



การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก

**Lifestyles of First-Time Adolescent Mothers**

ชูดานัฐ ขุนเพชร

**Chudanut Khoonphet**

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การผดุงครรภ์)

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of**

**Master of Nursing Science (Midwifery)**

**Prince of Songkla University**

**2557**

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ชื่อวิทยานิพนธ์                      การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก  
 ผู้เขียน                                      นางสาวชุตานันท์ ชุนเพชร  
 สาขาวิชา                                  พยาบาลศาสตร์ (การผดุงครรภ์)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

คณะกรรมการสอบ

.....  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศศิกานต์ กาละ)

.....ประธานกรรมการ  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสเพ็ญ ชุนวล)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

.....กรรมการ  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศศิกานต์ กาละ)

.....  
 (รองศาสตราจารย์ ดร. จิรเนาว์ ทศศรี)

.....กรรมการ  
 (รองศาสตราจารย์ ดร. จิรเนาว์ ทศศรี)

.....กรรมการ  
 (ดร. วรางคณา ชัชเวช)

.....กรรมการ  
 (ดร. ดุชนิษฐ์ สุวรรณคง)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยรับนี้เป็น  
 ส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การผดุงครรภ์)

.....  
 (รองศาสตราจารย์ ดร. วีระพล ศรีชนะ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้มาจากการศึกษาวิจัยของนักศึกษาเอง และได้แสดงความขอบคุณบุคคลที่มีส่วนช่วยเหลือแล้ว

ลงชื่อ.....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศศิกานต์ กาละ)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ลงชื่อ.....

(นางสาวชูดานัญญ์ ขุนเพชร)

นักศึกษา

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้ไม่เคยเป็นส่วนหนึ่งในการอนุมัติปริญญาในระดับใดมาก่อน และ  
ไม่ได้ถูกใช้ในการยื่นขออนุมัติปริญญาในขณะนี้

ลงชื่อ.....

(นางสาวชุตานัญญา ชุนเพชร)

นักศึกษา

ชื่อวิทยานิพนธ์	การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก
ผู้เขียน	นางสาวชุตานันท์ ขุนเพชร
สาขาวิชา	พยาบาลศาสตร์ (การผดุงครรภ์)
ปีการศึกษา	2557

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 20 ราย เป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก อายุระหว่าง 15 ถึง 19 ปี และมีบุตรอายุระหว่าง 1 เดือน ถึง 1 ปี คัดเลือกผู้เข้าร่วมวิจัยตามคุณสมบัติที่กำหนด รวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก มีประเด็นที่เกิดขึ้น 3 ประเด็นหลัก คือ (1) วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป (2) การสร้างสมดุลชีวิต และ (3) การวางแผนอนาคต ประเด็นที่หนึ่ง วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป มี 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1.1) กิจวัตรประจำวัน (1.2) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และ (1.3) รับภาระค่าใช้จ่าย ประเด็นที่สอง การสร้างสมดุลชีวิต มี 4 ประเด็นย่อย ได้แก่ (2.1) การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร (2.2) การผ่อนคลายความเครียด (2.3) การประหยัดเพื่อความเพียงพอ และ (2.4) การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ และประเด็นที่สาม การวางแผนอนาคต มี 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (3.1) การศึกษาต่อ (3.2) การวางรากฐานอนาคตของบุตร และ (3.3) การสร้างความมั่นคงของครอบครัว ผลการศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกจะเป็นข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อพยาบาลและทีมสุขภาพในการพัฒนาคุณภาพการดูแลมารดาวัยรุ่น การช่วยเหลือและสนับสนุนที่เหมาะสมจะช่วยส่งเสริมความผาสุกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

<b>Thesis Title</b>	Lifestyles of First-Time Adolescent Mothers
<b>Author</b>	Chudanut Khoonphet
<b>Major Program</b>	Nursing Science (Midwifery)
<b>Academic Year</b>	2014

### **ABSTRACT**

This descriptive qualitative research aimed to explore the lifestyles of first-time adolescent mothers. Twenty participants were selected by purposive sampling. Participants were 15-19 years old and had babies aged from 1 month to 1 year. Data were collected by in-depth interview and analyzed using content analysis. The findings revealed three themes of lifestyle of first-time adolescent mothers: (1) lifestyle change, (2) making life balance, and (3) future plans. For “lifestyle change”, there were 3 categories: (1.1) daily activity, (1.2) social interaction with friends, and (1.3) living allowance. In “making life balance” there were 4 categories: (2.1) learning of child care, (2.2) relaxation, (2.3) economizing for sufficiency, and (2.4) supporting to success. Lastly, in “future plans” there were 3 categories: (3.1) continuing education, (3.2) creating steadiness for the future of the child, and (3.3) family stability. The findings on lifestyles of first-time adolescent mothers will be useful information for nurses and healthcare team to improve the quality of caring for teenage mothers. Appropriate assistance and support would promote the well-being of postpartum adolescent mothers.

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(5)
ABSTRACT.....	(6)
กิตติกรรมประกาศ.....	(7)
สารบัญ.....	(8)
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	3
คำถามการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
บทที่ 2 วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง.....	5
มารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	6
ความหมายของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	6
ผลกระทบของการเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	6
พัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	11
การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	13
ความหมายในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	14
หลักการดำเนินชีวิต.....	15
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	15
การวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด.....	17
การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย.....	18
แนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย.....	19
ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย.....	19
วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย.....	21
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	30
ประชากรและผู้ให้ข้อมูล.....	30
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	30
การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล.....	32

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล.....	36
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
บทที่ 4 ผลการวิจัยและการอภิปรายผล.....	38
ผลการวิจัย.....	38
การอภิปรายผล.....	65
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	74
สรุปผลการวิจัย.....	74
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	76
ข้อเสนอแนะ.....	76
เอกสารอ้างอิง.....	78
ภาคผนวก.....	85
ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	86
ข ใบพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	90
ค กระบวนการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล.....	92
ง รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	109
ประวัติผู้เขียน.....	110



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันการตั้งครรภ์และการคลอดในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่สำคัญของสังคมไทย จากอุบัติการณ์พบว่า อัตราการตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่นอายุ 15-19 ปี มีแนวโน้มสูงขึ้นจากร้อยละ 55.5 ในปี พ.ศ. 2552 เป็นร้อยละ 56.2 ในปี พ.ศ. 2554 และอัตราการคลอดบุตรสูงขึ้นจากร้อยละ 15.1 ในปี พ.ศ. 2552 เป็นร้อยละ 16 ในปี พ.ศ. 2554 (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2554) ซึ่งเกินกว่ามาตรฐานที่องค์การอนามัยโลกกำหนด คือ ไม่เกินร้อยละ 10 ทำให้ในปี พ.ศ. 2554 ประเทศไทย มีมารดาวัยรุ่นต่ำกว่า 20 ปี จำนวนสูงถึง 120,000 คน นับเป็นอันดับ 1 ของเอเชียและอันดับ 2 ของโลก (ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและสื่อสาร สำนักปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2555) ทำให้วัยรุ่นจำนวนมากต้องรับบทบาทมารดา และดำเนินชีวิตต่อไปในสังคมที่ยังขาดความพร้อม

การตั้งครรภ์และการคลอดในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อวัยรุ่นเองและครอบครัว ซึ่งส่วนใหญ่การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม เนื่องจากเกิดขึ้นในขณะที่ยังไม่จบการศึกษาและมักกลับเข้าสู่ระบบการศึกษาได้ยาก ทำให้ขาดความรู้และวุฒิทางการศึกษา จึงเกิดปัญหาการว่างงาน(บุญยิ่ง, 2553) การตั้งครรภ์และการคลอดในวัยรุ่นยังส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเป้าหมายและวิถีชีวิต เช่น เป้าหมายด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพ การเข้าสังคมกับกลุ่มเพื่อน และยังคงพึ่งพาครอบครัวเพิ่มขึ้น (Sabatini, 2003) การเป็นมารดาวัยรุ่นจึงส่งผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่นเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ รวมถึงบุตรของมารดาวัยรุ่นที่ย่อมได้รับผลกระทบไปด้วย ซึ่งผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่น พบว่า มารดาวัยรุ่นหลังคลอดได้รับผลกระทบทางด้านร่างกาย เนื่องจากร่างกายยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ ด้านจิตใจ มีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น (Easterbrooks, Chaudhuri, Bartlett, & Copeman, 2011) ด้านสังคมและเศรษฐกิจ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดส่วนใหญ่มีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ (Campos, Barbieri, Torloni, & Guazzelli, 2012) ผลกระทบต่อครอบครัว การเป็นมารดาวัยรุ่นครอบครัวจำเป็นต้องรับภาระด้านการเงิน ช่วยเลี้ยงดูบุตร

และช่วยเหลือสนับสนุนเกี่ยวกับการศึกษาต่อ (ศศิธร, 2553) ผลกระทบต่อสังคมและประเทศชาติ มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่สำเร็จการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงมีโอกาสนในการเลือกงานน้อยและประกอบอาชีพที่มีรายได้ต่ำ ส่งผลต่อเศรษฐกิจและการพัฒนาของประเทศ (มาลี, 2554) และผลกระทบที่สำคัญต่อเนื่องในอนาคต คือ ผลกระทบต่อบุตรของมารดาวัยรุ่น เนื่องจากมารดาวัยรุ่นมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ไม่มั่นคง ขาดทักษะในการดูแลและอบรมสั่งสอนบุตร ส่งผลให้บุตรมีโอกาสโดนทำร้ายและถูกทอดทิ้ง (บุญยิ่ง, 2553) นอกจากนี้บุตรอาจมีพัฒนาการล่าช้า สติปัญญาต่ำ มีปัญหาด้านพฤติกรรมหนีโรงเรียน เรียนซ้ำชั้น ถูกทารุณกรรม และเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะมีปัญหาด้านจิตใจ ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ทำผิดกฎหมายหรือถูกจำคุก ตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผน (Stevens-Simon & Sheeder, 2011) มีปัญหาการใช้สารเสพติด (Shaw, Lawlor, & Najman, 2006) จะเห็นได้ว่า ผลกระทบของการเป็นมารดาวัยรุ่นดังกล่าวก่อให้เกิดผลเสียอย่างมากทั้งต่อมารดาวัยรุ่น บุคคลที่เกี่ยวข้อง รวมถึงอนาคตของประเทศชาติ

การเป็นมารดาวัยรุ่น ถือเป็น การปรับตัวต่อภาวะวิกฤตตามวุฒิภาวะทั้งต่อการเป็นมารดา และการเป็นวัยรุ่น (พรธมนพิไล, 2537) เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงวัยวิกฤตที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ (สุกรี, 2547) มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านพัฒนาการและการเจริญเติบโต ได้แก่ ด้านร่างกาย ความคิด จิตสังคมและพฤติกรรม (Craig & Biro, 2011) เมื่อเกิดการตั้งครรภ์และการคลอดจึงส่งผลให้พัฒนาการเหล่านั้นหยุดชะงักลง ต้องออกจากสถานศึกษา แยกออกจากกลุ่มเพื่อน (สิรินันท์, นพวรรณ, วาที, แครี, และอุไรวรรณ, 2554) วิธีการดำเนินชีวิตจึงเปลี่ยนแปลงไป ต้องทำหน้าที่ภรรยา รับบทบาทมารดา และดำเนินชีวิตต่อไปในสังคมทั้งที่ยังมีข้อจำกัดและไม่เคยผ่านประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงดูทารกมาก่อน เป็นผลให้มารดาวัยรุ่นเกิดความสับสนและวิตกกังวลกับบทบาทใหม่ของตนเอง (สุจิตรา, 2554) มารดาวัยรุ่นจึงต้องมีการปรับตัวอย่างมาก หากมารดาวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมก็จะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข แต่หากไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะส่งผลให้เกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการดำเนินชีวิต

การดำเนินชีวิต เป็นลักษณะเฉพาะที่แสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมหรือกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งขึ้นอยู่กับเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล (Assael, 1995 อ้างตามณัฐกานต์, 2550) การเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลให้เกิดความสับสนและขัดขวางการแสดงเอกลักษณ์ของตนเอง เนื่องจากเกิดวงจรชีวิตการมีบุตรอย่างรวดเร็วโดยไม่สอดคล้องกับพัฒนาการ นอกจากนี้การดำเนินชีวิตจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็น 4 อย่าง ได้แก่ ที่อยู่อาศัย อาหาร เครื่องนุ่งห่มและยารักษาโรค การจะได้มาซึ่งปัจจัยพื้นฐานเหล่านี้บุคคลจะต้องพยายามแสวงหารายได้ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น

การประกอบอาชีพ เป็นต้น เพื่อตอบสนองความต้องการที่จำเป็น (สุกัญญา, 2551) และในปัจจุบัน สังคมมีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น การประกอบอาชีพจึงจำเป็นจะต้องมีความรู้และวุฒิทางการศึกษา ทำให้มารดาวัยรุ่นที่ไม่มีโอกาสได้รับการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นต้องประกอบอาชีพใช้แรงงานจึงมีรายได้ไม่สูงนัก การตอบสนองความต้องการตามปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นจึงสามารถทำได้ยาก ส่งผลกระทบต่อพื้นฐานของการดำเนินชีวิตและอนาคตของมารดาวัยรุ่น

ดังนั้น การได้เข้าใจถึงการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ เนื่องจากมารดาวัยรุ่นยังขาดความพร้อมและทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต หากมีการปรับตัวไม่เหมาะสมจะเกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาทั้งต่อตนเอง ครอบครัว บุตร รวมถึงสังคมและประเทศชาติ จากการศึกษาทบทวนวรรณคดียังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกโดยเฉพาะในประเทศไทย เพื่อให้เกิดความเข้าใจในประเด็นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก เพื่อนำข้อมูลพื้นฐานที่ได้จากการศึกษาเป็นแนวทางในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นในระยะหลังคลอดอย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้มารดาวัยรุ่นสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

### **วัตถุประสงค์การวิจัย**

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก

### **คำถามการวิจัย**

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกเป็นอย่างไร

## ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาการดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรคนแรกของมารดาวัยรุ่นอายุ น้อยกว่า 20 ปี ที่มีบุตรอายุ 1 เดือนถึง 1 ปี โดยทำการศึกษาระหว่างเดือนตุลาคม พ.ศ. 2556 ถึงเดือน มกราคม พ.ศ. 2557

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. พยาบาลและบุคลากรที่มีสุขภาพเข้าใจข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น หลังคลอดบุตรคนแรก เพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนาการบริการให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตของ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด
2. มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกจะได้รับการช่วยเหลือ และสนับสนุนเกี่ยวกับการ ดำเนินชีวิตหลังคลอดอย่างเหมาะสม

## บทที่ 2

### วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรก ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องครอบคลุมประเด็นดังต่อไปนี้

1. มารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 1.1 ความหมายของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 1.2 ผลกระทบของการเป็นมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 1.3 พัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
2. การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 2.1 ความหมายในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 2.2 หลักการดำเนินชีวิต
  - 2.3 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
  - 2.4 การวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอด
3. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย
  - 3.1 แนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย
  - 3.2 ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย
  - 3.3 วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย

#### มารดาวัยรุ่นนหลังคลอด

มารดาวัยรุ่นนหลังคลอดกลายเป็นปัญหาที่สำคัญของสังคมไทย เนื่องจากการเป็นมารดาวัยรุ่นนส่วนใหญ่เกิดขึ้นในขณะที่ยังไม่จบการศึกษา จึงขาดโอกาสในการประกอบอาชีพที่มีความมั่นคง นอกจากนี้ร่างกายของมารดาวัยรุ่นนยังไม่พร้อมต่อการตั้งครรภ์ ส่งผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการอีกทั้งจิตใจของมารดาวัยรุ่นนยังขาดความมั่นคง ทำให้มีการแสดงพฤติกรรมในการเลี้ยงบุตร

ไม่เหมาะสม ซึ่งผลลัพธ์ของการเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลกระทบอย่างกว้างขวาง และเป็นปัญหา ระดับชาติในปัจจุบัน จึงได้มีการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด ประกอบด้วย 3 ประเด็นสำคัญ คือ (1) ความหมายของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด (2) ผลกระทบของการเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และ (3) พัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ซึ่งมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

### ความหมายของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

องค์การอนามัยโลก (2009) ได้ให้ความหมายของมารดาวัยรุ่น คือ หญิงตั้งครรภ์ที่คลอดทารกในช่วงอายุ 10-19 ปี ซึ่งใกล้เคียงกับความหมายของสตีเวน-ซีมอลและซีดี (Stevens-Simon & Sheeder, 2011) ที่กล่าวว่า มารดาวัยรุ่น หมายถึง หญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี และให้กำเนิดบุตรในช่วงเวลาดังกล่าว นอกจากนี้มารดาวัยรุ่น คือ มารดาหลังคลอดที่มีอายุระหว่าง 13-24 ปี (Holgate & Evans, 2006) สำหรับการศึกษาในครั้งนี้มารดาวัยรุ่นหลังคลอด หมายถึง มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี และมีบุตรอายุระหว่าง 1 เดือนถึง 1 ปี

### ผลกระทบของการเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

ในระยะหลังคลอดมารดาวัยรุ่นต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เพื่อฟื้นฟู กลับเข้าสู่ภาวะปกติ และด้านจิตสังคมในการสร้างสัมพันธภาพกับทารกและครอบครัว อีกทั้งยังต้องเผชิญกับการปรับตัวเข้าสู่บทบาทมารดา และภรรยาทั้งที่มารดาวัยรุ่นมีสภาวะจิตใจและอารมณ์ไม่มั่นคง ขาดทักษะในการเลี้ยงบุตร มีข้อจำกัดในด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพ ดังนั้น การเป็นมารดาวัยรุ่นจึงส่งผลกระทบทั้งต่อมารดาวัยรุ่น บุตร ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ ดังต่อไปนี้

## ผลกระทบต่อนอง

การเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อมารดาวัยรุ่นเองทั้งทางด้านจิตใจ ด้านร่างกาย รวมถึงด้านเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. ด้านจิตใจ การเป็นมารดาวัยรุ่นต้องเผชิญกับปัญหาที่เกิดจากผลกระทบของการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม ทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความเครียดจากการที่ไม่สามารถปรับตัวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ (วิทยา, 2553) ซึ่งผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมทำให้มารดาวัยรุ่นต้องออกจากสถานศึกษา แยกออกจากกลุ่มเพื่อน ถูกคำครหาจากสังคม ครอบครัวเกิดความอับอาย (ศิรินันท์และคณะ, 2554) มารดาวัยรุ่นจึงเกิดความเครียดและวิตกกังวล ส่งผลให้ปัจจุบันมารดาวัยรุ่นมีแนวโน้มเกิดภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น (Easterbrooks et al., 2011) สอดคล้องกับการศึกษาของเนตรชนก (2555) ที่พบว่า ภาวะซึมเศร้าหลังคลอดของมารดาวัยรุ่นเกิดจากสาเหตุของความเครียดต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่ได้วางแผน การถูกทารุณกรรมด้านร่างกาย การรับรู้ความสามารถของการเป็นมารดาต่ำ ความวิตกกังวลในการเลี้ยงบุตร (Chaisawan, Serisathein, Yusamran, & Vongsirimas, 2011) และการไม่ประสบความสำเร็จในการดำรงบทบาทมารดา (นภัสนันท์, 2552) สอดคล้องกับการศึกษาของอำไพ (Amphai, 2007) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นหลังคลอดครั้งแรกในรายที่ไม่สามารถปรับตัวต่อบทบาทมารดาได้มีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าสูง นอกจากนี้ยังพบว่า อายุ ระดับการศึกษา และความเพียงพอของรายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าหลังคลอด (กฤตภัก, 2553) ดังนั้น มารดาวัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มที่มีอายุน้อย ระดับการศึกษาต่ำ และส่วนใหญ่มีรายได้ไม่เพียงพอในการจุนเจือครอบครัว จึงส่งผลกระทบต่อจิตใจทำให้เกิดความเครียดและภาวะซึมเศร้าได้

2. ด้านร่างกาย มารดาวัยรุ่นมีการเจริญเติบโตด้านร่างกายไม่เต็มที่ การตั้งครรภ์ที่เกิดขึ้นภายใน 5 ปี หลังจากการมีประจำเดือนครั้งแรกจะส่งผลให้ฮอร์โมนหลังออกมามากเกินไป กระดูกจึงปิดเร็วขึ้น ทำให้การเจริญเติบโตของร่างกายที่เกี่ยวข้องกับความสูงน้อยกว่าปกติ (นิริรัตน์และภัสสร, 2555) นอกจากนี้ร่างกายของมารดาวัยรุ่นอาจได้รับผลกระทบจากภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นในระยะตั้งครรภ์ เช่น ภาวะโลหิตจาง ภาวะความดันโลหิตสูง เป็นต้น ในระยะคลอดมารดาวัยรุ่นอาจต้องพบเจอกับภาวะคลอดยาก เนื่องจากกระดูกเชิงกรานยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ส่งผลให้เกิดการผ่าตัดคลอด และในระยะหลังคลอดมารดาวัยรุ่นอาจเกิดภาวะตกเลือดเพิ่มขึ้น (มาลี, 2554) ซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด ล้วนส่งผลกระทบต่อร่างกายของมารดาวัยรุ่น

3. ด้านเศรษฐกิจและสังคม มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ตั้งครรถ์โดยไม่ได้วางแผนจึงมีประสบการณ์ชีวิตเกี่ยวกับการสูญเสียอนาคตทางการศึกษา และโอกาสในการประกอบอาชีพที่ดี (สมใจ, 2547) ทำให้มีรายได้ไม่แน่นอนส่งผลให้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นต้องพบเจอกับปัญหา รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย (ขวัญตาและจิตตินันท์, 2553) เนื่องจากการเป็นมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ มักเกิดขึ้นในขณะที่ยังไม่จบการศึกษา และมักกลับเข้าสู่ระบบการศึกษาได้ยาก จึงไม่สามารถศึกษาต่อ ในระดับที่สูงขึ้นได้ ทำให้ขาดความรู้และวุฒิทางการศึกษา เกิดปัญหาการไม่มีอาชีพ (บุญยิ่ง, 2553) หรือประกอบอาชีพในระดับใช้แรงงาน ส่งผลให้มีรายได้ต่ำ ทำให้มารดาวัยรุ่นจำนวนมากกว่า ครึ่งหนึ่งมีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำ (Campos et al., 2012) ซึ่งรายได้เฉลี่ยของครอบครัวมารดา วัยรุ่นอยู่ในช่วงระหว่าง 1,000-5,000 บาทต่อเดือน จำนวนสูงถึงร้อยละ 55 (วีริภรณ์, 2551) ปัญหา ด้านเศรษฐกิจจึงเป็นอุปสรรคที่สำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวันของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด (Masusai, 2004) นอกจากนี้การเป็นมารดาทำให้วัยรุ่นต้องแยกออกจากกลุ่มเพื่อน (สิรินันท์และคณะ, 2554) เนื่องจากการคลอดบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นต้องรับภาระหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร จึงไม่สามารถเข้าสังคมกับ กลุ่มเพื่อนเพื่อทำกิจกรรมอื่นได้ (Muangpin, Tiansawad, Kantaruksa, Yimyam, & Vonderheid, 2010) สอดคล้องกับศศิพันธ์, พัชรินทร์, อิชยา, และพัชรินทร์ (2556) ที่พบว่า การตั้งครรถ์ทำให้มารดา วัยรุ่นถูกตัดขาดจากเพื่อนและไม่มีโอกาสเข้าร่วมสังคมกับเพื่อนนอกบ้าน ซึ่งสำหรับวัยรุ่นสังคม เพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ต้องการการยอมรับ จากกลุ่มเพื่อน เพื่อให้ตนเองรู้สึกถึงความมั่นคง ปลอดภัย และมีคุณค่า นอกจากนี้วัยรุ่นยังต้องการ ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการทำกิจกรรมนอกบ้านกับเพื่อน (ธันวรุจน์, 2555) การเปลี่ยนแปลงที่ต้องแยก ออกจากกลุ่มเพื่อน ทำให้มารดาวัยรุ่นรู้สึกว่าตนเองแตกต่างจากเพื่อนในวัยเดียวกัน จะเห็นได้ว่าการเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจและความเป็นอยู่ของมารดาวัยรุ่น รวมถึงยังทำให้เกิด การเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิตด้านการเข้าสังคมกับเพื่อน



### ผลกระทบต่อบุตร

เนื่องจากมารดาวัยรุ่นมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ไม่มั่นคง ขาดทักษะในการดูแลและอบรมสั่งสอนบุตร ส่งผลให้บุตรที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นมีโอกาสที่จะถูกทอดทิ้งหรือไม่ได้รับการดูแลอย่างเหมาะสม (บุญยิ่ง, 2553) จากการศึกษาของเฟอร์สเดนบอร์กและคณะ พบว่า การเลี้ยงดูของมารดาวัยรุ่นจะส่งผลให้บุตรมีปัญหาด้านการศึกษา แสดงพฤติกรรมที่รุนแรง ทำผิดกฎ และมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร (มาลี, 2554) นอกจากนี้บุตรอาจมีปัญหาทางด้านจิตสังคม กล่าวคือ ในวัยทารกจะมีพัฒนาการล่าช้า ถูกทำร้ายให้ได้รับบาดเจ็บ ในวัยเด็กจะมีสติปัญญาต่ำ มีปัญหาด้านพฤติกรรม หนีโรงเรียน การเรียนตกต่ำ และในวัยรุ่นจะมีปัญหาด้านจิตใจ ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ทำผิดกฎหมายหรือถูกจำคุก (Stevens-Simon & Sheeder, 2011) และมีปัญหาการใช้สารเสพติด (Shaw et al., 2006) ซึ่งผลกระทบที่บุตรได้รับจากการดูแลของมารดาวัยรุ่นจะส่งผลต่อการใช้ชีวิตในอนาคตต่อไป

### ผลกระทบต่อครอบครัว

การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ของมารดาวัยรุ่นขณะกำลังศึกษาและไม่ได้รับการยอมรับจากบิดาของทารก ทำให้บิดามารดาของมารดาวัยรุ่นเกิดความอับอาย ผิดหวังและเกิดความเครียด (มาลี, 2554) นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังประสงค์ให้บิดามารดาของตนเองเลี้ยงดูบุตร เนื่องจากต้องการศึกษาต่อ ประกอบอาชีพหรือไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรได้ (ศุภมาส, ประไพวรรณ, และนิษณา, 2552) ครอบครัวจึงมีความจำเป็นต้องรับภาระจากการเป็นมารดาวัยรุ่นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของศศิธร (2553) ที่พบว่า เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่นทำให้ครอบครัวต้องรับภาระด้านการเงิน ช่วยเลี้ยงบุตร และสนับสนุนเกี่ยวกับการศึกษาต่อ จะเห็นได้ว่าการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดส่วนใหญ่ต้องได้รับการสนับสนุนจากมารดาหรือญาติทั้งในด้านการเงินและการดูแลบุตร (ประไพวรรณและวิไล, 2556) การเป็นมารดาวัยรุ่นจึงส่งผลกระทบต่อครอบครัวทั้งด้านจิตใจ เศรษฐกิจและเพิ่มภาระในการรับผิดชอบ

### ผลกระทบต่อสังคมและประเทศชาติ

การเป็นมารดาวัยรุ่นทำให้ประเทศกลายเป็นสังคม “เด็กเลี้ยงเด็ก” เนื่องจากการตั้งครุฑและการคลอดบุตรส่งผลให้มารดาวัยรุ่นต้องออกจากสถานศึกษา จึงไม่มีโอกาสในการพัฒนาศักยภาพด้านการเรียนอย่างเต็มที่ ทำให้มีรายได้ในการจุนเจือครอบครัวไม่สูงนัก นอกจากนี้เมื่อสังคมและประเทศชาติมีมารดาวัยรุ่นเพิ่มสูงขึ้น ส่งผลให้อาณาเขตของประเทศขาดบุคลากรที่มีความสามารถในการประกอบอาชีพ เพื่อรับภาระในการดูแล้วยังชีพ ซึ่งได้แก่ ผู้สูงอายุและเด็ก ทำให้ประเทศไม่สามารถพัฒนาเพื่อแข่งขันกับนานาชาติได้ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ และกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย, 2556) จะเห็นได้ว่า การศึกษาที่หยุดชะงักลงทำให้มารดาวัยรุ่นมีระดับการศึกษาต่ำ ส่งผลให้มีรายได้น้อย เนื่องจากระดับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับรายได้ ทำให้เกิดผลกระทบต่อเศรษฐกิจและการพัฒนาของประเทศ (มาลี, 2554) นอกจากนี้การเป็นมารดาวัยรุ่นทำให้ประเทศต้องสูญเสีย รายได้ทางภาษีที่มารดาวัยรุ่นขาดความสามารถในการชำระให้กับรัฐ และยังต้องจัดสวัสดิการทางสังคมให้กับมารดาวัยรุ่น รวมถึงความจำเป็นที่ต้องรับภาระด้านค่าใช้จ่ายในการดูแลบุตรของมารดาวัยรุ่น (ศรีเพ็ญ และคณะ, 2556) การเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลให้ประเทศต้องสูญเสียทรัพยากรโดยรวมที่สำคัญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ นอกจากนี้บุตรที่ได้รับการเลี้ยงดูจากมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีปัญหาการใช้สารเสพติด (Shaw et al., 2006) จึงอาจกลายเป็นอาชญากรส่งผลกระทบต่ออนาคตของประเทศ และการตั้งครุฑที่ไม่พร้อมของมารดาวัยรุ่นยังส่งผลให้เกิดการหย่าร้าง ทำให้บุตรถูกทอดทิ้งกลายเป็นภาระที่สังคมต้องรับผิดชอบ ซึ่งเป็นปัญหาที่ยากจะแก้ไข (สุพัตรา, 2549) ดังนั้น การตั้งครุฑและการคลอดในวัยรุ่นจึงส่งผลกระทบต่อการพัฒนาของประเทศชาติและสังคม

จะเห็นได้ว่า การเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ และสังคมของมารดาวัยรุ่นเอง ครอบครัวต้องรับภาระด้านเศรษฐกิจและการเลี้ยงดูทารก บุตรที่ได้รับการเลี้ยงดูจากมารดาวัยรุ่น ซึ่งขาดทักษะและประสบการณ์ในการเลี้ยงดูบุตรก็ได้รับผลกระทบทั้งทางด้านพัฒนาการร่างกายและจิตใจ สังคมและประเทศชาติขาดทรัพยากรบุคคลในการพัฒนาประเทศ โดยผลกระทบดังกล่าวเกิดขึ้นทั้งในประเทศไทยและทั่วโลก การได้เข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด อาจทำให้ได้ข้อมูลพื้นฐานเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการบริการทางสุขภาพให้เหมาะสม สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น และลดผลกระทบดังกล่าวที่จะเกิดขึ้นได้

## พัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

เมื่อเข้าสู่บทบาทมารดาภายหลังการคลอดบุตร ทำให้มารดาวัยรุ่นต้องปฏิบัติพัฒนกิจของการเป็นมารดา แต่เนื่องจากการเป็นมารดาวัยรุ่นเป็นการปรับตัวต่อภาวะวิกฤตตามวุฒิภาวะต่อการเป็นมารดา และการเป็นวัยรุ่น (พรรณพิไล, 2537) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของควอลล์ (Duvall, 1962 อ้างตามรุจา, 2541) ที่พบว่า ครอบครัวยุคเริ่มเลี้ยงดูบุตร เป็นระยะที่บุตรคนแรกคลอดจนถึงอายุ 30 เดือน ถือเป็นระยะวิกฤตของครอบครัว เนื่องจากเป็นช่วงที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมาก โดยเฉพาะบทบาทของการเป็นบิดามารดา จึงอาจส่งผลให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติตน และการเลี้ยงดูบุตรในระยะหลังคลอด รวมถึงปัญหาทางด้านเศรษฐกิจจากการต้องรับภาระเพิ่มขึ้น เป็นต้น (วิลาวัณย์, 2554) ซึ่งเมื่อครอบครัวเข้าสู่ระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร มารดาวัยรุ่นจึงจำเป็นต้องทำหน้าที่ในบทบาทของมารดาให้สอดคล้องตามพัฒนกิจของมารดาในระยะหลังคลอด

สำหรับพัฒนกิจการเป็นมารดาตามแนวคิดของควอลล์ (Duvall, 1977 อ้างตามสุปราณี, 2545) ซึ่งเป็นพัฒนกิจของมารดาหลังคลอดที่มีบุตรวัยทารกและวัยเด็กเล็ก ประกอบด้วย 10 ประเด็น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การเข้าใจในบทบาท เป็นความพยายามในการปรับแนวคิดเกี่ยวกับบทบาทที่ตนเองได้รับ
2. การรับรู้และแก้ไขต่อความเครียดจากบทบาทมารดา โดยมารดาต้องเรียนรู้และรักษาสมดุลระหว่างความต้องการของบุตร ตนเอง และสามี
3. ความสามารถในการพยายามฝึกหัดเกี่ยวกับการทำกิจกรรมเพื่อเลี้ยงบุตรอย่างมั่นใจ เป็นการปฏิบัติกิจกรรมการเลี้ยงบุตร เพื่อตอบสนองความต้องการของบุตรจนเกิดเป็นทักษะภายใต้ภาวะสุขภาพที่ดีของมารดา
4. การรักษาไว้ซึ่งการมีสุขภาพดีของบุคคลในครอบครัว เป็นการตอบสนองความต้องการของสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับอาหาร การพักผ่อน การทำกิจกรรมร่วมกัน เป็นต้น
5. การส่งเสริมพัฒนาการบุตร รวมถึงการป้องกันอันตรายต่อบุตร และการยอมรับในความเป็นบุคคลของบุตร โดยต้องอยู่ภายใต้บริบทและข้อจำกัดของครอบครัว
6. การจัดสรรหน้าที่ของบิดามารดา การช่วยเหลือระหว่างสามีภรรยาในการดูแลบุตร
7. การรักษาสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส โดยแสดงความพึงพอใจในด้านต่างๆ เช่น เพศสัมพันธ์ อารมณ์ ความคิด เป็นต้น

8. การสร้างความสุขในการดำรงชีวิต เป็นการสนับสนุนซึ่งกันและกันของกลุ่มสมรส เพื่อคงไว้ซึ่งความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต เช่น ด้านค่าใช้จ่าย ด้านการวางแผนอนาคต ด้านความมั่นคงของครอบครัว เป็นต้น

