

นิพนธ์ต้นฉบับ

พลวัตความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รัก ของบุคคลที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก

วันรับ : 12 มีนาคม 2563
วันแก้ไข : 24 กรกฎาคม 2563
วันตอบรับ : 26 กรกฎาคม 2563

กัมพล ใหม่อัจฉริยะ, วท.ม., อารยา ผลธัญญา, ศศ.ด.
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับพลวัตความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รักของบุคคลที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก

วิธีการ: เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษาใช้เวลาเก็บข้อมูล 3 เดือน ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับกรณีศึกษาจำนวน 5 ราย วิเคราะห์ข้อมูลแบบการวิเคราะห์สาระแก่นสาร

ผล: กรณีศึกษาที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจากผู้เลี้ยงดู มีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดู กรณีศึกษา 4 ใน 5 ราย ส่งต่อความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงสู่คู่รัก โดยสะท้อนผ่านความรู้สึกสับสน ไม่เข้าใจความรู้สึกของตนเองและคู่รัก มีความสงสัยความรักที่คู่รักของตนมอบให้ มักพิสูจน์ความรักที่คู่รักมีต่อตนเอง การแสดงอารมณ์มีทั้งเก็บกดอารมณ์และการระเบิดอารมณ์ใส่คู่รัก รู้สึกไม่เป็นส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์ และนำไปสู่การยุติความสัมพันธ์บ่อยครั้ง แต่ยังมีกรณีศึกษา 1 ราย ที่พัฒนาความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงกับคู่รักได้ ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้แก่ ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความสามารถในการหาแหล่งทรัพยากรทางใจที่สามารถเข้าถึงได้ การได้รับรู้มุมมองทางบวกของผู้เลี้ยงดูต่อตนเอง รวมถึงได้รับการสนับสนุนทางกายภาพและทางอารมณ์จากคู่รัก

สรุป: ประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจากผู้เลี้ยงดูทำให้เกิดความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคง ซึ่งสามารถส่งต่อมายังความสัมพันธ์ระหว่างคู่รักในวัยผู้ใหญ่ได้ บุคลากรด้านสุขภาพจิตควรให้ความสำคัญในการพูดคุยเกี่ยวกับประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก เพื่อวิเคราะห์เชื่อมโยงปัญหาสัมพันธภาพในปัจจุบันและนำไปสู่การวางแผนช่วยเหลือที่เหมาะสมต่อไป

คำสำคัญ: ความผูกพันทางอารมณ์ ประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก พลวัต

ติดต่อผู้นิพนธ์: กัมพล ใหม่อัจฉริยะ; e-mail: popkeekkee@gmail.com

Original article

Dynamic formulation of romantic attachment in people with adverse childhood experiences

Received : 12 March 2020

Revised : 24 July 2020

Accepted : 26 July 2020

Kampon Maichandee, M.S., Araya Pontanya, Ph.D.

Faculty of Humanities, Chiang Mai University

Abstract

Objective: To in-depth study about dynamic formulation of romantic attachment in people with adverse childhood experiences (ACEs).

Methods: The current study used qualitative method with case study design. The data was collected from in-depth interviews with five participants within three months period. The data was then analyzed by using thematic-analysis method.

Results: All participants, who experienced with ACEs from their caregivers, shared insecure attachment styles with their caregivers. Four out of five participants transferred those attachment styles to their present romantic partners. Insecure attachment reflected through confusion, inability to understand emotions of self and partners, doubtfulness of love from partners, and lack of sense of belonging, which in turn lead individuals with insecure attachment to terminate their relationships repeatedly. However, one participant developed secure attachment with romantic partner. The factors that can lead to positive changes are mental strength, ability to find inner positive resources, awareness of caregivers' solicitude, and receiving physical and emotional supports from partners.

Conclusion: Adverse childhood experiences can lead to insecure attachment styles with caregivers, which then transfer to romantic partners in adulthood. Mental health personnel should focus on exploring client's adverse childhood experiences in order to analyze the connections with the current interpersonal problems. This information could lead to the suitable plan for further assistances.

Keywords: adverse childhood experience, dynamic, romantic attachment

Corresponding author: KamponMaichandee; e-mail: popkeekee@gmail.com

บทนำ

ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาได้มีการศึกษาเกี่ยวกับการมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก (adverse childhood experiences: ACEs) เพิ่มขึ้นอย่างมากเพื่อทำความเข้าใจผลกระทบของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กที่มีต่อบุคคลในด้านต่างๆ ประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก (ACEs) หมายถึงประสบการณ์เลวร้ายที่บุคคลเคยพบเจอในวัยเด็ก และบุคคลที่สร้างประสบการณ์ดังกล่าวคือบุคคลภายในครอบครัว โดยเด็กจะได้รับการเลี้ยงดูอย่างไม่เหมาะสม (childhood maltreatment) จากการถูกทารุณกรรมทางกาย ทางอารมณ์ ทางเพศ การปล่อยปละละเลย หรือมีสภาพครอบครัวที่ไม่สามารถดูแลเด็กได้เต็มที่ (household dysfunction) เช่น การมีบุคคลในครอบครัวติดสารเสพติด ป่วยทางจิต หรือติดสุรา รวมทั้งการอาศัยอยู่กับครอบครัวที่มีความรุนแรงหรือหย่าร้าง¹ ทั้งนี้จากการศึกษาของ Indra and Anita พบว่า ผู้ใหญ่อายุ 18-60 ปี ประมาณร้อยละ 80.0 มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กอย่างน้อย 1 เหตุการณ์ และพบอีกว่าผู้ใหญ่ประมาณร้อยละ 47.0 ที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กยังคงได้รับผลกระทบจากประสบการณ์ดังกล่าว หรือยังทุกข์ทรมานกับเหตุการณ์นั้นมาจนปัจจุบัน²

