เป็นสิ่งที่ต้องห้าม ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีวิถีปฏิบัติที่เป็นรูปแบบแน่นอน แม้ในครอบครัวที่มีปัญหายุ่งเหยิงก็จะมีวิถีปฏิบัติที่เป็นลักษณะเฉพาะวิถีปฏิบัติหรือกฎเหล่านี้มีขึ้นเพื่อควบคุมให้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นไปในขอบเขตหนึ่งและไม่ให้เกินเลยไปกว่านั้น จนทำให้ครอบครัวเสียสมดุลได้ กฎต่าง ๆ ภายในครอบครัวจะต้องมีความยืดหยุ่น และเปลี่ยนแปลงไปตามพัฒนาการแต่ละระยะปัญหาจะเกิดขึ้นเมื่อครอบครัวไม่มีความยืดหยุ่นเพียงพอ ไม่ยอมปรับเปลี่ยนกฎให้เหมาะสมกับสภาวะและกาลเวลาที่เปลี่ยนแปลงไป

ระดับความมีประสิทธิภาพของครอบครัว (FamilyFunctioning)

โกลเดินเบอร์กและโกลเดอเบอร์ก (เมธินินท์ ภิณญชน, 2539 : 8 อ้างจาก Goldenberg & Golderberg, 1980) ได้จำแนกระดับความมีประสิทธิภาพของครอบครัว (FamilyFunctioning) ออกเป็น 3 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 ครอบครัวที่หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพระดับสูงมาก (Optimally Functional Families) บางครั้งอาจจะเรียกให้อีกอย่างหนึ่งว่าครอบครัวที่สมบูรณ์ (HealthyFamily) จะมีลักษณะเด่น ๆ หลายประการ

- การแสดงออกถึงความห่วงใยเอื้ออาทรต่อกัน เปิดเผยให้เห็นอกเห็นใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน ระหว่างสมาชิกในครอบครัวแต่ละคนจะรู้สึกว่าคุณค่าความคิดเห็นของตนเองมีความสำคัญ และในทำนองเดียวกันก็เห็นคุณค่าและความสำคัญของสมาชิกของคนอื่น ๆ ดังนั้นจึงไม่มีลักษณะที่สมาชิกคนใดคนหนึ่งในครอบครัวมีอำนาจทางความคิดเห็นผู้อื่น หรือเผด็จการ สมาชิกครอบครัวมีความเป็นอิสระที่จะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของคนอื่น ๆ แม้กระทั่งบางครั้งอาจนำมาซึ่งความขัดแย้งก็ตามทุกคนในครอบครัวสามารถ ที่จะริเริ่มและมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ บทบาทของพ่อแม่ในครอบครัวแบบนี้จะไม่เป็นแบบเผด็จการ การแสดงความคิดเห็นและการต่อรองของลูก ๆ ถือเป็นเรื่องปกติ ดังนั้น จึงไม่เกิดบรรยากาศในลักษณะของการเอาชนะกันระหว่างพ่อแม่และลูก ๆ ในครอบครัว
- สมาชิกในครอบครัวจะมีความเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) เคารพในความแตกต่างของผู้อื่นและขอบเขต (Boundary) ของความเป็นเอกลักษณ์บุคคลมีความชัดเจนหากมีการสูญเสียหรือต้องแยกย้ายจากกัน
- สมาชิกในครอบครัวก็สามารถปรับตัวได้อย่างสมเหตุสมผล สามารถยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการต่าง ๆ ในครอบครัวได้อย่างเหมาะสม เช่น การแก่ชรา การตายที่เกิดขึ้น
- มีการสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา เปิดเผย มีอารมณ์ขัน มีบรรยากาศที่อ่อนโยน อบอุ่น และเต็มไปด้วยความหวัง และครอบครัวที่มีลักษณะเช่นนี้จะพัฒนาหล่อหลอมเด็กให้เป็นคนมีความสามารถ และปรับตัวได้ดี เมื่อเขาเหล่านั้นโตขึ้นและมีสัมพันธภาพกับบุคคลภายนอกกว้างขวางขึ้นเขาก็สามารถที่จะสร้างสัมพันธภาพกับสังคมภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพอีกด้วย

กลุ่ม 2 ครอบครัวที่หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพระดับปานกลาง (Moderately Dysfunctional Families) ครอบครัวลักษณะที่ 2 นี้ หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพอยู่ในระดับต่ำกว่าครอบครัวแบบแรก ครอบครัวแบบนี้มักจะมีปัญหาไม่รุนแรงมากนัก เมื่อเทียบกับเด็กที่มาจากครอบครัวแบบที่ 3 ซึ่งบีเวอร์ส กล่าวว่า มักจะพบครอบครัวลักษณะนี้จำนวนมากที่สุดในสังคมเมื่อเทียบกับครอบครัวที่มีหน้าที่ที่มีประสิทธิภาพสูงสุดกับต่ำสุด บีเวอร์ส อธิบายถึงครอบครัวที่มีหน้าที่ของครอบครัวในระดับปานกลางว่า

- ส่วนใหญ่มีลักษณะที่บทบาทและขอบข่ายของพ่อแม่และลูกไม่ชัดเจน ไม่คงที่ การปกครองและการปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัวคลุมเครือ ซึ่งเกิดจากการใช้คำว่า ควรจะ (should) และน่าจะ (ought) จึงทำให้เป็นการยากที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัวได้อย่างถูกต้องทุกประการ
- การปกครองมักใช้การขู่ให้กลัวแทนที่จะเป็นการต่อรองกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว
- แต่ละคนพยายามหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบต่อความรู้สึกความคิดและการกระทำ
- ไม่ยอมรับกับพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงภายในครอบครัว ตัวอย่างเช่น แม่ทำตัวแข่งกับลูกสาววัยรุ่นเพื่อจะดูว่าใครมีเสน่ห์มากกว่ากัน การแข่งขันและความขัดแย้งที่มีอยู่เป็นนัย ๆ และความขัดข้องใจถือเป็นเรื่องปกติเกิดขึ้นประจำในการเกี่ยวข้องปฏิสัมพันธ์กันในครอบครัว

เด็กที่เจริญเติบโตมาจากครอบครัวแบบนี้ มักจะมีทัศนคติและความคิดเห็นแคบและจำกัด ตัวอย่างเช่น จะมีทัศนคติว่าผู้ชายต้องเข้มแข็ง แข็งแรง เป็นฝ่ายรุกเป็นฝ่ายกระทำ เป็นที่พึงและประสบความสำเร็จในเรื่องการหาเงิน ไม่ต้องสนใจเรื่องความรู้สึกและสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ ในทำนอง