9. การรักษาความเป็นตัวของตัวเอง การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม รวมถึงความเป็นตัวของตัวเองเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่หลากหลาย

10. การประเมินความพึงพอใจในการดำรงอยู่ของครอบครัว เป็นการมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ครอบครัวตนเองกับครอบครัวอื่น หรือครอบครัวของกลุ่มสมรส

จะเห็นได้ว่า พัฒนกิจของมารดาเป็นบทบาทหน้าที่ของมารดาในการดูแล ส่งเสริม พัฒนาการ และป้องกันอันตรายที่มีต่อบุตร รวมถึงการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพและสุขภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว โดยต้องสอดคล้องกับบริบทหรือข้อจำกัดของครอบครัว และจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนจากคู่สมรส

การปรับตัวในบทบาทมารดาตามพัฒนกิจสำหรับมารดาวัยรุ่นจึงทำได้ยาก เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงวัยวิกฤตที่มีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ (สุกรี, 2547) มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านพัฒนาการและการเจริญเติบโต ได้แก่ ด้านร่างกาย ความคิด จิตสังคมและพฤติกรรม (Craig & Biro, 2011) การเป็นมารดาวัยรุ่น จึงส่งผลให้เกิดความสับสนในเอกลักษณ์ของตนเอง เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างการมีเอกลักษณ์ประจำตัวกับความสับสนในเอกลักษณ์ของตนเอง (Erikson, 1902 อ้างตามพร้อมจิตร์, 2553) การตั้งครรถ์และการคลอดทำให้มารดาวัยรุ่นไม่สามารถค้นพบเอกลักษณ์ และความต้องการของตนเองได้ ซึ่งนอกจากการปรับตัวต่อการเป็นวัยรุ่นแล้วยังต้องเผชิญกับการปรับตัวต่อบทบาทมารดา ซึ่งเป็นบทบาทที่ยิ่งใหญ่และมีความสำคัญอย่างมากในชีวิตมารดาและทารก เป็นบทบาทที่เกี่ยวข้องกับหน้าที่ ความรัก ความผูกพัน (พรรณพิไล, 2537) และต้องผสมผสานพฤติกรรมการเป็นมารดาให้เข้ากับบทบาทอื่นจนกลายเป็นความพึงพอใจในเอกลักษณ์ของการเป็นมารดา (Mercer, 1985) ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลที่ค่อย ๆ พัฒนาอย่างต่อเนื่อง และเกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กับพัฒนาการของทารก โดยต้องผ่านกระบวนการพัฒนาและปรับตัวในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม จิตใจและสติปัญญา (เพ็ญนภา, 2549)

นอกจากนี้บทบาทของการเป็นมารดาจะต้องอยู่ภายใต้ความคาดหวังของตนเองและสังคมตามทฤษฎีบทบาท (ศิริรัตน์, 2548) ทำให้มารดาวัยรุ่นที่คลอดบุตรคนแรกส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลต่อการเตรียมตัวเข้าสู่บทบาทมารดา (กษภัท, 2554) และต้องใช้เวลาานกว่ามารดาคนอื่นๆ ในการสร้างความมั่นใจ พึงพอใจจนสามารถแสดงบทบาทมารดาได้สำเร็จ (Mercer, 1981) สอดคล้อง

กับสุพรรณิ (2543) ที่พบว่า มารดาที่สามารถรับรู้และปรับตัวเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดาได้ดีส่วนใหญ่ มีความพร้อมในด้านร่างกายและวุฒิภาวะ ซึ่งการเข้าสู่บทบาทมารดาจะต้องผ่านกระบวนการตาม ทฤษฎีการเปลี่ยนผ่านของชูเมคเคอร์และเมลิส (Schumacher & Meleis, 1994 อ้างตามเรณู, 2543) โดยเป็นการเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง ผ่านเงื่อนไขที่มีผลต่อการเปลี่ยนผ่าน ได้แก่ การประเมินผล ความคาดหวังของตนเองและบุคคลอื่น ความรู้และทักษะที่จำเป็น สิ่งแวดล้อมที่เป็น แหล่งสนับสนุน การวางแผน และความสุขสบายด้านร่างกายและอารมณ์ โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่น ที่ไม่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงดูบุตร และส่วนใหญ่ขาดการวางแผนล่วงหน้า จึงไม่สามารถ ตอบสนองความต้องการของบุตรได้

เมื่อมารดาวัยรุ่นต้องปรับตัวเข้าสู่บทบาทมารดาในการปฏิบัติพัฒนกิจจึงมีความจำเป็นต้อง ได้รับการช่วยเหลือและสนับสนุนจากบุคคลอื่น (ปราชญาวดี, 2551) มารดาวัยรุ่นจึงต้องพยายาม เปลี่ยนแปลงตนเอง และพึ่งพาแหล่งสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้การปฏิบัติพัฒนกิจเป็นไปได้อย่างดี นอกจากนั้นในการปฏิบัติพัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นอาจต้องพบเจอกับปัญหาที่ก่อให้เกิดความเครียด ทั้งด้านการแสดงบทบาทมารดา บทบาทภรรยา เป็นต้น มารดาวัยรุ่นจึงต้องจัดการกับความเครียด ที่เกิดขึ้น สอดคล้องกับทฤษฎีความเครียดและการปรับตัวของลาซาลัส (Lazarus, 1966 อ้างตาม ศิริรัตน์, 2548) โดยแบ่งรูปแบบความเครียดออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่ รูปแบบความเครียดมี สิ่งกระตุ้นเป็นพื้นฐาน รูปแบบความเครียดมีการตอบสนองเป็นพื้นฐาน และรูปแบบของการจัดการ ความเครียด โดยพบว่า เมื่อเกิดความเครียดบุคคลจะประเมินและตัดสินใจ เพื่อเข้าสู่การเผชิญและ จัดการกับความเครียดด้วยตนเองหรือการพึ่งพาแหล่งสนับสนุน

จะเห็นได้ว่า พัฒนกิจของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดา วัยรุ่น โดยเฉพาะการดำรงบทบาทมารดาในการเลี้ยงดูบุตร การสร้างความพึงพอใจในครอบครัว การคงไว้ซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง เป็นต้น มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จึงมักจะประสบปัญหาในการ ดำรงพัฒนกิจของมารดาซึ่งจะส่งผลต่อพัฒนกิจในระยะอื่น ๆ ต่อไป

### **การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด**

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เป็นเรื่องที่สำคัญและน่าสนใจอย่างมาก เนื่องจากมีความเกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม เศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม รวมถึงการต้องรับผิดชอบกับ อีกหนึ่งชีวิตเพิ่มขึ้น ทั้งที่ยังขาดความพร้อมด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และยังไม่จบการศึกษา การเป็นมารดาวัยรุ่นส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิต จึงได้มีการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

กับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ประกอบด้วย 3 ประเด็นสำคัญ คือ (1) ความหมายในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด (2) หลักการดำเนินชีวิต (3) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และ (4) การวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### ความหมายในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

จากการศึกษาพบว่า มีผู้ให้ความหมายของการดำเนินชีวิตไว้ใกล้เคียงกัน กล่าวคือ เป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก (WHO, 1986 อ้างตามวรรณวิมล, 2547; O'Brien, 1976 อ้างตามวรรณวิมล, 2547; Demby, 1988 อ้างตามศิริริน, 2548) ซึ่งบ่งบอกถึงความเป็นตัวตน หรือเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล อาจ会有ความเหมือนหรือแตกต่างกันก็ได้ (Assael, 1995 อ้างตามณัฐกานต์, 2550) โดยพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นจะปรากฏในรูปแบบของการประกอบอาชีพ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพ เป็นต้น (O'Brien, 1976 อ้างตามวรรณวิมล, 2547) และการที่บุคคลจะแสดงพฤติกรรมใดออกมาขึ้นอยู่กับลักษณะของความเป็นอยู่ของสังคม เศรษฐกิจและความสามารถของบุคคล (WHO, 1986 อ้างตามวรรณวิมล, 2547) ลักษณะความต้องการภายในบุคคล ชนชั้นทางสังคม ลักษณะของกลุ่มอิทธิพล และครอบครัว (Demby, 1988 อ้างตามศิริริน, 2548) การดำเนินชีวิตจึงเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกในชีวิตประจำวัน

จากการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับความหมายของการดำเนินชีวิตสามารถสรุปได้ว่าการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เป็นลักษณะเฉพาะที่หญิงหลังคลอดอายุน้อยกว่า 20 ปี แสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมหรือกิจกรรมประจำวัน ซึ่งบ่งบอกถึงความเป็นตัวตนหรือเอกลักษณ์ โดยพฤติกรรมหรือกิจกรรมที่แสดงออกขึ้นอยู่กับปัจจัย ได้แก่ ความต้องการหรือความสามารถของแต่ละบุคคล ความเป็นอยู่ ลักษณะครอบครัว เศรษฐกิจ ชนชั้นทางสังคม และลักษณะของกลุ่มอิทธิพล ในบริบทของแต่ละพื้นที่จะมีปัจจัยอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน โดยบริบทของพื้นที่ที่ทำการศึกษาคือเป็นสังคมชนบทอยู่ในจังหวัดหนึ่งทางภาคใต้ของประเทศไทย มีลักษณะภูมิประเทศเป็นพื้นที่ราบเนินเขา และลักษณะภูมิอากาศร้อนชื้นจึงเหมาะสมสำหรับการทำสวนยางพารา ประชาชนส่วนใหญ่จึงมีอาชีพหลัก คือ การทำสวนยางพาราและมีรายได้เฉลี่ยต่อคนต่อปี 16,000 บาท ประชากรนับถือศาสนาพุทธ 100 เปอร์เซ็นต์ มีวิถีการดำเนินชีวิตแบบเอื้อเพื่อเอื้อซึ่งกันและกัน ส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นครอบครัวขยาย ตั้งบ้านเรือนอยู่กัน

เป็นกลุ่ม จะเห็นได้ว่า จากบริบทที่กล่าวมาข้างต้นล้วนเป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์และเชื่อมโยงกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

### หลักการดำเนินชีวิต

การดำเนินชีวิตที่มีความสุขและสมบูรณ์นั้นจำเป็นต้องมีความสมดุลในด้านต่าง ๆ ซึ่ง ศิริภัสสร (2552) กล่าวถึงหลักในการสร้างสมดุลสภาพไว้ 8 ประการ ได้แก่ (1) การมีสุขภาพที่แข็งแรง (2) การมีสุขภาพจิตที่แจ่มใส ปราศจากความทุกข์ (3) การมีสัมพันธภาพที่ดีกับสังคม (4) การใช้วิธีผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียด ฝึกยืดหยุ่น บริหารอารมณ์และเวลาให้เหมาะสม (5) พยายามศึกษาหาความรู้อย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้มีความสามารถก้าวทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม (6) การค้นหาแหล่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ (7) การใช้เงินอย่างประหยัดเพื่อความเพียงพอ โดยไม่มีหนี้สิน และ (8) การคงไว้ซึ่งการมีครอบครัวที่อบอุ่นและมีเวลาให้แกกัน

จะเห็นได้ว่า การสร้างสมดุลชีวิตบุคคลมีความจำเป็นต้องปฏิบัติตน เพื่อให้เกิดความสมดุลในหลายด้าน ซึ่งการดำเนินชีวิตอย่างสมดุลจะช่วยให้บุคคลสามารถอาศัยอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันแตกต่างจากอดีตทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมจึงจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยต่าง ๆ มากมายในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่นที่ยังมีข้อจำกัดทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นจึงต้องอาศัยปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ระดับการศึกษา เป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลมีความรู้ ความสามารถ มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการประกอบอาชีพและการแก้ปัญหาของชีวิต การศึกษาจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะในสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอย่างรวดเร็ว (พนม, 2543) นอกจากนี้การดำรงชีวิตจำเป็นต้องอาศัยปัจจัยพื้นฐาน บุคคลจึงจำเป็นต้องประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ในการตอบสนองความต้องการ ระดับการศึกษาที่สูงกว่าจะช่วยให้สามารถประกอบอาชีพที่มีรายได้สูงขึ้น ระดับการศึกษาจึงเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

(รุจิราภรณ์, 2552) จะเห็นได้ว่า ระดับการศึกษาเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตทั้งการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน และการปรับตัวต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

2. การอยู่อาศัยร่วมกับคู่สมรส เป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงสภาพความเป็นอยู่ในการดำเนินชีวิตของการเป็นมารดาเลี้ยงเดี่ยวหรือการมีสามีที่คอยให้การช่วยเหลือและสนับสนุนทางสังคมเพื่อส่งเสริมให้การดำเนินชีวิตดีขึ้น สามีจึงเป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญสำหรับมารดาวัยรุ่น (วิริภรณ์, 2551) เนื่องจากมีส่วนช่วยในการสนับสนุนทางสังคมและทำให้เกิดความผาสุกในชีวิต (เสาวคนธ์, 2550) การอยู่อาศัยร่วมกับคู่สมรสจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น

3. ลักษณะของครอบครัว เป็นส่วนหนึ่งของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น โดยพบว่า การอาศัยในครอบครัวขยายจะช่วยให้มารดาวัยรุ่นมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมนอกเหนือจากสามี ซึ่งทำให้มารดาวัยรุ่นสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น สอดคล้องกับสุปราณี (2545) ที่พบว่า มารดาหลังคลอดที่อาศัยในครอบครัวขยายส่วนใหญ่มีบุคคลในครอบครัวคอยให้การสนับสนุนด้านการทำกิจกรรม ส่งผลให้มารดาหลังคลอดสามารถทำกิจวัตรประจำวันของตนเองได้ตามความต้องการ

4. การสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัยที่มีส่วนช่วยสนับสนุนการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยส่งเสริมให้การเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดาในครั้งแรกผ่านไปได้อย่างดี (มยุรี, ลดาวัลย์, สุนุดตรา, และนุชกร, 2550) นอกจากนี้การช่วยเหลือด้านการเลี้ยงบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นสามารถทำกิจกรรมอื่นในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ (บุญมี, วรรณิ, และกนกนุช, 2556) โดยการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านอารมณ์ ด้านทรัพยากร และด้านการเปรียบเทียบและการประเมินค่า (House, 1981) ซึ่งการช่วยเหลือและสนับสนุนทางสังคมจะเป็นตัวช่วยให้มารดาวัยรุ่นสามารถประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตตามเป้าหมายที่ต้องการได้

ดังนั้น สำหรับมารดาวัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ และขาดความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ จึงต้องอาศัยปัจจัยสนับสนุนในการดำเนินชีวิต ได้แก่ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งจะช่วยให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอดสามารถปรับตัว ทำความเข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข



## การวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

มารดาวัยรุ่นได้มีการวางแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังคลอดบุตรไว้ 2 ประเด็น ได้แก่ (1) การวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาต่อและประกอบอาชีพของตนเอง และ (2) การวางแผนเกี่ยวกับบุตร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาต่อและประกอบอาชีพของตนเอง มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการวางแผนเกี่ยวกับการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น เพื่อให้สามารถประกอบอาชีพที่พึงปรารถนา (Phipps, Salak, Nunes, & Rosengard, 2011) ซึ่งสอดคล้องกับศศิรินทร์และคณะ (2556) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนด้านการศึกษาต่อในระดับสูง เพื่อเปิดโอกาสในการประกอบอาชีพที่ดี มีรายได้ของตนเอง และสามารถสร้างทรัพย์สิน เช่น บ้าน รถ เป็นต้น โดยไม่ต้องพึ่งพาครอบครัว (Stiles, 2005) การวางแผนอนาคตด้านการศึกษาต่อจึงเกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กับการวางแผนในการประกอบอาชีพ (Mngadi, Zwane, Ahlberg, & Ransjo-Arvidson, 2003) นอกจากนี้การที่มารดาวัยรุ่นจะสามารถศึกษาต่อได้นั้นจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดาในด้านต่าง ๆ เช่น การเลี้ยงบุตร การเงิน ที่พักอาศัย เป็นต้น (Turney et al., 2011) สอดคล้องกับศุภมาสและคณะ (2552) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นต้องการให้บิดามารดาของตนเองเลี้ยงดูบุตรให้ เนื่องจากเลี้ยงไม่เป็น ต้องการกลับไปศึกษาต่อ และต้องการประกอบอาชีพ

อย่างไรก็ตามมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องทำหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร หรือประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ในการจุนเจือครอบครัว จึงขาดโอกาสกลับเข้าสู่ระบบการศึกษา (Devito, 2010) ซึ่งในความเป็นจริงมีมารดาวัยรุ่นเพียง 1 ใน 11 รายที่มีโอกาสได้กลับไปศึกษาต่อ ส่วนมารดาคนอื่นต้องทำงานและมีภาระในการเลี้ยงดูบุตร (นงลักษณ์, 2551) จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนอนาคตด้านการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพในระยะเวลาที่เหมาะสม และจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดา

2. การวางแผนเกี่ยวกับบุตร นอกจากการวางแผนเกี่ยวกับตนเองแล้วมารดาวัยรุ่นยังมีการวางแผนเกี่ยวกับบุตร โดยต้องการให้บุตรมีสุขภาพดี เจริญเติบโตตามวัย (Stiles, 2005) นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังพยายามที่จะมอบสิ่งที่ดีที่สุดให้กับบุตร โดยวางแผนเก็บเงินจากรายได้เพื่อให้บุตรได้รับการศึกษาที่ดี (วาทินีย์, 2555) สามารถประกอบอาชีพที่มีความมั่นคงต่อไปในอนาคต (ศศิรินทร์และคณะ, 2556) จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนเกี่ยวกับบุตรทั้งด้านการเจริญเติบโต และด้านการศึกษา

จากการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น หลังคลอดแสดงให้เห็นว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนอนาคตทั้งที่เกี่ยวข้องกับตนเองและบุตร (สมจิตร, 2552) โดยการวางแผนของมารดาวัยรุ่นสอดคล้องกับทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow, 1970 อ้างตามศิริรัตน์, 2548) ที่เชื่อว่า บุคคลมีความพร้อมที่จะตอบสนองความต้องการในขั้นที่สูงขึ้นเมื่อสามารถตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานได้อย่างเพียงพอ ซึ่งความสำเร็จในแต่ละขั้นจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความต้องการในขั้นต่อไปจนถึงขั้นสูงสุด ซึ่งมนุษย์มีลำดับความต้องการ 5 ขั้น ได้แก่ ความต้องการด้านร่างกาย ความต้องการด้านความมั่นคงและปลอดภัย ความต้องการด้านความรักและการมีส่วนร่วม ความต้องการด้านความภาคภูมิใจ และความต้องการด้านความสำเร็จสมหวังในชีวิต จะเห็นได้ว่า การวางแผนอนาคตการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น หลังคลอดมีหลายด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษาต่อ ด้านการประกอบอาชีพ ด้านความเป็นอยู่ โดยจะเกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กับการวางแผนเกี่ยวกับบุตร ซึ่งการวางแผนในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น หลังคลอดที่กล่าวมาข้างต้นล้วนเป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน เมื่อได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอ จะมีโอกาสพัฒนาสูงขึ้น จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

#### **การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย**

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย เป็นการวิจัยที่ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อทำความเข้าใจประสบการณ์ตามบริบทของผู้ให้ข้อมูล จึงได้มีการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย ประกอบด้วย 3 ประเด็นสำคัญ คือ (1) แนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย (2) ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย และ (3) วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

## แนวคิดการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย เป็นการวิจัยที่มีแนวคิดคล้ายคลึงกับการวิจัยเชิงคุณภาพทั่วไปมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ได้ข้อมูลในบริบทของสถานการณ์ที่ทำการวิจัยอย่างเป็นธรรมชาติ ซึ่งไม่มีการกำหนดตัวแปรหรือปรับตัวแปรให้เหมาะสม และที่สำคัญไม่มีการวางกรอบแนวคิดไว้ล่วงหน้า (Lambert & Lambert, 2012) และเป็นการศึกษาหาความจริงจากสังคมตามแนวคิดแบบปรากฏการณ์นิยมให้ความสำคัญกับบริบท (context) ที่ศึกษา ได้แก่ เงื่อนไขและสภาพแวดล้อมของปรากฏการณ์ที่ให้ความหมาย มีเป้าหมายเพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่ศึกษาอย่างลึกซึ้ง (ศิริพร, 2555) หรือเป็นกระบวนการแสวงหาความรู้ด้วยการสืบค้นความจริงที่เป็นไปโดยธรรมชาติ พยายามสร้างความรู้ความเข้าใจจากการมองภาพรวมอย่างรอบด้าน ซึ่งมีนักวิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการค้นหาความรู้ และใช้วิธีการวิเคราะห์ตีความหมายในแบบอุปมัย การวิจัยเชิงคุณภาพจึงเป็นกระบวนการหาความรู้ที่มีพื้นฐานทางญาณวิทยา ซึ่งแตกต่างจากการวิจัยเชิงปริมาณอย่างสิ้นเชิง (กิติพัฒน์, 2546) จะเห็นได้ว่า การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย เป็นการศึกษาลึกซึ้งเพื่อค้นหาความจริงตามบริบทของปรากฏการณ์ โดยมีผู้วิจัยเป็นเครื่องมือในการศึกษาและนำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการวิเคราะห์

## ลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย

มีการกล่าวถึงลักษณะสำคัญเกี่ยวกับการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายไว้หลากหลายดังต่อไปนี้

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายเป็นการศึกษาวิจัยที่มีเป้าหมายเพื่อให้ได้ข้อสรุปในทุกประเด็นอย่างครอบคลุม มีความเฉพาะเจาะจงในเหตุการณ์ที่สำคัญจากประสบการณ์รายบุคคลหรือการสนทนาแบบกลุ่ม โดยมีนักวิจัยเป็นผู้ดำเนินการในการจัดหมวดหมู่ข้อมูล (Lambert & Lambert, 2012) การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายจะได้ข้อมูลแบบที่ไม่มีความซับซ้อน ใช้คำเพื่อนำเสนอข้อมูลที่คล้ายคลึงกับคำพูดจากประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย ลักษณะของผู้เข้าร่วมวิจัยมีความหลากหลายเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์รายบุคคลหรือสัมภาษณ์แบบกลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Mulekar, Jezek, & Fruh, 2012)

นอกจากนี้ยังมีการกล่าวถึงการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายตามลักษณะสำคัญอื่น ๆ (ศิริพร, 2555) ดังนี้

1. การได้มาซึ่งความรู้ เน้นการอุปมัย (induction) ซึ่งเป็นการค้นหาความรู้จากความจริงที่มีอยู่ เชิงรูปธรรมและนามธรรม เก็บรวบรวมข้อมูลนำมาวิเคราะห์ ตีความ แล้วประมวลผลเป็นข้อสรุป สมมติฐานหรือทฤษฎี

2. เป้าหมาย การวิจัยเชิงคุณภาพมีเป้าหมาย เพื่ออธิบายปรากฏการณ์ทางสังคม โดยให้ความสำคัญกับสังคม วัฒนธรรม และความหมายตามมุมมองของผู้มีประสบการณ์

3. มีความเป็นองค์รวม เนื่องจากจำเป็นจะต้องมองจากทุกแง่มุมและหลากหลายด้าน เพื่อให้เข้าใจความหมาย และกระบวนการของพฤติกรรมนั้นตามความเป็นจริงในบริบทของช่วงเวลาที่ศึกษา

4. มีความเป็นธรรมชาติ การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการศึกษาเรื่องราวในบริบทที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพื่อให้มองเห็นข้อมูลที่สะท้อนความเป็นจริง โดยผู้วิจัยจะต้องทำตัวให้สอดคล้องกับบริบทที่ทำการศึกษา จนได้ข้อมูลที่สามารนำมาวิเคราะห์และเชื่อมโยงหาความสัมพันธ์ของระบบคิดกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ

ลักษณะสำคัญดังกล่าวเน้นการค้นหาความรู้ทั้งรูปธรรมและนามธรรม ด้วยกระบวนการวิจัยที่อธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมที่เป็นองค์รวม และเป็นธรรมชาติตามบริบทที่ศึกษา ซึ่งมีรายละเอียดแตกต่างกับอีกแนวคิดหนึ่งของลินนิงเจอร์ (Leininger, 1984 อ้างตามเพชรน้อย, 2550) ที่กล่าวว่า การวิจัยเชิงคุณภาพมีลักษณะสำคัญ 8 ประการ ได้แก่ (1) การศึกษาในประเด็นที่ยังไม่มีองค์ความรู้ที่แท้จริง หรือมีข้อจำกัดในความรู้ของปรากฏการณ์ที่ควรใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (2) การศึกษาที่เป็นองค์รวมจากผู้ให้ข้อมูลโดยตรง ซึ่งต้องการข้อมูลทั้งที่เป็นส่วนตัว เครือญาติ และวัฒนธรรม (3) การศึกษาที่ต้องการข้อมูลใหม่ที่ไม่สามารถทำได้ด้วยวิธีการอื่น (4) การศึกษาที่ต้องการข้อมูลตามบริบท หรือพื้นที่ที่ทำการศึกษา (5) การศึกษาที่ไม่กำหนดสิ่งใดไว้ล่วงหน้า (6) การศึกษาที่เกี่ยวข้องกับบริบท เพื่อเปรียบเทียบความเหมือนหรือความแตกต่าง (7) การศึกษาที่ได้ข้อมูลเกี่ยวกับความหมายที่ทันสมัยอยู่เสมอ และ (8) การศึกษาที่สามารถบอกรายละเอียดของเหตุการณ์ หรือสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี สรุปได้ว่า แนวคิดของลินนิงเจอร์เน้นลักษณะสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายว่า เป็นการศึกษาระดับที่ยังไม่มีความรู้ที่แท้จริงอย่างเป็นองค์รวมตามบริบทของพื้นที่ ซึ่งปฏิบัติไม่ได้ด้วยวิธีการอื่น การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายจึงทำให้ได้องค์ความรู้ที่ทันสมัยอยู่เสมอ

จะเห็นได้ว่า การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายมีลักษณะสำคัญ ได้แก่ การศึกษาเรื่องราวตามบริบทของผู้ให้ข้อมูลอย่างเฉพาะเจาะจง ซึ่งไม่สามารถศึกษาได้จากวิธีการวิจัยอื่น โดยไม่ต้องกำหนดกรอบแนวคิดไว้ล่วงหน้า ผู้วิจัยมีหน้าที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ ตีความ และประมวลผล เพื่อสะท้อนความเป็นจริงของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น

### วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย มีวิธีดำเนินการวิจัย ได้แก่ การเก็บรวบรวมข้อมูล การสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย มีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลเช่นเดียวกับการวิจัยเชิงคุณภาพทั่วไป ได้แก่ การสัมภาษณ์ การสังเกต ข้อมูลจากเอกสาร และข้อมูลเชิงกายภาพด้วยผังเครือญาติ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การสัมภาษณ์ เป็นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล การสัมภาษณ์แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ แบบเป็นทางการ (formal or semi-formal interviews) ซึ่งมีโครงสร้างในการสัมภาษณ์ และแบบไม่เป็นทางการ (informal interviews) เป็นการสนทนาที่มีเพียงแนวทางการสัมภาษณ์ในลักษณะกว้าง เพื่อให้ได้เนื้อหาในประเด็นที่ต้องการ และการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) เป็นส่วนหนึ่งของการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ (ศิริพร, 2555) ซึ่งแตกต่างจากนิศา (2551) ที่แบ่งการสัมภาษณ์ออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึก และการสัมภาษณ์แบบกลุ่ม (focus groups interviews) สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นวิธีการเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่มีประเด็นสำคัญในการเตรียมสร้างข้อคำถามการสัมภาษณ์ และเทคนิคในการสัมภาษณ์เพื่อเจาะประเด็น ประกอบด้วย การหักมุม การเปรียบเทียบ การสร้างสถานการณ์สมมติ หรือกระตุ้นด้วยสิ่งของ และการสร้างบรรยากาศให้เกิดความสบายและเป็นกันเองระหว่างผู้วิจัยกับผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ ได้ข้อมูลที่เป็นความจริง และการสัมภาษณ์แบบกลุ่ม เป็นวิธีการเพื่อสร้างความเข้าใจในกระบวนการคิด จิตใจ การกระทำ ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำ และการตอบสนองของกลุ่มบุคคล ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

ระหว่างกลุ่มผู้ให้ข้อมูลและผู้วิจัย อาจจะนำไปสู่การถกเถียงเพื่อหาข้อสรุปในการแก้ปัญหา (เพชรน้อย, 2550) จะเห็นได้ว่า การสัมภาษณ์เป็นวิธีการที่จะได้มาซึ่งข้อมูลในประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการตามแนวคำถามที่วางไว้

2. การสังเกต เป็นการติดตาม ฝ้าดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างตั้งใจ เพื่อหาความเชื่อมโยงกับสิ่งอื่น การสังเกตมี 2 ชนิด ได้แก่ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participant observation) โดยผู้วิจัยเข้าไปอยู่ร่วมในสังคมที่ทำการศึกษา เพื่อให้เกิดการยอมรับว่าเป็นสมาชิกในสังคมนั้น และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (non-participant observation) เป็นการสังเกตอยู่ภายนอก ใช้เวลาน้อย และสะดวกต่อการบันทึกข้อมูล (เพชรน้อย, 2550) การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตจะต้องคำนึงถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้สังเกตคือใคร สังเกตสิ่งใด ในบริบทของสังคมหรือวัฒนธรรมใด การสังเกตของการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการสังเกตอย่างมีระบบในสถานการณ์ธรรมชาติ เพื่อดู ฟัง และรับรู้โดยไม่มีกรอบเกณฑ์ ข้อมูลที่ได้ต้องมีความเที่ยงตรง เชื่อถือได้เกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในสนาม ศูนย์กลางของการสังเกตประกอบด้วย (1) การกระทำ คือ พฤติกรรมของบุคคล (2) กิจกรรม คือ การกระทำของคนในพื้นที่ (3) ความหมาย คือ คำบอกเล่าหรือประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลที่แสดงความหมายของการกระทำ (4) การมีส่วนร่วม คือ การกระทำร่วมกันของบุคคลในพื้นที่ (5) ความสัมพันธ์ คือ ความสัมพันธ์ของบุคคลหรือกิจกรรมที่มีอิทธิพลต่อกันและกัน และ (6) สถานที่ คือ รูปแบบทุกประการในสถานการณ์ที่ทำการศึกษา ในการสังเกตจำเป็นจะต้องมีการบันทึก เพื่อป้องกันการลืมเรื่องราวที่เกิดขึ้น การวิจัยเชิงคุณภาพจึงมีการบันทึกที่เรียกว่า การบันทึกภาคสนาม โดยบันทึกรายละเอียดที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ ได้แก่ วัน เวลา บุคคล กิจกรรม ฉากและเรื่องราวที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ยังมีการบันทึกความรู้สึกส่วนตัวของนักวิจัย เพื่อป้องกันการนำความรู้สึกของนักวิจัยไปตีความสถานการณ์ของผู้ให้ข้อมูล (นิศา, 2551) การสังเกตจึงเป็นวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่สำคัญในการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย

3. ข้อมูลจากเอกสาร เพื่อให้เกิดความน่าเชื่อถือของข้อมูลจำเป็นต้องอาศัยแหล่งข้อมูลอื่นมาประกอบการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งแหล่งข้อมูลอื่น ได้แก่ การเขียนบันทึก รูปภาพ เอกสารสถิติ วัตถุ และฟิล์มหรือวีดิทัศน์ (อารีย์วรรณ, 2549) ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของศิริพร (2555) ที่กล่าวถึงข้อมูลเอกสาร ได้แก่ เอกสาร สิ่งตีพิมพ์ เป็นต้น โดยแบ่งข้อมูลเอกสารออกเป็น 2 ประเภท คือ (1) เอกสารขั้นต้น ได้แก่ เอกสารทางการ เช่น กฎหมาย บันทึกทางการพยาบาล สถิติของหน่วยงาน เป็นต้น เอกสารกึ่งทางการ เช่น บทความหนังสือพิมพ์ หนังสือ รายงานการวิจัย เป็นต้น และเอกสารไม่เป็นทางการ เช่น บันทึกส่วนตัว บทเพลง เอกสารโฆษณา เป็นต้น และ (2) เอกสารขั้นรอง

เป็นข้อมูลที่ได้จากแหล่งขั้นต้นอื่นแล้วนำมาอ้างอิง ดังนั้น การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารจะช่วยให้ข้อมูลมีความชัดเจนยิ่งขึ้น

4. ข้อมูลเชิงกายภาพด้วยผังเครือญาติ (kingship) ซึ่งมีความสำคัญต่อการเรียนรู้และทำความเข้าใจสังคมหรือชุมชนเกี่ยวกับการศึกษาหาความสัมพันธ์เชิงสายเลือด โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ผู้วิจัยมีหน้าที่สำคัญในการทำความเข้าใจสัญลักษณ์ที่ต้องใช้ในการทำผังเครือญาติ ซึ่งต้องเป็นสัญลักษณ์ที่มีมาตรฐาน เพื่อให้บุคคลที่เกี่ยวข้องเกิดความเข้าใจที่ตรงกัน (เพชรน้อย, 2550) การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงกายภาพด้วยผังเครือญาติ ช่วยให้สามารถเรียนรู้ปัญหาที่สัมพันธ์กับเครือญาติได้

จะเห็นได้ว่า วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายมีหลากหลาย สำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลหลัก 2 วิธี ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล และการสังเกต เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริงและน่าเชื่อถือมากที่สุด

### **การสร้างที่น่าเชื่อถือของข้อมูล**

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายมีวิธีการสร้างที่น่าเชื่อถือของข้อมูล เช่นเดียวกับการวิจัยเชิงคุณภาพทั่วไป โดยมีหลักดังนี้

