

## บทความวิจัย

## สุขภาวะทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่ครอบครัวแยกทาง : การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา

### Psychological Well- Being of Adolescence in Broken Family: Descriptive Phenomenology

Received: Jul 5, 2018

Revised: Jul 15, 2018

Accepted: Jul 26, 2018

จิตาภา ผูกพันธ์ พร.ด. (Jidapa Poogpan, Ph.D)<sup>1</sup>ศุทธิณี ปิยะสุวรรณ พย.ม.(Suthinee Piyasuan, M.N.S)<sup>2</sup>กนกจันทร์ เข้มเนียร พย.ม. (Kanokjun Khamenkan, M.N.S)<sup>3</sup>

#### บทคัดย่อ

ปัจจุบันสถานการณ์ทางสังคมมีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ส่งผลให้อัตราการแยกทางกันของสามีภรรยาเพิ่มสูงขึ้นในทุกสังคม เด็ก ๆ จากครอบครัวนั้นต้องตกอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ครอบครัวแตกแยกและมีปัญหาด้านจิตใจอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้น จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการรับรู้และความพึงพอใจในชีวิตหรือสุขภาวะทางจิตใจของประชากรกลุ่มนี้ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยาเชิงพรรณนาภายใต้แนวทางของ Husserl<sup>1</sup> ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายถึงสุขภาวะทางจิตใจของวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวแตกแยก ผู้ให้ข้อมูลคือ วัยรุ่นจำนวน 50 คนที่มาจากครอบครัวแตกแยกในจังหวัดมหาสารคามซึ่งเต็มใจที่จะเข้าร่วมการศึกษาค้นคว้า ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและการสนทนากลุ่ม

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาตามแนวทางของ Colaizi<sup>9</sup> พบว่า มีประเด็นสำคัญ 4 ประการ คือ 1) การยอมรับตนเองซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของสุขภาวะทางจิตใจ 2) ความสัมพันธ์กับผู้อื่น 3) การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ และ 4) จุดประสงค์ในชีวิต ผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นความรู้พื้นฐานในการดูแลวัยรุ่นที่มีครอบครัวแตกแยกและการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมในอนาคต

**คำสำคัญ:** เด็กวัยรุ่น, ครอบครัวแยกทาง, สุขภาวะทางจิต

<sup>1,2,3</sup>ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม Email: <sup>1</sup>jpoogpan@gmail.com,

<sup>2</sup>suthineep1@yahoo.com <sup>3</sup>Kanokjun2010@hotmail

Maharakham University, Maha Sarakham, Thailand

### Abstract

Currently, social situation has changed in various aspects resulting in a higher separation rate of couple in every society. Children from that family must live in a broken home context and developing psychological distress, unavoidably. Therefore, it is necessary to study about perception and satisfaction in their life or psychological well-being of this population especially in a period of adolescence. This descriptive phenomenology qualitative research study guided by Husserl's approach<sup>1</sup> was conducted to describe the psychological well-being of adolescent in broken family. Informants were 50 adolescents with broken family in Mahasarakham province who were willing to participate in this study. In-depth interviews and focus group discussion were performed to collect data.

The results from content analysis based on Colaizzi's guidelines<sup>9</sup> revealed four major themes: 1) self-acceptance which was main component of psychological well-being, 2) relation with others, 3) environmental mastery, and 4) purpose in life. Research results can be utilized as a foundation knowledge for taking care of adolescent with broken family and further research.

**Keywords:** adolescences, broken family, psychological well-being

### บทนำ

สถานการณ์ทางสังคมเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันทำให้การหย่าร้าง การแยกทางกันอยู่ของสามีภรรยาที่มีบุตรกันสูงขึ้น เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปีที่อาศัยอยู่ภายใต้การดูแลของมารดาผู้เดียว (single-mother family) ร้อยละ 24.0<sup>2</sup> ส่วนเด็กที่ได้รับการดูแลโดยครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่ดูแลคนเดียว (single parent family) ร้อยละ 28.0<sup>3</sup> สำหรับประเทศไทยสถิติการหย่าร้างร้อยละ 11.2<sup>4</sup> ลักษณะของการแยกทางเกิดได้จากการแยกกันอยู่ การหย่าร้าง หรือการทอดทิ้งเด็กให้เป็นการกำพร้า เด็กเหล่านี้ต้องดำเนินชีวิตโดยอาศัยอยู่กับมารดาหรือบิดาเพียงคนเดียว เด็กบางคนไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดาและมารดา แต่อยู่ตายายเป็นผู้เลี้ยงดูแทน

เด็กเป็นผู้ได้รับผลกระทบทางจิตใจอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ เด็กต้องตกอยู่ภายใต้บริบทของครอบครัวที่บิดามารดามีการแยกทาง โดยที่บิดามารดาเป็นผู้ตัดสินใจแต่ส่งผลกระทบต่อบุตรที่ต้องตกอยู่ภายใต้สถานการณ์ดังกล่าวเป็นระยะเวลานานก่อนที่จะเข้าสู่วัยผู้ใหญ่<sup>5</sup> โดยเฉพาะวัยรุ่นเป็น

วัยที่จะมีการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ จึงมีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาต่างๆ ตามมาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม<sup>6</sup> เด็กวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่ดูแลแต่เพียงผู้เดียวต้องเผชิญความยากจน ออกจากโรงเรียน ส่งผลให้เป็นปัญหาสังคมตามมา เด็กวัยรุ่นเป็นช่วงพัฒนาการสำคัญสู่การเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ซึ่งบริบทของครอบครัวมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเด็กวัยรุ่นต้องการการสนับสนุนในกระบวนการพัฒนาเปลี่ยนแปลงรูปแบบบุคลิกภาพจากสมาชิกในครอบครัว<sup>7</sup> เด็กจะมีสุขภาพของจิตใจและการทำหน้าที่ทางสังคมได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับ การรับรู้และประสบการณ์ ดังนั้นสิ่งสำคัญคือการรับรู้ของเด็กเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง นั่นคือการมี “สุขภาวะทางจิต”