เดียวกันผู้หญิง คือ เพศที่อ่อนแอ มีอารมณ์อ่อนไหวเอื้ออาทรผู้อื่น และเป็นฝ่ายที่พึ่งพาบุคคลอื่น ทัศนคติเกี่ยวกับบทบาท ของเพศลักษณะนี้ผนวกกับความเชื่อเกี่ยวกับครอบครัวที่ผิด ๆ ไม่ช่วยให้สมาชิกของครอบครัวพัฒนาและปรับตัวที่จะเกี่ยวข้องกับสังคมภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ (เมธินี นทร์ ภิณฑุชน, 2539 : 10 อ้างอิงจากBeavers, 1977)

เมื่อถึงเวลาที่สมาชิกในครอบครัวลักษณะที่ 2 นี้เข้าสู่วัยรุ่น และจะต้องแยกออกจากครอบครัวไปเพื่อการศึกษาหรือการทำงาน จะเกิดปัญหาใน 2 ลักษณะ คือ ลักษณะแรกเรียกว่า การยึดติดกับครอบครัวมากเกินไป (Centripetal Style) วัยรุ่นจะประสบความสำเร็จที่ตัวเองจะต้องแยกจากครอบครัวที่เรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเองเพราะความคุ้นเคยที่ตนเองได้รับจากครอบครัว ครอบครัวเคยเป็นแหล่งที่ให้ทุกอย่างที่ตนเองต้องการ การแยกออกมาเป็นอิสระมาติดต่อกับโลกภายนอกลำพังตัวเองเป็นความน่ากลัวและยากลำบาก ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดอาการทางประสาท (Neurotic) ในบุคลิกภาพของวัยรุ่นที่อยู่ในสภาพอย่างนี้ได้ ลักษณะที่ 2 เรียกว่าการยึดติดกับสังคมภายนอกมากเกินไป (Centrifugal Style) วัยรุ่นที่อยู่ในสภาพการณ์นี้จะพบว่าแหล่งที่มาชดเชยสิ่งที่ตนเองไม่ได้รับในครอบครัว คือ สังคมภายนอก ดังนั้น สมาชิกครอบครัวลักษณะนี้ก็จะห่างเหินจากครอบครัว ไม่รับรู้ความขัดแย้งของครอบครัว มองหาเพื่อนเป็นแหล่งบรรเทาทุกข์แทนที่จะเป็นการเห็นยวรั้ง ผู้กรัดเด็กเอาไว้กับครอบครัวแบบครอบครัวลักษณะแรก

ครอบครัวลักษณะที่ 2 นี้จะดูเหมือนกับขับไล่เด็กให้ออกจากบ้านไปก่อนที่จะถึงวัยอันสมควร หรือมีวุฒิภาวะพอที่จะดูแลตัวเองได้สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นกับคนภายนอกก็อาจมีลักษณะผิวเผินและนำไปซึ่งการมีปัญหาทางพฤติกรรมได้

กลุ่มที่ 3 ครอบครัวที่มีหน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพระดับต่ำมาก(Severely Dysfunctional Families) ในทฤษฎีระบบครอบครัวที่มีหน้าที่บกพร่องมากที่สุดหรือประสิทธิภาพต่ำที่สุดว่าเป็นระบบปิด (Closed Systems) เพราะมีการติดต่อกับโลกภายนอกน้อยมาก ขอบข่ายและบทบาทของสมาชิกในครอบครัวก็ยุ่งเหยิงไม่เป็นระเบียบ บรรยากาศของครอบครัวก็ขาดความยืดหยุ่น ครอบครัวประเภทนี้ผนวกกับสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว 2 ลักษณะที่กล่าวแล้วคือลักษณะการยึดติดกับครอบครัวมากเกินไป (Centripetal Style) และลักษณะการยึดติดเกี่ยวกับสังคมภายนอกมากเกินไป (Centrifugal Style) จะส่งผลทางลบของสมาชิกในครอบครัวอย่างมากดังต่อไปนี้

(1) ครอบครัวที่หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพระดับต่ำที่สุด (SeverelyDysfunctional Families) และลักษณะการยึดติดกับครอบครัวมากเกินไป (Centripetal Style)จะทำให้เด็กที่เติบโตมาในสภาพเช่นนี้ มีแนวโน้มที่จะเป็นจิตเภทแบบ Process Schizophreniaสูงมากซึ่งจะมีอาการแยกตัวจากสังคม ขาดการรับรู้และตอบสนองทางอารมณ์กับผู้อื่นตั้งแต่ยังเป็นเด็กและ เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ก็จะพยายามหลีกเลี่ยงการติดต่อกับสังคม ขอบข่ายและบทบาทของพ่อแม่มีน้อยมาก การเรียนรู้เกี่ยวกับการ เป็นผู้นำจึงขาดหายไป ไม่รู้ว่าใครปกครองใคร ไม่รู้ว่าใครเป็นพ่อแม่ใครเป็นลูก บรรยากาศภายในครอบครัวเช่นนี้ไม่ช่วยให้เด็กเรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเอง (Autonomous) ครอบครัวลักษณะนี้ นิยามความใกล้ชิดภายในครอบครัว (Family Closeness) ว่าคือการที่สมาชิกในครอบครัวคิดเหมือนกันและรู้สึกเหมือนกัน จึงไม่มีการส่งเสริมให้แต่ละคนมีความเป็นตัวของตัวเอง ดังนั้น เด็กจึงไม่สามารถพัฒนาเอกลักษณ์เฉพาะตัว และไม่สามารถเข้าใจว่า บทบาทและขอบข่ายของตนเองแตกต่างไปจากสมาชิก

ครอบครัวอื่นๆ อย่างไรก็ตามในขณะที่เดียวกันการที่ครอบครัวมีลักษณะที่เป็นระบบที่ปิด (Closed Systems) ก็ยังทำให้ครอบครัวไม่มีสัมพันธภาพกับสังคมภายนอก การสื่อสารภายในครอบครัวก็ไม่ดี สับสน การต่อรองระหว่างสมาชิกในครอบครัวก็ไม่มี ขาดความอบอุ่นในครอบครัว ไม่มีการยอมรับว่าครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลง เพราะเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างและทุกคนในครอบครัวคงที่เหมือนเดิมไม่เปลี่ยนแปลง