1. ความเชื่อถือได้ของข้อมูล (credibility) การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจะใช้เวลาจนกว่าจะได้ข้อมูลที่มีความอิมตัวและครอบคลุมในทุกประเด็น โดยต้องอยู่ในสถานการณ์อย่างเพียงพอ (prolong involvement) เพื่อทำความเข้าใจสังคม วัฒนธรรมของพื้นที่ และสร้างความไว้วางใจในการให้ข้อมูล นอกจากนี้ยังต้องใช้การสังเกตในระยะเวลาที่ติดต่อกัน (persistent observation) โดยใช้เวลามากพอ เพื่อค้นหาประเด็นที่สำคัญและได้ข้อมูลเชิงลึก ในการสัมภาษณ์จะมีการบันทึกเทปตลอดเวลา และใช้เทคนิคอื่นร่วมด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน เช่น การถามซ้ำ การเขียนการสะท้อนข้อมูล เป็นต้น และสรุปประเด็นอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเป็นจริงมากที่สุด หลังจากนั้นจะนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์รายวัน เพื่อค้นหาข้อมูลที่ต้องเก็บเพิ่มในครั้งต่อไป และเมื่อสิ้นสุดการเก็บรวบรวมข้อมูลจะเปิด โอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบผลการวิจัย เพื่อยืนยันความถูกต้องของข้อมูล (member checks) นอกจากนี้จะนำผลการวิเคราะห์และข้อสรุปที่ได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง (peer debriefing) (Lincoln & Guba, 1985) การสร้างที่น่าเชื่อถือของข้อมูลสามารถกระทำได้ตลอดระยะเวลาของการทำวิจัย

คือ การตรวจสอบสามเส้า (triangulation) ได้แก่ การตรวจสอบข้อมูลในประเด็นเดียวกันแต่สถานที่และเวลาแตกต่างกัน โดยมีการเปลี่ยนแปลงผู้ให้ข้อมูลหรือผู้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อพิจารณาความเหมือนหรือความแตกต่างของข้อมูลที่ได้ การใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลมากกว่า 2 วิธี และการวิเคราะห์ข้อมูลควรมีผู้ทำการวิเคราะห์หามากกว่า 2 คน (ศิริพร, 2555) นอกจากนี้การศึกษาของเดนเซน (Denzin, 1970 อ้างตามเพชรน้อย, 2550) พบว่า วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้ายังมีการตรวจสอบด้านทฤษฎี (theory triangulation) เป็นการตรวจสอบการใช้ทฤษฎีของนักวิจัยว่าแตกต่างไปจากเดิมหรือไม่ การตรวจสอบด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (methodology triangulation) เป็นการเก็บข้อมูลจากแหล่งเก่าหรือแหล่งข้อมูลสำคัญ ซึ่งอาจทำให้ได้ความแน่นอนของการวิเคราะห์ รวมถึงการเก็บรวบรวมข้อมูล และการตรวจสอบสามเส้าแบบหลายวิธี (multiple triangulation) เป็นการให้ผู้สังเกตและตีความหลายท่าน รวมถึงใช้หลายวิธีในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้กับกลุ่มอื่น (transferability) คือ ผลการวิจัยมีประโยชน์และนำไปใช้ได้จริง ซึ่งการสรุปผลการวิจัยข้อมูลที่ได้เป็นการอ้างอิงเฉพาะกลุ่ม (Lincoln & Guba, 1985) โดยนักวิจัยต้องเป็นผู้ให้ข้อเสนอแนะว่า สามารถนำไปใช้ได้อย่างไร แต่การนำข้อมูลไปอธิบายถึงประชากรกลุ่มใหญ่ไม่ควรเกินข้อเท็จจริง (ศิริพร, 2555) นอกจากนี้การที่ผู้อ่านสามารถทำความเข้าใจเรื่องราว และเห็นภาพจากประสบการณ์เหมือนกับเกิดขึ้นด้วยตนเอง หรือที่เรียกว่า ร่องรอยการตรวจสอบได้ (audit trail) (อารีย์วรรณ, 2549) ดังนั้น ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้กับกลุ่มอื่น จึงเป็นการสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูลอีกวิธีหนึ่ง

3. ความสามารถในการพึ่งพา (dependability) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเป็นจริงตามบริบทผู้วิจัยจึงควรหลีกเลี่ยงอคติในทุกขั้นตอนของการวิจัย โดยทำการบันทึกการสะท้อนคิด ความรู้สึกต่อสิ่งที่พบเห็นในระหว่างการสัมภาษณ์ และตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา เพื่อป้องกันการนำความรู้สึกของตนเองไปตีความเหตุการณ์ของผู้ให้ข้อมูล นอกจากนี้การได้มาของข้อมูลในระยะแรกและระยะต่อมาอาจแตกต่างกัน เนื่องจากความไว้วางใจซึ่งกันและกันระหว่างผู้ให้ข้อมูลและผู้วิจัย ผู้วิจัยจึงควรนำข้อมูลเหล่านั้นกลับมาสนทนากันอีกครั้ง เพื่อยืนยันและตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล ซึ่งทำให้ได้ข้อสรุปที่มีเหตุมีผลและเชื่อถือได้มากที่สุด (ศิริพร, 2555) วิธีการตรวจสอบความสามารถในการพึ่งพา ประกอบด้วย (1) การใช้หลายวิธีในการเก็บรวบรวมข้อมูล (multiple methods of data) เป็นการเชื่อมโยงข้อมูลจากการสัมภาษณ์ สังเกต และเอกสาร เพื่อเข้าใจเรื่องราวที่เกิดขึ้น (2) การทำงานร่วมกับทีมวิจัย (working with a research team) การวิจัยโดยผู้วิจัยเพียงคนเดียวอาจทำให้ขาดความเชื่อมั่นในข้อมูล การทำวิจัยร่วมกันหลายคนจะช่วยตรวจสอบความ



เชื่อถือได้ของข้อมูล และ (3) การใช้นักวิจัยที่เป็นผู้ให้ข้อมูล (use participant researchers) โดยการนำผู้ให้ข้อมูลมาตรวจสอบการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่ออธิบายความสอดคล้องในมุมมองของผู้วิจัย (อารีย์วรรณ, 2549) ซึ่งทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงและสอดคล้องกับบริบทมากที่สุด

4. ความสามารถในการยืนยัน (confirmability) เป็นความเชื่อมั่นในความสม่ำเสมอของระเบียบวิธีวิจัย ผู้วิจัยจึงต้องใช้ความเป็นเหตุเป็นผลในทุกขั้นตอนของการทำวิจัย มีการบันทึกข้อมูลอย่างเป็นระเบียบ จัดระบบเก็บข้อมูล โดยลงเป็นรหัส และชื่อสมมติของผู้ให้ข้อมูล นอกจากนี้การศึกษาก็มีความเป็นธรรมชาติ โดยการสนทนาหรือพูดคุยในประเด็นดังกล่าวภายหลังก็ทำให้ได้ข้อมูลไม่แตกต่างกัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ผู้วิจัยไม่ได้นำความรู้สึกไปตีความข้อมูลที่ได้ และมีการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญในทุกขั้นตอนเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริง มีความน่าเชื่อถือและมีประสิทธิภาพ (Lincoln & Guba, 1985) ทั้งนี้มีการกำหนดเกณฑ์ในการตรวจสอบความสามารถในการยืนยันการวิจัย (Robson, 1993 อ้างตามอารีย์วรรณ, 2549) ดังนี้ (1) การตรวจสอบจากข้อมูลดิบ เป็นการตรวจสอบความสอดคล้องและความตรงกันของข้อมูลจากการบันทึก และเทปเสียง (2) การตรวจสอบการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ข้อสรุปจากการวิจัย (3) การตรวจสอบการพัฒนาข้อสรุป เป็นการพิจารณาขั้นตอนและวิธีการได้มาซึ่งข้อสรุปของการวิจัย (4) การตรวจสอบกระบวนการวิจัย เช่น วิธีดำเนินการวิจัย รูปแบบการวิจัย (5) การตรวจสอบวัตถุประสงค์การวิจัย ควรทำตลอดระยะเวลาของการดำเนินการวิจัย และ (6) การตรวจสอบการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แนวคำถามที่ใช้ในการวิจัย วิธีการสัมภาษณ์และสังเกต ดังนั้น ความสามารถในการยืนยันจึงเป็นวิธีการที่สำคัญอีกประการหนึ่งในการสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูล

จะเห็นได้ว่า การสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูลสามารถทำได้โดยการยึดหลักความเชื่อถือได้ของข้อมูล ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้กับกลุ่มอื่น ความสามารถในการฟัง และความสามารถในการยืนยัน เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่ตรงตามความเป็นจริงในบริบทของผู้ให้ข้อมูล

### **การวิเคราะห์ข้อมูล**

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพมีหลากหลายรูปแบบ แต่สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายส่วนใหญ่ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งจากการทบทวนเกี่ยวกับขั้นตอนการวิเคราะห์เนื้อหา พบว่า ขั้นตอนจะมีจำนวนที่แตกต่างกัน แต่วิธีการวิเคราะห์จะ

มีลักษณะคล้ายคลึงกัน โดยมีการกล่าวถึงการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหาไว้หลากหลาย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) เป็นวิธีการที่ทำอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่สอดคล้องกับบริบทและประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลอย่างแท้จริง (ศิริพร, 2555) ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. วางแนวทางการวิเคราะห์โดยใช้ทฤษฎีหลากหลาย
  2. จัดระบบข้อมูลและแยกประเภทของข้อมูลให้เป็นหมวดหมู่
    - 2.1 การกำหนดประเภทของข้อมูล ต้องใช้คำหรือคำจำกัดความทั้งหมดที่ได้จากการเก็บข้อมูลในสนาม โดยการกำหนดประเภทของข้อมูลแบ่งออกเป็น 2 วิธี ได้แก่ (1) ใช้ทฤษฎีหรือผลการทบทวนวรรณคดี และ (2) ใช้ประสบการณ์ของผู้วิจัยร่วมกับลักษณะของข้อมูล
    - 2.2 วิธีการจำแนกข้อมูล ข้อมูลที่ได้จากการกำหนดประเภททั้ง 2 วิธี ต้องนำมาจากดัชนี (index) โดยดัชนีสามารถกำหนดจากวัตถุประสงค์ของการวิจัย แนวคิดหรือทฤษฎี ประสบการณ์ของผู้วิจัยและผู้รู้ ซึ่งดัชนีแบ่งออกเป็น มี 3 ประเภท ได้แก่ ดรรชนีเชิงบรรยาย ดรรชนีเชิงตีความ และดรรชนีเชิงอธิบาย
    - 2.3 การให้รหัส (code) ในการอ้างอิงหรือค้นหาข้อมูล ควรจัดประเภทหรือดัชนีของข้อมูลให้เป็นระบบเดียวกัน เพื่อความสะดวกในการเปรียบเทียบข้อมูลประเภทเดียวกัน
    - 2.4 การตีความ เป็นการตีความหมายของข้อมูล ซึ่งเริ่มจากการหาความเชื่อมโยงและความสัมพันธ์กันของข้อมูล
    - 2.5 การสรุป นำข้อมูลจากการตีความมาสรุป เพื่อตอบคำถามการวิจัย
- นอกจากนี้ยังมีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาของทวิศักดิ์ (2555) ซึ่งเป็นการค้นหาแบบแผน แก่นสาระ และแก่นความหมายในปรากฏการณ์ที่ศึกษา กระบวนการวิเคราะห์เชิงคุณภาพมีขั้นตอนดังต่อไปนี้
1. การสร้างกรอบแนวคิดการวิจัย (conceptual framework) เป็นการออกแบบหรือเลือกใช้กรอบแนวคิดในการวิจัย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการเก็บและวิเคราะห์ข้อมูล
  2. การบันทึกในสนาม (field note) เป็นการบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสังเกตตลอดระยะเวลาที่ทำการสัมภาษณ์
  3. การอ่านข้อความที่บันทึก (text reading) การอ่านข้อความที่จดบันทึกจากการสังเกต สัมภาษณ์
  4. การสร้างระบบรหัสเพื่อจำแนกข้อมูล (data coding scheme) การจัดระเบียบของข้อมูลให้เป็นหมวดหมู่ด้วยระบบรหัส

5. การจัดแสดงข้อมูล (data display) และลดขนาดข้อมูล (data reduction) เป็นการนำข้อมูลที่ถูกลีรหัดเดียวกันมาจัดเรียงข้อมูลใหม่ โดยใช้ระบบรหัสเป็นเครื่องมือ การอ่านข้อมูลภายใต้รหัสเดียวกัน และจัดทำข้อสรุปซึ่งจะช่วยลดขนาด รวมถึงกำจัดข้อมูลที่ไม่จำเป็นออกไป

6. การสร้างบทสรุปของข้อมูล (conclusion drawing) การจัดแสดงข้อมูลและลดขนาดข้อมูลอาจช่วยให้มองเห็นประเด็นต่างๆ เกิดขึ้นและอาจเป็นข้อสรุปชั่วคราว

7. การสอบความจริง/ความแม่นยำ (verification) การตรวจความถูกต้องของข้อสรุปชั่วคราว เพื่อยืนยันความชัดเจนของข้อมูล

8. การจัดระเบียบทางกายภาพข้อมูล การนำข้อสรุปย่อยที่ได้มาจัดระเบียบข้อมูล

9. การอธิบายความหมายของข้อค้นพบ (interpretation) เป็นการตีความแก่นความหมายของข้อมูลจากการสังเคราะห์เชื่อมโยงข้อสรุปย่อยเข้าด้วยกันตามบริบทของข้อมูล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาของทวิตส์คดี (2555) พบว่า มีขั้นตอนและรายละเอียดแตกต่างกับแนวคิดการวิเคราะห์เนื้อหาของอีโลและเคนแกส (Elo & Kyngas, 2007) ซึ่งมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การเตรียม (preparation) เป็นการศึกษาค้นคว้าข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวหรือปรากฏการณ์ที่ต้องการทำวิจัย ซึ่งรวมไปถึงการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. การจัดระเบียบข้อมูล (organizing) เมื่อได้ข้อมูลมาแล้วก็จะเข้าสู่กระบวนการจัดระเบียบข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 การกำหนดรหัส (open coding) เป็นการกำหนดรหัสตามวัตถุประสงค์หรือคำถามของการวิจัย โดยใช้คำที่เข้าใจง่ายและสะดวกต่อการค้นหาข้อมูล

2.2 การลงรหัสข้อมูล (coding sheets) เป็นการให้รหัสข้อมูลลงในบทสัมภาษณ์

2.3 การจัดกลุ่มข้อมูล (grouping) เป็นการนำข้อมูลที่ผ่านการลงรหัส และอยู่ในรหัสเดียวกันมาจัดกลุ่ม

2.4 การจัดหมวดหมู่ข้อมูล (categorization) เป็นการนำข้อมูลในแต่ละกลุ่มที่มีความสอดคล้องกันมาจัดเข้าหมวดหมู่เดียวกัน

2.5 การสร้างความคิดรวบยอด (conceptual) เป็นการนำข้อสรุปย่อยผ่านกระบวนการเชื่อมโยง เพื่อให้ได้ข้อสรุปของการวิจัย

3. การรายงาน (reporting) เป็นการรายงานผลการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งสามารถทำได้ในรูปแบบของแนวคิด แบบจำลอง หรือแผนผังความคิด

จากการทบทวนวรรณคดีเกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ส่วนใหญ่มีความแตกต่างกันในจำนวนและรายละเอียดของขั้นตอนการปฏิบัติ แต่วิธีการในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยภาพรวมมีความใกล้เคียงกัน โดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาสามารถสรุปขั้นตอนได้ดังต่อไปนี้ (1) การศึกษาข้อมูลในประเด็นที่ทำการวิจัย (2) การจัดระบบและการจำแนกข้อมูล (3) การกำหนดและให้รหัสข้อมูล (4) การจัดการข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อสรุปย่อ (5) การสร้างข้อสรุปของการวิจัย และ (6) การนำเสนอผลการวิจัย ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์เนื้อหาของศิริพร (2555) เนื่องจากมีจำนวนขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ไม่ซับซ้อนสามารถทำความเข้าใจและนำไปใช้ได้ง่าย โดยผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนดังนี้ การวางแผนทางการวิเคราะห์โดยใช้ทฤษฎีหลากหลาย การจัดระบบข้อมูลและแยกประเภทของข้อมูลให้เป็นหมวดหมู่ โดยอาศัยทฤษฎีหรือการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้อง และประสบการณ์ของผู้วิจัยร่วมกับลักษณะของข้อมูล รวมถึงการคำนึงถึงวัตถุประสงค์หรือคำถามของการวิจัยในการให้รหัส การตีความข้อมูล และการสร้างข้อสรุป

การวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยายเป็นการวิจัยที่ศึกษาประสบการณ์ตามบริบทของผู้ให้ข้อมูล โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสังเกตและการสัมภาษณ์เชิงลึก มีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลโดยยึดหลักความเชื่อถือได้ของข้อมูล ความสามารถในการนำข้อมูลไปใช้กับกลุ่มอื่น การหลีกเลี่ยงอคติในทุกขั้นตอนของการวิจัย และความสามารถในการยืนยัน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริงและน่าเชื่อถือมากที่สุด ซึ่งเป็นกระบวนการที่ปฏิบัติตามระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพทุกขั้นตอน และสรุปผลการวิจัยในลักษณะการบรรยาย เพื่อให้สามารถมองเห็นถึงบริบทของผู้ให้ข้อมูลที่สอดคล้องกับความจริง

## สรุป

มารดาวัยรุ่นหลังคลอด คือ สตรีอายุน้อยกว่า 20 ปี หลังจากคลอดบุตรคนแรก ซึ่งเป็นกลุ่มที่ยังขาดความพร้อมทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และยังไม่จบการศึกษา ทำให้ไม่มีอาชีพที่มั่นคง การเป็นมารดาวัยรุ่นจึงส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ รวมทั้งบุตรของมารดาวัยรุ่น นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังมีข้อจำกัดในการปฏิบัติพัฒนาการของมารดาาระยะหลังคลอด จึงมักประสบปัญหาในการดำรงพัฒนาการทั้งในด้านสัมพันธภาพระหว่างสามีภรรยา การปฏิบัติตนและการเลี้ยงดูบุตร รวมถึงด้านเศรษฐกิจจากการต้องรับภาระเพิ่มขึ้น เป็นต้น ซึ่งล้วนเกี่ยวข้องกับ

