การปรับตัวเมื่อเป็นครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยว : ประสบการณ์ชีวิตพ่อเลี้ยงเดี่ยว

The Adaptation of Single Father Families : The Life Experience of Single Fathers

สุจิตรา อู่รัตนมณี[1] จินตนา วัชรสินธุ์[2] เปรมวดี คฤหเดช[3]
Sujitra Uratanamanee[1] Chintana Wacharasin[2], Premwadee Karuhadej[3]
[1,3]วิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10300
[1,3]College of Nursing and Health, Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok, Thailand 10300
[2]คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี ประเทศไทย 20131
[2]Faculty of Nursing, Burapha University, Chonburi, Thailand 20131

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ชีวิตการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว ในรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้ปรัชญาทฤษฎีปรากฏการณ์นิยมของเอ็ดมันด์ ฮุสเซิร์ล ร่วมกับกรอบแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของรอย ประชากรเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว 6 คน เลือกแบบเฉพาะเจาะจง เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีของโคไลซี่ ผลการวิจัยพบประเด็นหลัก 4 ประเด็น คือ 1) พ่อแม่ Two in one เป็นการปรับตัวเมื่อพ่อต้องสวมบทบาททั้งพ่อและแม่ การทำหน้าที่เลี้ยงดูบุตรแทนมารดา ทำหน้าที่ในการทำงานบ้านแทนแม่ และการปรับตัวเรื่องบทบาทหน้าที่การงาน 2) ชีวิตที่เปลี่ยนแปลง เป็นการปรับชีวิตส่วนตัวเมื่อต้องกลายเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวในเรื่องปรับตัวเรื่องเวลาการพักผ่อน การปรับตัวเรื่องการทำงาน และเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ 3) จิตใจของชายที่เป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว เป็นการปรับจิตใจของพ่อเลี้ยงเดี่ยว พ่อเลี้ยงเดี่ยวมีความเครียดเรื่องเศรษฐกิจครัวเรือน รู้สึกเศร้าในการเสียคู่ชีวิต และรู้สึกวิตกกังวลในการตอบคำถามเกี่ยวกับแม่ 4) พ่อเลี้ยงเดี่ยวไม่เดียวดาย เป็นการปรับตัวด้านการพึ่งพา พ่อเลี้ยงเดี่ยวขอความช่วยเหลือพึ่งพาครอบครัว เพื่อนและคนรอบข้างเมื่อมีปัญหา ผลการศึกษาช่วยให้พยาบาลและทีมสุขภาพเข้าใจการเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว การปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว และเป็นข้อมูลในการนำมาวางแผนในการดูแลครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยวให้มีความผาสุกต่อไป

คำสำคัญ : พ่อเลี้ยงเดี่ยว ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว การปรับตัว

Abstract

The Qualitative research aims to conduct a study on the lived experience and adaptation of single fathers based on Edmund Husserl's Phenomenology. Participants consisted of 6 single fathers who were selected by the purposive sampling. The data were collected by the in-depth interviews. The data analysis was made by using Colaizzi's method. Four main results regarding the lived experience of single fathers based on Roy's Adaptation Model included the following : 1) Two-in-one parents - This issue addressed the adaptation when single fathers had to take roles of both father and mother, i.e., to take care of their children instead of mothers, to do housework instead of mothers, and to engage in their career adaptation; 2) Changes in life - This issue addressed their personal life adaptation when they became single fathers, involving their adaptation in relation to relaxation time, career adaptation, and time for doing various activities; 3) Psychological conditions

ผู้แต่งหลัก (Corresponding Author) : *E-mail : sujitrau@hotmail.com

217-225 AW-□□.indd 217 12/6/59 BE 12:39 PM

of single fathers - This issue addressed the psychological adaptation of single fathers, i.e., their stress due to household economics, sadness from losing their couples, and anxiety towards any questions about mothers; 4) Single fathers were not lonely - This issue addressed the adaptation regarding dependency, i.e., single fathers asked for assistance from their families, friends, and surrounding people when they had any problems. The results of the study enabled nurses and health team members to understand being and adaptation of single fathers, and to obtain the data for planning how to take care of single father's families so as to ensure their well-being.

Keywords : Single fathers, Single - parent families, Adaptation

บทนำ

เมื่อกล่าวถึงครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวเราจะหมายความถึงครอบครัวที่พ่อ หรือแม่ ต้องดูแลลูกเพียงลำพังภายหลังแยกทาง หย่าร้าง หรือเลิกราจากคู่สมรส[1] ในปัจจุบันพบว่าอัตราการหย่าร้างในประเทศไทยสูงขึ้นจากในอดีตที่ผ่านมา จากการรายงานสถิติปี 2553 พบว่าอัตราการหย่าร้างของคู่สมรสในประเทศไทยสูงถึง 124,404 ราย และปี 2554 มีจำนวนอัตราการหย่าร้างสูงถึง 124,487 ราย[2] ซึ่งอัตราการเพิ่มขึ้นของการหย่าร้างนี้ย่อมแสดงถึงจำนวนครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวที่เพิ่มมากขึ้นในประเทศไทย

ในอดีตที่ผ่านมา แม่เป็นบุคคลหลักในการเลี้ยงดูลูก ดังนั้นจึงไม่น่าแปลกใจที่ในสังคมไทยพ่อไม่ได้ถูกคาดหวังให้เป็นบุคคลหลักในการดูแลลูก อย่างไรก็ตามในบริบทของครอบครัวพ่อก็ถือเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการเลี้ยงดูลูก[3] เช่นกัน การเปลี่ยนรูปแบบโครงสร้างครอบครัว การเปลี่ยนแปลงสถานะทางครอบครัว จากครอบครัวที่อยู่กันเป็นคู่สามีภรรยาสู่รูปแบบครอบครัวที่หย่าร้าง แยกทาง หรือเลิกรา ถือเป็นภาวะวิกฤตเฉพาะตัวของบุคคล ซึ่งล้วนแต่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิตของบุคคลทั้งสิ้น[4] ทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพ่อที่เปลี่ยนสถานะทางครอบครัวสู่การเป็น "ครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยว" และยังต้องเป็นผู้รับผิดชอบหลักในการเลี้ยงดูลูกแทนแม่ที่จากไป