(2) ครอบครัวที่หน้าที่ของครอบครัวมีประสิทธิภาพระดับต่ำที่สุด (Severely Dysfunctional Families) และมีลักษณะการยึดติดกับสังคมภายนอกมากเกินไป (Centrifugal Style) จะทำหน้าที่เติบโตมาจากการเลี้ยงดูแบบนี้มีแนวโน้มที่จะพฤติกรรมที่ต่อต้านสังคม ใจดำขาดความรับผิดชอบ เข้าข้างตัวเอง หุนหันพลันแล่น ถึงจะได้รับการลงโทษก็มักไม่ดีขึ้น โหดเหี้ยมและไม่ละอายอาชญากรรมส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่มีลักษณะนี้ บรรยายากในครอบครัวประเภทนี้มักจะมีการ ไม่ลงรอยกัน บาดหมางใจกันอย่างเปิดเผยและทำร้ายกัน เพราะความไม่มั่นคงของครอบครัว ไม่มีใครในครอบครัว รับผิดชอบ ขอบข่าย และหน้าที่ของตัวเองอย่างชัดเจนแม้กระทั่ง พ่อแม่ การเป็นผู้นำเปลี่ยนได้ทุกหน้าที่ การทะเลาะวิวาท การตำหนิติเตียน การขู่ ทำให้เกิดความสับสน ยุ่งเหยิงและความไม่เป็นอันหนึ่ง อันเดียวกัน ในการสื่อสาร มักพูดจากันคนละเรื่อง เด็กในครอบครัวแบบนี้มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมที่ต่อต้านสังคม ทำผิดกฎหมาย

รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว

รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่มีความเกี่ยวข้องกันด้านจิตวิทยา ซึ่งเกี่ยวเนื่องกับความสัมพันธ์ หรือสัมพันธภาพระหว่างพ่อ แม่ กับลูก ซึ่งบาร์มรินด์ (Baumrind Cited in Mussen, 1990 : 147-152 อ้างถึงใน สุภาศิริ การิกกาญจน์, 2541: 47-48) ได้แบ่งรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ออกเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาริปไตย (Authoritarian) เป็นการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่พ่อแม่ใช้เหตุผลกับลูกน้อย มักใช้อำนาจในการอบรมลูก (Power Assertive Discipline) รวมทั้งให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความอบอุ่น ความเห็นอกเห็นใจกับลูกน้อย และมักไม่กระตุ้นให้ลูกได้พูดคุยเกี่ยวกับการตัดสินใจ หรือกฎเกณฑ์ใดๆ ของตนเอง พ่อแม่กลุ่มนี้มักใช้อำนาจอย่างอิสระ พยายามให้ลูกเชื่อฟังตนเสมอ มักวางกฎเกณฑ์ให้ลูก และคาดหวังว่าลูกจะปฏิบัติตามกฎเกณฑ์นั้น โดยไม่มีข้อโต้แย้งใด ๆ ลูกจะต้องเชื่อฟัง และให้ความเคารพนับถือพ่อแม่

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจอย่างมีเหตุผล (Authoritative) เป็นการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่พ่อแม่มีการควบคุมลูกและเรียกร้องให้ลูกมีวุฒิภาวะ เช่นเดียวกับแบบแรกแต่การควบคุมจะมีความยุติธรรมมากกว่า โดยที่พ่อแม่จะมีการสื่อสารที่ดี และมีการสื่อสารที่ชัดเจนกับลูก พ่อแม่จะมีการกระตุ้นให้ลูกได้พูดคุยอย่างยุติธรรมในการตัดสินใจใด ๆ ของตนเองรวมทั้งให้เหตุผล ให้คำอธิบายเกี่ยวกับกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่ได้วางไว้ และเปิดโอกาสให้ลูกได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง โดยพ่อแม่พยายามตอบสนองความต้องการ และความปรารถนาของลูกเท่าที่จะเป็นไปได้และอย่างเหมาะสม เคารพในสิทธิและความคิดเห็นของลูก ทำให้ลูกมีความมั่นคงในความคิดของตนเอง

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยตามใจ (Indulgent - Permissive) เป็นการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่พ่อแม่ให้อิสระกับลูก และมักไม่เรียกร้องให้ลูกมีวุฒิภาวะ หรือควบคุมลูก พ่อแม่จะให้ความรัก ความอบอุ่นและตามใจลูกมาก รวมทั้งการไม่ใช้การควบคุมลูก พ่อแม่จะขาดการอบรมลูก ยอมให้ลูกควบคุมตนเองมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ พ่อแม่จะมีความอดทนต่อพฤติกรรมของลูกอย่างมาก และไม่ค่อยลงโทษลูก

การปรับตัวของสมาชิกในครอบครัวต่อปัญหา (Coping Stances)

การปรับตัว คือ รูปแบบการแสดงออกของบุคคลยามที่เขาต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่เขา มองว่าเป็นปัญหา เป็นกลไกการป้องกันตนเองตามแบบของ Satir มีจุดประสงค์เพื่อให้ตนสามารถพ้นจากความรู้สึกที่ตนเองไม่มีค่า เป็นการปกป้องคุณค่าของตนเองเอาไว้ เพื่อสร้างความภูมิใจให้กับตนเอง รวมไปถึงเพื่อเป็นการสร้างคุณค่าให้กับตนเองโดยการต่อต้านทั้งทางคำพูดและทางท่าทาง แบ่งเป็น 4 ประเภทได้แก่

1. ผู้ตำหนิ (Blaming) เอาแต่ใจตัวเอง (self) ตำหนิคนอื่น (others) บงการคนอื่น มีบุคลิกภาพเป็นแบบพวกที่ชอบสั่งคนอื่น คิดว่าทุกอย่างเป็นหน้าที่ของตน โทษคนอื่น มีความคาดหวัง ทั้งต่อตนเองและผู้อื่นสูง ชอบแนะนำ ชอบตัดสิน ให้ความสำคัญกับตนเองมากกว่าสิ่งอื่นใด มักจะเสียงดัง ตะคอก ตะโกน ชู ไม่รับฟังความเห็นของคนอื่น วิจารณ์คนอื่นเป็นประจำ ข้อดีคือ เป็นคนที่กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำสูง มีพลัง และมีความคิดสร้างสรรค์ จะเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางเรื่องความคาดหวังทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น และที่ผู้อื่นมีต่อตน

