

รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น
The Promoting Self-Efficacy Model on Breast Feeding Behavior among
Adolescent Mothers in Skipped-generation Household

เบญจมาภรณ์ นาคามดี (Benchamaphorn Nakamadee)^{1*}

ปานจันทร์ คนสูง (Panchan Khonsung)²

เพ็ญญา ดำเนินเสก (Pennapa Dumminsek)³

อำภย อินดี (Ampri Indee)⁴

ศิริวรรณ พันธุ์ทรัพย์ (Siriwan Pansarp)⁵

Corresponding author E-mail: benchamaphorn@bcnb.ac.th*

(Received: November 21, 2021; Revised: June 6, 2022;

Accepted: June 11, 2022)

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยและการพัฒนาเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ผู้ให้ข้อมูลหลักในการพัฒนาต้นแบบ ได้แก่ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด และญาติในครอบครัวข้ามรุ่น รวมจำนวน 6 คน และมีผู้ทรงคุณวุฒิในการพัฒนารูปแบบฯ จำนวน 5 คน กลุ่มตัวอย่างในการทดลองรูปแบบฯ เป็นมารดาวัยรุ่นจำนวน 48 คน ซึ่งจัดเข้าเป็นกลุ่มทดลองและควบคุม กลุ่มละ 24 คน จากนั้นถอดบทเรียนกับกลุ่มผู้ใช้รูปแบบและมีส่วนได้ส่วนเสีย จำนวน 8 คน

ผลการศึกษา พบว่า รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ส่งเสริมความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่อมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่นยอมรับการมีสมาชิกใหม่ของครอบครัว ซึ่งดำเนินการในรูปแบบออนไลน์ รายละเอียด ดังนี้ 1) ประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจ และความตั้งใจ 2) เล่าประสบการณ์และเปิดคลิปรายการหรือผู้มีชื่อเสียงที่วัยรุ่นชื่นชอบที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) ให้คำแนะนำต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอผ่านช่องทางยูทูบและไลน์ แจกของขวัญและให้คำชมเชยด้วยการส่งข้อความหรือสติ๊กเกอร์ 4) เป็นที่ปรึกษาและมีช่องทางติดต่อออนไลน์กับครอบครัวและมารดาวัยรุ่นรายบุคคล 5) ติดตาม ระยะ 1-2 สัปดาห์แรก เน้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ให้กำลังใจมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่น จากนั้น ระยะ 12 สัปดาห์หลังคลอด เน้นติดตามพัฒนาการ และความเปลี่ยนแปลงของบุตร ภายหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ พบว่า 1) กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นฯ สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$) 2) กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$)

1 – 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พุทธชินราช คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

Boromarajonani College of Nursing, Buddhachinaraj, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute

4 - 5 โรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลก

Buddhachinaraj Phitsanulok Hospital

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น เป็นรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในรูปแบบออนไลน์มีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ส่งเสริมความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น เพื่อให้มารดาวัยรุ่นสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเองอย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: การส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน, พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, มารดาวัยรุ่น, ครอบครัวข้ามรุ่น

ABSTRACT

This research and development aimed to develop the promoting self-efficacy model on breast feeding behavior among adolescent mothers in skipped-generation household. The key informants in the model development consisted of six postpartum adolescent mothers and relatives in the skipped-generation household and five experts on research development. A total sample in the model experiment were 48 adolescent mothers that were divided into experimental and control groups into 24 for each group. All the qualitative data were lessons learnt among eight stakeholders.

The results showed that the promoting self-Efficacy model on breastfeeding behavior among postpartum adolescent mothers in skipped-generation household promoted confidence in breastfeeding when adolescent mothers and families accept the presence of a new family member. This model proceed on online platforms. The method were as follows: 1) Assess the readiness of physical, mental and intention. 2) Share experiences and show clips of celebrities or famous people that adolescent mothers favor whose success in breastfeeding 3) Advise continuously through YouTube and LINE application, delivered gifts and compliments by giving messages or stickers 4) Be a consultant and have online contact with family and adolescent mothers individually 5) Follow up during the 1-2 weeks, focusing on exchanging experiences, encouraging adolescent mothers and skipped-generation household. Furthermore, at 12 weeks postpartum focus on child developments and changes. After the experiment The Promoting Self-Efficacy Model was found included: The experimental group had average

scores of knowledges, perceived self-efficacy and breastfeeding behavior of adolescent mothers were higher than before the study statistically significant at the .05 level ($p < .001$).

The results of this research show the efficacy of the promoting self-efficacy model enable adolescent mothers to be able to breastfeed continuously and extensively.

Keywords: Self-efficacy enhancement, Breastfeeding knowledge, Breastfeeding behaviors, Adolescent mothers, Skipped-generational families

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มารดาวัยรุ่น มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว เพียงร้อยละ 6.7 ซึ่งเป็นสถิติที่ต่ำมากหากเทียบกับมารดาอายุ 21-35 ปี ที่มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวถึงร้อยละ 75 สาเหตุส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะทารกที่เกิดจากมารดาวัยรุ่น ส่วนใหญ่เกิดจากความไม่พึงประสงค์ เมื่อทารกเกิดมา มารดาวัยรุ่นเหล่านี้ส่วนใหญ่จึงยังไม่พร้อมที่จะดูแลลูกของตนเอง โดยเฉพาะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ส่งผลให้เด็กที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นเหล่านี้มีโอกาสด้อยคุณภาพและประเทศไทยต้องอยู่ในยุค “เกิดน้อย ด้อยคุณภาพ” (Department of Health, 2020) มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่พร้อมที่จะดูแลลูกของตนเอง อีกทั้งยังต้องเผชิญวิกฤตในการเป็นวัยรุ่นและการเป็นมารดามีข้อจำกัดหลายอย่าง เช่น ไม่มีความรู้ ไม่มีประสบการณ์การเลี้ยงบุตร ทำให้อัตราและระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่ำกว่ามารดาผู้ใหญ่ มารดาวัยรุ่นมีภาวะเสี่ยงที่จะเลิกให้นมแม่ก่อนกำหนดมากกว่ามารดาผู้ใหญ่ เนื่องจากขาดความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจและขาดประสบการณ์จึงเกิดภาวะเครียด วิตกกังวล กลัว รู้สึกไม่มั่นใจ และรู้สึกสูญเสียพลังอำนาจ ไม่สามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ (Rueangseree, 2017)

จากการศึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ พบว่า มารดาวัยรุ่นมีปัจจัยที่ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ได้แก่ ด้านตัววัยรุ่น เช่น การตั้งครรภ์ไม่พร้อม ทำให้ไม่ได้วางแผนการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง การขาดความรู้ ขาดทักษะในการเลี้ยงบุตร (Smith, Coley, Labbok, Cupito, & Nwokah, 2012) รวมทั้งยังกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ ทำให้ขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ อีกทั้งปัจจัยที่สำคัญและมีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น คือ ความตั้งใจและการรับรู้ในสมรรถนะของตนเอง หากมารดาวัยรุ่นมีความรู้ เจตคติ ความตั้งใจ และทักษะปฏิบัติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ส่งผลต่อการเกิดความเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ได้ ซึ่งมีแนวโน้มให้อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ได้ยาวนานมากขึ้น จากการศึกษาพบว่า มารดาที่มีสมรรถนะแห่งตนสูง ทำให้สามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ต่อเนื่อง (Lertsakornsir, 2019) และยังสามารถทำนายการเลี้ยงลูกด้วย

นมแม่อย่างเดียวนานถึง 4-8 สัปดาห์ หลังคลอดได้ 1.077 เท่าของแม่ที่มีสมรรถนะแห่งตนต่ำ (Wu, Hu, Jie, McCoy, Thomas, & Efird, 2014)

นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การสนับสนุนให้สามีและหรือบุคคลในครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการรับฟังความรู้ การได้รับคำแนะนำ และการช่วยเหลือมารดาช่วยร่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีผลต่อระยะเวลาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานขึ้น (Mekkamol, 2017) และการที่มารดาช่วยร่นอาศัยอยู่ในครอบครัวข้ามรุ่นซึ่งเป็นครอบครัวที่มีปู่ ย่า ตา ยาย อาศัยอยู่กับหลานตามลำพัง โดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับย่าหรือยาย สูงถึงร้อยละ 90 (Department of Women's Affairs and Family Development, Ministry of Social Development and Human Security, 2019) ในระยะกว่า 25 ปี ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงลักษณะครอบครัวต่างจากเดิม โดยมีครอบครัวข้ามรุ่น เพิ่มสูงขึ้น ถึง 4 เท่า จาก 100,000 ครอบครัว ในปี พ.ศ.2530 เป็น 400,000 ครอบครัว ในปี พ.ศ.2556 และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ถึงแม้แต่ละจังหวัดยังไม่มีกรรายงานข้อมูลจำนวนครอบครัวข้ามรุ่น แต่จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเบื้องต้นของทีมผู้วิจัย พบว่า มารดาช่วยร่นหลังคลอดที่มารับบริการตรวจหลังคลอดแผนกผู้ป่วยนอกสูติกรรม โรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลก ย้อนหลัง 3 ปี พ.ศ.2561 ถึง พ.ศ.2563 มีจำนวนเพิ่มขึ้น จากร้อยละ 55, 65 และ 70 ตามลำดับ และจากการสอบถามพบว่าจากปัญหาทางเศรษฐกิจทำให้คนวัยทำงานต้องทิ้งบุตรวัยเด็กและวัยร่นไว้กับย่าและยายให้เลี้ยงดูบุตรแทน ส่งผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ ด้วยเพราะความต่างของวัยและความแตกต่างของความเข้าใจยุคสมัย ทำให้การสอนหรือการสื่อสารมีปัญหา ประเด็นดังกล่าวข้างต้นทำให้มารดาช่วยร่นไม่มีที่ปรึกษา ทำให้ไม่มีความมั่นใจในการดำรงบทบาทมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ จะเห็นได้ชัดเจนว่าปัจจัยดังกล่าว ล้วนแล้วแต่ส่งผลให้มารดาช่วยร่นขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง ซึ่งการรับรู้สมรรถนะแห่งตนนั้นมีความสำคัญอย่างมาก ในการสร้างความมั่นใจให้กับมารดาช่วยร่นในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ให้ประสบความสำเร็จ และจะส่งผลให้อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่เพิ่มสูง และยาวนานขึ้น (Kulaphanich, Supavitpatana, & Chaloumsuk, 2019)

Bandura (1997) ได้ให้นิยามว่า การรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ คือ ความเชื่อมั่นในความสามารถของแต่ละบุคคลว่าตนเองสามารถปฏิบัติพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จ โดย Dennis (1999) นำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ทางสังคมของแบนดورا (Bandura social cognitive theory) มาประยุกต์ใช้และนำเสนอเป็นแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding self-efficacy) ซึ่งอธิบายความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding confidence) สามารถส่งเสริมได้จาก 4 แหล่งคือ คือ 1) ประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง (performance accomplishments) 2) สังเกตตัวแบบหรือการสังเกตประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious experience) 3) การได้รับคำแนะนำหรือการชักจูงด้วยคำพูดและ (Verbal persuasion) และ 4) สภาวะทางสรีระและอารมณ์ (Physical and affective states) จากการศึกษาของ Pentecost & Grassley (2013) พบว่า การที่มารดาช่วยร่นได้รับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญหรือพยาบาลสามารถช่วยให้มารดาช่วยร่นเกิดการรับรู้สมรรถนะแห่งตนและเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่องและยาวนานยิ่งขึ้น ที่สำคัญสามารถสร้างความมั่นใจให้กับมารดาช่วยร่นในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่เป็นอย่างมาก และจะส่งผลให้อัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น

ปัจจุบัน พยาบาลได้มีการปรับรูปแบบการให้การพยาบาลประชาชนทุกเพศทุกวัยเป็นรูปแบบวิถีใหม่ (New normal) เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ที่เริ่มตั้งแต่ปลายปี พ.ศ.2562 เป็นต้นมา ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต และการดำเนินงานของทั้งองค์กรและวิถีชีวิตที่แตกต่างไปจากเดิม โดยต้องตอบสนองต่อการเว้นระยะห่างทางสังคม การป้องกันและควบคุมการ

ติดเชื่อ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมากขึ้น (Cheevakasemsook, 2021) รวมทั้งการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น จึงต้องปรับให้ทันยุคสมัยซึ่งมีความแตกต่างจากหลายการศึกษาที่เน้นการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดรูปแบบในโรงพยาบาล และมีการติดตามทางโทรศัพท์ ดังนั้น หากพยาบาลสามารถประยุกต์เทคโนโลยีดิจิทัล ทั้งสมาร์ทโฟน หรือแท็บเล็ต หรืออุปกรณ์สื่อสารต่าง ๆ มาเป็นอุปกรณ์ในการสอนหรือให้ความรู้กับมารดาวัยรุ่นในยุคปัจจุบัน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ได้ตามต้องการ ทุกที่ ทุกเวลา มีที่ปรึกษาที่เข้าถึงได้สะดวก รวดเร็ว ทำให้เกิดความรู้ ทักษะในการตัดสินใจ ยังเป็นช่องทางสื่อสารที่สามารถส่งเสริมให้มารดาวัยรุ่นเกิดความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Nakamadee, Rungchay, Dumminsek & Juiphuang, 2020) เช่นเดียวกับการศึกษาของ จารุพร เพชรอยู่, กรรณิการ์ กันธะรักษา และ นันทพร แสนสิริพันธ์ (Phetyoo, Kantaruksa, Sansiriphun, 2020) พบว่า การสอนบนเว็บไซต์สามารถลดข้อจำกัดของการให้ความรู้และทักษะเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในเรื่องเวลาและสถานที่ได้ และสตรีตั้งครรภ์สามารถกำหนดการเรียนรู้ที่ต้องการได้ด้วยตนเอง ซึ่งธรรมชาติของมารดาวัยรุ่นยุคปัจจุบัน จัดเป็นกลุ่มเจนเนอเรชัน Z (Generation Z) อายุ 9-26 ปี เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2538 – พ.ศ. 2555 (Schroer, 2008) เป็นกลุ่มที่เติบโตมาพร้อมกับอินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารอย่างต่อเนื่องเชื่อมต่อได้ทั่วโลก การสนทนาโต้ตอบทำได้ทันทีผ่านข้อความบนหน้าจอมือถือ หรือคอมพิวเตอร์แทนการพูด สามารถเรียนรู้ได้ตลอดเวลาและในทุกสถานที่ที่ต้องการ ทำให้เข้าถึงคำตอบได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะเรื่องที่มีความสนใจ (Chompukum & Chakrapeesirisuk, 2020)

ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ที่มารับบริการโรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลก และในโรงพยาบาลชุมชนในจังหวัดพิษณุโลก ด้วยเพราะการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นไม่ต่อเนื่อง หยุดให้นมบุตรก่อนระยะเวลา 6 เดือน ส่งผลให้สถิติการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่อย่างเดียวต่ำกว่าเกณฑ์ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด อีกทั้งมารดาวัยรุ่นหลังคลอดกลุ่มที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นยังไม่มีผู้ทำการศึกษา รวมทั้งเป็นบทบาทที่ทำหายสำหรับพยาบาลในยุควิถีใหม่ เพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ให้สนองตอบต่อความต้องการของมารดาวัยรุ่นได้อย่างไม่มีข้อจำกัด ทั้งนี้เพื่อให้มารดาวัยรุ่นเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องและยาวนาน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาและศึกษาผลของการใช้รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น

สมมติฐานการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น หลังทดลองใช้รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่าก่อนการทดลอง

2. คะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ในกลุ่มทดลองที่ใช้รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ากลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของแบนดูรามาประยุกต์ในการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของเบนดูรา (Bandura, 1997) ร่วมกับประยุต์ทฤษฎีของเดนนิส (Dennis, 1999) ซึ่งได้อธิบายความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Breastfeeding self-efficacy theory) ที่สามารถส่งเสริมได้จาก 4 แหล่ง ได้แก่ 1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น 3) การชักจูงด้วยคำพูด และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ ร่วมกับผลการวิจัยระยะที่ 1 พบว่า การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ควรเริ่มตั้งแต่ระยะคลอดตามหลัก 4 ด. (ดูดีเร็ว) จากนั้นจึงส่งเสริมในระยะหลังคลอด (ดูถูกวิธี ดูบ่อย และดูเกลี้ยงเต้า) อีกทั้ง มารดาวัยรุ่นหลังคลอดปัจจุบันเป็นกลุ่มเจนเอเรชันซี เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2538 - 2555 มีลักษณะเด่น คือ มีความคุ้นเคยกับการใช้เทคโนโลยี มีความคิดสร้างสรรค์ ใช้เวลาส่วนใหญ่บนสังคมออนไลน์ สามารถทำหลายสิ่งในเวลาเดียวกันได้ แต่มีความอดทนน้อย ดังนั้น การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนสามารถปรับรูปแบบออนไลน์ได้เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ให้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดได้ตลอดเวลาและทุกสถานที่ที่ต้องการ ทำให้เข้าถึงคำตอบได้ด้วยตนเอง

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) แบ่งการวิจัยออกเป็น 4 ระยะ รายละเอียดแต่ละระยะ ดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง

ระยะที่ 1 การศึกษาการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ กลุ่มมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และกลุ่มญาติในครอบครัวข้ามรุ่น ข้อมูลอ้อมตัว กลุ่มละ 3 คน รวมจำนวน 6 คน

ระยะที่ 2 การสร้างและพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น มี 2 ขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 คน และขั้นตอนที่ 2 กลุ่มตัวอย่าง ทดลองใช้รูปแบบ ได้แก่ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 3 คน

ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอดซึ่งคำนวณโดยใช้โปรแกรม G*power โดยการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (Power analysis) ที่ .80 ขนาดอิทธิพล (Medium effect) ที่ .80 และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 21 คน รวม 42 ราย แต่เพื่อป้องกันการเกิดการสูญหายของกลุ่มตัวอย่างระหว่างเข้าร่วมการวิจัย (Drop out) จึงพิจารณาเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10 (Jekel et al., 2007) ได้รับการจัดเข้าเป็นกลุ่มควบคุมและทดลอง กลุ่มละ 24 คน รวมจำนวน 48 คน มีเกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion criteria) คือ มารดาวัยรุ่นอายุน้อยกว่า 20 ปี นับถึงกำหนดวันคลอด อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น (อาศัยอยู่กับย่า หรือ ยาย โดยลำพัง) มีโทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์สื่อสารที่สามารถใช้แอปพลิเคชันไลน์ และสามารถเปิดโปรแกรมยูทูปได้ โดยกำหนดเกณฑ์การคัดออก (Exclusion criteria) คือ มีภาวะเจ็บป่วยจนไม่สามารถให้นมบุตรได้ เช่น มารดาติดเชื้อเอชไอวี (HIV) ติดเชื้อ COVID-19 มีคะแนนแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก Children's Depression Inventory (CDI) มากกว่าหรือเท่ากับ 15 คะแนน เพื่อเป็นการยืนยันว่ากลุ่มตัวอย่างไม่มีภาวะซึมเศร้า

ระยะที่ 4 การประเมินผลและพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ฉบับสมบูรณ์ ผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ กลุ่มทดลองที่ใช้รูปแบบและมีส่วนได้ส่วนเสีย จำนวน 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ระยะที่ 1 การศึกษาการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดา วัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกสำหรับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสัมภาษณ์เชิงลึกสำหรับญาติที่เป็นครอบครัวข้ามรุ่นของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

ระยะที่ 2 การสร้างและพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น โดยการเขียน Story board สำหรับวาดภาพ ประกอบการสร้างคลิปออนไลน์ 1) เรื่อง โปรแกรมการให้ความรู้มีเนื้อหาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด 2) เรื่อง เมนูบำรุงน้ำนม มีเนื้อหาเกี่ยวกับประโยชน์ของนมแม่ ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (4ด.) การนวดประคบเต้านม วิธีการบีบเก็บน้ำนม การละลายน้ำนม และเมนู สมุนไพรพุดดิ้งห้วยปลี ขอสงวนลิขสิทธิ์เพิ่มเติมของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แนวคำถามการอภิปรายกลุ่ม แบบตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำคลิปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ที่ อาศัยอยู่กับยาย จำนวน 3 ราย โดยใช้แบบประเมินความเข้าใจของเนื้อหา ความเหมาะสมของลำดับขั้นตอน ความชัดเจนของภาพ ความสะดวกในการเข้าถึงคลิป

ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลองรูปแบบฯ คือ คลิปออนไลน์ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขจากระยะ ที่ 2 นำไปอัปโหลด ลงยูทูป link <https://youtu.be/W2vziBKJq70>

2. เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ แบบทดสอบความรู้เรื่อง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ผู้วิจัยพัฒนามาจากผลการวิจัย ระยะที่ 1 ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ลักษณะคำถามเป็นแบบเลือกคำตอบถูกผิด ตอบถูก 1 คะแนน ตอบผิด 0 คะแนน จำนวน 15 ข้อ แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วย นมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ผู้วิจัยพัฒนามาจากอุษณีย์ จินตะเวช, เทียมศรี ทองสวัสดิ์ และ ลาวัลย์ สมบูรณ์ (Jintrawet, Somboon & Thongsawat, 2010) ซึ่งแปลแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด เป็นภาษาไทยจากแบบสอบถามของเดนนิสและฟ็อกซ์ (Dennis & Faux, 1999) ที่สร้างขึ้นจากทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของเบนดูรา (Bandura, 1997) มี ข้อคำถามทั้งหมด 14 ข้อ ข้อคำถามเป็นทางบวกเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของมารดาในการเลี้ยงลูก ด้วยนมมารดา โดยมีมาตรวัดเป็นประมาณค่า (Likert scale) 5 ระดับ และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ผู้วิจัยพัฒนามาจากผลการวิจัยระยะที่ 1 ร่วมกับการ ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบจำนวน 22 ข้อ โดยมีมาตรวัด 3 ระดับ แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ ด้านการปฏิบัติตัวก่อนให้นมบุตร ด้านการปฏิบัติตัวขณะให้นมบุตร ด้านการปฏิบัติตัว หลังให้นมบุตร และด้านวิธีการบีบน้ำนมด้วยมือ

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความรู้เรื่อง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถาม การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามเรื่อง พฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน พิจารณา ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและให้ข้อเสนอแนะ ภายหลังผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว นำ แบบวัดความรู้เรื่อง การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตน

ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ไปตรวจสอบดัชนีความสอดคล้องทุกข้อการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ทุกข้อได้เท่ากับ .84 1.00 และ 1.00 ตามลำดับ จากนั้นนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด ที่มารับบริการในโรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลก และในโรงพยาบาลชุมชนในจังหวัดพิษณุโลก อายุ 13-19 ปี จำนวน 30 คน แล้วนำแบบวัดความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ไปวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรของคูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder Richardson-20) เท่ากับ .80 แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด วิเคราะห์ด้วยสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .82 และ .91 ตามลำดับ