พ่อเลี้ยงเดี่ยว หมายถึง พ่อที่เลี้ยงลูกคนเดียวภายหลังจากภรรยาเสียชีวิตหรือแยกทาง[5] การเปลี่ยนบทบาทจากพ่อในครอบครัวที่มีคู่สมรส ซึ่งเดิมทีมีบทบาทหลักในการสนับสนุนเรื่องของเศรษฐกิจในครัวเรือน การสอนบทบาททางเพศเป็นแบบอย่างทางสังคม เตรียมพร้อมในเรื่องคุณธรรมจริยธรรมแก่ลูก[6] สู่การทำควบสองบทบาททดแทนแม่ของลูกที่ขาดหายไป ในบริบทการเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวอาจถูกสังคมตั้งคำถามถึงความสามารถในการเลี้ยงดูบุตร และอาจเกิดคำถามในใจของพ่อเลี้ยงเดี่ยวว่า "ฉันสามารถทำหน้าที่แทนแม่ของลูกได้ดีแค่ไหน?" ซึ่งทำให้การปรับตัวเมื่อต้องเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวเป็นเรื่องที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะ เมื่อพ่อต้องปรับบทบาทในการทำหน้าที่ทดแทนในส่วนของการดูแลงานบ้าน การดูแลเลี้ยงลูกในชีวิตประจำวัน การเตรียมอาหาร การหวีผมให้ลูก หรือแม้แต่การซักผ้ารีดผ้า เพื่อทดแทนบทบาทของแม่ที่หายไป

การสูญเสียคู่สมรสของพ่อเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งถือเป็นสิ่งเร้าตรง (Focal stimuli) ที่ส่งผลกระทบโดยตรงต่อบุคคลในพ่อเลี้ยงเดี่ยวบางรายที่ไม่สามารถปรับตัวได้เมื่อต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป อาจส่งผลต่อปัญหาด้านจิตสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านพฤติกรรม และด้านสัมพันธภาพครอบครัว จากการศึกษาในต่างประเทศพบว่า ปัญหาด้านสุขภาพจิตของพ่อเลี้ยงเดี่ยวจะสูงขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงแรกของการแยกทางกับภรรยา หรือในช่วงแรกของการสูญเสียภรรยา[5] นอกจากนี้ยังพบว่า การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครอบครัวมีผลกระทบต่อสัมพันธภาพของสมาชิกในครอบครัวต่อสังคมภายนอก[7] อีกด้วย ที่ผ่านมามีการศึกษาถึงผลกระทบต่อการเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวโดยตรงน้อยมาก พบเพียงการศึกษาในมุมของครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งพบว่า สมาชิกในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวมีปัญหาเรื่องของความเครียดสูงถึงร้อยละ 73.51 และพบว่าการเป็นครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวมีผลกระทบต่อสุขภาพเหนื่อยนำให้เกิดความตึงเครียดและเกิดโรคแผลในกระเพาะอาหาร[8]

ในบริบทของสังคมไทย เนื่องจากจำนวนพ่อเลี้ยงเดี่ยวยังมีจำนวนน้อยเมื่อเทียบกับแม่เลี้ยงเดี่ยวทำให้ที่ผ่านมาในประเทศไทยมุ่งศึกษาในส่วนของแม่เลี้ยงเดี่ยวและยังไม่มีปรากฏหลักฐานการศึกษาถึงประสบการณ์การเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวโดยตรง จึงไม่มีใครสามารถบอกได้ว่าแท้จริงแล้วพ่อเลี้ยงเดี่ยวในประเทศไทยอยู่กันอย่างไร การฟังเสียงสะท้อนของพ่อเลี้ยง

217-225 AW-□□□.indd 218 12/6/59 BE 12:39 PM

เดี่ยวจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับใช้ในการเตรียมพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือพ่อเลี้ยงเดี่ยวให้สามารถปรับตัวได้ทั้งด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างผาสุก การศึกษาครั้งนี้จะเป็นการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) ร่วมกับการใช้ทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Sister Callista Roy's Adaptation Theory) เป็นพื้นฐานในการมองการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว ผลการศึกษาจะสะท้อนการพยายามในการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งจะทำให้บุคลากรทางการแพทย์ และบุคลากรทางด้านสังคมวิทยาได้มองเห็นวิถีชีวิตในการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยวในบริบทของสังคมไทย รวมถึงพฤติกรรมที่จะส่งผลทั้งด้านสุขภาพและด้านสังคม นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ผลการศึกษายังเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางนโยบายด้านสาธารณสุขและสังคมสำหรับครอบครัวลักษณะพิเศษ ในแง่ประโยชน์ของงานวิจัย ผลจากการศึกษาครั้งนี้จะเป็นประโยชนในการนำข้อมูลไปพัฒนาต่อยอดงานวิจัยด้านสุขภาพจิต ด้านการดูแลครอบครัวครอบครัว และด้านสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์การปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) โดยการศึกษาการปรับตัวของพ่อเมื่อต้องกลายเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว โดยการถ่ายทอดประสบการณ์จากพ่อเลี้ยงเดี่ยวโดยตรง ใช้แนวคิดพื้นฐานจากแนวคิดปรากฏการณ์วิทยาของ Husserl[9] โดยผู้วิจัยได้ศึกษาประสบการณ์ของพ่อเลี้ยงเดี่ยวในมุมมองพยาบาล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวจำนวน 6 คน ใช้การคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) มีวิธีคัดเลือกโดยการใช้วิธี snowball technique ในกลุ่มตัวอย่าง มีเกณฑ์การคัดเข้าดังต่อไปนี้ 1) เป็นพ่อที่ภรรยาเสียชีวิต หรือ แยกกันอยู่กับภรรยาหรือหย่าร้างกับภรรยาอย่างถาวรและเป็นบุคคลหลักในการเลี้ยงดูบุตรอย่างน้อย 1 ปี 2) มีบุตรอยู่ในช่วงอายุ 6 - 12 ปี และ 3) สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ดีและยินดีให้ข้อมูล โดยมีเกณฑ์การคัดออก คือ มีภรรยาใหม่หรือมีครอบครัวใหม่