สุขภาวะทางจิต คือ การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง<sup>8</sup> ตามแนวคิดของ Ryff และ Singer<sup>8</sup> มีองค์ประกอบ 6 มิติ ซึ่งการยอมรับตนเองรวมถึงการรับรู้และความพึงพอใจในชีวิตของตนเองเป็นองค์ประกอบหลักของการมีสุขภาวะทางจิต สำหรับองค์ประกอบอื่น ได้แก่ การ

มีความสัมพันธ์กับผู้อื่น มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถในการจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และการพัฒนาตนเองให้มีความเจริญงอกงาม<sup>6</sup> สุขภาพทางจิตจึงมีความสำคัญต่อสุขภาพของจิตใจ โดยครอบครัวมีบทบาทสำคัญต่อสุขภาพทางจิตของเด็กวัยรุ่น<sup>7</sup> การวิจัยที่ผ่านมาการศึกษาอย่างต่อเนื่องเกี่ยวกับครอบครัวแยกทางที่มีผลกระทบต่อเด็ก แต่ยังไม่มีความชัดเจนว่าเด็กเหล่านี้มีประสบการณ์และการรับรู้ต่อสถานการณ์เกี่ยวกับครอบครัวแยกทางเป็นอย่างไร อาจเนื่องจากประสบการณ์และการรับรู้ของเด็กไม่สามารถวัดออกมาโดยใช้เครื่องมือวัดจนเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งได้ ดังนั้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งอย่างแท้จริงและเห็นภาพสะท้อนของสุขภาพทางจิตของเด็กกลุ่มนี้ได้อย่างชัดเจนโดยตัวเด็กเองเป็นผู้ระบายถ่ายทอดจากการรับรู้และประสบการณ์ออกมาด้วยตัวเด็กเอง การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายสุขภาพทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง ข้อมูลเหล่านี้สามารถชี้แนะให้เห็นถึงแนวทางสำหรับส่งเสริมสุขภาพทางจิตได้ทั้งทางการพยาบาลและการทำวิจัยต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่ออธิบายสุขภาพทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง

## ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Descriptive phenomenology) โดยใช้แนวคิดปรากฏการณ์วิทยาของ Husserl<sup>1</sup> เพื่ออธิบายสุขภาพทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางจากมุมมองของเด็กวัยรุ่น ผู้ให้ข้อมูลได้แก่ เด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางและยินดีเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 50 คน เพื่อให้เกิดความลึกซึ้งของข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากเด็ก ซึ่งมีความจำกัดในการถ่ายทอดข้อมูลและเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ เป็นสาระสำคัญที่ครอบคลุมองค์ประกอบของสุขภาพทางจิต คุณลักษณะของผู้ให้ข้อมูลมีดังนี้ อายุ 12-18 ปี เป็นเด็กที่อยู่ในความดูแลของมารดาเพียงผู้เดียว หรือ บิดาเพียงผู้เดียวหรือเป็นเด็กที่อยู่ในความดูแลของบุคคลอื่นที่ไม่ใช่บิดามารดาเนื่องจากสาเหตุที่บิดามารดาแยกทางโดยการหย่าร้างหรือแยกกันอยู่ ทั้งนี้ไม่รวมสาเหตุจากการเสียชีวิตและความ

เจ็บป่วย พื้นที่ศึกษาเป็นโรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดมหาสารคาม สุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster random sampling) จากโรงเรียนมัธยมศึกษาทั้งหมดในอำเภอเมืองมหาสารคามได้ 4 โรงเรียน เก็บรวบรวมข้อมูลจากเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางโดยทำสนทนากลุ่ม 4 ครั้ง (โรงเรียนละ 1 ครั้ง) ครั้งละ 8 คน รวม 32 คน และสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลโรงเรียนละ 4-5 คน จนได้ข้อมูลอิ่มตัว รวม 18 คน ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูล ใช้แนวคำถามกึ่งโครงสร้างตามแนวคิดสุขภาพทางจิต ของ Ryff และ Singer<sup>8</sup> ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญสาขาการพยาบาลเด็ก จิตวิทยาเด็กและผู้เชี่ยวชาญการวิจัยเชิงคุณภาพ มีการบันทึกเทปการสนทนาและถอดเทปแบบคำต่อคำ ใช้เวลาในการสนทนากลุ่ม 45-60 นาที และสัมภาษณ์เชิงลึก 30-45 นาที

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์เชิงเนื้อหาตามขั้นตอนของโคไลซซี่ (Colaizzi's method)<sup>9,10</sup> โดยมีการอ่านบทสัมภาษณ์ที่ถอดเทปคำต่อคำแล้วหลายรอบ เพื่อให้เข้าใจความรู้สึกของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางอย่างแท้จริง ทบทวนแต่ละข้อความและกำหนดความหมายของกลุ่มคำที่เป็นประเด็นหลัก รวบรวมผลลัพธ์จากปรากฏการณ์ที่ศึกษาและอธิบายเพื่อให้เกิดความชัดเจนเท่าที่จะเป็นไปได้ และนำข้อค้นพบที่ได้จากการวิเคราะห์ย้อนกลับไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบเพื่อยืนยันความถูกต้องของข้อมูลที่ได้กับประสบการณ์ที่เป็นจริง

## การสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูล

ด้วยนักวิจัยเป็นเครื่องมือสำคัญในการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นทั้งผู้เก็บรวบรวมข้อมูลและเป็นผู้วิเคราะห์ข้อมูล ดังนั้นผู้วิจัยมีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล (Trustworthiness) ตามหลักเกณฑ์ของ Lincoln และ Guba<sup>11</sup> ดังนี้ ความน่าเชื่อถือของข้อมูล (Credibility) โดยให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบ (Member checks) นำข้อค้นพบที่ได้จากการวิเคราะห์ย้อนกลับไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบเพื่อยืนยันความถูกต้องของข้อมูลที่ได้กับประสบการณ์ที่เป็นจริง ความสามารถในการถ่ายโอน (Transferability) ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลที่มีความหลากหลายเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุม และเพิ่ม