การดำเนินชีวิตหลังคลอดทั้งสิ้น เนื่องจากการดำเนินชีวิตเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลที่แสดงออกเป็นกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับบทบาทหน้าที่ทั้งการเป็นมารดา ภรรยา และบทบาทอื่น มารดาวัยรุ่นหลังคลอดจึงต้องเผชิญกับความเครียดทั้งในด้านพัฒนาการ และบทบาทที่อาจส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันได้ หากไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและไม่ได้รับการช่วยเหลือจะส่งผลกระทบยาวต่อทั้งมารดาวัยรุ่นเอง บุตร ครอบครัว รวมถึงสังคมและประเทศชาติ ดังนั้น การศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด โดยการวิจัยเชิงคุณภาพที่มุ่งเน้นการค้นหาความจริงที่เกิดขึ้นในระยะหลังคลอดของมารดาวัยรุ่นตามประสบการณ์ และการรับรู้ในบริบทที่เป็นธรรมชาติ ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในมุมมองพื้นฐานความคิดหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ และจะเป็นประโยชน์โดยช่วยให้เข้าใจพื้นฐานการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดเป็นอย่างดี นำไปสู่การหาแนวทางช่วยเหลือและสนับสนุนการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดให้เป็นปกติสุขต่อไป

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย (descriptive qualitative research) เพื่อเข้าใจการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก โดยมีรายละเอียดของการดำเนินการวิจัยดังนี้

#### ประชากรและผู้ให้ข้อมูล

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก

ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก จำนวน 20 ราย มีการเก็บรวบรวมข้อมูลจนข้อมูลเกิดความอิ่มตัว (saturated data) และไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้น ผู้ให้ข้อมูลผ่านการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ตามคุณสมบัติดังนี้

1. มีบุตรอายุ 1 เดือนถึง 1 ปี
2. มีการรับรู้ดี อ่าน เขียนและสื่อสารภาษาไทยได้
3. ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้วิจัย เนื่องจากการวิจัยเชิงคุณภาพผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูล จึงจำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อม โดยการเข้าร่วมประชุมวิชาการเกี่ยวกับการวิจัยเชิงคุณภาพที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในวันที่ 8 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2556 และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระหว่างวันที่ 25-28 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการวิจัยเชิงคุณภาพมากยิ่งขึ้น ร่วมกับการศึกษาและค้นคว้าวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพจากแหล่งความรู้อื่นด้วยตนเอง เพื่อเพิ่มพูนความรู้ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเชิงคุณภาพ และฝึกสร้างแนวคำถาม การสัมภาษณ์และวิเคราะห์ข้อมูล โดยนำไปทดลองกับมารดาวัยรุ่น ซึ่งได้รับคำแนะนำและชี้แนะตลอดระยะเวลาของการฝึกปฏิบัติจาก

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อให้เกิดความเชี่ยวชาญในวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพมารดาวัยรุ่น ซึ่งได้รับคำแนะนำและชี้แนะตลอดระยะเวลาของการฝึกปฏิบัติจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อให้เกิดความเชี่ยวชาญในวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ

2. แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ (1) ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ประกอบด้วยอายุ ศาสนา ระดับการศึกษา การศึกษาในปัจจุบัน สถานภาพสมรส ลักษณะของครอบครัว อาชีพของตนเอง อาชีพของสามี รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ การเลี้ยงบุตร การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การคุมกำเนิด ความตั้งใจที่จะมีบุตร ประวัติการตั้งครรภ์และการคลอด และ (2) ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร ประกอบด้วยอายุ เพศ น้ำหนักแรกคลอด ความผิดปกติขณะอยู่ในครรภ์ ความผิดปกติในระยะคลอด ความผิดปกติในระยะหลังคลอด โรคประจำตัว และภาวะสุขภาพในปัจจุบัน

3. แนวคำถามในการสัมภาษณ์ เป็นคำถามปลายเปิด (open-ended) เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในประเด็นหลัก คือ ภาพรวมของการดำเนินชีวิต ความรู้สึกต่อการดำเนินชีวิต กิจกรรมการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต สิ่งสนับสนุนการดำเนินชีวิตและการวางแผนชีวิตในอนาคต โดยแนวคำถามในการสัมภาษณ์ได้รับการตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับวัตถุประสงค์และเนื้อหาที่ต้องการวัด พิจารณาความซ้ำซ้อนของข้อคำถาม รวมถึงความชัดเจนของข้อคำถามจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลที่มีความรู้ ประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพ จำนวน 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลที่มีความรู้ ประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพและการผดุงครรภ์ จำนวน 2 ท่าน พร้อมทั้งนำแนวคำถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่น 1 ราย เพื่อดูความเป็นไปได้ของการใช้เครื่องมือ และความชัดเจนของข้อความ ขณะดำเนินการเก็บข้อมูลผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ไปพร้อมกัน โดยมีการตรวจสอบข้อมูลอย่างเป็นระบบ ได้แก่ การตรวจสอบข้อมูลในประเด็นเดียวกัน แต่สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลในรายที่แตกต่างกัน โดยใช้สถานที่ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม และปรับช่วงเวลาในการสัมภาษณ์จากช่วงเช้าเป็นช่วงบ่าย จากช่วงบ่ายเป็นตอนเย็น เพื่อตรวจสอบความตรงกันของข้อมูล นอกจากนี้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล การบันทึกภาคสนาม การบันทึกการสะท้อนคิด ซึ่งเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลมากกว่า 2 วิธี เพื่อตรวจสอบข้อมูล และในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยใช้แนวคิด ทฤษฎี และการทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องอย่างหลากหลายเพื่ออธิบายปรากฏการณ์การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก

4. เครื่องบันทึกเสียงและอุปกรณ์ในการบันทึกเสียง ประกอบด้วยเครื่องบันทึกเสียงและอุปกรณ์ ได้แก่ ไมค์ ซึ่งจะช่วยให้การบันทึกเสียงมีความชัดเจนยิ่งขึ้น โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตผู้ให้ข้อมูลในการบันทึกเสียงและติดไมค์บริเวณปกเสื้อของผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยจะบันทึกเสียงของผู้ให้ข้อมูลขณะสัมภาษณ์ทุกราย เพื่อให้ได้รายละเอียดของข้อมูลและความสะดวกในการตรวจสอบ

### การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลตามแนวคิดของลินคอล์นและกوبا (Lincoln & Guba, 1985) ดังนี้

1. ผู้วิจัยสร้างความเชื่อถือได้ของข้อมูล โดยการสร้างแนวคำถามย่อยเพิ่มเติมจากแนวคำถามในการสัมภาษณ์ เพื่อช่วยในการค้นหาข้อมูลให้ครอบคลุมมากที่สุด โดยตลอดระยะเวลาของการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายบุคคล ผู้วิจัยจะทำการสังเกตสภาพแวดล้อมของผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับความเป็นจริงตามบริบท โดยการนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การบันทึกภาคสนาม และบทสัมภาษณ์มาตรวจสอบความตรงกันของข้อมูล เช่น พิจารณาความสอดคล้องกันของข้อมูลจากการสัมภาษณ์กับสีหน้าท่าทางที่แสดงออกมา พิจารณาสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่กับผู้ให้ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ว่าสอดคล้องกันหรือไม่ เป็นต้น และภายหลังการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายบุคคลในแต่ละวัน ผู้วิจัยจะนำข้อมูลจากการบันทึกเทปเสียงจัดเก็บอย่างเป็นระบบ และถอดเทปเสียงแบบคำต่อคำ จากนั้นนำบทสัมภาษณ์ที่ได้มาอ่านทบทวนและค้นหาข้อมูล พร้อมบันทึกข้อมูลที่ต้องเก็บเพิ่มเติมในครั้งต่อไป เมื่อข้อมูลที่ได้เกิดความอึดตัวผู้วิจัยก็จะทำการวิเคราะห์ข้อมูล และนำผลการวิเคราะห์รวมถึงข้อสรุปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ หลังจากนั้นเปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบผลการวิเคราะห์ เพื่อยืนยันความถูกต้องของข้อมูลและพิจารณาว่า ผู้วิจัยตีความข้อมูลถูกต้องหรือไม่ เนื่องจากผลการวิเคราะห์ มี 3 ประเด็นหลัก จึงทำการสุ่มผู้ให้ข้อมูล เพื่อตรวจสอบข้อมูลจำนวน 3 ราย โดยให้แต่ละรายทำการตรวจสอบข้อมูลในทุกประเด็น ซึ่งผลการตรวจสอบพบว่า ผู้ให้ข้อมูลเห็นด้วยกับผลการวิเคราะห์ที่ได้ โดยไม่มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

2. ผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้สามารถนำไปอ้างอิงกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดตามบริบทพื้นที่ที่ทำการศึกษาก็ได้ โดยบริบทของพื้นที่ที่ทำการศึกษาอยู่ในจังหวัดหนึ่งทางภาคใต้ของประเทศไทย ซึ่งเป็นสังคมชนบทที่มีสภาพภูมิอากาศร้อนชื้น พื้นที่ส่วนใหญ่มีการทำเกษตรกรรม ประชากรมากกว่าครึ่งจึงประกอบอาชีพทำสวนยางพารา อาจจะทำสวนยางพารา



ของตนเองหรือรับจ้างทำสวนยางพาราของบุคคลอื่น สภาพครอบครัวมีทั้งลักษณะครอบครัวขยาย และครอบครัวเดี่ยวที่มีละแวกบ้านอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับครอบครัวเดิม ทำให้มีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน การเป็นมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ได้รับการยอมรับจากสังคมและครอบครัว เนื่องจากส่วนหนึ่งมีการแต่งงานก่อนตั้งครรภ์หรือภายหลังการตั้งครรภ์จะมีการสู่ขอและแต่งงานกันตามประเพณี

3. ผู้วิจัยสร้างความสามารถในการฟังพา โดยทำการบันทึกการสะท้อนคิด ซึ่งเป็นความรู้สึกของผู้วิจัยต่อสิ่งที่พบเห็นและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการสัมภาษณ์ตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษา โดยผู้วิจัยบันทึกการสะท้อนคิดหลังการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลทุกรายและทุกครั้งที่ทำ การสัมภาษณ์ เพื่อป้องกันการนำความรู้สึกของตนเอง ไปตีความเหตุการณ์ของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยทำการบันทึกลงในแบบบันทึกด้วยลายมือก่อนสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายต่อไป หลังจากนั้นนำมาบันทึกลงในคอมพิวเตอร์อีกครั้ง เพื่อความเป็นระเบียบในการจัดเก็บและความสะดวกในการตรวจสอบข้อมูล นอกจากนี้ข้อมูลบางประเด็นจากการสัมภาษณ์ในระยะแรกมีความแตกต่างจากการสัมภาษณ์ภายหลัง เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีความไว้วางใจในตัวของผู้วิจัยมากขึ้น เมื่อข้อมูลที่ได้มีความแตกต่างกัน จึงมีการนำข้อมูลเหล่านั้นกลับมาสนทนากันอีกครั้ง เพื่อยืนยันและตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

4. ความสามารถในการยืนยัน ผู้วิจัยมีการบันทึกข้อมูลอย่างเป็นระเบียบ จัดระบบเก็บข้อมูล โดยใช้ชื่อที่ง่ายต่อการค้นหาและตรวจสอบข้อมูล เช่น ข้อมูลเทปเสียง ข้อมูลการถอดเทปเสียง ข้อมูลการวิเคราะห์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ในทุกขั้นตอนของการวิจัย โดยภายหลังการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลในผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบว่า การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลควรเพิ่มเติมในประเด็นใดบ้างหรือไม่ หลังจากนั้นเมื่อข้อมูลที่ได้อิ่มตัวก็นำผลการวิเคราะห์ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ และร่วมกันสร้างข้อสรุป ซึ่งการตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์จะช่วยให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงสอดคล้องกับบริบท และมีความน่าเชื่อถือ

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เมื่อผ่านการพิจารณาจริยธรรมจากคณะกรรมการของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผู้วิจัยทำหน้าที่ขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัยถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาล หัวหน้าฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในภาคใต้ เพื่อขออนุญาต ในการตรวจสอบรายชื่อ ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรก และพิจารณาคุณสมบัติของผู้ให้ข้อมูล

2. หลังจากนั้นเมื่อทำการตรวจสอบรายชื่อ และที่อยู่ของผู้ให้ข้อมูลที่มีคุณสมบัติตามกำหนดเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยจึงเดินทางไปเยี่ยมบ้านของผู้ให้ข้อมูลเพื่อสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล เนื่องจากผู้วิจัยเป็นคนในพื้นที่การเดินทางไปยังบ้านของผู้ให้ข้อมูลจึงไม่ยากนัก เมื่อไปถึงที่บ้านของผู้ให้ข้อมูลทุกรายผู้วิจัยจะทำการแนะนำตัว อธิบายชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดเบื้องต้นเกี่ยวกับการทำวิจัย รวมถึงการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัยตามความสมัครใจ ซึ่งส่วนใหญ่ผู้ให้ข้อมูลจะให้ความร่วมมือและสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย พร้อมทั้งเซ็นยินยอมในใบพิทักษ์สิทธิทุกราย ผู้ให้ข้อมูลที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัยไม่มีบุคคลใดถอนตัวออกระหว่างการวิจัยครั้งนี้

จากนั้นเมื่อผู้ให้ข้อมูลเซ็นยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยจึงมีการสร้างสัมพันธภาพเพิ่มเติม โดยพูดคุยกันในเรื่องทั่วไป เพื่อทำความรู้จักซึ่งกันและกันระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมักจะสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้วิจัยเพิ่มเติม เช่น บ้านของผู้วิจัยอยู่ที่ไหน ผู้วิจัยแต่งงานแล้วยัง เป็นต้น และเริ่มสัมภาษณ์จากข้อมูลส่วนบุคคลทั้งของผู้ให้ข้อมูลและบุตร เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการสัมภาษณ์ โดยสถานที่ในการสัมภาษณ์ คือ บ้านของมารดาวัยรุ่นซึ่งเป็นบริเวณที่มีความสะดวก และเป็นส่วนตัว ในผู้ให้ข้อมูลบางรายระหว่างการสัมภาษณ์ บุตรจะได้รับการเลี้ยงดูจากบุคคลในครอบครัวของผู้ให้ข้อมูล เนื่องจากบุคคลในครอบครัวส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำสวนยางพารา เมื่อเสร็จจากการกรีดยางก็จะพักผ่อนที่บ้าน จึงสามารถให้ความช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ โดยไม่รบกวนการสัมภาษณ์ หรือบางรายที่อาศัยในครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยายที่บุคคลในครอบครัวออกไปประกอบอาชีพอาจต้องใช้เวลาระยะหนึ่งจนกว่าบุตรนอนหลับจึงจะมีช่วงเวลาในการสัมภาษณ์

เมื่อสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลเสร็จสิ้นก็เริ่มสัมภาษณ์ตามแนวคำถาม โดยเมื่อเริ่มสัมภาษณ์ประเด็นแรก ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิดก็จะนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลมาทำการสัมภาษณ์เพิ่มเติมเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกที่มากพอในประเด็นนั้นๆ โดยพิจารณาจากแนวคำถามย่อยที่สร้างขึ้นเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมมากที่สุด จึงจะเริ่มคำถามในการสัมภาษณ์ประเด็นต่อไป การสัมภาษณ์แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที ซึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล

บางรายมีลักษณะเป็นคนพูดเก่ง บางรายก็เป็นคนพูดน้อย โดยการสัมภาษณ์จะพูดคุยภาษาถิ่นเป็นส่วนใหญ่และภาษาราชการในบางประเด็น เพื่อให้สามารถบอกเล่าประสบการณ์และความรู้สึกได้อย่างละเอียด เป็นธรรมชาติตามบริบทของผู้ให้ข้อมูล ในระหว่างการสัมภาษณ์เมื่อมีญาติหรือบุคคลในครอบครัวเดินผ่านบริเวณที่กำลังสัมภาษณ์ หรือเข้ามาทักทาย ผู้ให้ข้อมูลบางรายจะไม่กล้าให้ข้อมูลต่อ โดยจะมีน้ำเสียงที่เบาจนผู้วิจัยรู้สึกได้ จึงต้องหยุดการสัมภาษณ์ชั่วคราว แล้วกลับมาสัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวต่อเมื่อญาติหรือบุคคลในครอบครัวออกไปจากบริเวณนั้นแล้ว