เครื่องมือในการวิจัย

ในงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหลักในการเก็บรวบรวมข้อมล ซึ่งผู้วิจัยใช้แนวคำถามกึ่งโครงสร้างในการสัมภาษณ์เชิงลึกกับพ่อเลี้ยงเดี่ยว โดยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ทั้งนี้คำถามกึ่งโครงสร้าง ได้ผ่านการตรวจความตรงของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาการพยาบาลครอบครัว การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช และผู้ทรงคุณวุฒิที่เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพจำนวน 3 ท่าน และใช้เครื่องมืออื่น ๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบบันทึกการสังเกต และบันทึกภาคสนาม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เมื่อผ่านการพิจารณาจริยธรรมวิจัยในคนจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมวิจัยในคนกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยใช้วิธีประชาสัมพันธ์ใน Facebook ส่วนตัวเพื่อหากลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด จากนั้นจึงนัดหมายพ่อเลี้ยงเดี่ยวในการสัมภาษณ์เชิงลึก ในการเข้าเก็บข้อมูลผู้วิจัยใช้หลัก Bracketing ก่อนการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยใช้คำถามกึ่งโครงสร้างซึ่งเป็นคำถามเกี่ยวข้องกับการประสบการณ์การปรับตัวเมื่อต้องเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวในการสัมภาษณ์ซึ่งแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 40 นาที ถึง 1 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเริ่มการสนทนาโดยยึดแนวคำถามเป็นหลัก พิจารณาให้เนื้อหายืดหยุ่นได้ แต่ต้องสอดคล้องและตอบวัตถุประสงค์ ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้การรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกร่วมกับการสังเกต มีการจดบันทึก และบันทึกการสนทนาตลอดกระบวนการเก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ด้วยวิธีการของ Colaizzi's[10] โดยมีรายละเอียดดังนี้ 1) นำเทปบันทึกการสนทนานำมาถอดเทป คำต่อคำ 2) อ่านเนื้อหาที่ได้จากการถอดเทปหลาย ๆ ครั้ง เพื่อทำความเข้าใจความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล 3) ทบทวนแต่ละข้อความอย่างถ่องแท้เพื่อดูนัยของเรื่อง 4) ทำความเข้าใจตามนัยของเนื้อหา 5) กำหนดความหมายของกลุ่มคำที่เป็นความหมายหลัก 6) รวบรวมผลที่ได้จากปรากฏการณ์การเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวนำมาอธิบายและบรรยายอย่างถี่ถ้วน 7) อธิบายปรากฏการณ์ที่ยังคลุมเครือให้มีความชัดเจน 8) นำข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาประสบการณ์ย้อนกลับไปที่พ่อเลี้ยงเดี่ยวเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง[11] ในกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพผู้วิจัยจะทำควบคู่กับการเข้าเก็บข้อมูลจนกว่าข้อมูลจะมีการอิ่มตัว ทั้งนี้ระหว่างการวิเคราะห์ข้อมูลและเก็บข้อมูล ผู้วิจัยใช้การ

217-225 AW-□□□.indd 219 12/6/59 BE 12:39 PM

ตรวจสอบสามเส้าในการตรวจสอบข้อมูลร่วมด้วยดังนี้ การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูลผู้วิจัยใช้ข้อมูลจากพ่อเลี้ยงเดี่ยวหลายคนเพื่อตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย ผู้วิจัยใช้นักวิจัยหลายคนในการเก็บข้อมูลจากพ่อเลี้ยงเดี่ยวเพื่อตรวจสอบข้อมูลที่ได้จากพ่อเลี้ยงเดี่ยว และการตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้หลายวิธีในการเก็บข้อมูล โดยข้อมูลที่นำมาวิเคราะห์ได้มาจากการสัมภาษณ์ร่วมกับข้อมูลจากการสังเกตและการจดบันทึกภาคสนาม

การควบคุมความตรงและความเที่ยงของข้อมูล (Trustworthiness of finding)

ผู้วิจัยใช้การควบคุมความตรงและความเที่ยงของข้อมูลด้วยวิธีการของ Lincoln[12] ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล (Credibility) ตลอดกระบวนการวิจัย โดยใช้วิธีการที่หลากหลายในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interviews) ร่วมกับการสังเกต (Observation) โดยสังเกตพฤติกรรม การแสดงออก การปฏิบัติตัว และจดบันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาประกอบการแปลความหมายร่วมกับการถอดเทป และการบันทึกภาคสนาม การตรวจสอบข้อมูลซ้ำด้วยการใช้วิธีการที่หลากหลาย ทำให้ได้ข้อมูลที่มีความเชื่อถือได้ (Trustworthiness) ในส่วนของความวางใจได้ (Dependability) ผู้วิจัยวางแผนในการวิจัยในทุกกระบวนการ มีการจดบันทึกในทุกขั้นตอนของการทำวิจัยเชิงคุณภาพ และข้อมูลจะส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิอ่านเพื่อตรวจสอบข้อมูลอีกครั้ง การยืนยันข้อมูล (Confirm ability) ผู้วิจัยใช้เฉพาะข้อมูลที่ได้รับจากพ่อเลี้ยงเดี่ยวเท่านั้น ซึ่งข้อมูลที่บันทึกได้ทั้งในส่วนของข้อมูลจากการถอดเทปและการจดบันทึก ผู้วิจัยจะส่งกลับให้แก่พ่อเลี้ยงเดี่ยว เพื่อยืนยันว่าได้ข้อมูลตรงตามที่ผู้ให้ข้อมูลให้จริง จากนั้นส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพยาบาลครอบครัว และพยาบาลสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช ตรวจสอบยืนยันข้อมูลซ้ำอีกครั้ง

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยที่คำนึงถึงสิทธิและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ในพ่อเลี้ยงเดี่ยว ผู้วิจัยได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาจริยธรรมวิจัยในคน (Protocol Code E75q/57) ก่อนการเข้าเก็บข้อมูล และได้อธิบายถึงกระบวนการวิจัย วัตถุประสงค์ และประโยชน์จากงานวิจัยแก่ผู้เข้าร่วมวิจัยให้ทราบก่อน ซึ่งผู้เข้าร่วมในการวิจัยได้อ่านเอกสารชี้แจงและสมัครใจเข้าร่วมวิจัยโดยลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมวิจัยเรียบร้อยก่อนการให้ข้อมูล ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถยุติ งดให้ข้อมูล หรือถอนตัวจากการวิจัยได้โดยอิสระ และไม่เกิดผลกระทบใด ๆ ข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่ระบุข้อมูลที่เป็นการบ่งชี้ถึงผู้เข้าร่วมวิจัย ข้อมูลที่ได้จะถูกนำเสนอในภาพรวมของงานวิจัย ข้อมูลจากการบันทึกเสียง การจดบันทึกจะถูกทำลายภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัยแล้ว 1 ปี

ผลการศึกษา

จากการศึกษาประสบการณ์การปรับตัวเมื่อต้องเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวของพ่อเลี้ยงเดี่ยวจำนวน 6 คน มีอายุระหว่าง 33 - 45 ปี ทำธุรกิจส่วนตัว 3 คน ทำงานประจำ 3 คน มีรายได้ 30,000 - 60,000 บาท เป็นครอบครัวที่มีบุตร 1 คน จำนวน 5 ครอบครัว โดยในจำนวนนี้มีบุตรเป็นหญิงคนเดียว 1 ครอบครัว มีบุตรเป็นชายคนเดียว 4 ครอบครัว และอีก 1 ครอบครัว มีบุตร 3 คน เป็นบุตรชายหญิงรวมกัน 3 คน พ่อเลี้ยงเดี่ยวที่ให้ข้อมูลมีประสบการณ์การเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวตั้งแต่ 3 - 9 ปี มีประเด็นของการปรับตัว 4 ประเด็นหลักดังนี้

ประเด็นที่ 1 พ่อ-แม่ Two in one (การปรับตัวเมื่อต้องสวมบทบาททั้งพ่อและแม่)

เมื่อพ่อต้องกลายเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว พ่อต้องปรับบทบาทหน้าที่ทั้งในการทำบทบาททดแทนแม่ที่หายไปจากครอบครัว รวมถึงบทบาทการทำงานที่ต้องเปลี่ยนแปลงไป ผลการศึกษาพบว่ามีประเด็นรอง ได้แก่ 1) การทำหน้าที่เลี้ยงดูบุตรแทนมารดา 2) การทำหน้าที่ในการทำงานบ้านแทนแม่ 3) การปรับตัวเรื่องบทบาทหน้าที่การงาน