จำนวนผู้ให้ข้อมูลเพื่อให้เกิดความลึกซึ้ง เนื่องจากเด็กมีความสามารถในการถ่ายทอดข้อมูลได้ไม่เท่าผู้ใหญ่ และเพื่อให้ได้ข้อมูลครอบคลุมองค์ประกอบของสภาวะทางจิตจนได้ข้อมูลที่อ้อมตัว ความสามารถในการพึ่งพา (Dependability) ใช้วิธีการเก็บข้อมูลที่หลากหลายทั้งสนทนากลุ่ม สัมภาษณ์เชิงลึก บันทึกเทปการสนทนา จดบันทึก และมีการเชื่อมโยงข้อมูลเข้าด้วยกัน เพื่อให้เข้าใจปรากฏการณ์อย่างแท้จริง ความสามารถในการยืนยัน (Confirmability) ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อสร้างแนวคำถามอย่างมีโครงสร้างให้ครอบคลุมประเด็นที่ต้องการศึกษาและผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิเมื่อเก็บข้อมูลเสร็จทุกครั้งผู้วิจัยถอดเทปและบันทึกข้อมูลให้เป็นระเบียบเป็นหมวดหมู่ทุกครั้ง

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม เลขที่ NU-MSU-IRB/530.11-351 ผู้วิจัยได้แจ้งวัตถุประสงค์และรายละเอียดโครงการวิจัยแก่ผู้ให้ข้อมูล และผู้ปกครองหรืออาจารย์ที่ปรึกษา ให้ความในการพิจารณาเพื่อตัดสินใจเข้าร่วมโครงการวิจัย แล้วจึงขอให้เซ็นใบยินยอมโดยแยกเป็นเด็กและผู้ปกครองคนละฉบับ ตลอดกระบวนการวิจัย ผู้วิจัยได้ตระหนักอยู่เสมอถึงการวิจัยในกลุ่มเปราะบาง (Vulnerable group) ดังนั้นผู้วิจัยต้องเป็นผู้ช่างสังเกต และไวต่อความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล เช่น ความเหนื่อยล้า อึดอัด ร้องไห้ ผู้วิจัยต้องหยุดการสัมภาษณ์ และดูแลระดับประคองด้านจิตใจอย่างเหมาะสม ผู้วิจัยใช้นามสมมติของผู้ให้ข้อมูล มีการแยกเก็บข้อมูลแต่ละส่วนไว้เป็นความลับ ชี้แจงสิทธิให้กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบถึงสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ได้ตลอดเวลา และจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อเด็ก วิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม

### ผลการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางจำนวน 50 คน อายุเฉลี่ย 14.88 ปี (SD.= 1.56) โดยมีช่วงอายุ 12-18 ปี ส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 28.0 เพศหญิงร้อยละ 62.0 บิดามารดาแยกทางกันเมื่อเด็กอายุ 1-3 ปี เป็นส่วนใหญ่คิดเป็น

ร้อยละ 30.0 รองลงมาคือช่วงอายุน้อยกว่า 1 ปีคิดเป็นร้อยละ 18.0 ภายหลังการแยกทางของบิดามารดาเด็กอาศัยอยู่กับมารดาร้อยละ 42.0 รองลงมาคือปู่ย่าตายายร้อยละ 32.0 อย่างไรก็ตามพบว่าเด็กวัยรุ่น 1 คนอาศัยอยู่กับหน่วยกู้ภัยตลอดช่วงเวลา 3 ปีจนถึงวันที่เก็บข้อมูล

### ข้อค้นพบเกี่ยวกับสภาวะทางจิตในเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง

การวิจัยครั้งนี้ให้ข้อค้นพบเกี่ยวกับ สภาวะทางจิตของเด็กวัยรุ่น หรือ การรับรู้ของเด็กวัยรุ่นเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเองที่อยู่ภายใต้บริบทที่ครอบครัวแยกทาง เด็กวัยรุ่นได้สะท้อนประสบการณ์มุมมอง ความคิดความรู้สึก ที่มีครอบครัวแยกทางทั้งในด้านบวกและด้านลบ ผลการวิจัยพบสาระสำคัญ 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ยอมรับในตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักที่สำคัญของสภาวะทางจิต 2) ความสัมพันธ์กับผู้อื่น 3) การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ และ 4) จุดมุ่งหมายในชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

#### 1. ยอมรับในตนเอง

เด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางสะท้อนมุมมองของการทำใจยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น โดยการแยกทางนั้นเกิดจากการกระทำของพ่อแม่ แต่เด็กไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้ จึงทำใจยอมรับตนเองในการเป็นเด็กที่มีครอบครัวแยกทาง ดังคำกล่าว “ก็เสียใจตอนแรกๆ ค่ะ แต่ว่าตอนนี้ไม่เสียใจแล้ว ก็อยากให้มีคนใหม่ อยากให้ลืมพ่อค่ะ” (P10)

“ทำใจแล้วค่ะ เราต้องทำใจเพราะเราไม่มีพ่ออยู่แล้ว แล้วก็มีพ่อใหม่อยู่” (P12)

“พอโตขึ้นมาเราก็รู้ว่า อ้อพ่อแม่แยกทางกัน เราก็ยอมรับความจริงได้” (G1)

#### 2. ความสัมพันธ์กับผู้อื่น

##### 2.1 ความสัมพันธ์ในครอบครัว

เด็กวัยรุ่นกล่าวถึงความสัมพันธ์กับพ่อและแม่ของตนเอง บางรายอาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ รายที่พ่อหรือแม่มีครอบครัวใหม่เด็กวัยรุ่นต้องอาศัยอยู่ร่วมกับ ภรรยาใหม่ของพ่อหรือสามีใหม่ของแม่ และเด็กวัยรุ่นบางรายอยู่กับปู่ย่าตายายหรือญาติ ความสัมพันธ์ของครอบครัว สะท้อนประเด็นย่อยต่างๆ ที่น่าสนใจดังนี้

1) ความห่างเหิน 2) ไม่มั่นใจในความรักของพ่อแม่ และ 3) มีปมฝังใจในความสัมพันธ์ของครอบครัว ดังข้อมูลนี้