ระยะที่ 4 แบบประเมินผลการใช้รูปแบบฯและแนวคำถามการอภิปรายกลุ่ม (Focus group) และแบบถอดบทเรียนหลังการใช้รูปแบบฯ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของ มหาวิทยาลัยนเรศวร เลขที่ COA No.007/2021 IRB No. 0010/64 และของโรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลกเลขที่ COA No.036/2021 IRB No. 041/64 หลังผ่านการอนุมัติแล้วผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย ประโยชน์ และขั้นตอนการดำเนินการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบ และขอความร่วมมือในการรวบรวมข้อมูล และให้ผู้ปกครองกลุ่มตัวอย่างเซ็นใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย โดยชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงสิทธิในการตอบรับ หรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษา กลุ่มตัวอย่างสามารถออกจากการวิจัยในระหว่างการดำเนินการได้ โดยไม่มีผลเสียใด ๆ ข้อมูลทุกอย่างที่ผู้วิจัยได้รับจะถูกเก็บเป็นความลับ และจะนำเสนอผลการวิจัยเพื่อประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น เมื่อผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย จึงดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และหลังจากสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยนำโปรแกรมนี้ไปใช้กับกลุ่มควบคุมเพื่อให้เกิดความเท่าเทียม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร และโรงพยาบาลพุทธชินราชพิษณุโลก ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยดำเนินการเก็บข้อมูลประกอบไปด้วย 4 ระยะ ได้แก่

1. ระยะที่ 1 การศึกษาและวิเคราะห์สภาพปัญหา ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการสัมภาษณ์มารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีประสบการณ์การให้ทารกกินนมแม่ นาน 6 เดือน และกลุ่มญาติในครอบครัวข้ามรุ่น กลุ่มละ 3 คน รวมจำนวน 6 คน จนข้อมูลอิ่มตัว จากนั้นนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์เชิงเนื้อหา พบว่าเนื้อหาและเครื่องมือที่ใช้ในรูปแบบฯ ควรเป็นการให้ความรู้ สื่อสารและติดตามแบบออนไลน์ โดยเนื้อหาความรู้ควรสอดคล้องนำไปใช้จริง มีเมนูบำรุงนํ้านมที่สามารถนำไปทำได้สะดวกหรือหารายได้

2. ระยะที่ 2 การสร้างและพัฒนาารูปแบบ ผู้วิจัยดำเนินการมาสร้างรูปแบบโดยพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ เขียน Story board คลิปโปรแกรมการให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดและเมนูบำรุงนํ้านม นำให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหาให้ข้อเสนอแนะ ภายหลังผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว จากนั้นนำสร้างคลิปความรู้ออนไลน์ แล้วนำไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยอยู่กับยาย จำนวน 3 ราย ซึ่งไม่พบข้อเสนอแนะให้ปรับปรุง และจัดเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบฯ ดำเนินการวิธีการกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Designs) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Two groups pretest posttest designs) มีรายละเอียดการดำเนินการ ดังนี้

กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. แนะนำตัวและขอความร่วมมือกับกลุ่มควบคุม โดยให้กลุ่มควบคุมตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

2. ให้กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ การให้คำแนะนำ เรื่อง การเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ สอนบรรยายแบบรายกลุ่มโดยพยาบาลวิชาชีพ แผ่นพับการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่และคู่มือเสริมพัฒนาการทารก และเบอร์โทรศัพท์ติดต่อโรงพยาบาล

3. ติดตามประเมินความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด หลังเข้าร่วมการวิจัยแล้ว 12 สัปดาห์

กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

ครั้งที่ 1 (ก่อนกลับบ้าน) เมื่อแพทย์อนุญาตให้มารดาหลังคลอดที่เป็นกลุ่มทดลองกลับบ้าน ผู้วิจัยดำเนินการ โดยแนะนำตัวและสร้างสัมพันธภาพ ขอความร่วมมือในการประเมินความพร้อมทางร่างกายมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และให้ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ผู้วิจัยถามประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง รวมทั้ง Idol หรือบุคคลที่ชื่นชอบในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ประสบความสำเร็จ พร้อมทั้งแนวทางของตนเอง ผู้วิจัยอธิบายสรีระของเต้านม ประโยชน์นมแม่ วิธีการบีบเก็บน้ำนม ผ่านสื่อคลิปออนไลน์ เรื่อง โปรแกรมการให้ความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดและเมนูบำรุงน้ำนม สาธิตวิธีการบีบเก็บน้ำนมและป้อนนมทารก รวมทั้งกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นมีส่วนร่วมสาธิตย้อนกลับทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะในการอุ้มทารกถูกดูดนมจากเต้า ทักษะบีบเก็บน้ำนม และการขนส่งน้ำนม ทักษะในการเตรียมป้อนนมจากถ้วย และทักษะในการให้ลูกดูนมในท่าที่ถูกต้อง และทักษะการป้องกันและแก้ไขปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ระหว่างมีกิจกรรมต่าง ๆ จะมีการสนับสนุนให้กำลังใจ กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นเกิดความมั่นใจในความสามารถของตน รวมทั้งเสริมแรงจิตใจเมื่อมารดาวัยรุ่นที่ปฏิบัติได้ถูกต้องโดยกล่าวคำชื่นชมในความสามารถ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยเอง และประสบการณ์การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่น รวมทั้งเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย และแจ้งช่องทางติดต่อสื่อสารทาง application line ในรูปแบบส่วนบุคคล และกลุ่ม

ครั้งที่ 2 (1 สัปดาห์หลังคลอด) ติดตามความก้าวหน้าของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด โดยกระตุ้นให้ส่งภาพถ่ายของบุตร ชมเชยให้กำลังใจ และส่งสติ๊กเกอร์ไลน์ รวมทั้งนำคลิปดารารหรือ Idol ที่กลุ่มตัวอย่างชื่นชอบส่งให้ช่องทางไลน์ เพื่อส่งเสริมความมั่นใจและการรับรู้ความสำเร็จจากพัฒนาการของทารกและต้นแบบที่ประสบความสำเร็จ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยเอง และประสบการณ์การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการจัดการปัญหาอุปสรรค

ใกล้เคียง และเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย รวมทั้ง VDO call พูดคุยกับครอบครัวข้ามรุ่น เช่น ย่า หรือยาย เพื่อให้เป็นแรงเสริมทางบวกทำให้มารดาวัยรุ่นมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมเพิ่มขึ้น

ครั้งที่ 3 (2 สัปดาห์หลังคลอด) ติดตามความก้าวหน้าของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด โดยกระตุ้นให้ส่งภาพถ่ายของบุตร และชมเชยให้กำลังใจ รวมทั้งนำคลิปดาราหรือ Idol ที่กลุ่มตัวอย่างชื่นชอบ ส่งให้ช่องทางไลน์เพื่อส่งเสริมความมั่นใจ และการรับรู้ความสำเร็จจากพัฒนาการของทารก และต้นแบบที่ประสบความสำเร็จความสำเร็จ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยเอง และประสบการณ์การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการจัดการปัญหาอุปสรรคใกล้เคียง และเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย รวมทั้ง VDO call พูดคุยกับครอบครัวข้ามรุ่น เช่น ยายหรือย่า ในการให้กำลังใจหลาน และขออนุญาตนำภาพถ่ายของบุตรไปโพสต์ลงในกลุ่มเพื่อให้กลุ่มเพื่อนให้กำลังใจ และชมเชย และลงคลิปเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และเมนูบำรุงน้ำนมลงในช่องทางยูทูบ link <https://youtu.be/W2vziBKJq70> เพื่อกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น กดไลค์ กดแชร์ และกดติดตาม อีกทั้งมีกิจกรรมแจก gift voucher ให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง นาน 6 เดือน เพื่อเป็นแรงเสริมทางบวกทำให้มารดาวัยรุ่นมีกำลังใจ ส่งเสริมให้เกิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมเพิ่มขึ้น เนื่องจากการได้รับการยอมรับจากสังคม