การทำหน้าที่เลี้ยงบุตรแทนมารดาเพื่อให้บุตรซึ่งอยู่ในวัยเด็กได้มีการเจริญเติบโตไปตามพัฒนาการ พ่อเลี้ยงเดี่ยวรายหนึ่งต้องปรับตัวมาทำบทบาทในการให้นมบุตรในวัยทารก ให้ข้อมูลว่า

“เราต้องตื่นทุก 2 - 3 ชั่วโมง มาให้นมแทนแม่เค้า เราใช้วิธีตั้งนาฬิกาปลุกไว้ทุก 3 ชั่วโมง ไม่เช่นนั้นจะเลยเวลา เรากลัวจะนอนเพลิน เพราะตอนกลางวันเราก็ต้องทำงาน ถ้าไม่ตั้งเวลาลูกก็ไม่ได้กินนม” (เอก นามสมมติ)

ในครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยวพ่อต้องดูแลทดแทนในทุกเรื่อง พ่อต้องปรับบทบาททำหน้าที่ทดแทนบทบาทของแม่ ตั้งแต่การอาบน้ำแต่งตัวให้ลูก การเป่าผมลูกให้แห้ง และการหาอาหารให้ลูกกิน

“ลูกผมเสื้อผ้าทุกตัวผมต้องรีด ผมสระต้องเป่าแห้ง

217-225 AW-□□.indd 220 12/6/59 BE 12:39 PM

ผมยาวต้องมัดเรียบร้อย..ผมต้องพาลูกไปโรงเรียนแต่เช้าเพื่อป้อนข้าวลูก หรือถ้าเค้าต้องการกินเองผมจะคอยช่วย พอกินเสร็จผมจะเดินไปส่งลูกเข้าห้องเรียนด้วยตัวเองทุกครั้ง ผมไม่เคยส่งแค่หน้าประตูโรงเรียน ผมส่งถึงห้องเรียนตลอด ผมถึงจะออกจากโรงเรียนไปทำงาน....” (อานนท์ นามสมมติ)

พ่อเลี้ยงเดี่ยวบางคนไม่เคยทำอาหารมาก่อน แต่เมื่อต้องเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวก็ต้องปรับบทบาทซึ่งพ่อเลี้ยงเดี่ยวใช้วิธีปรับตัว ด้วยการซื้ออาหารมาเตรียมไว้เพื่ออุ่นให้ลูกรับประทานตอนเช้า

“ผมต้องหาอะไรให้เค้ากิน ซึ่งผมก็ไม่ถนัดเรื่องทำอาหาร แต่ก่อนแม่เค้าอยู่ด้วยเค้าจัดการให้ พอมาอยู่กันพ่อลูกก็ใช้พาไปทานนอกบ้านตอนเย็น แล้วซื้ออาหารถุงมาแช่ตู้เย็นไว้ พอเช้าก็ตื่นแต่เช้ามาเตรียมอุ่นไมโครเวฟให้เค้ากินก่อนไปโรงเรียน” (หนุ่ม นามสมมติ)

ครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยวบางครอบครัว ภายหลังจากแยกทางกันกับคู่สมรสต้องปรับตัวมาก เนื่องจากเดิมเคยดูแลเฉพาะในส่วนของตนเอง แต่เมื่อแม่ไม่อยู่แล้วพ่อจึงต้องดูแลทดแทนทั้งหมด

“คือ...แต่ก่อนเราตื่นเช้ามาเราดูแลเราคนเดียว จัดการชีวิตส่วนตัวแต่ตัวเรา พอเรามาอยู่แบบนี้เราก็ต้องตื่นเช้ามากขึ้นต้องมาคอยดูแลในส่วนนี้แทนแม่เค้า ซึ่งตอนแรกมันต้องปรับตัวมากเลยนะ คือ ผู้ชายมันก็อย่างนี้แหล่ะ แต่ก่อนบางทีตัวคนเดียวนอนยังไม่อาบน้ำยังได้ แต่นี่ต้องดูแลทุกอย่างหมดเลยไง...พี่ก็จำเอาว่าแต่ก่อนเคยเห็นแม่เค้าทำอย่างไร เราก็จำแล้วมาลองทำเอง จำว่าตอนเช้าเค้าตื่นมาเตรียมข้าวให้ลูก ดูแลอาบน้ำแต่งตัวยังไงเราก็เอามาทำตาม..” (โอ นามสมมติ)

นอกเหนือจากการปรับบทบาทระดับทุติยภูมิแล้ว พ่อเลี้ยงเดี่ยวบางคนต้องปรับบทบาทระดับตติยภูมิ บางคนปรับการทำงาน บางคนเปลี่ยนหน้าที่การงานเปลี่ยนอาชีพ เพียงเพื่อให้สามารถมีเวลาดูแลบุตรได้เต็มที่

“ผมย้ายลูกมาอยู่ที่นนทบุรี ให้ลองมาอยู่กับญาติลองก่อนสองสามวัน แล้วผมจะลองทำงานที่เดิม ผมลองได้ไม่ถึงอาทิตย์ญาติก็โทร.มาบอกตลอดว่า เออ...เค้าอยู่ไม่ได้นะ เค้าร้องไห้ทั้งกลางวันกลางคืน ผมเลยต้องออกจากงานเดิมเพื่อมาอยู่กับเค้า ผมมาทำงานที่ใหม่ ยอมทนทำงานที่ไม่เหมาะกับตัวเราเองเลย ผมไม่ชอบ งานที่วุฒิต่ำกว่าที่ผมจบ ได้ค่าจ้างน้อยกว่าเดิม แต่ผมก็ทนเพื่อให้ได้อยู่กับลูก” (อานนท์ นามสมมติ)

จากการศึกษาพบว่า พ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องปรับตัวในการทำบทบาทหน้าที่ดูแลบุตรแทนแม่เพื่อชดเชยในส่วนที่บุตรยังไม่สามารถช่วยเหลือและดูแลตนเองได้ เนื่องจากอยู่ในช่วงพัฒนาการวัยเด็กในขณะเดียวกันก็ต้องดูแลเรื่องของงานบ้านเพื่อชดเชยในส่วนของแม่ที่เคยทำ และบางคนปรับการทำงานเพื่อให้ครอบครัวรักษาสมดุลและสามารถดำรงอยู่ได้

ประเด็นที่ 2 ชีวิตที่เปลี่ยนแปลง (การปรับชีวิตส่วนตัวเมื่อต้องกลายเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว)

เมื่อกลายมาเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว ทำให้พ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องปรับตัวเรื่องเวลาในการดูแลตนเอง ดังนี้ 1) ปรับตัวเรื่องการพักผ่อน 2) การปรับตัวเรื่องของการทำงาน 3) ปรับตัวเรื่องเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะในช่วงที่ลูกอยู่ในวัยเด็ก