เมื่อสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจนได้ข้อมูลที่เพียงพอ หรือไม่มีประเด็นเพิ่มเติมก็จะพูดคุยกันในเรื่องทั่วไปก่อน โดยไม่หยุดสัมภาษณ์ทันที หลังจากนั้นก็นัดหมายการสัมภาษณ์ครั้งต่อไป ซึ่งส่วนใหญ่ก็สมัครใจให้โทรศัพท์มาสอบถามก่อนการมาสัมภาษณ์ครั้งต่อไป เพื่อนัดหมายวันเวลาที่แน่นอน จากการศึกษาครั้งนี้ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายละ 2 ครั้ง จนได้ข้อมูลที่มีความอิ่มตัว โดยไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้น และมีการสัมภาษณ์เพิ่มเติมทางโทรศัพท์ เพื่อให้ได้ข้อมูลในบางประเด็นเพิ่มเติม โดยช่วงเวลาที่ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลมักจะเป็นช่วงเช้าประมาณ 09.00 น. และช่วงบ่ายประมาณ 13.00 น. หลังจากนั้นก็นำบทสัมภาษณ์ที่ได้จากการถอดเทปเสียงมาอ่านทบทวน เพื่อสำรวจว่าได้ข้อมูลครบถ้วนหรือไม่ และค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมในการสัมภาษณ์ครั้งต่อไป

3. ภายหลังจากสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายเสร็จสิ้น ผู้วิจัยจะทำบันทึกภาคสนาม (field note) และการบันทึกความรู้สึกสะท้อนคิด (reflexive journal) ทุกครั้งและทุกราย โดยการบันทึกภาคสนามจะทำการบันทึกในประเด็นที่ค้นพบทั้งสถานที่ วันเวลา สีหน้าท่าทาง ลักษณะคำพูด น้ำเสียงตามความเป็นจริง รวมไปถึงข้อมูลที่เป็นความคิด และปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้วิจัยในขณะที่ทำการสัมภาษณ์ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ช่วยเพิ่มความชัดเจน ครอบคลุมข้อมูลจากการบันทึกเสียง และการบันทึกความรู้สึกสะท้อนคิด ซึ่งเป็นการบรรยายถึงความรู้สึกของผู้วิจัยที่มีต่อการสัมภาษณ์และสถานการณ์ของผู้ให้ข้อมูล โดยจะแตกต่างกันในแต่ละราย การบันทึกความรู้สึกสะท้อนคิดเพื่อป้องกันการนำความรู้สึกของผู้วิจัยไปตีความเหตุการณ์ของผู้ให้ข้อมูล การบันทึกภาคสนามและความรู้สึกสะท้อนคิดจะบันทึกลงในแบบฟอร์มที่เตรียมไว้ด้วยลายมือก่อนสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายต่อไป เพื่อป้องกันความสับสนของข้อมูล หลังจากนั้นจะนำข้อมูลจากการบันทึกด้วยลายมือมาบันทึกลงในคอมพิวเตอร์อีกครั้ง เพื่อความสวยงามและความสะดวกในการตรวจสอบข้อมูล

## การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผู้วิจัยมีการคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของมนุษยชนตามจรรยาบรรณของนักวิจัยอย่างเคร่งครัด โดยมีการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูลทุกรายก่อนสัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยจะอธิบายและชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัยตามรายละเอียดในใบพิทักษ์สิทธิที่ได้จัดเตรียมไว้ หากผู้ให้ข้อมูลต้องการยุติการให้ข้อมูลหรือถอนตัวจากการวิจัยสามารถกระทำได้อย่างปลอดภัย และไม่มีผลกระทบต่อผู้ให้ข้อมูลหรือผู้เกี่ยวข้อง ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ เทียบบันทึกเสียงจะถูกทำลายเมื่อการวิจัยสิ้นสุดลง การนำเสนอข้อมูลภายหลังการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม หลังจากนั้นเปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลอ่านข้อมูลในใบพิทักษ์สิทธิอีกครั้ง เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจสิทธิของตนเองในการเข้าร่วมวิจัยอย่างชัดเจน และให้เวลาผู้ให้ข้อมูลสำหรับตัดสินใจอย่างอิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ เมื่อผู้ให้ข้อมูลตัดสินใจให้ความร่วมมือเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะให้ผู้ให้ข้อมูลและผู้ปกครองเซ็นยินยอมในใบพิทักษ์สิทธิจึงจะดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์เนื้อหาตามแนวคิดของศิริพร (2555) ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. เมื่อทำการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลรายบุคคลในแต่ละครั้ง มีการนำข้อมูลที่ได้จากการบันทึกเสียงมาถอดบทสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ และนำข้อมูลจากบทสัมภาษณ์ที่ได้มาอ่านทบทวน เพื่อทำความเข้าใจข้อมูลและค้นหาประเด็นที่ต้องสัมภาษณ์เพิ่มเติมในครั้งต่อไป
2. หลังจากนั้นอ่านบทสัมภาษณ์ซ้ำ เพื่อให้รหัสหรือกำหนดกรณี โดยเน้นข้อความที่ผู้ให้ข้อมูลถ่ายทอดออกมา และให้รหัสข้อมูลจากคำพูดหรือประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล
3. นำข้อความในบทสัมภาษณ์ที่ได้ให้รหัสหรือกำหนดกรณีไปจัดเก็บในแฟ้มเอกสารภายในคอมพิวเตอร์ ซึ่งมีการบันทึกชื่อที่ง่ายต่อการเข้าใจและสามารถค้นหาข้อมูลได้สะดวก

4. นำข้อมูลที่ปรากฏจากการให้รหัสหรือกำหนดรธนินมาอ่านซ้ำ เพื่อค้นหาความเชื่อมโยงและความสัมพันธ์ภายใต้คำถามหรือวัตถุประสงค์การวิจัย จนได้ข้อมูลที่เป็นข้อสรุปย่อย (subtheme)

5. นำข้อมูลที่เป็นข้อสรุปย่อยมาสร้างข้อสรุปใหญ่ โดยนำข้อสรุปย่อยที่ได้ทั้งหมดมาพิจารณาการจัดกลุ่มสร้างข้อสรุปการวิจัย ซึ่งข้อสรุปย่อยเหล่านั้นต้องเป็นไปในทิศทางเดียวกันจึงจะนำมาสร้างเป็นข้อสรุปใหญ่ (theme) ที่สามารถเป็นคำตอบของคำถามการวิจัยได้ ข้อสรุปที่ได้จะนำเสนอในรูปแบบการบรรยายหรือพรรณนา

6. หลังจากนั้นนำข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับข้อสรุปนั้น ๆ มาจัดเก็บให้เรียบร้อย เพื่อสะดวกต่อการยืนยันข้อมูล

7. การวิเคราะห์ข้อมูลจะทำได้ไปพร้อม ๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลตลอดระยะเวลาในการทำวิจัย ซึ่งเป็นสิ่งที่จะช่วยตรวจสอบว่าข้อมูลที่ได้มีความอึดตัว และไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้น

8. หลังจากนั้นเมื่อข้อมูลที่ได้มีความอึดตัว ซึ่งไม่จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลรายอื่น ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลและบุตร ด้วยวิธีการแจกแจงความถี่

## บทที่ 4

### ผลการวิจัยและอภิปรายผล

#### ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก รวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล พร้อมบันทึกเทปเสียงจากมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก จำนวน 20 ราย เก็บข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม พ.ศ. 2556 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2557 การนำเสนอผลการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย 2 ประเด็น คือ

- 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด
- 1.2 ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร

ส่วนที่ 2 การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก มีประเด็นที่เกิดขึ้น 3 ประเด็น คือ

- 2.1 วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป
- 2.2 การสร้างสมดุลชีวิต
- 2.3 การวางแผนอนาคต

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

##### 1.1 ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

จากการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีจำนวน 20 ราย อายุระหว่าง 15-19 ปี ทุกรายนับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ (18 ราย) จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น (11 ราย) และไม่ได้รับการศึกษาต่อ (18 ราย) มีลักษณะครอบครัวขยาย 16 ราย มากกว่าครึ่งประกอบอาชีพเป็นแม่บ้าน (12 ราย) และครึ่งหนึ่งของสามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ส่วนใหญ่ครอบครัวมีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 5,000 บาท (12 ราย) แต่ยังมีผู้ให้ข้อมูลที่มีรายได้ต่อเดือน น้อยกว่า 5,000 บาทหรือไม่มีรายได้ (8 ราย) ส่วนใหญ่มีบุคคลในครอบครัวช่วยเหลือบุตร (15 ราย) มีเพียง 5 รายที่เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง (ตาราง 1)

## ตาราง 1

ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด (N=20)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน
อายุ	
15 ปี	2
16 ปี	3
17 ปี	5
18 ปี	6
19 ปี	4
ระดับการศึกษา	
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6	8
มัธยมศึกษาตอนต้น	11
มัธยมศึกษาตอนปลาย	1
การศึกษาในปัจจุบัน	
กำลังศึกษาในระบบการศึกษานอกโรงเรียน	2
ไม่ได้ศึกษาต่อ	18
สถานภาพสมรส	
คู่	18
หม้าย/แยกกันอยู่	2
ลักษณะครอบครัว	
เดี่ยว	4
ขยาย	16
อาชีพของตนเอง	
รับจ้าง	2
ธุรกิจส่วนตัว	2
ทำสวนยางพาราของตนเอง	4
แม่บ้าน	12

## ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน
อาชีพของสามี	
ทำสวนยางพาราของตนเอง	10
นักศึกษา	2
รับจ้าง	4
พนักงานบริษัท	1
ทหารเกณฑ์	2
ไม่ได้ประกอบอาชีพ (ติดคุก)	1
รายได้ของครอบครัวต่อเดือน	
ไม่มีรายได้	4
น้อยกว่า 5,000 บาท	4
5,000-10,000 บาท	6
10,000-15,000 บาท	5
15,000-20,000 บาท	1
ความเพียงพอของรายได้	
เพียงพอและไม่มีหนี้	12
เพียงพอแต่มีหนี้	3
ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้สิน	3
ไม่เพียงพอและมีหนี้	2
การเลี้ยงบุตร	
เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง	5
เลี้ยงบุตรด้วยตนเองและมีคนช่วยเลี้ยงบุตร	15
การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา	
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว	10
เลี้ยงบุตรด้วยนมผสม	7
เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาร่วมกับนมผสม	3



## ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน
การคุมกำเนิด	
คุมกำเนิด	
ยาฉีดคุมกำเนิดชนิด 3 เดือน	16
ยาเม็ดคุมกำเนิด	1
ไม่คุมกำเนิด	
เนื่องจากสามีถูกจำคุก	1
เนื่องจากหย่าร้าง	1
เนื่องจากยังไม่ได้รับการตรวจหลังคลอด	1
ความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้	
ตั้งใจมีบุตร	12
ตั้งครรรภ์โดยไม่ได้วางแผน	8
ประวัติการตั้งครรรภ์	
ฝากครรรภ์ครั้งแรก	
ก่อน 12 สัปดาห์	13
หลัง 12 สัปดาห์	7
จำนวนครั้งของการฝากครรรภ์	
1-5 ครั้ง	2
6-10 ครั้ง	1
11-15 ครั้ง	17
ฝากครรรภ์ครบ 4 ครั้งตามเกณฑ์	
ครบเกณฑ์	13
ไม่ครบเกณฑ์	7
ความผิดปกติขณะตั้งครรรภ์	
ความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรรภ์	1
ปฏิเสธความผิดปกติขณะตั้งครรรภ์	19

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน
ประวัติการคลอด	
ชนิดของการคลอด	
ปกติ	14
ผิดปกติ (ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง)	
เนื่องจากความผิดปกติในระยะคลอด	5
เนื่องจากอายุครรภ์เกินกำหนด	1
ความผิดปกติในระยะหลังคลอด	
ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด	19
ติดเชื้อในระยะหลังคลอด	1

ผู้ให้ข้อมูลครึ่งหนึ่งเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว และอีกส่วนหนึ่งเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับนมผสม (7 ราย) หรือนมผสมอย่างเดียว (3 ราย) มีการคุมกำเนิดหลังคลอด 17 ราย และไม่คุมกำเนิด 3 ราย เนื่องจากสามีถูกจำคุก หย่าร้างและยังไม่ได้รับการตรวจหลังคลอด ผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งมีความตั้งใจที่จะมีบุตร (12 ราย) อย่างไรก็ตามพบว่า ส่วนหนึ่งตั้งครรรภ์โดยไม่ได้วางแผน (8 ราย) ทุกรายเข้ารับการฝากครรภ์ โดยฝากครรภ์ครั้งแรกก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์ และครบตามเกณฑ์ (13 ราย) แต่บางรายมีการฝากครรภ์ล่าช้า (7 ราย) ส่วนใหญ่ไม่มีความผิดปกติในระยะตั้งครรรภ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด (18 ราย) มีเพียง 2 ราย ที่พบภาวะความดันโลหิตสูงในระยะตั้งครรรภ์และมีการติดเชื้อในระยะหลังคลอด ผู้ให้ข้อมูล 14 ราย ผ่านการคลอดปกติ และ 6 ราย ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง เนื่องจากความผิดปกติในระยะคลอดและอายุครรภ์เกินกำหนด (ตาราง 1)

### 1.2 ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร

จากการศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร พบว่า บุตรของผู้ให้ข้อมูล มีอายุระหว่าง 1 เดือนถึง 1 ปี เป็นเพศชาย 14 ราย เพศหญิง 6 ราย น้ำหนักแรกคลอด 2,500-4,000 กรัม มีเพียง 1 รายที่น้ำหนักแรกคลอดน้อยกว่า 2,500 กรัม ส่วนใหญ่ไม่มีความผิดปกติในระยะหลังคลอด อย่างไรก็ตามยังมีบุตรของผู้ให้ข้อมูลบางรายที่ต้องเข้ารับการรักษานในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด ปัจจุบันบุตรทุกรายมีภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง และไม่มีโรคประจำตัว (ตาราง 2)

## ตาราง 2

## ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร (N=20)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน
อายุบุตร	
1 เดือน ถึง 3 เดือน	9
4 เดือน ถึง 6 เดือน	2
7 เดือน ถึง 9 เดือน	5
9 เดือน ถึง 1 ปี	4
น้ำหนักแรกคลอด	
น้อยกว่า 2,500 กรัม	1
2,500-3,000 กรัม	9
3,001-3,500 กรัม	8
3,501-4,000 กรัม	2
ความผิดปกติของบุตรในระยะหลังคลอด	
ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด	15
ต้องเข้ารับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด	5
โรคประจำตัว	
ปฏิเสธโรคประจำตัว	20
ภาวะสุขภาพในปัจจุบัน	
สมบูรณ์แข็งแรง	20

รายละเอียดเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูลและบุตรทั้ง 20 ราย มีดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 1 อายุ 16 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ การสัมภาษณ์ครั้งแรกเป็นครอบครัวเดี่ยว เมื่อสัมภาษณ์ครั้งที่สองเป็นครอบครัวขยาย เนื่องจากย้ายมาอาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพเป็นแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน มากกว่า 20,000 บาท แต่บางเดือนรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย เนื่องจากไม่มีเงินสำรองและมีหนี้สินต้องผ่อนชำระค่าวงรถยนต์และค่าเช่า เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาร่วมกับผสม เนื่องจากบางครั้งต้องไปช่วยสามีเก็บเศษยางพารา หลังคลอดบุตรคุณแม่กำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 6 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์

ปฏิเสธภาวะเสียงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,700 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 4 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวเดี่ยว ผู้ให้ข้อมูลและสามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพหรือมีความจำเป็นอื่น เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดบุตรคุมกำเนิดด้วยการรับประทานยา มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 10 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 11 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสียงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,400 กรัม ระยะหลังคลอดพบความผิดปกติ คือ นิ้วหัวแม่มือด้านขวาเกิน ปัจจุบันบุตรอายุ 7 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 3 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวเดี่ยว การสัมภพณ์ครั้งแรกผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน การสัมภพณ์ครั้งที่สองผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพรับจ้าง สามีประกอบอาชีพรับเหมาก่อสร้างต่างจังหวัด ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีน้ำของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมผสมตั้งแต่แรกเกิด เนื่องจากหัวนมสั้น หลังคลอดบุตรคุมกำเนิดด้วยยาชนิดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 5<sup>+</sup>3 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 14 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสียงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดโดยการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง เนื่องจากปากมดลูกไม่เปิด ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,270 กรัม ในระยะหลังคลอดทารกมีภาวะติดเชื้อในกระแสเลือดต้องรับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด เพื่อติดตาม 7 วัน ปัจจุบันบุตรอายุ 8 เดือนครึ่ง ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 4 อายุ 17 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสแยกกันอยู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของสามี ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน แต่บางครั้งก็ไปช่วยมารดาของสามีเก็บน้ำยางพารา สามีไม่ได้ประกอบอาชีพ เนื่องจากถูกจำคุกในคดียาเสพติด ครอบครัวจึงไม่มีรายได้ที่แน่นอน แต่ได้รับ