ความทุกข์ใจจากผลกระทบของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กดังกล่าว สะท้อนออกมาผ่านปัญหาสุขภาพกาย ปัญหาพฤติกรรม ปัญหาทางจิตใจ และปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยผลกระทบของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นสะท้อนผ่านรูปแบบการทำงานภายในจิตใจแบบไม่มั่นคง (insecure internal working model) ซึ่งประกอบด้วยมุมมองต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงความต้องการและการตอบสนองทางอารมณ์ เช่น การแสดงความก้าวร้าวรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น เชื่อว่าตนเองมีมลทิน รู้สึกไร้ค่า ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง³ รู้สึกว่าตนเองห่างเหินไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่นได้และแยกตัวออกจากสังคม รวมถึงรู้สึกว่าตนเองถูกทรยศ หวาดระแวง รู้สึกผิด และมีปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว² บางคนมีความเชื่อว่าการอยู่คนเดียวเป็นสิ่งที่

ปลอดภัยกว่าการมีความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งกับผู้อื่น จึงมีพฤติกรรมเปลี่ยนคู่รักบ่อย เลิกราบ่อย มีพฤติกรรมสับสนทางเพศ และขาดความอดทนเมื่อมีความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งกับผู้อื่น⁴ บุคคลที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมีข้อจำกัดในการแก้ปัญหาสัมพันธ์ภาพระหว่างคู่รัก ไม่อบอุ่น ไม่คอยให้ความช่วยเหลือคู่รัก และมีแนวโน้มที่จะนอกใจคู่รักมากกว่า⁵ ซึ่งเห็นได้ว่าประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กสร้างผลกระทบทางจิตใจ ไม่ใช่แค่ในขณะที่ยุติกำลังเผชิญเหตุการณ์ในวัยเด็ก แต่ผลกระทบดังกล่าวยังคงต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน งานวิจัยหลายชิ้นพบว่าประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กส่งผลกระทบต่อรูปแบบการทำงานภายในจิตใจ (internal working model) ที่เด็กมีต่อผู้ดูแลหลักก่อน หลังจากนั้นจะส่งผลกระทบต่อผู้ใหญ่ในวัยผู้ใหญ่ และพัฒนาเป็นปัญหาการสร้างและคงความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน หรือคู่รัก⁴ เนื่องจากบุคคลมีแนวโน้มจะใช้รูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงไปตลอดชีวิต⁶ แต่รูปแบบการทำงานภายในจิตใจดังกล่าวเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ปรับเปลี่ยนได้ ขึ้นอยู่กับอายุ วุฒิภาวะ รวมถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวบุคคลที่เปลี่ยนแปลงไป⁷

ปัจจุบันประเทศไทยมีการศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กและผลกระทบของประสบการณ์ที่มีต่อบุคคลในด้านต่างๆ มากขึ้น แต่จากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยพบว่า ความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รักของบุคคลที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กแตกต่างจากผู้ที่ไม่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก⁶ แต่ยังไม่มีการศึกษาเชิงลึกเพื่อตอบคำถามเกี่ยวกับการส่งต่อความผูกพันทางอารมณ์ที่บุคคลมีต่อผู้เลี้ยงดูหลักมาสู่คู่รักในบุคคลที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กในบริบทของสังคมไทย ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาประเด็นดังกล่าวในเชิงลึกเพื่อทำความเข้าใจพลวัตที่เกิดขึ้นระหว่างความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รัก และประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก อีกทั้งการทำความเข้าใจพลวัตของความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รักของบุคคลที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก จะช่วยผู้ให้บริการด้านสุขภาพจิตทำความเข้าใจผู้รับบริการที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมากขึ้น ส่งผลให้มีการวางแผนการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม

รวมถึงสามารถสร้างองค์ความรู้เพื่อป้องกันการเกิดวงจรของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กซ้ำในคู่รัก หรือการใช้ความรุนแรงกับคู่รักของตนเองต่อไป

วิธีการ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา ผู้วิจัยต้องการศึกษาข้อมูลเชิงลึกของเหตุการณ์ หรือปรากฏการณ์ในขอบเขตที่ชัดเจนทั้งในแง่ของเนื้อหา เวลา และสถานที่ จึงใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างน้อยแต่ศึกษาอย่างลึกซึ้ง เพื่อให้ได้ข้อเท็จจริงที่ทำให้ทราบว่าบุคคล เหตุการณ์ หรือปรากฏการณ์นั้นๆ มีเหตุปัจจัยใดที่ทำให้เกิดขึ้น ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกตตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ กรณีศึกษาในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนทั้งหมด 5 ราย ซึ่งได้จากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงจากบุคคลทั่วไปและสมาชิกของมูลนิธิที่ให้ความช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสในจังหวัดเชียงใหม่ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยใช้คะแนนจากแบบวัดประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กในการคัดกรอง กรณีศึกษาต้องได้คะแนนจากแบบวัดประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมากกว่าหรือเท่ากับ 4 คะแนน เป็นคนไทยที่อาศัยอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุ 18 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป มีความสัมพันธ์ในลักษณะคู่รักในปัจจุบันโดยเป็นได้ทั้งคู่รักแบบเพศเดียวกันหรือเพศตรงข้าม แบบวัดที่ใช้ในการคัดกรองผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก (ACEs questionnaire) ของศาลเยาวชนและครอบครัวแห่งชาติ ประเทศสหรัฐอเมริกา ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .81 ผู้วิจัยมีการปรับข้อคำถามให้เหมาะสมกับบริบทของคนไทย หลังจากนั้นผู้วิจัยจะให้กรณีศึกษาอ่านเอกสารชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับโครงการวิจัย รวมถึงให้คำยินยอมทางวาจาเพื่อปกป้องความเป็นส่วนตัว และสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้คำถามกึ่งโครงสร้างที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากทฤษฎีความผูกพันทางอารมณ์ และทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยเตรียมการสัมภาษณ์กรณีศึกษาอย่างน้อย 1 ครั้งต่อสัปดาห์เพื่อสร้างสัมพันธภาพร่วมกับการเก็บข้อมูล ซึ่งการสัมภาษณ์กรณีศึกษาแต่ละรายในการวิจัยครั้งนี้อยู่ระหว่าง 2-5 ครั้ง แต่แต่ละครั้งใช้เวลา 45 - 60 นาที