พ่อเลี้ยงเดี่ยวเล่าประสบการณ์ว่า ไม่มีเวลาส่วนตัวในการทำกิจวัตรประจำวันและพักผ่อนน้อยมาก โดยเฉพาะเมื่อบุตรยังเด็ก หรืออยู่วัยที่ยังช่วยเหลือตนเองไม่ได้

“เรามีเวลานอนไม่พอ มันกังวล เราหลับไม่ลง ถ้าลูกไม่นอนเราหลับไม่ลงเลยนะ เรากลัวเค้าคลานตกบ้าน ไปโดนไฟไปโดนหม้อ กลางวันอยากงีบมากก็นอนไม่ได้ ยกเว้นลูกหลับเราถึงหลับได้ ถ้าลูกตื่นเราต้องตื่นด้วยเลย ตอนเค้าโตมาหน่อยเราถึงพอมีเวลาบ้าง ตอนช่วงเด็ก ๆ ไม่เคยได้พักเวลาลูกตื่นเลยนะ อาบน้ำยังต้องรอลูกหลับก่อน ไม่เคยได้นอนเต็มที่ ไม่เคยได้นอนตื่นสาย ยิ่งถ้าเค้าไม่สบายเราจะไม่ค่อยได้นอนเลยเป็นกังวล กลัวเค้าไข้ขึ้น กลัวหายใจไม่ออก ก็ปรับเยอะ” (เอก นามสมมติ)

พ่อเลี้ยงเดี่ยวสะท้อนว่าไม่มีเวลาทำงานส่วนตัวเนื่องจากลูกต้องการเวลาในการอยู่ด้วยเกือบตลอดเวลา

“พอต้องเลี้ยงลูกคนเดียวผมต้องดูแลเค้าจนเค้าหลับก่อน ผมถึงจะทำงานอย่างอื่นได้ แล้วเข้านอน แต่ผมต้องตื่นเช้าขึ้น..ก็เลือกทำงานกลางคืนตอนเค้าหลับ ผมก็ต้องระวังบ้างนะกลัวแสงจากคอมพิวเตอร์ทำให้เค้าตื่น บางครั้งเค้าตื่นมานั่งดูผมทำงานก็ต้องเอาเค้านอนก่อนค่อยทำงานต่อ” (อานนท์ นามสมมติ)

“ตอนเค้าเด็ก ๆ รีสอร์ทมันยังก่อสร้าง เราแค่คุมงาน เราตื่นแต่เช้าก่อนเค้าตื่นเพื่อทำกิจวัตรเรา เราตั้งเวลาไว้เลย พอเค้าตื่นเราก็ดูแลเค้าให้เสร็จ กินข้าว อาบน้ำ แล้วอุ้มไปหน้างานด้วยกันเลยก็ไป ถ้าวันไหนงานไม่เสร็จเค้าง่วงระหว่างวันก็ให้เค้านอนในรถ เราก็คุมคนงาน เราต้องเตรียมนม เตรียมข้าวเตรียมผ้าอ้อมไปด้วยเลยแต่เช้า เลี้ยงกันแบบนั้นเลย พอเย็นก็อุ้มกันกลับบ้าน” (เอก นามสมมติ)

พ่อเลี้ยงเดี่ยวสะท้อนว่า เมื่อต้องเป็นทั้งพ่อและแม่ทำให้ไม่มีเวลาออกไปสังสรรค์กับเพื่อนเหมือนเดิม ชีวิตส่วนใหญ่

217-225 AW-□□.indd 221 12/6/59 BE 12:39 PM

หลังจากทำงานก็กลับบ้านเพื่อดูแลบุตร กิจกรรมที่ชื่นชอบบางอย่างก็ต้องงดกระทำ

"พอต้องดูแลลูกคนเดียว แต่ก่อนเคยเที่ยวหลังเลิกงานต้องไปกินเหล้ากับเพื่อนบ้าง ไปดูบอลบ้างก่อนกลับบ้าน ตอนนี้ทำไม่ได้ ต้องกลับบ้านเพราะเค้ารอเราอยู่ ผมไม่มีเวลา แต่เราก็ทิ้งเค้าไม่ได้ เค้ามีแค่เราคนเดียว" (อั๋น นามสมมติ)

"ตอนแรกชีวิตแบบนี้มันไม่เข้ากับเราเลย แต่ก่อนเราชอบปาร์ตี้เรากลับสามสี่ทุ่ม บางทีตีสอง เราก็ไปเที่ยวของเรา แต่นี่เราต้องรีบกลับนะ ทุ่มหนึ่งไม่เกินสองทุ่มเราต้องกลับแล้ว เพราะเดี๋ยวเค้ากลับจากโรงเรียนเค้าไม่มีคนอยู่ด้วย" (โอ นามสมมติ)

จากการศึกษาประสบการณ์ตรงของพ่อเลี้ยงเดี่ยว พบว่า เมื่อต้องดูแลบุตรเพียงลำพังและรับบทบาทหน้าที่ทั้งบทบาทของพ่อและแม่ ทำให้พ่อเลี้ยงเดี่ยวรู้สึกว่าเวลาส่วนตัวหายไป พ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องปรับเปลี่ยนชีวิตหลายเรื่อง ทั้งการพักผ่อน การทำงาน หรือแม้แต่การทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ เพื่อให้สามารถดูแลบุตรได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อบุตรยังอยู่ในวัยเด็กเล็ก

ประเด็นที่ 3 จิตใจของชายที่เป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว (การปรับด้านจิตใจพ่อเลี้ยงเดี่ยว)

ภายหลังจากเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องมีการปรับด้านจิตใจ ผลการศึกษาพบว่า 1) พ่อเลี้ยงเดี่ยวมีความรู้สึกเครียดโดยเฉพาะเรื่องเศรษฐกิจในครัวเรือน 2) รู้สึกเศร้าในการเสียคู่ชีวิตในระยะแรก 3) รู้สึกวิตกกังวลในการตอบคำถามเกี่ยวกับแม่

ความรู้สึกเครียดที่พ่อเลี้ยงเดี่ยวสะท้อน คือ เรื่องของค่าใช้จ่ายในบ้านที่ต้องรับภาระเพียงคนเดียว หลังจากกลายเป็นครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยว

"พี่ก็เครียด ๆ เรื่องเงินแหล่ะ เพราะว่าทำโอทีก็ไม่ได้ ต้องคอยมาอยู่กับเค้า ค่าใช้จ่ายทุกอย่างเราดูแลหมดไง เหมือนเวลาเค้าป่วยแบบนี้พี่ก็ต้องมาคอยดูแล ค่าหมอ ค่ายาอีก บ้านเราก็ต้องผ่อนคนเดียวมันก็หนัก บางทีก็เครียดมากนะ เคยไม่อยากอยู่ แต่เราก็ต้องอยู่เพื่อลูกไง" (เปเป้ นามสมมติ)