### 1) ความห่างเหิน

การที่เด็กวัยรุ่นไม่ได้อาศัยอยู่กับพ่อแม่ผู้ให้กำเนิด มีการแยกกันอยู่คนละบ้าน คนละจังหวัดหรือบางคนพ่อหรือแม่ไปทำงานต่างประเทศ ส่งผลให้ขาดการติดต่อสื่อสารระหว่างกันและสัมพันธ์ภาพในครอบครัวมีความห่างเหินกัน ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“ไม่ได้ไปหากันเลยคะ ก็... เวลาเห็นกันก็มองหน้ากัน ไม่ติดคะ เขา(พ่อ)ก็เหมือนไม่สนใจ หนูก็เหมือนไม่สนใจคะ... เขาก็มีครอบครัวใหม่แล้ว หนูก็ไม่อยากไปยุ่งกับเขา” (P7)

“หนูไม่สนิทกันกับพ่อ..พ่อไม่ได้เลี้ยงหนูตั้งแต่เล็กอยู่แล้ว..ก็เลยไม่ได้รู้สึกอะไรมาก” (P10)

### 2) ไม่มั่นใจในความรักของพ่อแม่

เด็กวัยรุ่นที่ครอบครัวแยกทางกัน ได้สะท้อนการรับรู้และประสบการณ์ที่ได้รับต่อการแสดงออกถึงความรู้สึก “รัก” ของผู้เป็นพ่อแม่ผู้ให้กำเนิดที่มีต่อตนภายหลังครอบครัวแยกทางกัน เนื่องจากพ่อแม่บางรายไม่ปฏิบัติตามหน้าที่ให้สัญญา ละเลยต่อคำพูด จึงเป็นสาเหตุทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกที่เต็มไปด้วยความผิดหวังและรู้สึกกลังเล ไม่แนใจต่อความรักของพ่อแม่ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“แม่ชอบพูดว่าจะมาหา บอกว่าคิดถึง แล้วก็รักหนู นะ แต่ว่าก็คือบอกแค่นั้น พอหนูตอบไปแม่ก็ไม่ตอบอะไรมา อย่างนี้คะ ก็รู้สึกว้าแม่พูดจริงๆ รีบเล่า.....มันก็เป็นแค่ตัวอักษร แต่แม่ไม่เคยโทรมา ไม่เคยเลย...ก็แค่มาบอกว่าคิดถึง แล้วก็ส่งสติ๊กเกอร์ไลน์มาว่ารักนะ อะไรประมาณนี้ อ่ะคะ” (P4)

“อยากจะถามแม่ ทำไมเขาถึงทิ้งหนู” (P6)

### 3) มีปมฝังใจในความสัมพันธ์ของครอบครัว

เด็กวัยรุ่นบางรายบอกเล่าความฝังใจต่อความสัมพันธ์ในครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลสะท้อนประสบการณ์ที่ต้องเผชิญกับการแยกทางกันของพ่อแม่ที่เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน ปรากฏจากการบอกกล่าวจากพ่อแม่ ดังคำกล่าวนี้

“ที่หนูรู้ว่าที่พ่อกับแม่หย่ากันนั้นคือ ทั้ง 2 คนไม่ได้บอกหนูเลยว่าจะหย่ากัน คือหนูไป โรงเรียนแล้ว เขามาส่งหนู ทำทุกอย่างเหมือนปกติคะ แต่พอหนูเข้าไปในโรงเรียนแล้ว แม่ก็โทรมาร้องไห้ แล้วก็บอกว่าพ่อกับแม่หย่ากันจะเลือกอยู่กับใคร คือตอนนั้นหนูยอมรับเลยหนูพูดอะไรไม่ออกเลย เป็นความรู้สึกฝังใจมาตลอดว่า ทำไมเกิดอะไรแบบนี้ขึ้น” (FG3)

“ตอนนั้นก็ตกใจอยู่ครับ อยู่ดีๆ ก็แยกทางกัน เพราะว่าที่แรกพ่อแม่ก็รักกัน อยู่ดีๆ ก็ทะเลาะกัน ก็เลยแยกทางกัน...ตกใจที่แยกกัน อยู่ดีๆ ก็หายไปครับ ” (P2)

## 2.2 ความสัมพันธ์กับญาติ

เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่สะท้อนถึงการรับรู้เกี่ยวกับการแสดงออกทางคำพูดของญาติที่ตนอาศัยอยู่ด้วย โดยมีการพูดจาประชดประชันทำให้เด็กวัยรุ่นรู้สึกอึดอัดต่อคำพูด และรู้สึก “เจ็บปวดจากการประชดประชัน” ดังนี้

“อึดอัดมากเลยคะ... บางครั้งหนูก็แอบไปร้องไห้คนเดียวอะคะ.. ก็พูดประชดแบบ แม่กับพ่อมีอะไรแยกทางกันแล้วอะไรประมาณนี้คะ” (P5)

“เวลาทำอะไรผิดพลาด ปู่ก็จะต่อว่าแล้วก็จะยกเรื่องพ่อมา อยากเป็นเหมือนพ่อหรือ ปู่ชอบประชด แล้วหนูเกลียดการประชดมากที่สุด ..อย่าประชดประชันได้ไหมมันเจ็บปวด” (FG3)

## 2.3 ความสัมพันธ์กับเพื่อน

เด็กวัยรุ่นที่ครอบครัวแยกทาง ได้สะท้อนมุมมองว่าการแยกทางของพ่อแม่ทำให้ขาดความอบอุ่น และส่งผลให้เด็กรู้สึก “มีปมด้อย” ซึ่งจะรู้สึกมากยิ่งขึ้นเมื่อมีการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับพ่อหรือแม่ และถูกผู้อื่นมองว่า “เป็นเด็กมีปัญหา” โดยเฉพาะเมื่อโดนเพื่อนล้อเลียน เด็กวัยรุ่นบางรายสะท้อนถึงความรู้สึกเสียใจ น้อยใจ โกรธ ต่อการแยกทางของพ่อแม่ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“เพื่อนล้อว่าเราไม่มีพ่อแม่ ทำให้เรารู้สึกเสียใจ ร้องไห้ รู้สึกโกรธเพื่อนในบางที อีกส่วนหนึ่งก็โกรธพ่อแม่ที่ทำให้เพื่อนล้อเรา...เขามองว่าเป็นเด็กที่มีปัญหาอะไรประมาณนี้” (FG1)