ครั้งที่ 4 (12 สัปดาห์หลังคลอด) ติดตามความก้าวหน้าของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด โดยกระตุ้นให้ส่งภาพถ่ายของบุตร เน้นติดตามพัฒนาการและความเปลี่ยนแปลงของบุตร และชมเชยให้กำลังใจ รวมทั้งนำคลิปดาราหรือ Idol ที่กลุ่มตัวอย่างชื่นชอบส่งให้ช่องทางไลน์เพื่อส่งเสริมความมั่นใจ และการรับรู้ความสำเร็จจากพัฒนาการของทารก และต้นแบบที่ประสบความสำเร็จ และเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย รวมทั้ง VDO call พูดคุยกับครอบครัวข้ามรุ่น เช่น ย่า หรือยาย เพื่อให้เป็นแรงเสริมทางบวกทำให้มารดาวัยรุ่นมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมเพิ่มขึ้น ให้ตอบแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก แบบวัดความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และแบบสอบถามเรื่องพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม คอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ได้แก่ 1) ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาวิเคราะห์ โดยใช้สถิติการแจกแจงค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นก่อนและหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น โดยใช้สถิติ Paired t-test และ 3) เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ภายหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Independent t-test

4. ระยะที่ 4 การประเมินผลและพัฒนาูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ผู้วิจัยดำเนินการประเมินผลการใช้รูปแบบฯ ของกลุ่มทดลองและถอดบทเรียนกับกลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย จำนวน 8 คน จากนั้นนำข้อมูลที่ได้วิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัย

ผลการดำเนินการวิจัยรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น รายละเอียด ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาและวิเคราะห์สภาพปัญหา พบว่า การรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น คือความเชื่อมั่น ความมั่นใจในความสามารถของมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองประสบความสำเร็จ มีความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นหรือแหล่งข้อมูลอื่นที่มีส่วนส่งเสริม สนับสนุน เพราะมารดาวัยรุ่นไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถจัดการอุปสรรคได้ด้วยตนเอง การส่งเสริมสมรรถนะฯ แบ่งได้ 4 แหล่ง ได้แก่ 1. การส่งเสริมความมั่นใจในการทำกิจกรรมที่ประสบผลสำเร็จ เช่น มีความรู้ มีความเข้าใจการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ รวมถึงเมนูสมุนไพรบำรุงน้ำนมหลังคลอดที่วัยรุ่นรับประทานได้ 2. การมีแบบอย่างหรือที่ปรึกษาตลอดเวลาที่วัยรุ่นสะดวกในรูปแบบออนไลน์เข้าถึงได้ทุกที่ทุกเวลา 3. การได้รับแรงเสริมจากบุคคลรอบข้าง เช่น ยายหรือย่า หรือบุคคลอื่นแม่ไม่รู้จัก เช่น ผู้วิจัย และ 4. การส่งเสริมเริ่มเมื่อตนเองมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ เช่น การให้ความรู้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดควรเริ่มตั้งแต่หลังคลอดทันที โดยไม่ควรเริ่มในระยะตั้งครรภ์ เพราะในระยะตั้งครรภ์เป็นช่วงเวลาวิกฤตในการปรับตัวของมารดาวัยรุ่นและครอบครัว ดังเช่นคำกล่าว “แค่ลำพังใส่ชุดนักเรียนท้อง จะอยู่อย่างไรให้ยายไม่ว่า คนอื่นไม่ว่า ชีวิตมี 8 ด้าน ถ้าหมอจะสอนให้นึกถึงให้ลูกกินนมหนู หนูจะเอาเวลาที่ไหนไปเตรียมตัวเอง...มาหลังคลอดเถอะ เวลาที่หนูได้ยืนเลี้ยงร้องครั้งแรก หนูพร้อมจะเป็นแม่...น้ำนมหยดแรกคือความพร้อมของหนู” (เสียงสั่นเครือ) การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ควรเป็นรูปแบบออนไลน์ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19 และตรงความต้องการของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด สรุปได้ว่า เครื่องมือที่ใช้ในรูปแบบฯ ควรเป็นการให้ความรู้ สื่อสารและติดตามแบบออนไลน์ โดยเนื้อหาความรู้ควรสาธิต นำไปใช้จริง มีเมนูสมุนไพรบำรุงน้ำนมที่สามารถนำไปทำได้สะดวกหรือหารายได้

ระยะที่ 2 การสร้างและพัฒนาาร่างรูปแบบการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น โดยมีรายละเอียด ดังนี้ 1) การประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจ และความตั้งใจ ของมารดาวัยรุ่นเน้นระยะหลังคลอดทันที ไม่มุ่งเน้นในระยะตั้งครรภ์เท่านั้น 2) การเป็นแบบอย่าง โดยเล่าประสบการณ์และเปิดคลิปวิดีโอหรือผู้มีชื่อเสียงที่วัยรุ่นชื่นชอบที่ประสบผลสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) การให้คำแนะนำความรู้ที่จำเป็นในรูปแบบออนไลน์ เรื่อง โปรแกรมการให้ความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และเมนูสมุนไพรบำรุงน้ำนม 4) การเป็นที่ปรึกษาและมีช่องทางติดต่อออนไลน์กับครอบครัว และมารดาวัยรุ่นรายบุคคล และ 5) การติดตาม ระยะ 1-2 สัปดาห์แรก เน้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ให้กำลังใจมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่น จากนั้นนำรายละเอียดความรู้ที่จำเป็นไปอัดคลิป แล้วนำไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยอยู่กับยาย จำนวน 3 ราย และติดตามรูปแบบออนไลน์ 1 สัปดาห์ ซึ่งไม่พบข้อเสนอแนะให้ปรับปรุง

ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นดำเนินการโดยวิธีการกึ่งทดลอง (Quasi-

Experimental Designs) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 ส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 24 รายและกลุ่มควบคุม 24 ราย กลุ่มทดลองมีอายุเฉลี่ย 17.29 ปี (SD = 1.71) และกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 17.21 ปี (SD = 1.38) ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีบุตรคนแรก ร้อยละ 95.83 ปัจจุบันกลุ่มทดลองส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับยาย ร้อยละ 75.00 และกลุ่มควบคุมอาศัยอยู่กับยาย ร้อยละ 66.67 ทั้งสองกลุ่มส่วนใหญ่ ร้อยละ 50.00 ไม่แน่ใจจะให้บุตรต่อไป กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความต้องการให้บุตรได้รับนมแม่ไปจนถึงอายุ 6 เดือน เพียงร้อยละ 33.3 และ 20.8 ตามลำดับ และร้อยละ 100 ของกลุ่มทดลองและควบคุมไม่มีสถานที่เก็บน้ำนมที่สถาบันการศึกษา ผลการทดสอบด้วยสถิติ Chi-Square Test และ Fisher's Exact Test พบว่า อายุ จำนวนบุตร ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้ ความตั้งใจจะให้บุตรถึงอายุ 6 เดือน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบไม่มีความแตกต่างกัน

ส่วนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ก่อนและหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นก่อนและหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตน

ตัวแปรที่ศึกษา	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			t	p-value
	Mean	SD	ระดับ	Mean	SD	ระดับ		
กลุ่มทดลอง								
ความรู้	4.52	1.40	น้อย	11.35	4.26	มาก	10.779	<.001*
การรับรู้สมรรถนะแห่งตน	37.56	0.50	ปานกลาง	53.77	16.40	สูง	6.854	<.001*
พฤติกรรม	18.25	7.41	ปานกลาง	30.92	13.58	สูง	6.791	<.001*

*p<.05

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ก่อนทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น สูงกว่าหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยภายหลังการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน คะแนนความรู้จากระดับน้อย (4.52 ± 1.40) เพิ่มขึ้นเป็นระดับมาก (11.35 ± 4.26) มีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตน จากระดับปานกลาง (37.56 ± 0.50) เพิ่มขึ้นเป็นระดับสูง (53.77 ± 16.40) และมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นจากระดับปานกลาง (18.25 ± 7.41) เพิ่มขึ้นเป็นระดับสูง (30.92 ± 13.58) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	หลังการทดลอง			t	p-value
	Mean	SD	ระดับ		
ความรู้					
กลุ่มทดลอง	13.88	1.40	มาก	5.069	<.001*
กลุ่มควบคุม	8.83	4.67	น้อย		
การรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ					
กลุ่มทดลอง	69.75	0.61	สูง	189.428	<.001*
กลุ่มควบคุม	37.54	0.51	ปานกลาง		
พฤติกรรมฯ					
กลุ่มทดลอง	43.42	0.93	สูง	17.189	<.001*
กลุ่มควบคุม	18.42	7.06	ปานกลาง		