ความรู้สึกเศร้าในการสูญเสียคู่ชีวิต เป็นเรื่องที่พ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องเผชิญในช่วงแรกของการเปลี่ยนสถานะเป็นครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ยากลำบากในการก้าวข้ามผ่านช่วงเวลาวิกฤต

"ช่วงที่ผมกำลังจะสูญเสียแฟนไป ผมนอนตรงกลาง แฟนผมนอนด้านขวา ลูกผมนอนด้านซ้าย ตอนนั้นคนที่อยู่ด้านขวาเค้าบอกว่าเค้าต้องการมีชีวิตใหม่ ในขณะที่คนที่อยู่ด้านซ้ายคือ ลูกกำลังมองดูผมอยู่ เค้ายังแบเบาะ และผมต้องปกป้องเค้าให้ได้ สำหรับผมตอนนั้นมันถือว่าหนักที่สุด มันทรมานมาก"

"ตอนแรกที่เค้าไปอยู่ ๆ เค้าหายไปเลย ไม่กลับบ้าน เราไปตามเลยนะ ตามหาตามบ้านเพื่อนตามที่ทำงาน คือ เราไม่อยากให้เค้าไป เราสงสารลูก ลูกยังเล็กมากยังกินนมแม่อยู่เลย อยู่ด้วยกันมานานมันผูกพัน แต่ไปตามแล้วเค้าไม่กลับ เราร้องไห้อยู่หลายวัน จนคิดได้ว่าเราอยู่แบบนี้ไม่ได้ เพราะลูกรอเราอยู่ มัวแต่ร้องไห้แบบนี้มันไม่ช่วยให้อะไรดีขึ้น" (เอก นามสมมติ)

นอกเหนือจากเรื่องของเศรษฐกิจในครัวเรือนและความรู้สึกเศร้าในการเสียคู่ชีวิตแล้ว สิ่งที่พ่อเลี้ยงเดี่ยวกังวล คือ การบอกเรื่องราวที่เกี่ยวกับแม่ หรือการที่ลูกต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องตอบคำถามกับสังคม ซึ่งพ่อเลี้ยงเดี่ยวใช้หลากหลายวิธีในการวางแผน ที่จะทำให้บุตรเข้าใจสถานการณ์ของครอบครัว

"พี่ไม่เคยพูดเรื่องแม่เค้าเลย จนเค้าเริ่มโตเข้าโรงเรียนเค้าก็ถาม เราก็โกหกว่าแม่เค้าตายแล้ว ไปอยู่บนสวรรค์ เราเอารูปให้เค้าดูไงว่าเค้ามีแม่ แต่แม่เค้าอยู่สวรรค์ จนวันหนึ่งแม่เค้าลำบากเค้าก็ติดต่อมา เราก็โทรศัพท์คุยกับแม่เค้า แล้วเค้ามาได้ยิน ทีนี้เค้ารู้แล้วไงว่าแม่เค้ายังอยู่ ก็ลำบากใจมากเพราะเราต้องอธิบาย ต้องปลอบใจ เพราะเค้าก็อยากเจอแม่เค้า แต่แม่เค้ามีครอบครัวใหม่ แล้วเค้าก็ไม่อยากรับภาระ ไม่อยากให้กระทบครอบครัวใหม่ เพราะเราเลิกกันนานแล้ว คือ มันเป็นเรื่องเปราะบางมาก พี่ก็กังวลมากช่วงนั้นเราว่าจะเอาไงดี" (อั๋น นามสมมติ)

"เราไม่อยากให้เค้ามีปัญหา เราพยายามสามารถทำทดแทนไม่ให้เค้ารู้สึกว่าขาดแม่ แต่เราก็ห้ามความรู้สึกโหยหาแม่ของเค้าไม่ได้หรอกนะ...เราใช้วิธีใส่เรื่องราวของแม่เค้าเข้าไปในชีวิตประจำวันของเค้า พูดถึงความรักของแม่ที่มีต่อเค้า เล่าเรื่องแม่เค้าให้ฟัง.. เวลาชาวบ้านมาถามเราเรื่องแม่ของเค้า เราจะพูดแต่สิ่งดีๆ เราไม่ต้องการให้ลูกเรารับเรื่องราวที่ไม่ดีของแม่ ในวันแม่ก็ไม่ให้ลูกไปโรงเรียน เราจะพาเค้าไปเที่ยวแทนให้เค้าลืมเรื่องวันแม่" (เอก นามสมมติ)

ปัญหาด้านสุขภาพจิตจากการบอกเล่าของพ่อเลี้ยงเดี่ยวที่สำคัญ คือ เรื่องของความเครียดเรื่องการเงิน ปัญหาความซึมเศร้าในช่วงของการสูญเสียคู่ชีวิต และเรื่องของการบอกเรื่องราวของแม่แก่ลูกซึ่งพ่อเลี้ยงเดี่ยวค่อนข้างกังวล โดยเฉพาะเมื่อเขาไม่สามารถห้ามการรับข้อมูลของบุตรจากสังคมรอบด้านได้

217-225 AW-□□□.indd 222 12/6/59 BE 12:39 PM

ประเด็นหลักที่ 4 พ่อเลี้ยงเดี่ยวไม่เดียวดาย (การปรับตัวด้านพึ่งพา)

พ่อเลี้ยงเดี่ยวในกลุ่มที่ศึกษาเป็นผู้ดูแลบุตรเป็นหลัก แต่พบว่าเมื่อประสบปัญหาและต้องการความช่วยเหลือ พ่อเลี้ยงเดี่ยวก็พยายามปรับตัวเพื่อหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม การปรับตัวด้านการพึ่งพาที่พบในพ่อเลี้ยงเดี่ยว ได้แก่ 1) พึ่งพาครอบครัวและญาติพี่น้อง 2) พึ่งพาเพื่อนและคนรอบตัว

ในบางครั้งพ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องไปทำธุระ การทิ้งลูกให้อยู่ลำพังเพียงคนเดียวย่อมไม่สามารถทำได้ พ่อเลี้ยงเดี่ยวหลายคนเลือกขอความช่วยเหลือจากญาติพี่น้องของตนเอง

“มีบางเวลาผมต้องไปทำงานต่างจังหวัด ก็จะให้รถโรงเรียนมารับส่ง แล้วก็จะบอกเค้าว่าพ่อต้องไปต่างจังหวัดให้ไป - กลับกับรถโรงเรียน แล้วให้ย่าเค้ามาช่วยดูแล ย่าจะมาจากต่างจังหวัดมาอยู่เป็นเพื่อนเค้า ซึ่งก็ดีเพราะบางอย่างเค้าจะเรียนรู้การใช้ชีวิตจากย่าด้วย” (หนุ่ม นามสมมติ)

“เวลาที่น้องเค้าป่วยมีบางครั้งต้องนอนโรงพยาบาล พยาบาลเค้าต้องให้มีคนเฝ้า ทำไงละทีนี้พี่ต้องทำงานลาบ่อย ๆ เจ้านายก็จะว่าเอา ก็ต้องรบกวนแม่พี่ให้มาเฝ้ากลางวัน พอเราเลิกงานเราก็มานอนเฝ้าเค้าตอนกลางคืน ก็สลับกันแบบนี้” (เปเป้ นามสมมติ)