“ก็คิดว่าตัวเองมีปมด้อย ไม่มีพ่อ อย่างนี้คะ ก็อยากให้กลับมา...เหมือนตัวเองมีปมด้อย ไม่เหมือนคนอื่นนี่แหละคะ...ไม่มีพ่อคะ...ก็เหมือนขาดความอบอุ่นอะไรประมาณนี้” (P7)

“เสียใจคะ เพราะว่าทุกคนเขาก็มีพ่อ เวลาวันพ่อเขาก็ได้ไหว้ หนูไม่ได้ไหว้พ่อคะ..” (P12)

“โรงเรียนจัดงานเปิดเพลงเกี่ยวกับพระคุณของแม่ ทำให้เราน้ำตาตกใน...จะร้องไห้” (G1)

“อยากเจอพ่อ (ร้องไห้)... รักพ่อ (ร้องไห้...) อยากกอดพ่อเหมือนคนอื่นบ้างคะ (ร้องไห้)” (P17)

### 3. การจัดการสถานการณ์ต่างๆ

เด็กวัยรุ่นได้สะท้อนประสบการณ์ที่มีความยุ่งยากในการดำเนินชีวิต เด็กเหล่านี้ต้องจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ เพื่อความอยู่รอด ซึ่งมีประเด็นข้อค้นพบที่น่าสนใจจากผู้ให้ข้อมูล คือ 1) จัดการกับชีวิตเพื่อความอยู่รอด และ 2) ปกปิดปมด้อย ดังนี้

#### 1) จัดการกับชีวิตเพื่อความอยู่รอด

เด็กวัยรุ่นที่พ่อแม่แยกทางกัน ได้สะท้อนประสบการณ์ที่ต้องสู้กับชีวิตที่มีความลำบากเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายที่จำเป็นต้องใช้ในการศึกษาและชีวิตประจำวัน ส่งผลให้เด็กวัยรุ่นเหล่านี้ต้องทำงานเพื่อหารายได้พิเศษ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“หนูก็ทำก๊วยฉาบมาขายโรงเรียนค่ะ...ก็ขายให้เพื่อนในห้อง แล้วก็ส่งสภกรณโรงเรียนค่ะ..วันละสองร้อยสามร้อยค่ะ...ก็ง่วนต้องทนค่ะ...มันไม่พอหรอกค่ะ” (P12)

“ตั้งแต่ แม่มีลูกใหม่ ก็ไม่ได้ส่งหนูตั้งแต่ ม.3 ตอนทีสอบติด ม.4 ตอนที่มารายงานตัววันที่มาจ่ายตังค์ ก็คือไม่มีใครโทรหาหนูเลย ตอนแรกหนูก็ตัดสินใจว่าจะไม่มาโรงเรียน วันนั้นหนูก็ร้องไห้ ... ตาก็เลยบอกว่าลองไปโรงเรียนก่อนไหม หนูก็เลยไป ไปก็เป็นคนสุดท้ายค่ะ...วันนั้นไม่มีอะไรติดตัวมาเลยค่ะ ก็ร้องไห้มาด้วย เจอเพื่อนที่เรียนม.ต้น ด้วยกัน มันก็เลยบอกว่าอิมก่อนไหม... อิมมาประมาณ 3 พันค่ะ” (FG2)

#### 2) ปกปิดปมด้อย

เด็กวัยรุ่นที่ครอบครัวแยกทางได้สะท้อนให้เห็นมุมมองของการใช้กลไกการปกป้องตนเองจากบุคคลภายนอก ได้แก่ เพื่อน ญาติ ครู หรือคนรู้จัก เนื่องจากไม่ต้องการให้รับรู้ถึงการมีครอบครัวแยกทาง โดยวิธีการในการปกป้องตนเองแตกต่างกันออกไป ได้แก่ การไม่พูดถึง การเก็บตัว ไม่พูดคุยหรือเล่าเรื่องราวให้ผู้อื่นฟัง และการแสดงออกทางพฤติกรรม เช่น พูดเสียงดัง เพื่อปกป้องตนเองไม่ให้ผู้อื่นเข้ามาพูดคุย เป็นวิธีการที่ทำให้รู้สึกถึงความมั่นคงปลอดภัย (comfort zone) เพื่อไม่ให้ผู้อื่นสามารถเข้าถึง หรือรับรู้เรื่องราวของตนได้ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“หนูไม่ค่อยคุยเรื่องส่วนตัวเท่าไร...เก็บ.....เพื่อนไม่ค่อยมาอยู่กับหนูเท่าไร หนูชอบเสียงดัง” (P9)

“ไม่บอก เพราะเพื่อนจะรู้ เค้าจะล้อว่าคนไม่มีพ่อ ไม่มีแม่” (P15)

“หนูพยายามเว้นช่องว่างระหว่างทุกคนค่ะ ไม่เล่า

ให้ใครฟังดีกว่า ก็เลยอยู่กับตัวเองมากกว่า.. แล้วก็ปล่อยให้ตัวเองหลับไปอย่างนี้ค่ะ...หนูแค่รู้สึกว่า ไม่อยากให้ใครมา ยุ่งวุ่นวายกับหนูค่ะ...ถ้าคนนอกรู้ ถ้าเขาคือเพื่อนดีๆ ก็คือเราจะคอยพูดทุกอย่างให้เขาฟังได้ แต่ถ้าเขากลายเป็นศัตรู คือเขาพร้อมที่จะแฉเรา” (P4)

“เพื่อนสนิทจริงๆ ไม่มีค่ะ ไม่ชอบเล่นกับใคร มีอะไรก็ปรึกษาตัวเองคิดเอง” (P16)