ผู้วิจัยใช้อุปกรณ์บันทึกเสียง เพื่อป้องกันไม่ให้ข้อมูลที่ได้รับเกิดการคลาดเคลื่อน

ข้อมูลดิบที่ได้จากกรณีศึกษา จะถูกวิเคราะห์สาระแก่นสารแบบใช้ทฤษฎีสังเคราะห์ประเด็นและแนวคิดที่เป็นการสะท้อนถึงพลวัตของความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รักตามทฤษฎีความผูกพันทางอารมณ์ และทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยนำข้อมูลทั้งหมดมาจัดหมวดหมู่ ใช้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องประกอบการวิเคราะห์เนื้อหา และนำเสนอในรูปของการสังเคราะห์แบบแผน ตรวจสอบข้อมูลโดยให้ผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ตรวจสอบการวิเคราะห์ข้อมูล ควบคู่กับการวิเคราะห์ข้อมูลเดียวกันด้วยมุมมองหรือทฤษฎีอื่น รวมถึงให้กรณีศึกษาตรวจสอบข้อมูลด้วยตัวเอง แล้วให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อนำมาปรับแก้

งานวิจัยนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หนังสือรับรองโครงการวิจัยเลขที่ CMUREC No. 61/060 กรณีศึกษาที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัยได้รับการอธิบายวัตถุประสงค์ การขออนุญาตบันทึกเสียง การเผยแพร่ข้อมูล สิทธิของกรณีศึกษา และวิธีการเก็บข้อมูลโดยผู้วิจัย และได้ให้คำยินยอมทางวาจาเพื่อเข้าร่วมโครงการวิจัยครบทุกราย

ผล

กรณีศึกษาจำนวนทั้งหมด 5 ราย เป็นบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ) 1 ราย เพศชาย 2 ราย และเพศหญิง 2 ราย มีอายุระหว่าง 18-35 ปี ระดับการศึกษาต่ำสุดคือชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และการศึกษาสูงสุดคือระดับชั้นปริญญาโท กรณีศึกษามีสถานภาพโสดตามกฎหมาย 4 คน หย่าร้าง 1 คน ทั้งนี้ในด้านความสัมพันธ์ กรณีศึกษาทุกรายกำลังคบหาอยู่ด้วยคู่รัก ผลจากการทำแบบวัดประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก พบว่ากรณีศึกษามีคะแนนประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก (ACEs score) อยู่ในช่วง 5 ถึง 7 คะแนน

ผู้วิจัยทำการสังเคราะห์ประเด็นสำคัญที่พบร่วมกันของกรณีศึกษาทั้ง 5 ราย เป็นการสังเคราะห์ประเด็นจากการวิเคราะห์กรณีศึกษารายบุคคลโดยละเอียด แล้วนำข้อมูลมาจัดหมวดหมู่เพื่อให้เห็นภาพรวมทั้งหมด จากการสังเคราะห์

ข้อมูลพบประเด็นสำคัญสามารถสรุปมุมมองของกรณีศึกษาที่มีต่อตนเองและผู้อื่น ตลอดจนรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่สะท้อนรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์ ที่เป็นผลกระทบจากการมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กโดยมีรายละเอียดดังนี้

ความเครียดเรื้อรังที่คาดเดาไม่ได้นำไปสู่ความรู้สึกสับสน ไม่มั่นคงทางอารมณ์กับคู่รัก

ประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กที่เกิดขึ้นกับกรณีศึกษาแตกต่างจากอุปสรรคที่เด็กทุกคนต้องพบเจอตามขั้นตอนพัฒนาการทั่วไป กล่าวคือประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจะทำให้สภาพจิตใจของเด็กเปราะบางมีความเสี่ยงต่อการพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดู เพราะประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กของกรณีศึกษาทุกรายเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นต่อเนื่อง เป็นระยะเวลานาน มีลักษณะเป็นความเครียดเรื้อรังที่คาดเดาไม่ได้ (chronic unpredictable stress) เกิดจากการที่ผู้ดูแลเป็นผู้สร้างบาดแผลทางจิตใจให้แก่กรณีศึกษาตั้งแต่เด็กซ้าๆ ดังนั้นกรณีศึกษาที่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก จึงมีมุมมองทางลบต่อตนเองและผู้อื่นซึ่งในที่นี้หมายถึงผู้เลี้ยงดูและผู้ใกล้ชิด ดังคำกล่าวของกรณีศึกษารายหนึ่งที่ว่า “*ไม่ไหวแล้วอะไรอย่างนี้ มัน insecure มันรู้สึกวุ่นวายมันไม่ปลอดภัยอยู่แล้ว มันไม่มีสิ่งยึดเหนี่ยวไม่มีใครจะช่วยเราได้*” รวมถึงความรู้สึกผิดหวังต่อผู้เลี้ยงดูที่ไม่สามารถเป็นที่พึ่งพาทั้งทางร่างกายและอารมณ์ให้กับตนได้ ดังคำกล่าวของกรณีศึกษารายหนึ่งที่ว่า “*เราและพี่สาวถูกพ่อตีบ่อยมากตั้งแต่เด็ก พ่อแม่ทะเลาะกันบ่อยเราก็จะถูกตีด้วยในตอนนั้นใช้คำว่าเกลียดพ่อได้เลย เวลาใครถามก็จะตอบว่าไม่มีพ่อ แม่เอาก็บอกไม่แล้วก็มีลูกมา จริงนะ มันเกลียดถึงขนาดที่ว่าไม่อยากมีพ่อมีแม่*” ในขณะเดียวกันกรณีศึกษายังต้องการพึ่งพาผู้เลี้ยงดูเพื่อตอบสนองความต้องการทางร่างกายเพื่อเอาชีวิตรอด ทำให้กรณีศึกษาสับสนระหว่างการหนีไปจากผู้เลี้ยงดูเพื่อเอาชีวิตรอดจากอันตรายที่เกิดจากการทารุณกรรม หรือยังอยู่ในความดูแลของผู้เลี้ยงดูเพราะผู้เลี้ยงดูเป็นทางเดียวในการเอาชีวิตรอด ความขัดแย้งภายในจิตใจทำให้อารมณ์ไม่สงบ ก่อให้เกิดรูปแบบการทำงานภายในจิตใจแบบไม่มั่นคง และมีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคง

ต่อผู้เลี้ยงดู

เมื่อกรณีศึกษาเข้าสู่วัยผู้ใหญ่และมีความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รัก คู่รักของกรณีศึกษาจึงเป็นตัวแทนของผู้เลี้ยงดูคนใดคนหนึ่งซึ่งกระตุ้นให้กรณีศึกษาใช้รูปแบบการทำงานภายในจิตใจแบบไม่มั่นคงของตนเองที่ถูกสร้างขึ้นจากประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก เป็นทรัพยากรในการสร้างความสัมพันธ์ซึ่งกับคู่รัก โดยถ้อยคำมุมมองและการพึ่งพาทางอารมณ์ที่มีต่อผู้เลี้ยงดูดังกล่าวมายังคู่รัก กรณีศึกษาเองจึงมักรู้สึกสับสน ไม่เข้าใจความรู้สึกของตนเอง และคู่รัก มีความลังเลสงสัยในความรักที่คู่รักของตนมอบให้อยู่บ่อยครั้งคล้ายที่กรณีศึกษารู้สึกกับผู้เลี้ยงดูในวัยเด็ก ซึ่งสะท้อนผ่านคำบอกเล่าของกรณีศึกษาคือ “*ทุกครั้งที่เขาเจิบ ยิ่งตอนที่คบกันใหม่ๆ ก็จะมีเรื่องกันแล้ว จะคิดว่าเขากำลังคิดเรื่องผู้หญิงอื่น หรือคิดถึงแฟนเก่า คิดถึงใคร คิดถึงผู้หญิงใช้ใหม่ คิดวางแผนอะไร คิดว่าถ้าเรากลับแล้วจะชวนผู้หญิงคนอื่นมา เหมือนระแวงว่าเขาจะนอกใจหรือเปล่า เจ้าชู้หรือเปล่า มาหลอกเราหรือเปล่า*” นำไปสู่การพิสูจน์ความรักที่คู่รักมีต่อตัวตนเอง สภาวะอารมณ์จะแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิงระหว่างเก็บกดอารมณ์หรือความรู้สึกเพื่อประคับประคองความผูกพันทางอารมณ์ กับระเบิดอารมณ์ใส่คู่รักเพื่อสกัดกั้นความผูกพันทางอารมณ์เมื่อตกอยู่ในสภาวะตึงเครียด พฤติกรรมดังกล่าวสอดคล้องกับรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ถูกสร้างขึ้นมาตั้งแต่วัยเด็ก หากพิจารณาแบบแผนของการแสดงออกจะพบว่ามีคล้ายคลึงกับลักษณะอารมณ์ที่กรณีศึกษามีต่อผู้เลี้ยงดูในวัยเด็กที่มีทั้งต้องการความผูกพันใกล้ชิดและต้องการหลีกเลี่ยงจากความผูกพันที่เป็นอันตรายต่อตนเอง

มุมมองลบต่อตนเองและความรู้สึกแปลกแยกกับคู่รัก

ประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กส่งผลให้กรณีศึกษาไม่สามารถสร้างความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดูหรือไม่สามารถสัมผัสถึงความรู้สึกผูกพันเหล่านั้นได้ ความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงทำให้กรณีศึกษามีมุมมองทางลบต่อตนเอง กรณีศึกษามักรู้สึกไม่เป็นส่วนหนึ่งของความผูกพันที่เกิดขึ้นระหว่างตนกับผู้เลี้ยงดู ซึ่งกรณีศึกษาแต่ละคนจัดการกับความรู้สึกดังกล่าวด้วยวิธีการที่แตกต่างกันไป

บางคนมีบทบาทเป็นผู้ประนีประนอมความรุนแรงภายในครอบครัว หรือมีบทบาทเป็นผู้สร้างความพึงพอใจแก่ผู้เลี้ยงดู ทัศนศึกษาบางคนเลือกวิธีการหลีกเลี่ยงหนีไปจากความผูกพันทางอารมณ์ เช่น การหนีออกจากบ้าน หรือตัดความรู้สึกผูกพันต่อผู้เลี้ยงดู ส่งผลให้ความรู้สึกไม่เป็นส่วนหนึ่งในความผูกพันทางอารมณ์ถูกบรรจุอยู่ในรูปแบบการทำงานภายในจิตใจตั้งแต่ในวัยเด็ก ทัศนศึกษามักเชื่อว่าตนเองมีเรื่องน่าละอายใจติดตัวมาตั้งแต่เด็ก จึงทำให้ผู้เลี้ยงดูปล่อยปละละเลย ทำร้ายทั้งกายใจ ไม่ตอบสนองความต้องการของทัศนศึกษา เมื่อมีความผูกพันทางอารมณ์กับคู่รัก คู่รักจึงกลายเป็นตัวแทนของผู้เลี้ยงดู คนใดคนหนึ่งของทัศนศึกษาที่กระตุ้นความรู้สึกไม่เป็นส่วนหนึ่งที่อยู่ในรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงในวัยเด็กขึ้นมา มุมมองทางลบที่มีต่อตนเองทำให้ทัศนศึกษามีความรู้สึกรักตัวเองไม่ลง คิดว่าตัวเองไม่มีค่าพอที่จะได้รับการดูแลที่ดีจากคู่รัก ดังคำกล่าวของทัศนศึกษารายหนึ่งที่ว่า “*พี่รู้สึกตลอดเวลาว่าพี่ไม่คู่ควรกับเขา ในความรู้สึกมันเป็นภาพที่เขาอยู่กับผู้หญิงคนอื่นที่ดีกว่า อายุน้อยกว่า สวยกว่า เก่งกว่า แล้วพี่ก็ไม่มีลูก พี่ก็จะรู้สึกแบบพี่อายุมากกว่า แล้วพี่ก็มีลูก พี่อายุมากกว่าเขา 4 ปี พี่ก็จะรู้สึกแบบเราห่วย เราไม่เหมาะกับเขาเลย*” ความเชื่อว่าตนเองมีเรื่องน่าละอายใจทำให้ทัศนศึกษาไม่มั่นใจว่าคู่รักจะสามารถรักตัวตนที่น่าละอายใจนี้ โดยปราศจากเงื่อนไขได้หรือไม่ เมื่อมีความขัดแย้งกับคู่รัก ทัศนศึกษาไม่สามารถแยกแยะมุมมองทางลบที่มีต่อตนเองและผู้อื่นอันเป็นผลของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็ก ออกจากมุมมองทางลบที่ทัศนศึกษามีต่อตนเองและคู่รักในสถานการณ์ของความสัมพันธ์แบบคู่รักได้ รูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงที่ถูกพัฒนามาในวัยเด็กทำให้ทัศนศึกษาเผชิญกับความทุกข์อันเกิดจากความรู้สึกละอายใจทั้งที่ไม่จำเป็น