บางครอบครัวก็ขอความช่วยเหลือคนรอบข้างในการช่วยรับส่ง และอยู่เป็นเพื่อนบุตรเมื่อพ่อเลี้ยงเดี่ยวติดธุระไม่สามารถมารับบุตรที่โรงเรียนได้

“บางวันเราไปรับเค้าที่โรงเรียนไม่ทันเพราะติดคุมงานอยู่ ก็ต้องขอให้พี่สาวไปรับแทน เราก็โทรศัพท์บอกครูประจำชั้นว่าวันนี้เราไม่ได้ไปรับนะ พี่สาวไปรับให้บอกเราด้วยไม่งั้นเค้าจะรอ” (เอก นามสมมติ)

พ่อเลี้ยงเดี่ยวบางคนขอความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้านข้างเคียงในการช่วยดูแลบุตร เมื่อตนเองติดภารกิจไม่สามารถกลับมาอยู่กับบุตรได้

“บางทีพี่กลับบ้านดึก งานไม่เสร็จเราก็ใช้วิธีให้ลูกกลับรถโรงเรียน แล้วให้เค้ารอเราที่บ้านของเพื่อนบ้าน พอดีเค้ามีลูกวัยเดียวกับเราไง ก็ให้เล่นกันรอพี่ เค้าก็กินข้าวบ้านนั้นเลย แล้วก็รอเราไปรับกลับบ้าน ข้างบ้านเค้าก็เข้าใจว่าเราอยู่แค่สองคนพ่อ - ลูก เค้าก็ช่วยเหลือเราดี”

นอกจากนี้การศึกษาพบว่า เมื่อพ่อเลี้ยงเดี่ยวมีปัญหาเรื่องเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของลูกกรณีเร่งด่วน พ่อเลี้ยงเดี่ยวใช้วิธีการโทรศัพท์ไปถามพี่สาว ถามแม่ ถามเพื่อนเพื่อขอคำแนะนำหรือพาไปรักษาที่สถานพยาบาลใกล้บ้านทันที ซึ่งพบว่าแม้ว่าพ่อเลี้ยงเดี่ยวจะต้องดูแลลูกเพียงคนเดียว แต่ก็พยายามหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม ในการช่วยประคับประคองเมื่อเกิดสถานการณ์คับขันที่ต้องการความช่วยเหลือ

สรุปผล

สรุปผลการศึกษาประสบการณ์การปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยวพบ 4 ประเด็นหลัก คือ ประเด็นการปรับตัวเมื่อพ่อต้องสวมบทบาททั้งพ่อและแม่ ซึ่งพ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องปรับตัวเรื่องการเลี้ยงดูบุตรแทนมารดา ทำงานบ้านและการปรับตัวเรื่องบทบาทหน้าที่การงาน ประเด็นที่สอง การปรับชีวิตส่วนตัวเมื่อต้องกลายเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวซึ่งต้องปรับตัวเรื่องเวลาของการพักผ่อน การปรับตัวเรื่องของการทำงาน และเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ประเด็นที่สามเป็นการปรับจิตใจของพ่อเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งพบว่ามีความรู้สึกเครียดเรื่องเศรษฐกิจในครัวเรือน รู้สึกเศร้าในการเสียคู่ชีวิตในระยะแรก และความรู้สึกวิตกกังวลในการตอบคำถามเกี่ยวกับแม่ ประเด็นสุดท้ายเป็นการปรับตัวด้านการพึ่งพาซึ่งพบว่า พ่อเลี้ยงเดี่ยวขอความช่วยเหลือจากครอบครัว เพื่อนและคนรอบข้างเมื่อมีปัญหา

อภิปรายผล

การเปลี่ยนแปลงสถานะทางครอบครัวเป็นสิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นให้พ่อเลี้ยงเดี่ยวเกิดการตอบสนอง ซึ่งตามทฤษฎีการปรับตัวของรอย เรียกสิ่งแวดล้อมนี้ว่า “สิ่งเร้า (Stimuli)[13] ซึ่งส่งกระทบต่อบุคคลทั้งทางตรงและทางอ้อม[14, 15] ประสบการณ์การปรับตัวเมื่อต้องเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวมีประเด็นหลัก 4 ประเด็นด้วยกัน ซึ่งอธิบายโดยใช้ทฤษฎีการปรับตัวได้ดังนี้ ประเด็นที่หนึ่ง พ่อเลี้ยงเดียวต้องปรับตัวเมื่อต้องสวมบทบาททั้งพ่อและแม่ในส่วนของการทำหน้าที่เลี้ยงดูบุตรแทนมารดาให้เติบโตตามพัฒนาการ การทำหน้าที่ในการทำงานบ้านและการปรับตัวเรื่องบทบาทหน้าที่การงานให้เหมาะสมกับ การเลี้ยงดูบุตรเพียงลำพัง เป็นการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (The role function mode) ซึ่งเป็นการปรับตัวด้านบทบาทระดับทุติยภูมิ (Secondary role) ในขณะที่การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ในการทำงานเมื่อเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยวเป็นการปรับตัวด้านบทบาทระดับตติยภูมิ (Tertiary role) ปัจจัยที่ส่งผลให้การปรับตัวด้านบทบาทของบุคคลในพ่อเลี้ยงเดี่ยวมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล ได้แก่ ลักษณะโครงสร้างครอบครัว ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม[16]

217-225 AW-□□□.indd 223 12/6/59 BE 12:40 PM

ในประเด็นที่สอง เป็นการปรับชีวิตส่วนตัว เรื่องเวลาในการพักผ่อน การปรับตัวเรื่องของการทำงาน และเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งถือเป็นการปรับตัวด้านร่างกาย (Physiologic mode) ร่วมกันกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นบิดา ซึ่งพบว่าพ่อเลี้ยงเดี่ยวมีความยากลำบากในการปรับตัวในชีวิตส่วนตัวมาก เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีบุตรอยู่ในวัยเรียนและวัยรุ่น ทำให้ต้องได้รับการดูแลดูแลและเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษากรณีศึกษาครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวของ ศิริรัตน์ แอดสกุล[17]

ประเด็นที่สาม การปรับตัวด้านจิตใจของชายที่เป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว พบว่าพ่อเลี้ยงเดี่ยวมีความรู้สึกเครียดเรื่องเศรษฐกิจในครัวเรือนและการเสียคู่ชีวิตในระยะแรก ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของณัฏฐ์ษา และคณะ[1] ซึ่งเกิดจากการการเปลี่ยนสถานะครอบครัวซึ่งถือเป็นผลกระทบจากสิ่งเร้าตรง (Focal stimuli) ทำให้เกิดความรู้สึกเศร้าและรู้สึกวิตกกังวลในการตอบคำถามเกี่ยวกับแม่ ในขณะเดียวกันการสูญเสียคู่สมรส ของพ่อเลี้ยงเดี่ยวยังส่งผลต่อการคิดถึงตนเอง ทั้งด้านภาพลักษณ์ ความภาคภูมิใจต่อตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้พ่อเลี้ยงเดี่ยวต้องมีการปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self - concept mode) ร่วมด้วย