### 4. จุดมุ่งหมายในชีวิต

#### 4.1 จุดหมายในโลกความเป็นจริง

เด็กวัยรุ่นสะท้อนให้เห็นการดำเนินชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมาย อาจเนื่องจากมีแรงบันดาลใจกระทำเพื่อแม่ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“อยากบอกแม่ว่า หนูจะทำตัวไม่ให้มีปัญหา จะพยายามเป็นเด็กดีแล้วก็ตั้งใจเรียนค่ะ” (P10)

“สู้ต่อไปเพื่อวันข้างหน้าครับยังมีคนที่รอเราอยู่” (G1)

#### 4.2 ความฝันที่ยากจะเป็นจริง

เด็กวัยรุ่นที่สะท้อนการรับรู้ว่าครอบครัวที่สมบูรณ์คือ การที่พ่อแม่ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ดังนั้น จึงอยากให้ครอบครัวกลับมาพร้อมหน้าอีกครั้ง ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล

“อยากย้อนเวลากลับไป ถ้ามันย้อนกลับได้ ก็อยากให้พ่อกับแม่อยู่ด้วยกัน” (P12)

“เรามีแต่เราไม่มี ก็อยากมีเหมือนเขาบ้าง... ได้อยู่พร้อมกัน หนูไม่เคยอยู่กับพ่อกับแม่ ไม่เคยนอนด้วยกัน...คือเห็นเพื่อนก็บอกว่าได้นอนรวมกันพ่อ กับแม่ กับน้องประมาณนี้ค่ะ ก็อยากมีบ้าง” (P9)

“อยากให้เค้ากลับมาคืนดีกันอยู่ค่ะ แต่เขาก็ไม่กลับมาหรอก” (P6)

อย่างไรก็ตาม มีเด็กวัยรุ่นบางรายสะท้อนความรู้สึก “สองฝักสองฝ่าย” ทั้งอยากให้ครอบครัวพร้อมหน้าพร้อมหน้ากันอีกครั้ง แต่ขณะเดียวกันก็ปรับตัวกับความเป็นอยู่ในปัจจุบันได้แล้ว ซึ่งหากกลับมาเหมือนเดิมได้ก็ดี ถ้าไม่กลับมาพร้อมหน้ากันก็ได้ ดังคำกล่าวนี้

“ถ้าหากหนูเปลี่ยนแปลงอะไรได้เนี่ย หนูอยากให้คุณแม่กับคุณพ่อมาคืนดีกัน หรือเป็นอย่างนี้ดีแล้ว แม้ก็มีครอบครัวใหม่ พ่อก็มีครอบครัวใหม่” (P10)

“ผมก็ไม่ค่อยคิดเรื่องนี้ครับ ผมก็คิดว่าอยู่กับย่าก็มีความสุข” (P14)

## อภิปรายผลการวิจัย

ข้อค้นพบเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตของเด็กวัยรุ่นได้สะท้อนประสบการณ์มุมมอง ความคิดความรู้สึกที่มีครอบครัวแยกทางทั้งในด้านบวกและด้านลบ พบสาระสำคัญ 4 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ยอมรับในตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักที่สำคัญของสุขภาวะทางจิต 2) ความสัมพันธ์กับผู้อื่น 3) การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ และ 4) จุดมุ่งหมายในชีวิต ซึ่งมีความสอดคล้องกับสุขภาวะทางจิตตามแนวคิด Ryff และ Singer<sup>8</sup> อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบของสุขภาวะทางจิตแล้วพบว่ามิติความเป็นตัวของตัวเองและการพัฒนาให้มีความงอกงามในตนเองนั้น ยังไม่มีความชัดเจนที่สะท้อนมาจากผู้ให้ข้อมูล

“สุขภาวะทางจิต” หรือ การรับรู้ของเด็กวัยรุ่นเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเองที่อยู่ภายใต้บริบทที่ครอบครัวแยกทางนั้น ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามข้อค้นพบ 4 ประเด็นหลักดังนี้

1) **ยอมรับในตนเอง** ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักที่สำคัญของสุขภาวะทางจิต “ทำใจยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น” ผลการวิจัย สอดคล้องกับการศึกษาของ Saikai<sup>12</sup> พบว่าเด็กที่มีครอบครัวแยกทางสามารถทำได้และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปในสังคมได้ดี เช่นเดียวกับ Samutasadong<sup>13</sup> รายงานว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกัน ประมาณร้อยละ 80 เติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบความสำเร็จและสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์รอบตัวได้ดี ทั้งนี้สามารถอธิบายได้จาก Ryff และ Singer<sup>8</sup> ให้แนวคิดว่า สุขภาวะทางจิต คือ การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับมารดาเป็น และมีอายุ 0-3 ปี ขณะที่มีการแยกทางซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ ดังการศึกษาของ Wiriyanotree<sup>14</sup> พบว่า เด็กที่ครอบครัวแยกทางที่อาศัยอยู่มารดามีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกถึงคุณค่าต่อตนเองสูงที่สุด และเด็กที่มีอายุ 0-3 ปี ขณะที่บิดามารดาหย่าร้างมีความรู้สึกถึงคุณค่าต่อตนเองสูงซึ่งมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วย<sup>13</sup> อย่างไรก็ตาม Ryff และ Singer กล่าวว่า การยอมรับตนเอง คือ การรับรู้ต่อตนเองทั้งด้านดีและด้านไม่ดี รวมทั้งพึงพอใจชีวิตในอดีตของตน ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของการมีสุขภาวะทางจิต<sup>8</sup> ผลการวิจัยโดยรวมจึงบ่งชี้ว่า เด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางเหล่านี้ได้สะท้อนให้เห็น “สุขภาวะทางจิต”