2. ผู้ยอม (Placating) ละเลยตัวเอง (self) ให้ความสำคัญต่อบริบท (context) และผู้อื่น (others) มีบุคลิกภาพที่อ่อนไหว มักแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยการยอมตามใจผู้อื่น ต้องการคนเข้าใจสูง ใจดี ไวต่อความรู้สึก คิดถึงคนอื่นและบริบทรอบข้างจนลืมนิสัยความรู้สึกของตัวเองทำให้เกิดบกตในที่สุด มักจะไม่กล้าตัดสินใจ ฟังฟังมากเกินไป ขอร้อง อ้อนวอน และโทษตนเอง ข้อดีคือเป็นคนที่ยืดหยุ่น มักดูแลผู้อื่นได้ดี จะเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางเรื่องอารมณ์และความรู้สึกของเขา

3. จอมหลักการ (Super-Reasonable) ให้ความสำคัญกับบริบท (context) ความถูกต้อง ความสมเหตุสมผล ละเลยความรู้สึกและความต้องการของตนเอง (self) และผู้อื่น (others) มีบุคลิกภาพเป็นแบบคนฉลาด มีหลักการ มีเหตุและผลเสมอ ยึดหลักของเหตุและผลจนลืมนิสัยความรู้สึกทั้งของตนเองและของผู้อื่น ไม่ยืดหยุ่น ชอบชี้แนะ เจ้ากี้เจ้าการ จริงจังกับชีวิต ข้อดีคือ เป็นคนฉลาด ลงรายละเอียด แก้ปัญหาได้เก่ง มีเหตุมีผล จะเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางคำถามเกี่ยวกับความคิด การรับรู้ ค่านิยม ความเชื่อ ที่ตนสัมผัส

4. นกเงือกใจ (Irrelevant) อารมณ์อ่อนไหว ไม่มีความแน่นอน ไม่สนใจทั้งตนเอง (self) ผู้อื่น (others) และเรื่องราวที่เกิดขึ้น (context) เพราะไม่ต้องการรับรู้กับปัญหาที่เกิดขึ้น มี

บุคลิกภาพแบบหนีปัญหาอย่างชัดเจน เมื่อต้องเผชิญกับปัญหานักเงใจมักจะทำทุกวิถีทางที่จะไม่ต้องเผชิญกับปัญหา ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนเรื่องคุย ออกไปจากบ้าน ทำเป็นไม่สนใจ นักเงใจจะ มักมีบุคลิกภาพแบบกระตือรือร้นมากเกินไป เหลลวไหล ตื่นเขิน ไวต่อความรู้สึก ลึก ๆ จะรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว เศร้า และวิตกกังวล ข้อดีคือ เป็นคนที่มีอารมณ์ขัน มีความคิดสร้างสรรค์ ตลก และยืดหยุ่น จะเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางความรู้สึกในร่างกาย การสัมผัสร่างกาย และการใช้กิจกรรมด้านกายภาพ

แต่ละคนอาจจะมีการปรับตัวทั้ง 4 แบบ ผลัดเปลี่ยนไปมาได้ แต่มักจะคุ้นชินกับแบบใดแบบหนึ่งและแสดงออกลักษณะแบบนี้ออกมาโดยไม่รู้ตัว แต่จะมีสภาวะที่มีการปรับตัวแบบทำให้เกิดการแก้ปัญหาแบบ win-win คือ ได้ประโยชน์ทุกฝ่าย ไม่เกิดความขัดแย้ง หรือ อารมณ์โกรธเคืองต่อกัน เรียกว่า **Congruence (ความลงรอยกัน)** ซึ่งหมายถึง การเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจบริบทหรือสถานการณ์รอบข้าง เลือกคิด/ทำที่เกิดประโยชน์เหมาะสมที่สุด ณ เวลานั้น การเลือกกระทำในสิ่งที่เหมาะสมจะเกิดผลลัพธ์ที่ดีที่สุด ความรู้สึกที่ดี เกิดคุณค่าแก่จิตใจ ซึ่งต้องอาศัยทักษะในการแก้ไขปัญหา ความเข้าอกเข้าใจเหตุผล อารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ในปัจจุบันขณะ มีสติและปัญญาในการจัดการปัญหา เลือกทางแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม ทุกฝ่ายยอมรับเป็นอย่างดี

เครื่องมืออย่างง่ายในการประเมินครอบครัว

1. แผนผังครอบครัว (Family Genogram)

แผนผังครอบครัวเป็นเครื่องมือที่แพทย์และบุคลากรการแพทย์ใช้เพื่อสรุปข้อมูลครอบครัวของผู้ป่วยให้เหลือเพียงหนึ่งหน้ากระดาษ โดยแผนผังครอบครัวมีข้อมูลด้านพันธุกรรมและข้อมูลความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ในภาษาไทย มีคำเรียกแผนผังครอบครัวหลายคำได้แก่ แผนผังครอบครัว แผนผังญาติสำหรับภาษาอังกฤษ ได้แก่ family tree, family pedigree และ genealogic chart

แผนผังครอบครัวจะต้องสามารถบอกความเสี่ยงทางพันธุกรรมได้ชัดเจน และสามารถบอกแนวโน้มการเจ็บป่วยซึ่งพบได้บ่อยในสมาชิกของครอบครัว นอกจากนี้ปัญหาทางด้านพันธุกรรมแล้วแผนผังครอบครัวยังสามารถเชื่อมโยงกับปัจจัยทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมลักษณะและพฤติกรรมของครอบครัว ที่สามารถทำนายปัญหาในอนาคตของครอบครัวได้ ตัวอย่างโรคที่เห็นแนวโน้มความเสี่ยงได้ชัดจากการเขียนแผนผังครอบครัว ได้แก่ โรคมะเร็ง โรคหัวใจขาดเลือด

แพทย์ที่พบกับผู้ป่วยที่มีความซับซ้อนและต้องการทำความเข้าใจหรือรู้จักระบบครอบครัว (Family system) ของผู้ป่วย อาจจะเริ่มโครงสร้าง genogram ง่าย ๆ กับผู้ป่วยใหม่ เช่น ถามจำนวนสมาชิกของครอบครัว มีใครอาศัยภายในบ้านเดียวกัน ชนิดของความเจ็บป่วยในครอบครัวมีอะไรบ้าง เป็นต้น ระหว่างที่ผู้ป่วยมาพบแพทย์ครั้งแรก แพทย์อาจเขียนผัง genogram 2 generations หรือสมาชิกของครอบครัวที่มีปัญหาสุขภาพ ข้อมูลที่ขาดอาจเพิ่มทีหลังได้เมื่อจำเป็น การเขียนผัง genogram และความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ประกอบด้วย 3 generations มักใช้เวลา 20-30 นาที