ความไม่มั่นคงทางอารมณ์กับการเลียนแบบพฤติกรรมรุนแรงส่งผลต่อคู่รัก

ทัศนศึกษาทุกรายที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจำนวนมากใช้ชีวิตในวัยเด็กอยู่กับรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงของตนเอง ทำให้ทัศนศึกษามีความคิดต่อตนเองว่าเป็นคนไม่มีค่า ไม่มีใครรักตัวตนที่แท้จริงของ

ทัศนศึกษา ความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงต่อผู้เลี้ยงดูในวัยเด็กถูกส่งต่อมาสู่ความผูกพันทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างทัศนศึกษากับคู่รักของทัศนศึกษา ทำให้ทัศนศึกษารู้สึกไม่ไว้วางใจตนเองและคู่รักเกือบตลอดเวลา ความหวั่นไหวดังกล่าวส่งผลทางลบต่อความผูกพันทางอารมณ์ของทัศนศึกษาจนต้องทดสอบความผูกพันทางอารมณ์ที่มีต่อคู่รักอยู่บ่อยครั้งด้วยวิธีการอันหลากหลาย เช่น การเรียกร้องความสนใจมากเกินไป การทำตัวห่างเหินเย็นชา การใช้ความรุนแรงทางร่างกายและจิตใจต่อตนเองและคู่รัก พฤติกรรมดังกล่าวนำไปสู่การยุติความสัมพันธ์บ่อยครั้ง และการยุติความสัมพันธ์ทุกครั้งเป็นการยืนยันความเชื่อทางลบเกี่ยวกับตนเองในรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงที่พัฒนามาตั้งแต่เด็กกว่าตัวทัศนศึกษา ไม่เป็นที่ต้องการ เป็นที่รัก เป็นที่ยอมรับ จากคนที่ตนรัก

การอาศัยอยู่กับผู้เลี้ยงดูที่สร้างประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กแก่ทัศนศึกษา ทำให้ทัศนศึกษามีตัวเลือกในการเรียนรู้พฤติกรรมพึงประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันทางอารมณ์อย่างจำกัด ดังนั้นทัศนศึกษาจึงเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมที่ผู้เลี้ยงดูมีต่อทัศนศึกษา และแสดงพฤติกรรมดังกล่าวต่อคู่รัก ทัศนศึกษาทุกคนสะท้อนว่าตนเองตระหนักถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของผู้เลี้ยงดูคนใดคนหนึ่งผ่านพฤติกรรมทางความผูกพันทางอารมณ์ของตนเองกับคู่รัก ดังคำกล่าวของทัศนศึกษารายหนึ่งดังนี้ “*มันจะมีข้อหนึ่งที่ว่าเราทำร้ายแฟนใช้ไหม ที่แม่รู้เรื่องแล้วเราทำให้แม่เสียใจ มันรู้สึกแย่มากคือแม่พูดมาว่า ก็รู้อยู่ว่าตัวเองไม่ชอบแบบพ่อแต่ตัวเองก็ยังทำ มันทำให้แม่แบบ แม่ยังไม่รักเราเลยในสิ่งที่เราเป็นอย่างนั้น แม่ก็โกรธ แล้วเราก็กลับมานึกว่าเราทำให้แม่เราเสียใจนะ*” การตระหนักว่าตนเองมีพฤติกรรมทางความสัมพันธ์คล้ายกับผู้เลี้ยงดูของตนทำให้ทัศนศึกษารู้สึกไม่พึงพอใจในตัวเอง มีความคิดที่ตนเองแสดงพฤติกรรมที่น่ารังเกียจเหมือนกับผู้เลี้ยงดูเคยทำกับตนในวัยเด็ก

ทัศนศึกษา 4 ใน 5 ราย ที่มีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดูส่งต่อความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงมาสู่คู่รักผ่านรูปแบบการทำงานที่ไม่มั่นคง ทำให้ทัศนศึกษาส่วนใหญ่ขยายมุมมองทางลบที่มีต่อผู้เลี้ยงดูในวัยเด็กมายังคู่รัก

และคงมอมมองทางลบที่มีต่อตนเองตลอดเวลา ส่วนกรณีศึกษา 1 ราย ที่สามารถพัฒนารูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่มั่นคงกับคู่รักได้เป็นผลมาจากการรับรู้ว่าคุณเป็นห่วงกรณีศึกษารวมถึงการได้รับการสนับสนุนทั้งทางร่างกายและอารมณ์จากคู่รักอย่างเหมาะสม และมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจคือหลุมศพแม่ของกรณีศึกษาดังกล่าวบอกเล่าที่ว่า “ได้ยินเขาเล่าขำขันกัน (ภาษาท้องถิ่นภาคเหนือของประเทศไทยหมายความว่า พูดถึงหรือนินทา: ผู้วิจัย) เอ้อ หลานเป็นไงมั่งจูนจี้ จะเป็นตายร้ายดียังไง ผมก็ฟังไปด้วยร้องไห้ไปด้วย ตอนนั้นที่ร้องไห้เพราะคิดถึงแม่ครอบครัว แล้วก็คิดถึงปู่ ปู่ก็ไม่อยู่ ปู่เสีย บางครั้งผมก็ไปนอนหนุน หลังบ้าน หลังบ้านจะเป็นที่ฝังศพเนี่ย ทำกระต๋อมเล็กๆ ให้คนตายฝังไว้ในดิน เหมือนทำบ้านเล็กๆ ฝังไว้ในดิน ปูนกลบอีกที ผมก็ไปกวาดๆ เอาหมอนไปนอน เอาเสาไปปูกลางค้ำกลางคืนก็นอนก็คิดถึง”