ที่ดำเนินชีวิตภายใต้บริบทของครอบครัวแยกทาง

2) **ความสัมพันธ์กับผู้อื่น** ผลการวิจัยพบว่าด้านความสัมพันธ์กับพ่อแม่ เด็กมีความรู้สึกห่างเหินกัน ไม่นั่นใจในความรักของพ่อแม่ และมีปมฝังใจในความสัมพันธ์ของครอบครัว ซึ่งสามารถอธิบายได้จากผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาค้างนี้ เป็นเด็กมีอายุน้อยขณะที่พ่อแม่แยกทางอยู่ในช่วง 1-3 ปี เป็นส่วนใหญ่ จึงยังไม่สามารถรับรู้เหตุผลหรือเรื่องราวในขณะที่ยังน้อย และเมื่อโตขึ้นผู้ใหญ่ที่เลี้ยงดูมักกล่าวถึงเรื่องราวในอดีตเกี่ยวกับพ่อแม่จากความรู้สึกไม่พึงพอใจพฤติกรรมของพ่อหรือแม่ซึ่งออกมาในรูปแบบของการพูดประชดประชัน นอกจากนี้ข้อมูลยังพบว่าพ่อหรือแม่มักกล่เลเยต่อคำพูดที่ให้ไว้กับลูก เด็กมีความรู้สึกเชิงลบต่อพ่อแม่ที่กล่เลเยต่อคำพูดและไม่เคยรักษาสัญญาที่ให้ไว้กับเด็ก ซึ่งสามารถอธิบายได้จากการศึกษาของ Burton<sup>15</sup> พบว่า เด็กกลุ่มนี้จะมีประสบการณ์ทางลบ เกิดความขัดแย้งในใจและไม่มีความมั่นใจต่อพ่อแม่และการศึกษาของ Thoranee, Thephak และ Muansith<sup>16</sup> พบว่าการแยกทางของพ่อแม่ ทำให้เด็กเกิดจากความเศร้าเสียใจ บุคลิกภาพเปลี่ยนเป็นคนเก็บตัว ชีวิตของเด็กเต็มไปด้วยความลำบากและความเจ็บปวด<sup>16</sup> ประเด็นความสัมพันธ์กับเพื่อน เมื่อเด็กโดนเพื่อนล้อเลียนเรื่องการแยกทางของครอบครัวทำให้เด็กรู้สึก “เป็นปมด้อย” เกิดความรู้สึกว่าครอบครัวไม่มีความอบอุ่นเหมือนเพื่อน ซึ่งมีการศึกษาของ Uwaifo<sup>17</sup> ที่พบว่า เด็กกลุ่มนี้มีความเจ็บปวดและการรู้สึกเชิงลบได้แก่ ขาดความรักความอบอุ่น การที่เด็กเหล่านี้จะรู้สึกตนเองมีครอบครัวไม่อบอุ่นเหมือนเพื่อน เนื่องจากการแยกทางของพ่อแม่ เด็กกลุ่มนี้จึงถือว่าเป็นเด็กกลุ่มที่มีความเปราะบางและได้รับผลกระทบด้านจิตใจ<sup>18</sup>

3) **การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ** นอกจากนี้เด็กบางคนเผชิญปัญหาต่างๆ ในการดำเนินชีวิตที่ยากลำบากจากการที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ ส่งผลให้เด็กต้องจัดการกับชีวิตเพื่อความอยู่รอด เด็กบางคนต้องหารายได้เพื่อใช้จ่ายในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับการศึกษาของ Aktar<sup>18</sup> ที่พบว่า เมื่อเกิดการแยกทางเด็กเป็นผู้ได้รับผลกระทบมากที่สุด โดยไม่ได้รับการช่วยเหลือดูแล รู้สึกไม่มีความมั่นคงในชีวิต และรู้สึกเก็บกด เช่นเดียวกับการศึกษาของ Thoranee, Thephak และ Muansith<sup>16</sup> ที่พบว่า การเกิดครอบครัวแตกแยกส่งผลต่อความเป็นอยู่ของเด็กที่ลำบากขึ้น รายรับอาจไม่เพียงพอทำให้

เด็กบางคนต้องทำงานและเรียนไปด้วย สำหรับประเด็นการปกปิดปมด้อยเกิดขึ้นเนื่องจากเด็กไม่ต้องการให้คนรอบข้างรับรู้ถึงการมีครอบครัวแยกทาง เด็กมีวิธีการที่แตกต่างกันออกไปเพื่อให้รู้สึกถึงความมั่นคงปลอดภัย (comfort zone) เป็นข้อค้นพบที่สะท้อนให้เห็นว่าเด็กมีกลไกในการจัดการความรู้สึกและเลือกที่จะอยู่ในบรรยากาศที่เหมาะสมแก่สภาพทางจิตใจของตนเอง โดยการเก็บตัว ไม่เข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน หรือการแสดงพฤติกรรมเพื่อปกป้องตนเอง เพื่อเป็นเกราะป้องกันไม่ให้บุคคลอื่นเข้ามาในพื้นที่ของตนเอง สอดคล้องกับการศึกษา Saikal<sup>12</sup> ที่พบว่า เด็กที่มีครอบครัวแยกทางจะรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย จึงเกิดพฤติกรรมปกป้องความรู้สึกของตนเอง เช่น การเก็บตัว การแสดงความโกรธ แยกตัว เด็กบางคนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเสี่ยงดัง

**4) จุดมุ่งหมายในชีวิต** จากผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวแยกทางได้สะท้อนมุมมองของการดำเนินชีวิตเพื่อวันข้างหน้า อาจเนื่องมาจากความรักที่มีต่อพ่อแม่ทำให้พ่อแม่สบายใจและมีความสุข จากผลการวิจัยของ Uratanamanee<sup>19</sup> พบว่า เด็กวัยรุ่นที่อาศัยอยู่กับแม่เลี้ยงเดี่ยวมีความสัมพันธ์ที่เข้มแข็งระหว่างแม่ลูก นอกจากนี้ประเด็นความฝันที่ยากจะเป็นจริง นั่นคือ อยากให้ครอบครัวกลับมาพร้อมหน้าอีกครั้ง ซึ่งเห็นภาพความรู้สึกหรืออารมณ์แห่งความหวังที่จะให้ครอบครัวกลับมาเหมือนเดิม Deiner<sup>20</sup> ให้มุมมองสุขภาวะทางจิตในมิติของด้านการคิดรู้และอารมณ์ จึงอธิบายได้ว่า เมื่อพ่อแม่ตัดสินใจแยกทางกัน เด็กอาจจะรู้สึกว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงสำคัญของชีวิต เด็กรู้สึกถึงความรู้สึกที่สูญเสีย<sup>11</sup> ดังนั้น ฝันและความหวังจึงเป็นอารมณ์หนึ่งของเด็กที่มีครอบครัวแยกทาง