วัตถุประสงค์ของการเขียนแผนผังครอบครัว คือ

1. เพื่อศึกษาโครงสร้างครอบครัว (family structure)

2. เพื่อระบุวงจรชีวิตของครอบครัว (family life cycle stage)
3. เพื่อรูปแบบที่ซ้ำซ้อนที่ผ่านมายังรุ่นต่างๆ (pattern repetition across generation)
4. เพื่อศึกษาเหตุการณ์ชีวิตและหน้าที่ครอบครัว (life events and family functioning)
5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ภาพและความขัดแย้ง (relationship patterns and triangles ความสมดุลย์และไม่สมดุลย์ของครอบครัว (family balance and imbalance)
6. เพื่อแสดงการถ่ายทอดทางพันธุกรรมในครอบครัว (genetic purpose)

ข้อดีของแผนผังครอบครัว

- ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างที่มสุขภาพกับผู้รับบริการ
- ช่วยทบทวนความจำของที่มสุขภาพเกี่ยวกับข้อมูลครอบครัว
- ช่วยให้ที่มสุขภาพค้นหาความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยของสมาชิกในครอบครัว
- ช่วยให้ที่มสุขภาพเข้าใจชีวิตของผู้รับบริการมากขึ้น
- ช่วยให้ที่มสุขภาพค้นหาศักยภาพของสมาชิกคนอื่นๆในครอบครัวที่จะมาช่วยดูแลผู้ป่วยหรือผู้รับบริการ เพื่อให้ผลการดูแลรักษาดีขึ้น

ข้อเสียของแผนผังครอบครัว

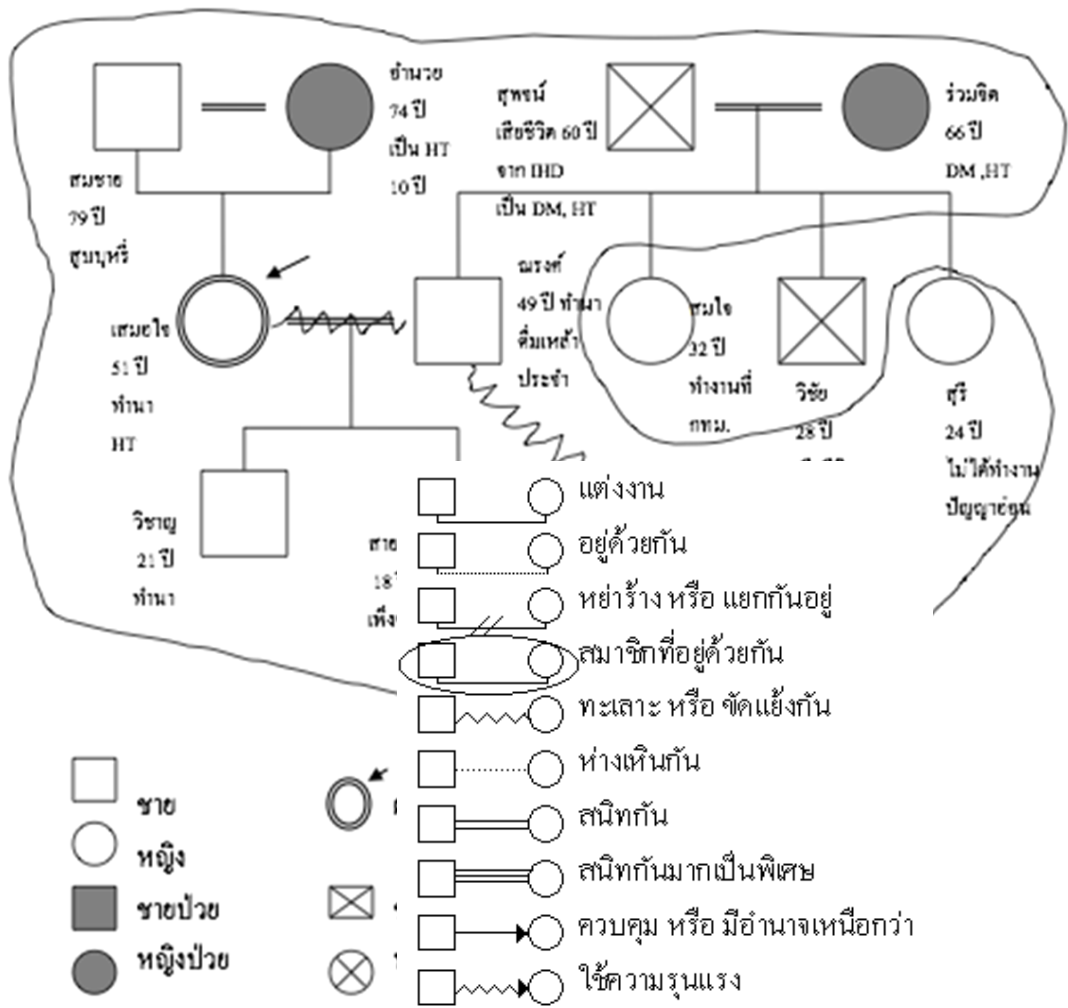
- เสียเวลา ดังนั้นไม่จำเป็นต้องวาดให้เสร็จในครั้งเดียว แต่ควรรหาโอกาสกลับมาซักถามข้อมูลเพิ่มเติม
- ต้องเลือกโอกาสในการใช้ให้เหมาะสม ไม่สามารถใช้ได้กับผู้รับบริการทุกคนในทุกเวลา
- ข้อมูลในแผนผังครอบครัวอาจมีความคลาดเคลื่อนได้
- ข้อมูลในแผนผังสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ต้องมีการปรับปรุงให้ทันสมัยอยู่เสมอ