*p<.05

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ในระดับมาก (13.88 ± 1.40) ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนความรู้ระดับน้อย (8.83 ± 4.67) กลุ่มทดลองมีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ ในระดับสูง (69.75 ± 0.61) ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ ระดับปานกลาง (37.54 ± 0.51) และกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ฯ ในระดับสูง (43.42 ± 0.93) ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ฯ ระดับปานกลาง (18.42 ± 7.06) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ระยะที่ 4 การประเมินผลการใช้และการพัฒนารูปแบบฯ ภายหลังการถอดบทเรียนกับกลุ่มทดลองจำนวน 8 คน พบว่า ทุกคนมีระดับความพึงพอใจภายหลังทดลองรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น อยู่ระดับมากที่สุด คะแนนเฉลี่ยเต็ม 5 คะแนน เมื่อพิจารณาความพึงพอใจของระยะเวลาของกิจกรรม รวมทั้งสื่อที่ใช้ในด้านเนื้อหา มีความเข้าใจ ความเหมาะสมของลำดับขั้นตอน ความชัดเจนคมชัดของภาพ และความสะดวกในการเข้าถึงคลิป และเมื่อถอดบทเรียน พบว่า รูปแบบควรเริ่มตั้งแต่ขณะพักฟื้นหลังคลอดในโรงพยาบาลและออนไลน์จนกระทั่งกลับบ้านมีการติดตามรูปแบบออนไลน์ และเพิ่มเมนูอาหารบำรุงน้ำนมที่สามารถรับประทานสะดวกและสามารถสร้างรายได้ในอนาคตได้ ผู้วิจัยได้ปรับปรุงรูปแบบตามข้อเสนอแนะ

โดยเพิ่มขั้นตอนในรูปแบบ ดังนี้ 1) เพิ่มการประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจและความตั้งใจของมารดาไว้ก่อนหลังคลอด 2) เพิ่มหลังคลอดวันที่ 1-3 เล่าประสบการณ์และเปิดคลิปรารหาหรือผู้มีชื่อเสียงที่วัยรุ่นชื่นชอบที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) เพิ่มระบบที่ปรึกษาและมีช่องทางติดต่อออนไลน์กับครอบครัวและมารดาวัยรุ่น

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ดังนี้ ผลการวิจัยระยะที่ 1 พบว่า การรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น คือ ความเชื่อมั่น ความมั่นใจในความสามารถของมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมตนเองประสบความสำเร็จ มีความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นหรือแหล่งข้อมูลอื่นที่มีส่วนส่งเสริม สนับสนุน เพราะมารดาวัยรุ่นไม่มีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถจัดการอุปสรรคได้ด้วยตนเอง ในรูปแบบการส่งเสริมสมรรถนะฯ แบบออนไลน์โดยมุ่งเน้น การให้ความรู้ มุ่งเน้นเนื้อหาความรู้ควรสอดคล้อง นำไปใช้จริง มีเมนูสมุนไพรมารู้งานที่สามารถนำไปทำได้สะดวกหรือหารายได้ในระยะหลังคลอด การสื่อสารและการติดตามแบบออนไลน์ มีแนวทางการส่งเสริมสมรรถนะฯ 4 ประเด็น ได้แก่ 1) การส่งเสริมความมั่นใจในการทำกิจกรรมที่ประสบผลสำเร็จ เช่น มีความรู้ มีความเข้าใจการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ รวมถึงเมนูสมุนไพรมารู้งานหลังคลอดที่วัยรุ่นรับประทานได้ 2) การมีแบบอย่างหรือที่ปรึกษาตลอดเวลาที่วัยรุ่นสะดวก ในรูปแบบออนไลน์ เข้าถึงได้ทุกที่ทุกเวลา 3) การได้รับแรงเสริมจากบุคคลรอบข้าง เช่น ยายหรือย่า หรือบุคคลอื่นแม่ไม่รู้จัก เช่น ผู้วิจัย และ 4) การส่งเสริมเริ่มเมื่อตนเองมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ

ระยะที่ 2 ผู้วิจัยนำผลการวิจัยระยะที่ 1 มาสร้างรูปแบบฯ พบว่า รูปแบบการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ควรดำเนินการในรูปแบบออนไลน์ โดยมีรายละเอียด ดังนี้ 1) การประเมินความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจและความตั้งใจ ของมารดาวัยรุ่นเน้นระยะหลังคลอดทันที ไม่มุ่งเน้นในระยะตั้งครรภ์เท่านั้น 2) การเป็นแบบอย่าง โดยเล่าประสบการณ์และเปิดคลิปรารหาหรือผู้มีชื่อเสียงที่วัยรุ่นชื่นชอบที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 3) การให้คำแนะนำความรู้ที่จำเป็นในรูปแบบออนไลน์ เรื่อง โปรแกรมการให้ความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และเมนูสมุนไพรมารู้งาน 4) การเป็นที่ปรึกษาและมีช่องทางติดต่อออนไลน์กับครอบครัว และมารดาวัยรุ่นรายบุคคล และ 5) การติดตาม ระยะ 1-2 สัปดาห์แรก เน้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ให้กำลังใจมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่น จากนั้นนำรายละเอียดความรู้ที่จำเป็นไปอัดคลิป แล้วนำไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยอยู่กับยายจำนวน 3 ราย ซึ่งไม่พบข้อเสนอแนะให้ปรับปรุง จะเห็นได้ว่าเป็นไปแนวทางเดียวกับแนวคิดของ Dennis (2010) ที่กล่าวว่า การที่มารดาหลังคลอดได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนผ่านแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่ง ได้แก่ 1) ประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง 2) สังเกตตัวแบบหรือการสังเกตประสบการณ์ของผู้อื่น 3) การได้รับคำแนะนำหรือการชักจูงด้วยคำพูดและ 4) สภาวะทางสรีระและอารมณ์ สามารถส่งเสริมให้เกิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา หรือมีความมั่นใจในความสามารถของตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สอดคล้องกับการศึกษาของ มนัสชนก กุลพานิชย์, บังอร ศุภวิทิตพัฒนา และนงลักษณ์ เฉลิมสุข (Kulaphanich, Supavititpatana & Chaloumsuk, 2019) พบว่า การรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวย และเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะเห็นได้ว่า หากมารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีความมั่นใจในความสามารถ

ของตนว่าตนสามารถที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้มาก ก็ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเต็มพิกัด

ผลการวิจัยระยะที่ 3 ภายหลังการทดลองรูปแบบ พบว่า ผลการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดสูงกว่าก่อนได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$) โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เพิ่มขึ้น มีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ และมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นสูงขึ้น อธิบายได้ว่ากลุ่มทดลองที่เป็นมารดาวัยรุ่นได้รับการเสริมสร้างความมั่นใจในความสามารถของตนเองเพื่อเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ได้ ดังเช่น Dennis (1999) ได้พัฒนาทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Breastfeeding self-efficacy theory) จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของเบนดูรา (Bandura's social cognitive theory) ที่กล่าวว่าเมื่อบุคคลเกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองแล้ว จะคงไว้ซึ่งพฤติกรรมนั้น ๆ ซึ่งสามารถกระทำได้โดยการส่งเสริม 4 แหล่ง ได้แก่ 1) ประสบการณ์ที่เคยประสบความสำเร็จด้วยตนเอง คือ ประสบการณ์ของการประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นแหล่งข้อมูลที่มีอิทธิพลมากที่สุด 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น คือ การปฏิบัติของบุคคลหรือสื่อที่เป็นตัวแทนของบุคคลที่เคยประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีผลกระทบต่อรับรู้สมรรถนะแห่งตนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่ไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน 3) การชักจูงด้วยคำพูด คือ การชักชวนจากบุคคลที่มีความรู้และประสบการณ์ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและการชื่นชมทักษะการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นการสนับสนุนให้สตรีมีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน และ 4) สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ คือ การทำให้มารดามีความสุขสบายทางร่างกายและความรู้สึกทางบวกขณะที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สอดคล้องกับการศึกษาของ ชนุตพร สมใจ, กรรณิการ์ กันธะรักษา และ นงลักษณ์ เฉลิมสุข (Somjai, Kantaruksa, & Chaloumsuk, 2020) พบว่า การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนโดยทั้ง 4 แหล่งนี้ ในรูปแบบรายกลุ่มและรายบุคคล สามารถเพิ่มผลลัพธ์ทางบวกต่อสมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้

ผลของรูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ทั้ง 4 แหล่งนี้ เริ่มต้นจากการให้มารดาวัยรุ่นเล่าประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง ไม่เฉพาะเจาะจง แต่มีความใกล้เคียงกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เช่น ประสบการณ์การเลี้ยงน้องหรือเด็กจนประสบความสำเร็จ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ตั้งครุครั้งแรก จึงยังไม่มีประสบการณ์การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีการเปิดคลิปออนไลน์ เรื่อง โปรแกรมการให้ความรู้ เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และเมนูบำรุงน้ำนม ประกอบด้วย ประโยชน์ของนมแม่ ทักษะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (4ด.) การนวดประคบเต้านม วิธีการบีบเก็บน้ำนม การละลายน้ำนม และเมนูสมุนไพรเพิ่มน้ำนมของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ได้แก่ พุดดิ้งหัวปลีซอสน้ำขิงคาราเมล ซึ่งมารดาวัยรุ่นสามารถเปิดดูได้ทุกที่ ทุกเวลา ซึ่งเป็นการให้ความรู้ และทักษะการแก้ไขปัญหาที่พบได้บ่อยในมารดาหลังคลอด รวมทั้งการทำอาหารบำรุงน้ำนมรูปแบบ minimal ที่ดัดแปลงจากการนำสมุนไพรบำรุงน้ำนมมาใช้ทำพุดดิ้งหัวปลี ซึ่งเป็นอาหารที่วัยรุ่นชอบรับประทาน และบอกดารารหรือ Net Idol ที่ตนเองชื่นชอบซึ่งประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตร และติดตามเรื่องราวของดารานั้น ๆ ในช่องทางโซเชียล เช่น Instragram รวมทั้งแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงของผู้วิจัยอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้มีที่ปรึกษาตลอดเวลาเมื่อเกิดข้อสงสัย และเล่าประสบการณ์การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จ

ในการจัดการปัญหาอุปสรรคใกล้เคียง และเปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย รวมทั้ง VDO call พูดคุยกับครอบครัวข้ามรุ่น เช่น ยายหรือย่า ในการให้กำลังใจหลาน และนำภาพถ่ายของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดนำไปโพสต์ลงในกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มเพื่อนให้กำลังใจและชมเชย และลงคลิปเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดและเมนูบำรุงน้ำนม จะเห็นได้ว่านอกจากการให้ความรู้ผ่านคลิปออนไลน์แล้วนั้น การสื่อสารกับมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่นรูปแบบออนไลน์กับยายหรือย่าที่เลี้ยงดูมารดาวัยรุ่น และต้องเลี้ยงหลานเป็นบุคคลที่มีความสำคัญเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นเมื่อกลับไปอยู่บ้าน ดังนั้น การสอบถามปัญหาอุปสรรค และให้คำแนะนำต้องดำเนินการไปควบคู่กันทั้งมารดาวัยรุ่นและครอบครัวข้ามรุ่น เพื่อไม่ให้มารดาวัยรุ่นเกิดความสับสนในการให้นมบุตร ด้วยเพราะความห่างและปัญหาในการสื่อสารของแต่ละเจนเนอเรชั่น (Mekkamol, 2019) มารดาวัยรุ่นเป็นกลุ่มเจนเนอเรชั่น Z (Generation Z) ปัจจุบันอายุ 9-26 ปี ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยนี้ คือ อายุเฉลี่ย 17 ปี ซึ่งเป็นวัยที่เติบโตมาพร้อมกับอินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารอย่างต่อเนื่องเชื่อมต่อได้ทั่วโลก การสนทนาได้ตอบทำได้ทันทีผ่านข้อความบนหน้าจอมือถือ หรือคอมพิวเตอร์แทนการพูด สามารถเรียนรู้ได้ตลอดเวลาและในทุกสถานที่ที่ต้องการ ทำให้เข้าถึงคำตอบได้ด้วยตนเองโดยเฉพาะเรื่องที่มีความสนใจ รวมทั้งมีความคิดสร้างสรรค์ เชื่อมั่นในตนเอง ทำในสิ่งที่ตนเองมีความสุข (Chompukum & Chakrapeesirisuk, 2020) ดังนั้น การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทั้งในรูปแบบการให้ความรู้และเป็นที่ปรึกษาช่องทางออนไลน์ สามารถตอบโจทย์ความต้องการของมารดาวัยรุ่นให้เกิดความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มากยิ่งขึ้น ส่งผลให้ทั้งคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดเพิ่มขึ้น และยังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 12 สัปดาห์อย่างต่อเนื่อง

เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนเฉลี่ยความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การรับรู้สมรรถนะแห่งตน และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$) โดยภายหลังได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยคะแนนการรับรู้สมรรถนะแห่งตนฯ ในระดับสูง และมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ฯ ในระดับสูง อธิบายได้ว่า การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ในรูปแบบ Online สำหรับมารดาวัยรุ่นนั้น ไม่ใช่ข้อจำกัดที่จะดำเนินการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนทั้ง 4 แหล่ง ทั้งนี้จากสถานการณ์การระบาดของ COVID-19 หากพยาบาลพลีวิภูถิติให้เป็นโอกาส ปรับรูปแบบการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในยุค New normal (รูปแบบวิถีใหม่) และสามารถตอบโจทย์ความต้องการของมารดาวัยรุ่นในครอบครัวข้ามรุ่นได้ เพราะทั้งความต่างของเจนเนอเรชั่นทำให้เกิดปัญหาในการสื่อสารดังที่กล่าวข้างต้น อาจส่งผลให้เกิดความต่อเนื่องในการให้นมแม่เพียงอย่างเดียว ซึ่งการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนสามารถปรับในรูปแบบออนไลน์ได้ ทั้งให้ความรู้แบบคลิปออนไลน์ การเป็นที่ปรึกษาและมีช่องทางการติดต่อรูปแบบออนไลน์ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม สามารถทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองในด้านความรู้ การแก้ไขปัญหาหรืออาการไม่สุขสบาย ทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมมารดา และเมนูอาหารบำรุงน้ำนมที่วัยรุ่นทำได้ และรับประทานง่าย เช่น พุดดิ้งหัวปลี

อย่างไรก็ตามจากผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ร้อยละ 50 เริ่มจากความไม่แน่ใจจะให้มนบุตร และมีความต้องการให้บุตรกินนมแม่ไปจนถึงอายุ 6 เดือน เพียงร้อยละ 33.3 และ 20.8 ตามลำดับ เท่านั้น ดังนั้นการประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งก่อนจำหน่ายกลับบ้าน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้รับผิดชอบนำแนวทางการ

ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนฯ ไปประยุกต์ใช้กับมารดาวัยรุ่น เพื่อมารดาวัยรุ่นให้เกิดความมั่นใจ เชื่อมมั่นในตนเองในการเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเอง และมีที่ปรึกษาตลอดเวลา อีกทั้ง ผลการศึกษายังพบว่า ร้อยละ 100 ของกลุ่มทดลองและควบคุมไม่มีสถานที่เก็บน้ำนมที่สถาบันการศึกษา ประเด็นนี้หากผู้รับผิดชอบสามารถประสานพื้นที่ที่สถาบันการศึกษาของแม่วัยรุ่นได้จะส่งผลทำให้มารดาวัยรุ่นอาจมีความต่อเนื่องในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่วานานขึ้น

