

โครงการระยะที่ 1

การเป็นพ่อแม่ที่ดีด้วยวิธีทฤษฎีแอดเลอร์

(Basic Concepts of Adlerian Therapy: Theory, Principles, Techniques, and Practice Focusing on Parents Training)

โดย ทิพาดี เอมะวรรณนะ, Ph.D.

14-16 ธันวาคม 2553 (20 ชั่วโมง)

ณ ห้องบุญศิริ สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา

เนื้อหาหลักสูตร

วัตถุประสงค์: เพื่อเตรียมความพร้อมผู้เข้ารับการอบรมเพื่อทำความเข้าใจเรียนรู้คู่มือการเป็นพ่อแม่ที่ดี ในระยะที่ 2 เรื่อง “การอบรมคู่มือการเป็นพ่อแม่ที่ดี” โดย Prof. Dr. Jon Carlson ต่อไปในวันที่ 12-16 มกราคม 2554

1. ทบทวนหลักทฤษฎีแอดเลอร์ (โดยสังเขป ส่วนรายละเอียดจะอยู่ในการฝึกอบรมจากอาจารย์จอห์น คาร์ลสัน)

- แนะนำทฤษฎีแอดเลอร์: ผลงานของแอดเลอร์ (1927/1946)
- พื้นฐานสภาวะการณ์ของแบบฉบับชีวิตและการประเมิน (process of lifestyle assessment)
- ความสนใจสังคม (social interest)
- ความรักเพื่อนมนุษย์ (compassion and love for people)
- การสื่อสาร (communication)
- มิตรไมตรีสัมพันธ์ (relationship)
- เมตตา กรุณา (helping others)
- การหนุนกำลังใจ (encouragement)
- ความสนใจสังคม (social interest)

2. เทคนิคและวิธีการสำคัญของแอดเลอร์เพื่อประยุกต์ใช้กับกลุ่มต่าง ๆ (โดยสังเขป ส่วนรายละเอียดจะอยู่ในการฝึกอบรมจากอาจารย์จอห์น คาร์ลสัน ในระยะที่ 2 เดือนมกราคม 2554)

เนื้อหาและเทคนิควิธีสำคัญของแอดเลอร์ ที่นำมาใช้ปฏิบัติงานและช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านจิตวิทยาการปรึกษา และการเป็นพ่อแม่และครูที่ดี:

- Early Recollections & Family Constellation
- สาธิตการให้การปรึกษาโดยใช้ Family Constellation การประเมินงานของชีวิต (life task assessment) คำถามในการทำ Early Recollections เพื่อให้เข้าใจแรงพลังที่ซ่อนอยู่ หรือ บันดาลใจจากวัยเด็กที่เป็นเหตุให้พวกเขามีอิทธิพลถึงปัจจุบัน

- งานของแอดเลอร์ที่ใช้ในการบำบัดรักษาอย่างสั้นกระชับ (Adlerian Brief Therapy)
 - ◆ ศึกษางานของแอดเลอร์จากวีดิทัศน์ (VDO Demonstration of Adlerian Brief Therapy)
- ความสัมพันธ์ของทฤษฎีแอดเลอร์กับทฤษฎีใหม่ๆ ในปัจจุบัน ได้แก่ จิตบำบัดคู่สมรสและครอบครัว (The relationship of Adlerian theory and practice to postmodern, social constructionist (constructivist) approaches)

3. ลักษณะของคนที่มี mentally healthy

1. **balance in life**
2. **task of life** = friendship (social task) คือ social interests ใน Adler และเหมือนเมตตาในพุทธศาสนา
3. **context, interconnected & intra-connected**
4. **encourage**
5. **mental health**

4. จุด focus ของ Adler คือ การมีความเอื้อเพื่อแผ้วในการช่วยเหลือผู้อื่น

1. **strength-based**
2. **contextual focus**
3. **change is possible**
4. **present focus**
5. **growth is possible**
6. **connectedness & belonging (being in-community and collaborating)**
7. **balance**
8. **thinking is primary**
9. **healthy lifestyle**
10. **life is goal-directed and has a purpose**
11. **therapy** ขั้นตอนการทำจิตบำบัด ๔ ขั้นตอน
 1. **engagement**
 2. **assessment**
 3. **insight**
 4. **action**

5. การนำทฤษฎีแอดเลอร์มาประยุกต์ใช้ในกลุ่มต่าง ๆ เช่น รายบุคคล ผู้ติดยา คู่สมรส ครอบครัว ชุมชน การปรับพฤติกรรมความคิดผู้ประสบภาวะเครียดและวิกฤต ผู้ประสบภัยพิบัติต่างๆ ผู้ต้องการสร้างความสมดุลด้านสุขภาพ