ขั้นตอนการเขียนแผนผังครอบครัว

1. วาดข้อมูลสัญลักษณ์แทนสมาชิกในครอบครัว และลากเส้นเชื่อมโยงกัน แสดงข้อมูลอย่างน้อย 3 ชั่วอายุคน
2. ใส่ชื่อของสมาชิกทุกคนในครอบครัว
3. ใส่อายุหรือปีเกิดของสมาชิกทุกคนในครอบครัว
4. ใส่อายุและสาเหตุการตายของสมาชิกในครอบครัวถ้ามี
5. ระบุโรคหรือปัญหาความเจ็บป่วยที่สำคัญของสมาชิกในครอบครัว
6. วาดวงล้อมรอบสมาชิกที่อาศัยอยู่ในบ้านเดียวกัน พร้อมชี้ว่าผู้ป่วยอยู่ที่ตำแหน่งใดของแผนผัง
7. ระบุวันที่ของการแต่งงานหรือหย่าร้างของสมาชิกในครอบครัว
8. เรียงสมาชิกที่เกิดตามลำดับก่อนหลังจากย้ายไปขวา
9. วาดสัญลักษณ์แสดงความสัมพันธ์ภายในครอบครัว
10. ระบุวันเดือนปีที่เขียนหรือปรับปรุงแผนผังครอบครัว

สัญลักษณ์ที่ใช้ใน genogram ได้รับการทำเป็นมาตรฐานทำให้แพทย์วาดโครงสร้างครอบครัว (family structure) ได้รวดเร็วและรู้ว่ามียผลอย่างไรกับการแก้ไขความเจ็บป่วยหรือความเครียด genogram 3 ชั่วคน (generations)

- ชาย
- หญิง
- ⊗ ⊠ คาย
- ⊙ ผู้ป่วย
- ◇ ไม่ทราบเพศ
- แท้งเอง
- ⊙ ทำแท้ง
- △ กำลังตั้งครรภ์
- ⊕ ⊖ แผลเหมือน
- ⊕ ⊖ แผลต่าง
- จูบ



ตัวอย่างการเขียนแผนผังครอบครัว

สรุป แผนผังครอบครัว เป็นเครื่องมือทางเวชปฏิบัติชนิดหนึ่งที่ทำให้แพทย์เข้าใจระบบครอบครัว (family system approach) เพื่อใช้ในการดูแลผู้ป่วย การเขียนแผนผังครอบครัวทำให้ได้ประวัติที่ผสมผสานข้อมูลของประวัติความเจ็บป่วย ข้อมูลทางจิตสังคมและครอบครัวได้อย่างรวดเร็ว ทำให้สามารถวินิจฉัยและดูแลปัญหาที่ซับซ้อนซับซ้อนของผู้ป่วยได้ดีขึ้น แพทย์จะเข้าใจสภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัวและทั้งยังทำให้มีความเห็นอกเห็นใจสถานะของผู้ป่วยได้อีกด้วย

2. วงจรชีวิตครอบครัว (Family life cycle)

วงจรชีวิตครอบครัวไม่ใช่แค่วงจรของการเปลี่ยนแปลงทางสรีระของร่างกายตามอายุ แต่ทุกระยะในวงจรมีความเป็นธรรมชาติและลักษณะเฉพาะของภารกิจและพฤติกรรมที่แตกต่างกัน โดยทั่วไปวงจรชีวิตครอบครัวจะดำเนินไปสอดคล้องกับวงจรชีวิตของคน จะมีข้อยกเว้นบ้างในกรณีสำหรับคนที่ไม่มี การสร้างชีวิตคู่ในระยะเวลาหรืออายุที่เหมาะสม วงจรชีวิตครอบครัวจะเริ่มตั้งแต่คู่ชายหญิงตกลงใจเป็นคู่สมรสกัน อยู่ร่วมกัน มีบุตร จนบุตรโตแยกไปสร้างครอบครัวใหม่ และคู่ชายหญิงคงอยู่ร่วมกันจนสิ้นอายุขัย ดังรายละเอียดตามตารางด้านล่าง

วงจรชีวิตครอบครัว	วงจรชีวิต	ภารกิจและวิธีการปฏิบัติ
ระยะที่ 1 เริ่มสร้างครอบครัว	วัยผู้ใหญ่ตอนต้น	ภารกิจ: แยกตัวจากครอบครัวเดิม อูทิศตนให้กับครอบครัวใหม่ <u>วิธีปฏิบัติ</u> 1.เป็นตัวของตัวเองและเป็นอิสระจากครอบครัวเดิม 2.สร้างความสัมพันธ์ลึกซึ้งกับบุคคลอื่น (สามี/ภรรยา) 3.ปรับความสัมพันธ์กับครอบครัวเดิม 4.ทำงานสร้างฐานะ
ระยะที่ 2 ครอบครัวเริ่มมีบุตร	วัยผู้ใหญ่ตอนต้น	ภารกิจ: ต้อนรับสมาชิกใหม่(ลูก) เข้าสู่ครอบครัว <u>วิธีปฏิบัติ</u> 1.ปรับความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยาเพื่อต้อนรับสมาชิกใหม่ (ลูก) 2.ปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในฐานะพ่อแม่อย่างเหมาะสม 3.ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างเครือญาติกับลูกของตน
ระยะที่ 3 ครอบครัวที่มีบุตรเล็ก	วัยผู้ใหญ่ตอนต้น	ภารกิจ: ให้ความอบอุ่น ส่งเสริมพัฒนาการ <u>วิธีปฏิบัติ</u> 1.เตรียมพื้นที่เป็นสัดส่วนให้ลูกที่เริ่มโต 2. เตรียมพื้นที่ที่เป็นสัดส่วนให้คู่ของตน 3. ปรับตัวอยู่ระหว่างความเป็นส่วนตัวของชีวิตคู่และความเป็นครอบครัวเดียวกันกับลูก