สรุปผลการวิจัยโดยภาพรวมสะท้อนให้เห็นว่าสุขภาวะทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางสะท้อนทั้งด้านบวกและด้านลบ และผลการวิจัยสะท้อนองค์ประกอบของ

สุขภาวะทางจิตตามแนวคิดของ Ryff และ Singer<sup>8</sup> ใน 4 ประเด็น ได้แก่ 1) ยอมรับในตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักที่สำคัญของสุขภาวะทางจิต 2) ความสัมพันธ์กับผู้อื่น 3) การจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ และ 4) จุดมุ่งหมายในชีวิต ซึ่งโดยภาพรวมมีการรับรู้ความพึงพอใจในชีวิตของตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านปฏิบัติการพยาบาล พยาบาลควรให้การส่งเสริมสุขภาวะทางจิตแก่เด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง นำผลการวิจัยในประเด็นที่น่าสนใจไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการดูแลเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทางอย่างเป็นองค์รวม และหน่วยงานด้านสุขภาพจัดโครงการเพื่อสร้างสายใยผูกพันในครอบครัว

2. ด้านการศึกษา ควรนำผลการวิจัยไปเผยแพร่เพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาวะทางจิตในเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง โดยเฉพาะโรงเรียนควรมีอาจารย์แนะแนวหรือผู้เกี่ยวข้องในการดูแลให้ความช่วยเหลือเด็กกลุ่มนี้เพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิต

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการศึกษาวิจัย เพื่อพัฒนาโปรแกรมเพื่อพัฒนาสุขภาวะทางจิต และลดความรู้สึกเป็นปมด้อยของเด็กวัยรุ่นที่มีครอบครัวแยกทาง

2. ควรศึกษาเปรียบเทียบสุขภาวะทางจิตของเด็กที่ครอบครัวแยกทางในแต่ละช่วงวัย

### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคามที่ให้ทุนสนับสนุนงานวิจัย

## References

1. Husserl E. Phenomenology and the Crisis of Philosophy (Lauer Q. trans.). Harper & Row, New York. 1965.
2. U.S. Census Bureau. "Table 4. Poverty Status of Families, by Type of Family, Presence of Related Children, Race, and Hispanic Origin: 1959 to 2008," (cited 2010 April 21). Available from: [www.census.gov/hhes/www/poverty/histpov/hstpov4.xls](http://www.census.gov/hhes/www/poverty/histpov/hstpov4.xls)
3. Child Trends. Family Structure: Indicators on Children and Youth. 2013. (Cited 2015 Oct 27). Available from: [http://www.childtrends.org/wpcontent/uploads/2011/12/59\\_Family\\_Structure.2013](http://www.childtrends.org/wpcontent/uploads/2011/12/59_Family_Structure.2013).
4. Office of Women's Affairs and Family Development. Interesting statistics to analyze the family dimension. The research department; Office of Women's Affairs and Family Development. 2013.
5. McLanahan S, Percheski C. Family structure and the reproduction of inequalities. *Annual Review of Sociology*. 2008; 34:257–76
6. Troxel WM, Lee L, Hall M, Matthews KA. Single parent family structure and sleep problems in black and white adolescents. *Sleep Medicine*. 2014;15:255-261.
7. Sackss V, Moore KA, Shaw A, Cooper PM. The family environment and adolescent well-being. *Child Trends*. 2014;1-12.
8. Ryff CD, Singer B. Psychological well-being: Meaning, measurement, and Implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 1996; 65(1):14-23.
9. Colaizzi P. Psychological research as the Phenomenologist views it. In *Existential Phenomenological Alternatives for Psychology* (Valle R. & King M. eds). Oxford University Press, London. 1978: 48-71
10. Plodpluang U. Data analysis in Phenomenology Studies. *Nursing Journal of the Minsistry of Public Health* [Internet]. 1 [cited 20Apr.2019]; 23(2):1-0. Available from: <https://www.tci-thaijo.org/index.php/tnaph/article/view/11885>
11. Lincoln YS, Guba EG. *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage; 1985.
12. Saikai R. Broken family: Its causes and effects on the development of children. *International Journal of Applied Research*. 2017; 3(2):445-8.
13. Samutasadong W. Solving child problem 2013. "Children with Divorced Parents Problems". Research report. 2012. (Cited 2018 July 10). Available from: <http://taamkru.com/th/%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%9A%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B9%81%E0%B8%95%E0%B8%81/> (in Thai)
14. Wiriyaotree S. The study of self-esteem of teenage studens of divorced families in Bangkok. Master of social science, Institute for Population and Social Research: Mahidol University. 2008. (in Thai)

15. Burton N. Divorce Effect On Kids: Do You Wish Your Parents Had Split? The Huffington Post. 2012. (cited 2018 May 18). Available from: [http://www.huffingtonpost.com/Natasha-burton/divorce-effect-on-kids\\_b\\_1601627.html](http://www.huffingtonpost.com/Natasha-burton/divorce-effect-on-kids_b_1601627.html).
16. Thoranee R, Thephak R, Muansith A. Dynamics adjustment and living of child in divorced family. Bangkok: Rajamangala University of Technology Phra Nakhon. 2008. (in Thai)
17. Uwaifo VO. The effects of family structures on the academic performance of Nigerian University students. Global. Journal of Human Social Science 2012;12(2):53-6.
18. Aktar S. Effects of Family Breakup on Children: A Study in Khula City. Bangladesh e-Journal of Sociology 2013;10(1):138-52.
19. Uratanamanee S, Wacharasin C, Jongudomkarn D. The context of single mother families: A study of adolescent's lived experiences. Journal of Health Science Research 2016;10(1):32-8. (in Thai)
20. Diener E. Subjective well-being. Psychological Bulletin 1984;95:542-75.