จากการวิเคราะห์ข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่สะท้อนความผูกพันทางอารมณ์ต่อคู่รักที่แตกต่างกันไปของกรณีศึกษา โดยแยกตามตัวแปร 4 ตัวแปร ได้แก่ มุมมองต่อตนเอง มุมมองต่อผู้อื่น การพึ่งพิงทางอารมณ์ และความต้องการหลีกเลี่ยง แสดงให้เห็นว่ากรณีศึกษา 4 ใน 5 ราย มีมุมมองทางลบต่อตนเอง 3 ใน 5 ราย มีมุมมองทางลบต่อผู้อื่น ส่วนการพึ่งพาทางอารมณ์หรือการหลีกเลี่ยงความผูกพันทางอารมณ์พบว่า กรณีศึกษา 4 ใน 5 ราย มีการพึ่งพาทางอารมณ์กับคู่รักในระดับสูง ทั้งนี้ 3 ใน 4 ราย ที่มีการพึ่งพาทางอารมณ์สูงจะมีความต้องการหลีกเลี่ยงการมีความผูกพันทางอารมณ์ในระดับสูงด้วยเช่นกัน มีกรณีศึกษา 1 ราย ที่มีมุมมองทางบวกต่อตนเองและผู้อื่น มีการพึ่งพิงทางอารมณ์และความต้องการหลีกเลี่ยงอยู่ในระดับต่ำสะท้อนให้เห็นว่ากรณีศึกษาคนดังกล่าวไม่ได้ส่งต่อความผูกพันทางอารมณ์แบบไม่มั่นคงที่มีกับคู่รักมาอย่างคู่รักและสามารถพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงกับคู่รักได้ ส่วนกรณีศึกษา 4 ใน 5 ราย มีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับคู่รักซึ่งเป็นรูปแบบเดียวกันกับความผูกพันทางอารมณ์ในวัยเด็กของกรณีศึกษา ทำให้ยังไม่สามารถพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงกับคู่รักได้ในขณะนี้ โดยแบ่งเป็นความ

ผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงแบบหวาดกลัว 3 ราย และแบบหมกมุ่น 1 ราย

วิจารณ์

บุคคลที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมีความบกพร่องในการพัฒนารูปแบบการทำงานภายในจิตใจอันมั่นคงเนื่องจากถูกประสบการณ์ที่ได้รับจากผู้เลี้ยงดูกระตุ้นซ้ำๆ มักมีการตอบสนองแบบมากหรือน้อยเกินไป¹⁰ และไม่สามารถฟื้นคืนตามธรรมชาติได้ แม้จะผ่านเหตุการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมาเป็นสิบปีแล้วก็ตาม¹¹ การมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กทำให้บุคคลมีมุมมองทางลบต่อตนเองและผู้อื่น¹² ไม่ค่อยรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล¹³ และไม่สามารถไว้วางใจผู้อื่นได้¹⁴ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบในครั้งนี้โดยกรณีศึกษา 4 ใน 5 ราย มีมุมมองทางลบต่อตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเมื่อต้องมีความผูกพันลึกซึ้งกับคู่รัก เช่น การทำร้ายร่างกาย การต่อว่าตนเอง หรือการด่าทอคู่รัก ซึ่งสะท้อนข้อจำกัดในขณะนี้ของกรณีศึกษาเกี่ยวกับความสามารถในการประคับประคองความสัมพันธ์ที่มั่นคงอันเกิดจากการขาดประสบการณ์การมีความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงจากผู้เลี้ยงดู

นอกจากนี้การมีผู้เลี้ยงดูที่ไม่สามารถเชื่อใจ สนับสนุน หรือทารุณกรรมจนทำให้กรณีศึกษาไม่สามารถสัมผัสถึงความผูกพันทางอารมณ์ได้ กรณีศึกษาเชื่อว่าตนเองไม่มีค่า ไม่มีใครรักกรณีศึกษาอย่างที่เป็น จึงพัฒนารูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคงขึ้นมาเพื่อใช้ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ทางความสัมพันธ์ โดยเฉพาะความสัมพันธ์ลึกซึ้งกับคู่รักในวัยผู้ใหญ่ โดยกรณีศึกษาส่วนใหญ่ที่มีรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคง จะมีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดู และมีแนวโน้มที่จะส่งต่อความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงดังกล่าวมาสู่คู่รักด้วย^{15,16} ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ที่พบว่าความรู้สึกไม่มั่นคงภายในใจเกิดขึ้นตลอดเวลาเมื่อต้องมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับคู่รัก เนื่องจากคู่รักของกรณีศึกษาอาจเสมือนเป็นตัวแทนของผู้เลี้ยงดูคนใดคนหนึ่งจึงกระตุ้นความรู้สึกผูกพันทางอารมณ์ที่กรณีศึกษามีต่อผู้เลี้ยงดู ทำให้กรณีศึกษาพยายามทดสอบความสัมพันธ์

ใกล้ชิดกับคู่รัก เนื่องจากคู่รักของกรณีศึกษาอาจเสมือนเป็นตัวแทนของผู้เลี้ยงดูคนใดคนหนึ่งจึงกระตุ้นความรู้สึกผูกพันทางอารมณ์ที่กรณีศึกษามีต่อผู้เลี้ยงดู ทำให้กรณีศึกษาพยายามทดสอบความสัมพันธ์ที่มีต่อคู่รักอยู่บ่อยครั้งด้วยวิธีการอันหลากหลาย เช่น การเรียกร้องความสนใจมากเกินไป การทำตัวห่างเหินเย็นชา การใช้คำพูดที่รุนแรงทั้งต่อตนเองและคู่รัก หรือการใช้ความรุนแรงทางร่างกาย เพื่อยืนยันรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่มั่นคงของกรณีศึกษา