ผลการวิจัยระยะที่ 4 จะเห็นได้ว่า รูปแบบการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น เน้นการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในรูปแบบออนไลน์ ซึ่งมีความแตกต่างจากการส่งเสริมรูปแบบปกติ ทั้งนี้เพราะการเข้าถึงความรู้ที่มารดาวัยรุ่นสามารถเข้าชมได้อย่างไม่จำกัดช่วงเวลา หรือจำนวนครั้ง รวมทั้งสถานที่ที่มีความยืดหยุ่นสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองในช่วงเวลาที่มีความพร้อม ส่งผลให้เกิดความเข้าใจ มีความตั้งใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง (Phetyoo, Kantaruksa & Sansiriphun, 2020) รวมถึงการสื่อสารกับครอบครัวข้ามรุ่นในรูปแบบออนไลน์ สะดวกและสื่อสารสองทางกับครอบครัวข้ามรุ่นได้ ซึ่งแตกต่างจากการดูแลแบบปกติที่มีการแยกระหว่างมารดาวัยรุ่นกับครอบครัวออกจากกัน อีกทั้งการสื่อสารออนไลน์ยังสามารถเป็นที่ปรึกษาได้ตามเวลาที่สะดวก เพราะส่วนใหญ่ในช่วงเวลากลางวันจะต้องทำงานหรือเลี้ยงหลาน จะเห็นได้ชัดเจนว่า รูปแบบการบริการต้องมีการปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ ซึ่งเป็นบทบาทที่ท้าทายของพยาบาลในรูปแบบวิถีใหม่ ทั้งนี้เพื่อให้มารดาวัยรุ่นสามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมตนเองอย่างต่อเนื่อง และยาวนาน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

ผู้รับผิดชอบในการดูแลมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่น ควรมีการประเมินความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมแม่ก่อนจะนำการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในรูปแบบออนไลน์ไปใช้ เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวข้ามรุ่นต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

นำการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนรูปแบบออนไลน์ ต่อความรู้ การรับรู้สมรรถนะแห่งตนและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีทารกที่ต้องดูแลที่โรงพยาบาล เช่น น้ำหนักตัวน้อย เป็นต้น

References

- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman and company.
- Chansiri, S., Phahuwatanakorn, W. & Yusamran, C. (2018). Influences of breastfeeding attitude, subjective norm, and self-efficacy on intention to exclusive breastfeeding among teenage pregnant women. Nursing Science Journal of Thailand, 35(4), 49-60. (in Thai).
- Cheevakasemsook, A. (2021). Nursing documentation in new normal Era. Royal Thai Navy Medical Journal, 48(1), 184-198. (in Thai).

- Chompukum, P. & Chakrapeesirisuk, N. (2020). Factors affecting job satisfaction and motivation: A case comparison of generation Y and generation Z in Bangkok. *Chulalongkorn Business Review*, 42(3), 1-18. (in Thai).
- Dennis, C. L. (1999). Theoretical underpinnings of breastfeeding confidence: a self-efficacy framework. *Journal of Human Lactation*, 15(3), 195-201.
- Dennis, C. L. (2010). Development of the Breastfeeding Self-Efficacy Theory. Retrieved (2021, September 10) from <http://www.cindyleedennis.ca/research/1-breastfeeding/breastfeeding-self-efficacy/>
- Department of Health, Ministry of Public Health. (2020). Policy and Strategic Reproductive. Retrieved (2021, September 10) from <http://202.29.80.118/datas/document/PolicyandStrategy/strategic/strategic-reproductive-59.pdf>
- Department of Women's Affairs and Family Development, Ministry of Social Development and Human Security. (2019). Definition and types of family structure. Retrieved (2021, September 10) from http://intranet.dop.go.th/intranet_older/fls/fls_uploads/52747/%E0%B8%99%E0%B8%B4%E0%B8%A2%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%A0%E0%B8%97%E0%B8%84%E0%B8%A3%E0%B8%AD%E0%B8%9A%E0%B8%84%E0%B8%A3%E0%B8%B1%E0%B8%A7.pdf.
- Jekel, J., Elmore, JG., Katz, DL., & Wild, D. (2007). *Epidemiology, biostatistics and preventive medicine and public health*. Philadelphia: Elsevier Health Science.
- Jintrawet, U., Somboon, L., & Thongsawat, T. (2010). Evaluation of Self-efficacy in Breastfeeding (Doctoral dissertation) Chiangmai University. (in Thai).
- Kulaphanich, M., Supavitpatana, B., & Chaloumsuk, N. (2019). Effect of self-efficacy enhancement on breastfeeding among adolescent mothers. *Nursing Journal*, 46(2), 36-46. (in Thai).
- Lertsakornsir, M. (2019). Breastfeeding promotion in adolescent mothers: roles of nurses and families. *Journal of Nursing and Education*, 12(1), 1-13. (in Thai).
- Mekkamol, K. (2019). Breastfeeding promotion: community practice guideline. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 5(3), 274-286. (in Thai).
- Nakamadee, B., Rungchay, A., Dumminsek, P. & Juiphuang, N. (2020). Promotion of breastfeeding among Teenage Mothers: Nurses' Roles in Tambon Health Promoting Hospital. *Journal of Nurses Associate of Thailand Northern Office*, 26(2), 90-103. (in Thai).
- National Statistical Office. (2016). Survey of the situation of children and women in Thailand 2015-2016 Retrieved (2016, September 17). from

<http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/child-women58.pdf>
(in Thai).

National Statistical Office of Thailand. (2021). Thailand multiple indicator cluster survey 2019, report of 17 selected provinces. Bangkok, Thailand: National Statistical Office of Thailand. Retrieved (2016, September 17) from

<https://www.unicef.org/thailand/media/6096/file/%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%AA%E0%B8%B3%E0%B8%A3%E0%B8%A7%E0%B8%88%E0%B8%AA%E0%B8%96%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%93%E0%B9%8C%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B8%AA%E0%B8%95%E0%B8%A3%E0%B8%B5%E0%B9%83%E0%B8%99%2017%20%E0%B8%88%E0%B8%B1%E0%B8%87%E0%B8%AB%E0%B8%A7%E0%B8%B1%E0%B8%94%E0%B8%82%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%A8%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2%20%E0%B8%9E.%E0%B8%A8.%202562.pdf>.

Phetyoo, J., Kantaruksa, J. Sansiriphun, N. (2020). Effect of a web-based instruction program on breastfeeding self-efficacy among pregnant women. *Nursing Journal*, 47(2), 227-239. (in Thai).

Pentecost, R., & Grassley, J. S. (2013). Adolescent's needs for nurse' support when initiating breastfeeding. *Journal of Human Lactation*, 30 (2), 224-228.

Rueangseeree, M. (2017). Factors affected to exclusive breastfeeding only at least 6 month of adolescent postpartum mothers attending health promoting hospitals Muang district Ubon Ratchathani Province. *UBRU Journal for Public Health Research*, 6(1), 37-48. (in Thai).

Smith, P. H., Coley, S. L., Labbok, M. H., Cupito, S., & Nwokah, E. (2012). Early breastfeeding experiences of adolescent mothers: A qualitative prospective study. *International Breastfeeding Journal* 2012, 7(1), 7-13.

Somjai, C., Kantaruksa, K. & Chaloumsuk, N. (2020). Effectiveness of breastfeeding self-efficacy enhancement: a systematic review. *Nursing Journal*, 47(2), 227-239. (in Thai).

Thai Health Promotion Foundation. (2017). The power to create a sustainable breast milk society. Retrieved (2020, March 16). from <https://content/38063-20%20.html> (in Thai)

Thianlai, K. & Hutaphaed, W. (2019). Distance people: communication of skipped generation household. *Journal of Social Development*, 21(1), 59-75. (in Thai).

Wu, D. S., Hu, Jie, McCoy, Thomas, P., & Efid, J. T. (2014). The effects of a breastfeeding self-efficacy intervention on short-term breastfeeding outcomes among primiparous mothers in Wuhan, China. *Journal of Advanced Nursing*, 70(8), 1867-1879.