ประเด็นสุดท้าย การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย (Interdependence mode) เนื่องจากปัจจุบันครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยายสู่ครอบครัวเดี่ยวสูงถึง ร้อยละ 46.2[18] ทำให้ครอบครัวประสบปัญหาเรื่องเวลาการเลี้ยงดูบุตร แต่เนื่องจากครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวในประเทศไทยเกือบครึ่งหนึ่งมีสมาชิกอื่นอยู่ในครอบครัวด้วย[1] ส่งผลให้เมื่อพ่อต้องกลายมาเป็นพ่อเลี้ยงเดี่ยว พ่อเลี้ยงเดี่ยวมีการปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยโดยการขอความช่วยเหลือพึ่งพาครอบครัว เพื่อน และคนรอบข้างเมื่อมีปัญหา แต่การที่ครอบครัวพ่อเลี้ยงเดี่ยวจะสามารถปรับตัวมากน้อยเพียงใด ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับแหล่งประโยชน์หรือทุนทางสังคมของครอบครัวซึ่งมีความแตกต่างกันไป เนื่องจากแหล่งประโยชน์หรือทุนทางสังคมเป็นแหล่งช่วยเหลือครอบครัวเพื่อลดความรุนแรงของภาวะวิกฤตตามความเชื่อของทฤษฎีคืนสภาพครอบครัว (The resiliency model)[19]

ข้อเสนอแนะ

การนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยเป็นเหมือนกระจกสะท้อนมุมมองการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยวเป็นการบอกเล่าเรื่องราวสามารถถ่ายทอดความจริงได้หลากหลายแง่มุม ซึ่งก่อให้เกิดการสะท้อนคิดแก่บุคลากรทางด้านสุขภาพในการนำข้อมูลไปใช้วางแผนเชิงกลยุทธ์ให้เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย นอกจากนี้พยาบาลยังสามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการให้คำปรึกษาครอบครัวและเป็นข้อมูลในการนำไปใช้บำบัดครอบครัว ซึ่งเป็นรูปแบบการบำบัดที่ทำสมาชิกในครอบครัวเกิด การเรียนรู้ เข้าใจ ยอมรับและหาแนวทางการแก้ไขปัญหาในครอบครัว[20] โดยเฉพาะอย่างยิ่งในครอบครัวลักษณะพิเศษ

การทำวิจัยครั้งต่อไป

1. สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาถึงการปรับตัวเมื่อต้องเป็นครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวในกลุ่มของเด็กในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว และแม่เลี้ยงเดี่ยวต่อไป

2. สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาเพื่อค้นหาปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยว และใช้เป็นข้อมูลในการทำวิจัยเชิงทดลองเพื่อหาวิธีในการส่งเสริมการปรับตัวของพ่อเลี้ยงเดี่ยวต่อไป

3. ใช้เป็นข้อมูลในการศึกษาเชิงปริมาณถึงผลกระทบด้านจิตใจของพ่อเลี้ยงเดี่ยวรวมถึงปัญหาด้านสุขภาพจิตที่พบในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวต่อไป

References

1. Sanitwong N, Wongprasertsuk T, Nagarajan S, Uhangngoh N. Factors contributing and risk factors of single parent in Thailand. Research report 1-173. 2015 (In Thai).
2. The National Statistical Office of Thailand Divorce Statistics 2014. (In Thai).
3. Hakoama M, Ready B. Father-child relationship, and child's developmental outcomes. The American association of behavioral and social sciences journal 2011; 15.

217-225 AW-□□.indd 224 12/6/59 BE 12:40 PM

4. PrukkanoneB, PongladdaS, Sudsrivili K, SirisamudT, Doungtip S, Teerawattananon Y. Mental health problems and psychiatric epidemiology 2013. Surveyepidemiology of mental health problems and psychiatric disorders in the support and promotion of integrated services for mental health patients in the target area courses. The full range of mental health services. (in Thai).
5. The Jordan Institute for Families, the University of North Carolina. Single parent. Family trends 2004; 1.
6. Lamb M, Tamis-LeMonda CS. Fathers' Role in Child Development. In M. Lamb (Ed.). The Role of the Father in Child Development, Volume 3. New York : Wiley; 2004.
7. Deleire T. Good things come in 3's : Single-parent multigenerational family structure and adolescent adjustment 2001.
8. Thoranee R, Thepphap R & Meunsit O. Dynamics adjustment and living of child in divorced family 2008. (in Thai).
9. Kenney A. Philosophy in the modern world. New York : Oxford University Press; 2007.
10. Shosha A. Employment of Colaizzi's Strategy in Descriptive Phenomenology : A reflection of a researcher. European Scientific Journal 2012; 27 : 31-43.
11. Plodpluang U. Data Analysis in Phenomenology Studies. Nursing Journal of the Ministry of Public Health 2013; 23 : 1-10. (in Thai).
12. Lincoln YS, Guba EG. Naturalistic inquiry. Newbury Park. CA : Sage; 1985.
13. Callista R. The Roy Adaptation Model (3rd ed.). Upper Saddle River, New Jersey : Prentice Hall; 2009.
14. Ursavaş EF, Karayurt Ö, &İşeri Ö. Nursing approach based on Roy Adaptation Model in patient Understanding breast conserving surgery for breast cancer. J Breast health 2014; 10 : 134-140.
15. Jacqueline F.Using Roy Adaptation Model to guide research and/or practice : construction of conceptual-theoretical-empirical system of knowledge. Aquichan 2009 ; 9 : 297-306.
16. Eamsaard S, Phanusopon A, Nimitrarnan N. Factors Influencing Role Function Adaptation of Pregnant Adolescents. Thesis of master degree of Community Nurse Practitioner. Christian University of Thailand 2010 (in Thai).
17. Adsakul S. Situation of Thai families : A case study of single parent families in the area of Bangkok Metropolis. Journal of Politic, Administration and Law Politics, Burapha University 2013; 5. (in Thai).
18. Chompikul J, Suthsukon P, Sucluerm K, Danmee D. Relationship in Thai family. Research report. Institute for Health Development. Mahidol University, Thailand. Bangkok : Than Thong Printing 2009. (in Thai).
19. Jongudomkarn D. Family Health Nursing : Theory and application for families with crisis situations. Bangkok : Beyond enterprise; 2015. (in Thai).
20. Chaleoykitti S, Wongpanarak N. Family Therapy : Counseling and Empowerment of positive thinking in family. Journal of the Royal Thai Army Nurses 2015; 16 : 14-21 (in Thai).

217-225 AW-□□□.indd 225 12/6/59 BE 12:40 PM