ในทางกลับกันกรณีศึกษารายหนึ่งที่มีรูปแบบการทำงานภายในจิตใจที่ไม่มั่นคง และมีความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงกับผู้เลี้ยงดู แต่สามารถพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงกับคู่รักได้ โดยกรณีศึกษารายนี้มีมุมมองทางบวกทั้งต่อตนเองและคู่รัก มีพฤติกรรม ทศนคติต่อความสัมพันธ์ทางบวก ซึ่งความแตกต่างดังกล่าวระหว่างกรณีศึกษารายนี้กับกรณีศึกษารายอื่นเป็นผลจากการมีโอกาสรับรู้ความคิด ความรู้สึกทางบวกที่ผู้เลี้ยงดูมีต่อกรณีศึกษา ทำให้กรณีศึกษามีความยืดหยุ่นในการรับรู้มุมมองที่มีต่อผู้อื่น ซึ่งส่งผลให้กรณีศึกษาสามารถพัฒนาความยืดหยุ่นและความเข้มแข็งทางจิตใจของตนเองขึ้นมาได้ อีกทั้งกรณีศึกษารายนี้มีโอกาสในการเข้าถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือแหล่งทรัพยากรทางใจที่สามารถชดเชยความต้องการทางอารมณ์ของกรณีศึกษาได้ในยามที่ต้องการ ซึ่งแหล่งพลังทางใจดังกล่าวเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ทำให้กรณีศึกษาฟื้นคืนจากความเจ็บปวดในวัยเด็กได้ ข้อมูลจากกรณีศึกษารายนี้สะท้อนให้เห็นว่าโอกาสในการเข้าถึงประสบการณ์และสภาพแวดล้อมทางบวก หรือการรับรู้มุมมองทางบวกจากผู้เลี้ยงดูเป็นปัจจัยสนับสนุนให้กรณีศึกษาสามารถจัดการกับผลกระทบของประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กของตนได้ ซึ่งประสบการณ์ดังกล่าวของกรณีศึกษารายนี้ไม่พบจากการสัมภาษณ์จากกรณีศึกษารายอื่น ทั้งนี้ Nakazawa กล่าวว่า การสูญเสียพ่อและ/หรือแม่ ในวัยเด็กสามารถส่งผลทั้งทางบวกและทางลบต่อเด็ก โดยในเด็กจำนวนร้อยละ 10 ที่สูญเสียผู้ดูแลและผลักดันให้ตัวเองมีความอดทน แข็งแกร่ง และพึ่งพาตัวเองได้ ทำให้บุคคลต่อสู้ดิ้นรนเพื่อหาทางแก้ปัญหา บางคนสามารถทำสิ่งที่พิเศษและลึกซึ้งได้¹¹ อีกปัจจัยที่ส่งผล

ต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์ของกรณีศึกษารายนี้ สามารถอธิบายได้ว่า เป็นผลจากการได้รับโอกาสจากคู่รักที่ให้การสนับสนุนทางกายภาพ และทางอารมณ์ เนื่องจากคู่รักของกรณีศึกษารายนี้แสดงความเข้าใจ และตอบสนองทางอารมณ์ต่อกรณีศึกษาได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับ Fraley and Brumbaugh ที่กล่าวไว้ว่าความรู้สึกผูกพันทางอารมณ์ของบุคคลนั้นพัฒนามาจากประสบการณ์ในวัยเด็ก มีแนวโน้มจะดำเนินไปในลักษณะเดิม นอกจากเกิดเหตุการณ์หรือปัจจัยอื่นที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความผูกพันทางอารมณ์ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงอาจเพิ่มหรือลดความมั่นคงของรูปแบบการทำงานภายในจิตใจ ดังนั้นบุคคลที่มีความผูกพันทางอารมณ์ที่มั่นคงอาจเปลี่ยนแปลงความผูกพันทางอารมณ์เป็นไม่มั่นคงได้หากเกิดเหตุการณ์ที่กระทบต่อมุมมองที่มีต่อตนเองและผู้อื่น ในทางกลับกันบุคคลที่มีความผูกพันทางอารมณ์แบบไม่มั่นคงเองสามารถเปลี่ยนแปลงความผูกพันทางอารมณ์ไปเป็นแบบมั่นคงได้เช่นกัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอาจเกิดขึ้นชั่วคราวหรือถาวรก็ได้ ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม ประสบการณ์ และบริบทชีวิต ณ ขณะนั้น¹⁷

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ที่ทำการศึกษาเกี่ยวกับกรณีศึกษาจำนวนหนึ่งเท่านั้น ผลการวิจัยในครั้งนี้จึงเป็นการอธิบายเฉพาะกลุ่ม และทำให้ได้ข้อมูลเบื้องต้นในการศึกษาเกี่ยวกับประเด็นนี้ ผลการวิจัยจึงอาจยังไม่สามารถระบุได้อย่างชัดเจนว่าการเปลี่ยนแปลงเชิงพลวัตของความผูกพันทางอารมณ์ในกลุ่มผู้ที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร หรือมีปัจจัยใดเป็นสาเหตุของพลวัตที่เกิดขึ้น ดังนั้นจึงควรต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมกับกลุ่มตัวอย่างจำนวนมากขึ้น และศึกษาลงลึกในประเด็นสาเหตุของพลวัต รวมถึงในการนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ควรใช้ด้วยความระมัดระวังในการนำผลไปอธิบายกับประชากรกลุ่มใหญ่

สรุป

ความผูกพันทางอารมณ์ที่มีต่อคู่รักของผู้ที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กส่วนใหญ่เป็นรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงเช่นเดียวกับความผูกพันทาง

อารมณ์ที่มีต่อผู้เลี้ยงดูในวัยเด็กของกรณีศึกษา โดยการส่งต่อรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์นั้นจะส่งต่อผ่านรูปแบบการทำงานภายในจิตใจของแต่ละบุคคลที่พัฒนาจากประสบการณ์ที่ได้รับในวัยเด็ก คู่รักในปัจจุบันของกรณีศึกษาเป็นปัจจัยกระตุ้นรูปแบบการทำงานภายในจิตใจในวัยเด็ก ทำให้กรณีศึกษามีพฤติกรรมและทัศนคติต่อคู่รักคล้ายกับที่มีต่อตนเองและผู้เลี้ยงดูในวัยเด็ก แสดงให้เห็นว่าความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงในวัยเด็กสามารถส่งต่อถึงผู้ใหญ่ได้ อย่างไรก็ตาม