วงจรชีวิตครอบครัว	วงจรชีวิต	ภารกิจและวิธีการปฏิบัติ
<p>ระยะที่ 4 ครอบครัวที่มีบุตรวัยเรียน</p>	<p>วัยผู้ใหญ่ตอนต้น</p>	<p>ภารกิจ: สร้างวินัยและความรับผิดชอบแก่ลูก</p> <p><u>วิธีปฏิบัติ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. สร้างกฎระเบียบใหม่สำหรับบุตรที่โตขึ้นและเริ่มรู้จักสังคม 2. เริ่มแบ่งงานภายในบ้านให้ลูกรับผิดชอบ
<p>ระยะที่ 5 ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น</p>	<p>เริ่มเข้าสู่ วัยกลางคน</p>	<p>ภารกิจ: ส่งเสริมให้ลูกมีความเป็นตัวของตัวเอง</p> <p><u>วิธีปฏิบัติ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. กำหนดขอบเขตและภาระหน้าที่ที่วัยรุ่นควรมีในบ้าน 2. สร้างความสัมพันธ์กับลูกวัยรุ่น 3. เตรียมใจกับการแยกตัวของวัยรุ่นรวมถึงการแยกออกจากบ้านในอนาคต
<p>ระยะที่ 6 ครอบครัวที่บุตรแยกย้าย ออกจากบ้าน</p>	<p>วัยกลางคน</p>	<p>ภารกิจ: ยอมรับการแยกจากไปของลูก และการเข้ามาของเขย-สะใภ้</p> <p><u>วิธีปฏิบัติ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ปรับตัวกับการหมดบทบาทความรับผิดชอบของ "พ่อ - แม่" 2. ลูกแยกออกจากบ้าน รับผิดชอบตนเอง มีแฟน มีคู่ครอง 3. พ่อแม่ พี่น้องของตนเองเริ่มเข้าสู่วัยชราและเริ่มเจ็บป่วย 4. มีอาชีพมั่นคงและประสบผลสำเร็จ 5. ปรับตัวกับความสัมพันธ์กับคู่ครองของตนที่มีมายาวนานและเริ่มชินชา
<p>ระยะที่ 7 ครอบครัวที่อยู่ในวัยเกษียณ</p>	<p>เริ่มเข้าวัยชรา</p>	<p>ภารกิจ: ยอมรับการเปลี่ยนแปลงในบทบาทของตนเนื่องจากเข้าสู่วัยชรา</p> <p><u>วิธีปฏิบัติ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ปรับตัวกับภาวะที่ไม่มืงานทำ 2. สร้างความสัมพันธ์และมีบทบาทใหม่กับลูกหลานและคู่ชีวิต 3. ปรับตัวกับความเสื่อมโทรมของสังขารตนเองและคู่ครอง

วงจรชีวิตครอบครัว	วงจรชีวิต	ภารกิจและวิธีการปฏิบัติ
ระยะที่ 8 ครอบครัวที่อยู่ในวัยชรา	วัยชรา	<p>ภารกิจ: เตรียมตัวเตรียมใจสำหรับวาระสุดท้ายของตนเอง</p> <p>วิธีปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายตามสังขารความเจ็บป่วยของตนและคู่ครอง 2. ปรับตัวกับการสูญเสียความเป็นตัวของตัวเองโดยต้องพึ่งพาลูกหลานมากขึ้น 3. ปรับตัวกับการสูญเสียคู่ชีวิต เพื่อนและสังคมที่ตนเองเคยคุ้นเคยมาตลอดชีวิตเหมือนถูกทิ้งให้อยู่ในโลกใหม่ 4. แสวงหาบทบาทที่เหมาะสมของวัยชรา และเตรียมสำหรับวาระสุดท้าย

ขั้นตอนการใช้เครื่องมือวงจรชีวิตครอบครัว

1. ทำความเข้าใจกับวงจรชีวิตครอบครัวแต่ละระยะ ในครอบครัวที่มีหลาย generations ให้พิจารณา ระยะระยะของวงจรชีวิตครอบครัวโดยยึดอายุของลูกชายคนโตในครอบครัวหลัก ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็น generation ที่ 2
2. ประเมินว่า ครอบครัวปฏิบัติภารกิจที่สำคัญได้สำเร็จหรือไม่
3. ถ้าครอบครัวปฏิบัติภารกิจสำคัญสำเร็จ ครอบครัวนั้นจะสามารถก้าวไปสู่วงจรชีวิตครอบครัวระยะต่อไปได้โดยไม่มีความเครียด
4. แต่ในครอบครัวที่ปฏิบัติภารกิจสำคัญไม่สำเร็จจะทำให้ครอบครัวนั้นเผชิญกับ ความเครียด นำไปสู่การเกิดปัญหาในครอบครัวได้

ขั้นตอนการใช้เครื่องมือวงจรชีวิตครอบครัว

1. คัดกรองความเครียดครอบครัวและสมาชิกในครอบครัว
2. ประเมินว่าครอบครัวสามารถจัดการกับความเครียด (Family Coping) ได้หรือไม่ และว่าความเครียดนั้นมีผลกระทบต่อสมาชิกในครอบครัวอย่างไร
3. วางแผนการดูแลที่เฉพาะสำหรับผู้รับบริการแต่ละรายโดยการพยากรณ์จากธรรมชาติของวงจรชีวิตครอบครัวในระยะนั้นๆ
4. ติดตามดูแลต่อเนื่อง

3. การวิเคราะห์ระบบครอบครัว (Family system assessment)

คือ การวิเคราะห์องค์ประกอบ ความสัมพันธ์ และบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและสมาชิกในครอบครัว ทำความเข้าใจเชิงลึก เพื่อหาปัญหา ความต้องการ และศักยภาพของครอบครัว ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนดูแลครอบครัว และแก้ไขปัญหของครอบครัวต่อไป แนวทางการวิเคราะห์ระบบครอบครัว ได้แก่