กรณีศึกษาผู้ที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจำนวน 1 ใน 5 รายสามารถพัฒนาความผูกพันทางอารมณ์แบบมั่นคงกับคู่รักได้ ซึ่งเกิดจากโอกาสในการรับรู้มุมมองทางบวกของผู้เลี้ยงดูในวัยเด็ก โอกาสในการเข้าถึงทรัพยากรทางใจที่ส่งเสริมความสามารถในการฟื้นคืนจากสถานการณ์เลวร้ายได้ มีความตระหนักถึงทรัพยากรทางบวกทางใจของตนเอง รวมถึงมีโอกาสดำเนินการได้รับการสนับสนุนทั้งทางร่างกายและอารมณ์อย่างเหมาะสมจากคู่รักปัจจุบัน

ความรู้เดิม: ความผูกพันทางอารมณ์ที่บุคคลมีต่อผู้เลี้ยงดูจะถูกส่งต่อมายังคู่รัก เป็นคุณลักษณะที่เปลี่ยนแปลงได้ยาก

ความรู้ใหม่: แม้ผู้ที่เคยมีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กจะส่งต่อรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์ที่ไม่มั่นคงมายังคู่รัก แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ หากมีโอกาสได้รับมุมมองทางบวกจากผู้เลี้ยงดู มีความยืดหยุ่นทางจิตใจสูง เข้าถึงพื้นที่ปลอดภัยหรือแหล่งทรัพยากรทางใจ และได้รับการสนับสนุนทางร่างกายและอารมณ์จากคู่รัก

ประโยชน์ที่จะนำไปใช้: บุคลากรที่ทำงานด้านการช่วยเหลือเยียวยาทางจิตใจสามารถเข้าใจผู้รับบริการที่มีประสบการณ์เลวร้ายในวัยเด็กมากขึ้น ตระหนักถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบความผูกพันทางอารมณ์ในวัยผู้ใหญ่ และให้ความช่วยเหลือที่ทุกข้อใจกับปัญหาความสัมพันธ์กับคู่รักได้อย่างเข้าใจมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. Public Health Wales and Welsh Government. Measuring the health and well-being of a nation public health outcomes framework for Wales [Internet]. Cardiff: Welsh Government; 2016 [cited 2017 Mar 17]. Available from: <http://gov.wales/docs/phhs/publications/160329frameworken.pdf>
2. Indra T, Anita P. The impact of childhood family experience on partnership problems and birth-rate in adulthood. Society Integration Education (Proceedings of the International Scientific Conference). 2016;1:531-9. Available from: <http://dx.doi.org/10.17770/sie2016vol1.1533>
3. ศุภกาญจน์ ภักดี. การสะท้อนตัวตนของเด็กหญิงที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ: กรณีศึกษา [Self-reflection of girl sexually abuse: a case study] [การค้นคว้าแบบอิสระ]. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2554.
4. Mihaela B. How does childhood trauma affect trust? [Internet]. Newburyport MA: Psych Central; 2016 [cited 2017 Oct 24]. Available from: <https://blogs.psychcentral.com/practical-psychoanalysis/2016/05/how-does-childhood-trauma-affect-trust>
5. Colman RA, Widom CS. Childhood abuse and neglect and adult intimate relationships: a prospective study. Child Abuse Negl. 2004;28:1133-51. doi:10.1016/j.chiabu.2004.02.005.
6. Fraley CR. Attachment stability from infancy to adulthood: meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. Personality and Social Psychology Review. 2002;6(2):123-51. Available from: https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03

7. Fraley RC, Vicary AM, Brumbaugh CC, Roisman GI. Patterns of stability in adult attachment: an empirical test of two models of continuity and change. *J Pers Soc Psychol*. 2011;101(5):974-92. doi:10.1037/a0024150.
8. ประเวศน์ มหารัตน์สกุล. หลักการและวิธีการเขียนงานวิจัยวิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ [Principles and how to write a research dissertation thesis]. กรุงเทพฯ: ปัญญาชน; 2557.
9. National Council of Juvenile and Family Court Judges. Finding your ACEs scores [Internet]. Nevada: National Council of Juvenile and Family Court Judges; 2006 [cited 2017 Oct 24]. Available from: <https://www.ncjfcj.org/>.
10. Summit RC. Abuse of the child sexual abuse accommodation syndrome. *J Child Sex Abus*. 1993;1(4):153-64. doi:10.1300/J070v01n04_13.
11. นากาซาวา ดีเจ. เกินกว่าเจ็บปวด [Childhood disrupted: how your biography becomes your biology and how you can heal]. เอกชัย อัครวนฤนาท, ผู้แปล. กรุงเทพฯ: Oh My God; 2015.
12. Haskuka M, Sunar D, Alp IE. War exposure, attachment style, and moral reasoning. *J Cross Cultl Psychol*. 2008;39:381-401. doi:10.1177/0022022108318113.
13. Levy TM, Orlans M. Attachment disorder as an antecedent to violence and antisocial patterns in children. In: Evergreen Consultants in Human Behavior, editors. *Handbook of attachment interventions*. Colorado: Academic Press; 2001. p. 1-26.
14. Muris P, Meesters C, Morren M, Moorman L. Anger and hostility in adolescents: relationships with self-reported attachment style and perceived parental rearing styles. *J Psychosom Res*. 2004;57:257-64. doi:10.1016/S0022-3999(03)00616-0.
15. Johnson SM, Whiffen VE. Attachment processes in couple and family therapy. New York: Guilford Press; 2003.
16. Johnson SM, Bradley B, Furrow JL, Lee A, Palmer G, Tilley D, et al. *Becoming an emotionally focused couple therapist: The workbook*. New York: Taylor & Francis; 2013.
17. Fraley RC, Brumbaugh CC. A dynamical systems approach to conceptualizing and studying stability and change in attachment security. In: Rholes W, Jeffry AS, editors. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford press; 2004. p. 86-132.