1. **ครอบครัวเป็นครอบครัววัยใด (Family life cycle)** มีภารกิจ และ วิถีปฏิบัติให้บรรลุภารกิจอย่างไร สามารถทำได้ตามนั้นหรือไม่ การที่ครอบครัวมีเหตุอันใดก็ตามที่ทำให้ไม่ดำเนินไปตามวงจรที่เหมาะสม ไม่สามารถบรรลุภารกิจ จะทำให้เกิดเป็นความเครียดของครอบครัว
2. **ประเภทของครอบครัว และ มีใครอยู่บ้าง (Family as a system)** ครอบครัวเป็นครอบครัวประเภทใด เช่น ครอบครัวเดี่ยว ครอบครัวขยาย ครอบครัวผสม เป็นต้น ซึ่งจะมีปัญหาและศักยภาพที่แตกต่างกัน ส่วนสมาชิกในครอบครัวมีใครบ้างโดยอาจแสดงข้อมูลเป็น Genogram
3. **ปกติอยู่กันอย่างไร มีใครทำอะไรกันบ้าง (Roles, Family stability or homeostasis)** ความสัมพันธ์ของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวเป็นอย่างไร เช่น มีความผูกพันแน่นแฟ้นมากเกินไป (Enmeshment) มีความไม่ลงรอยกัน (Disengagement) มีความเข้าอกเข้าใจกัน (Empathic involvement) หรือมีความสัมพันธ์ผ่านตัวกลางเท่านั้น (Triangulation) รวมทั้งพิจารณาสมาชิกมีบทบาทอย่างไรต่อครอบครัว เช่น เป็นพ่อ แม่ สามิ ภรรยา พี่น้อง ปู่ย่า ตายาย และแต่ละคนที่บทบาทอย่างไรที่ทำให้ครอบครัวดำรงอยู่ได้เป็นปกติสุข เช่น ผู้หารายได้ ผู้นำครอบครัว ผู้ประสานไมตรี เป็นต้น
4. **ผู้อาวุโสตามลำดับเป็นใครบ้าง (Hierarchy)** “ผู้อาวุโส (Highest hierarchy)” โดยทั่วไปจะยึดตามวัยวุฒิ ผู้ที่อายุมากที่สุดในบ้านจะเป็นคนที่มีอำนาจ สั่งการ หรือโน้มนำให้สมาชิกในครอบครัวปฏิบัติไปในทางเดียวกัน และชี้ขาดตัดสินใจในปัญหาต่าง ๆ แต่ในบางครอบครัวอาจเป็นสมาชิกคนอื่น ๆ ที่มีความสำคัญต่อครอบครัวมากที่สุด เป็นผู้ประทับประครองครอบครัว เช่น ผู้หารายได้ในครอบครัว ผู้ที่เป็นหลักยึดเหนี่ยวของสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น
5. **มีมุงเล็กในมุงใหญ่อย่างไร (Boundaries, Alliance, Coalition)** สมาชิกแต่ละคนจะมีขอบเขต (boundary) ความเป็นส่วนตัวของตนเอง ในขณะที่เดียวกันก็จะมีขอบเขตร่วมกับผู้อื่น (common boundary) ลักษณะของขอบเขตมีได้ 3 แบบ คือ ขอบเขตพร่าเลือน (diffuse boundaries) คือไม่มีความเป็นส่วนตัว ถูกรุกล้ำก้ำก่าย, ขอบเขตเข้มงวด (rigid boundaries) ไม่ยอมให้คนอื่นมารุกล้ำความเป็นส่วนตัว ไม่สนใจคนอื่น ๆ ในครอบครัว และขอบเขตชัดเจน (clear boundaries) รักษาระยะห่าง มีพื้นที่ส่วนตัว ขณะเดียวกันก็มีพื้นที่ร่วมกับผู้อื่นอย่างพอเหมาะ ส่วนการแบ่งฝักแบ่งฝ่าย หรือ การที่สมาชิกชอบพอกันเกินไป สนับสนุนกับสมาชิกบางคนมากกว่าอีกคน เป็นธรรมชาติของครอบครัว เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ครอบครัวเกิดความสมดุล และ เกิดการปรับตัวได้ ไม่ขัดแย้ง แต่หากมีการเป็นปรปักษ์ต่อกันมากเกินไป ก็อาจทำให้เกิดปัญหาได้ การอยู่ฝ่ายเดียวกันเรียกว่า Alliance หากการอยู่ฝ่ายเดียวกันนั้นเป็นไปเพื่อต่อต้านสมาชิกคนอื่น เรียกว่า Coalition
6. **เมื่อเกิดปัญหาในครอบครัว ครอบครัวมีการปรับตัวอย่างไร (Family coping)** สมาชิกแต่ละคนจะมีการปรับตัวต่อปัญหา หรือ coping stance ที่แตกต่างกัน ไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน ความเหมือนและความต่างมีผลต่อพลวัตของครอบครัว การปรับตัวต่อปัญหา ซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นรูปแบบเดียวกันเสมอไป การวิเคราะห์ coping stance ก็เพื่อเข้าใจในพลวัต แนวทางการแก้ปัญหา และการปรับตัวของครอบครัวว่าเป็นปัญหาหรือไม่ ต้องการความช่วยเหลือหรือไม่
7. **ครอบครัวมีรูปแบบการแก้ปัญหาที่ผ่านมาอย่างไร ถ่ายทอดข้ามรุ่นหรือไม่ (Family pattern)** ภาพรวมของการแก้ไขปัญหาในครอบครัว ว่ามีความร่วมมือร่วมใจกันในการแก้ปัญหาหรือไม่ วิธีการแก้ไขปัญหาของครอบครัวอาจจะเป็นการโทษกันเอง โทษคนอื่น (Projection) การ

ไม่สนใจปัญหา (Ignorance) หรือแก้ไขปัญหผ่านคนกลาง ไม่ว่าจะเป็นคนในหรือนอกครอบครัว (triangulation) หรือ การยอมรับเข้าใจในปัญหาและร่วมมือกันหาทางแก้ไข (acceptance and problem solving) รูปแบบการแก้ไขปัญหา (family pattern) นี้สามารถทราบได้จากวิธีการแก้ไข ปัญหาที่ผ่าน ๆ มา และ มีการถ่ายทอดข้ามรุ่นได้

8. ใครคือผู้ที่อาจจะมีโอกาสเกิดปัญหาในอนาคตบ้าง (ผู้ปวยแอบแฝง หรือ Scapegoat) ในการดูแลครอบครัวเชิงป้องกันต้องมีการวิเคราะห์หาผู้ที่ได้รับผลกระทบจากปัญหาในครอบครัวเสมอ ไม่ว่าจะเกิดเป็นปัญหาแล้วหรือไม่ ผู้ที่ได้รับผลกระทบนี้ เรียกว่า ผู้ปวยแอบแฝง หรือ แพะรับบาป (Scapegoat) โดยอาจจะเป็นผู้ที่ไม่มีปากมีเสียงในครอบครัว ผู้ที่รองรับอารมณ์ความกดดันจากคนอื่น ๆ ในครอบครัว หรือผู้ที่คอยโอบอุ้ม คอยแก้ไขปัญหซ้ำแล้วซ้ำเล่าในครอบครัว หรือ อาจจะเป็นคนที่ในครอบครัวทุกคนกล่าวโทษอยู่เสมอว่าเป็นคนทำให้เกิดปัญหาในครอบครัว

เอกสารอ้างอิงและแนะนำศึกษาเพิ่มเติม

1. อุมาพร ตรงค์สมบัติ. จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว Family therapy and family counseling. กรุงเทพฯ: เฟื่องฟ้า พรินติ้ง; 2540.
2. สายพิน หัตถิรัตน์ และคณะ ; บรรณาธิการ สุรเกียรติ อาชานานุภาพ. คู่มือหมอครอบครัวฉบับสมบูรณ์ = Family medicine handbook, กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน, 2549, พิมพ์ครั้งที่ 2, 330 หน้า.