การช่วยเหลือด้านการเงินจากมารดาของสามี ทำให้มีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของสามีช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปเก็บน้ำยางพารา เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังจากสามีถูกจำคุกก็ไม่ได้คุมกำเนิด มีบุตรคนนี้โดยไม่วางแผน ซึ่งตั้งครรถ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรถ์ 12 สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 10 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรถ์ ผ่านการคลอดด้วยการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง เนื่องจากอายุครรถ์เกินกำหนด ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,300 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 7 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 5 อายุ 19 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้แต่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่มีความจำเป็นต้องทำกิจกรรมอื่น เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรถ์ 13<sup>+</sup> สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 10 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรถ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,760 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 3 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 6 อายุ 16 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพรับจ้างที่ต่างจังหวัด ครอบครัวจึงรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 5,000 บาท โดยมีรายได้ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีด ชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยไปอาศัยกับฝ่ายชายจึงตัดสินใจมีบุตร ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรถ์ 16 สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรถ์ ผ่านการคลอดโดยการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง เนื่องจากปากมดลูกไม่เปิด ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,200 กรัม ในระยะหลังคลอดทารกมีภาวะปอดบวม ต้องรับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด 7 วัน ปัจจุบันบุตรอายุ 7 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7 อายุ 15 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของสามี ผู้ให้ข้อมูลและสามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของสามีช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับนมผสม เนื่องจากต้องไปประกอบอาชีพ หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีด ชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ซึ่งตั้งครรภ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 16 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 10 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ภาวะเสี่ยงในขณะที่ตั้งครรภ์ มารดามีค่า DCIP Positive แต่สามีปกติ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,760 กรัม ปฏิเสธ ความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 4 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 8 อายุ 19 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทหารเกณฑ์ ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้โดยไม่มีหนี้ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ทำกิจกรรมอื่น เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 4 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 12 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกหญิง น้ำหนักแรกคลอด 2,850 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 7 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 9 อายุ 17 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ การสัมผัสครั้งแรกมีสถานภาพสมรสคู่ แต่การสัมผัสครั้งที่ 2 มีสถานภาพสมรสหย่าร้าง เนื่องจากแยกทางกับสามี จากการที่สามีติดสารเสพติดชนิดร้ายแรง เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน แต่บางครั้งก็ไปช่วยมารดาของตนเองเก็บน้ำยางพารา สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง หลังจากแยกทางจากสามี ครอบครัวจึงไม่มีรายได้ที่แน่นอน แต่ได้รับการช่วยเหลือด้านการเงินจากมารดาของตนเอง รายได้จึงไม่เพียงพอ เนื่องจากมีหนี้สินที่ต้องผ่อนชำระค่ารถจักรยานยนต์ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปเก็บน้ำยางพารา เลี้ยงบุตรด้วยนมผสมตั้งแต่มารดา 7 เดือน เนื่องจากน้ำนมมีปริมาณน้อย หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 1 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 3 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 14 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ คือ มีภาวะ

โลหิตจาง ค่าความเข้มข้นของเลือด 29% ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,010 กรัม ปฏิเสธ ในระยะหลังคลอดทารกมีไข้ต้องเข้ารับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด 7 วัน ปัจจุบันบุตรอายุ 1 ปี ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 10 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ แต่มีหนี้ในการผ่อนชำระค่างวดรถจักรยานยนต์ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร การสัมภาษณ์ครั้งแรกเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับนมผสม เนื่องจากเมื่อทารกหิวจัดน้ำนมของตนเองมีปริมาณไม่เพียงพอจึงต้องเสริมด้วยนมผสม การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลเลี้ยงบุตรด้วยนมผสมอย่างเดียว เนื่องจากบุตรไม่ยอมรับประทานนมมารดา หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาชนิดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ผ่าครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 4 สัปดาห์ ผ่าครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสียงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศหญิง น้ำหนักแรกคลอด 3,010 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 3 เดือน ภาวะสุขภาพเข้ารับการรักษาด้วยภาวะปอดบวม 2 ครั้ง ในระยะเวลา 3 เดือน

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 11 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันได้รับการศึกษาต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียน มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลและสามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-10,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพและทำกิจกรรมอื่น การสัมภาษณ์ครั้งแรกเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว แต่การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลเลี้ยงบุตรด้วยนมผสมอย่างเดียว เนื่องจากบุตรไม่ยอมรับประทานนมมารดา หลังคลอดปฏิเสธการคุมกำเนิด เนื่องจากยังไม่ได้รับการตรวจระยะหลังคลอด มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ซึ่งตั้งครรภ์ในขณะที่กำลังศึกษา ผ่าครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 12 สัปดาห์ ผ่าครรภ์จำนวน 12 ครั้ง และครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสียงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดโดยการผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง เนื่องจากปากมดลูกไม่เปิด ทารกเพศหญิง น้ำหนักแรกคลอด 3,110 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 1 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 12 อายุ 19 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับยายของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพรับจ้างทำสวนยางพารา สามีประกอบอาชีพพนักงานบริษัท ครอบครัวจึงมีรายได้ของต่อเดือน 5,000-10,000 บาท บางเดือนที่มีฝนตกรายได้ไม่เพียงพอ แต่ไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมผสม หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ซึ่งตั้งครรถ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 16 สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 10 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ขณะตั้งครรถ์ประมาณ 32 สัปดาห์ มีภาวะความดันโลหิตสูง และต้องรับประทานยาเพื่อลดระดับความดันโลหิต ผ่านการคลอดด้วยการผ่าตัดทางหน้าท้อง เนื่องจากสภาวะของโรคความดันโลหิตสูง ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,700 กรัม ในระยะหลังคลอดต้องเข้ารับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด เนื่องจากมีการติดเชื้อ ปัจจุบันบุตรอายุ 11 เดือน ภาวะสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 13 อายุ 19 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวเดี่ยว ผู้ให้ข้อมูลและสามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท มีความเพียงพอของรายได้แต่มีหนี้สินในการผ่อนชำระค่ารถจักรยานยนต์ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาพร้อมกับนมผสม เนื่องจากต้องไปประกอบอาชีพ หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยมีการแต่งงานก่อนตัดสินใจมีบุตร ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 4 สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรถ์ ผ่านการคลอดด้วยการผ่าตัดคลอด เนื่องจากความผิดปกติในระยะคลอด ทารกเพศหญิง น้ำหนักแรกคลอด 3,030 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 10 เดือน ภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14 อายุ 17 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบันไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรเมื่อมารดากลับจากประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ฝากครรถ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 32 สัปดาห์ ฝากครรถ์จำนวน 5 ครั้งและไม่ครบตามเกณฑ์ มีภาวะเสี่ยงในขณะตั้งครรถ์ คือ ความเข้มข้นของเลือด 32 % ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศหญิง น้ำหนักแรก



คลอด 2,600 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 1 เดือนครึ่ง ภาวะสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 15 อายุ 17 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบัน ไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ ข้อมูลประกอบอาชีพรับซื้อเศษยาง สามีประกอบอาชีพรับเหมาก่อสร้างกับบิดาของผู้ให้ข้อมูล ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาหรือยายของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ และทำกิจกรรมอื่น เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดยาชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ซึ่งตั้งครรภ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 16 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะ ตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,700 กรัม ในระยะหลังคลอดบุตร ต้องพักรักษาตัวในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด 1 วัน ปัจจุบันบุตรอายุ 3 เดือน ภาวะสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16 อายุ 17 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบัน ไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นของครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมี รายได้ต่อเดือน น้อยกว่า 5,000 บาท โดยมีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายแต่ไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วย ตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอด คุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 12 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะ ตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,790 กรัม ในระยะหลังคลอดบุตร มีการติดเชื้อ ปัจจุบันบุตรอายุ 8 เดือน ภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 17 อายุ 15 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบัน ไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวขยาย อาศัยร่วมกับพี่สาวของตนเอง ผู้ให้ข้อมูล ประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพนักศึกษา ครอบครัวจึงไม่มีรายได้ที่แน่นอน แต่ได้รับการ ช่วยเหลือด้านการเงินจากบิดามารดาของทั้งสองฝ่าย ทำให้มีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มี หนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมียายของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรระยะแรกหลังคลอด เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับนมผสม หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยการฉีดยา ชนิด 3 เดือน ไม่ตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ ซึ่งตั้งครรภ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 16 สัปดาห์

ฝากครรภ์จำนวน 12 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศหญิง น้ำหนักแรกคลอด 3,280 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะ หลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 2 เดือน ภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 18 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบัน ไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวเดี่ยว ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามี ประกอบอาชีพรับจ้างทำสวนยางพารา ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 5,000 บาท แต่มีความเพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีด ชนิด 3 เดือน มีความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้ โดยไปอาศัยกับฝ่ายชายจึง ตัดสินใจมีบุตร ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 9 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,970 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 2 เดือน ภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 19 อายุ 18 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบัน ไม่ได้ศึกษาต่อ มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวชาย อาศัยร่วมกับครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ ข้อมูลประกอบอาชีพรับซื้อน้ำยางพารา สามีประกอบอาชีพทหารเกณฑ์ ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อ เดือน 10,000-15,000 บาท และมีความเพียงพอของรายได้โดยไม่มีหนี้สิน เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดย มารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรช่วงที่ไปประกอบอาชีพ เลี้ยงบุตรด้วยนมผสม เนื่องจาก ต้องไปประกอบอาชีพ หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาฉีดชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยตั้งครรถ์ไม่ได้ วางแผน ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 8 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 13 ครั้งและครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรภ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 3,020 กรัม ในระยะหลังคลอดบุตรต้องเข้ารับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยทารกแรกเกิด เป็นเวลา 15 วัน เนื่องจากแรกคลอดมีการสำลักน้ำคร่ำ ปัจจุบันบุตรอายุ 11 เดือน ภาวะสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรงดี

ผู้ให้ข้อมูลรหัส 20 อายุ 16 ปี นับถือศาสนาพุทธ จบการศึกษาประถมศึกษาปีที่ 6 ปัจจุบัน ศึกษาต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียน มีสถานภาพสมรสคู่ เป็นครอบครัวชาย อาศัยร่วมกับ ครอบครัวเดิมของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลประกอบอาชีพแม่บ้าน สามีประกอบอาชีพนักศึกษา ครอบครัว จึงมีรายได้ไม่แน่นอน โดยได้รับการช่วยเหลือด้านการเงินจากบิดามารดาทั้งสองฝ่าย ทำให้มีความ เพียงพอของรายได้ โดยไม่มีหนี้ เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง โดยมีมารดาของตนเองช่วยเหลือในการเลี้ยง บุตร เลี้ยงบุตรด้วยนมผสม เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลเกิดอุบัติเหตุจากการขับจักรยานยนต์ไปรับญาติ

ทำให้มีแผลบริเวณมือ และปวดแผลจึงไม่สามารถเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ หลังคลอดคุมกำเนิดด้วยยาชนิดชนิด 3 เดือน มีบุตรคนนี้โดยไม่ได้วางแผน ซึ่งตั้งครรถ์ในขณะที่กำลังศึกษา ฝากครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 21 สัปดาห์ ฝากครรภ์จำนวน 8 ครั้งและไม่ครบตามเกณฑ์ ปฏิเสธภาวะเสี่ยงหรือความผิดปกติขณะตั้งครรถ์ ผ่านการคลอดปกติ ทารกเพศชาย น้ำหนักแรกคลอด 2,500 กรัม ปฏิเสธความผิดปกติในระยะหลังคลอด ปัจจุบันบุตรอายุ 2 เดือนครึ่ง ภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงดี

## ส่วนที่ 2 การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก

การศึกษาครั้งนี้การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก มีประเด็นที่เกิดขึ้น 3 ประเด็นหลัก คือ (1) วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป (2) การสร้างสมดุลชีวิต และ (3) การวางแผนอนาคต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป

วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นความแตกต่างของกิจกรรมที่กระทำ และแสดงออกในการดำเนินชีวิตประจำวันภายหลังการคลอดบุตร ซึ่งรวมถึงความรับผิดชอบต่อค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น โดยมารดาวัยรุ่นมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปใน 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1) กิจวัตรประจำวัน (2) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และ (3) รับภาระค่าใช้จ่าย ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

#### กิจวัตรประจำวัน

กิจวัตรประจำวัน เป็นความแตกต่างของการกระทำกิจกรรม เพื่อการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน ซึ่งก่อนการมีบุตรมารดาวัยรุ่นสามารถทำกิจกรรมในส่วนของกิจวัตรประจำวันได้ตามความต้องการของตนเอง แต่การมีบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นมีกิจวัตรประจำวันในเรื่องต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงไป ได้แก่ การรับประทานอาหาร การพักผ่อน รวมถึงความสะอาดและความสวยงามของร่างกาย โดยเฉพาะในมารดาวัยรุ่นที่อาศัยในครอบครัวเดี่ยว ซึ่งไม่มีบุคคลอื่นช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตรหรือแม้มารดาวัยรุ่นจะอาศัยในครอบครัวขยาย แต่สมาชิกในครอบครัวต้องออกไปประกอบอาชีพหรือมีภารกิจอื่น ทำให้ไม่สามารถช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นในการเลี้ยงบุตรได้ มารดาวัยรุ่นจึงต้องใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดูแลบุตร และไม่สามารถทอดทิ้งบุตรได้จนกว่าบุตรนอนหลับ ซึ่งจะเป็นช่วงเวลาที่มารดาวัยรุ่นมีโอกาสในการทำกิจวัตรของตนเอง ส่งผลให้วิถีชีวิตในส่วนของกิจวัตรประจำวันของมารดาวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงไปดังต่อไปนี้

การรับประทานอาหารเช้า ในการดำเนินชีวิตประจำวันของมารดาวัยรุ่นน หลังคลอดส่วนใหญ่มีหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร ซึ่งจำเป็นต้องกระทำตลอดเวลา เนื่องจากบุตรยังไม่ สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ โดยเฉพาะในช่วงที่บุตรตื่นมารดาวัยรุ่นจำเป็นต้อง ปฏิบัติกิจกรรมในการดูแลบุตร จนกว่าจะถึงช่วงเวลาพักผ่อนและนอนหลับของบุตร มารดาวัยรุ่นน จึงจะมีเวลาดูแลตนเองในเรื่องอาหารการกิน ส่งผลให้การรับประทานอาหารเช้าไม่ตรงเวลา หรือบางครั้ง ช่วงระยะเวลาก่อนการพักผ่อนของบุตรยาวนาน มารดาวัยรุ่นนจึงมีจำนวนมื้ออาหารลดน้อยลง และ หากบุตรร้องกวนในขณะที่กำลังรับประทานอาหารเช้า มารดาวัยรุ่นนต้องรีบไปดูแลบุตรส่งผลให้ได้รับ ปริมาณอาหารลดลง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“กินข้าวก็ต้องให้ลูกนอนก่อน ต้องเผื่อเวลา ต้องทำให้ลูกก่อนก็ค่อยกิน...กินข้าวไม่ตรงเวลา เช่นเดิม” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L270-273)

“ไม่ได้กินข้าวเช้า...กินข้าวเช้าแค่ (ใกล้)เที่ยงก็ตีสิบตีสิบเอ็ด...กินช่วงลูกหลับ” (ผู้ให้ข้อมูล รหัส 17, L602-609)

“บางทีหวั่นเที่ยง (ตอนเที่ยง) ไม่ได้กิน บางทีหัวเช้า (ตอนเช้า) ก็กินเลยไปแค่เที่ยง...ถ้าลูกไม่ หลับก็ต้องให้ลูกหลับก่อน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L240-245)

“การกินข้าวบางทีกินได้สองสามคำ พอมันกวนมันร้องก็ไม่ได้กินเลย” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 1, L194-197)

การพักผ่อน บทบาทการเป็นมารดาในการเลี้ยงบุตรจำเป็นต้องปฏิบัติ ตลอดเวลาทั้งในช่วงกลางวันและกลางคืน ส่งผลให้มารดาวัยรุ่นนที่ไม่มีผู้ช่วยเหลือในการดูแลบุตรมี กิจวัตรประจำวันเกี่ยวกับการพักผ่อนแตกต่างไปจากเดิม หรือถึงแม้มารดาวัยรุ่นนบางรายจะมีบุคคล ในครอบครัวคอยให้การช่วยเหลือ แต่สำหรับในรายที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งไม่มีบุคคลใด สามารถทำหน้าที่แทนได้ มารดาวัยรุ่นนจึงต้องให้นมบุตรด้วยตนเอง โดยเฉพาะในช่วงกลางคืนที่เป็น ช่วงเวลาแห่งการพักผ่อน แต่มารดาวัยรุ่นนกลับต้องตื่นขึ้นมาทำกิจกรรมในการเลี้ยงบุตร ได้แก่ การให้นมมารดาหรือนมผสมแก่บุตร จะเห็นได้ว่า การพักผ่อนของมารดาวัยรุ่นนขึ้นอยู่กับวงจร การตื่นและนอนของบุตร เนื่องจากบุตรยังอยู่ในวัยทารกมีระบบทางเดินอาหารที่สามารถรองรับ ปริมาณอาหารได้น้อย ทำให้การย่อยเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บุตรจึงตื่นบ่อยครั้งตามความต้องการใน การรับประทานนม ส่งผลให้มารดาวัยรุ่นนไม่สามารถพักผ่อนได้เต็มที่ โดยผู้ให้ข้อมูลบอกว่า

“กลางคืนลูกคุณมมาน...พอช่วงตีตีตีห้าตื่นคุณพักเดี๋ยว (คุณนมตลอดเวลา)...รู้สึกลอยตลอด ...พอว่าดูดสักแปบมันก็วางไปเอง พอมันคุดึก (บุตรรู้สึกดัว) ขึ้นมามันก็คุดอีก...บางทีก็หงุดหงิด... เพราะนอนไม่เต็มตื่น” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16, L543-564)

“นอนคืนหนึ่งลุกตื่นสี่ห้าครั้ง จึงปรับตัวไม่ทัน บางครั้งเรานอน ลูกตื่นก็ต้องเลี้ยงลูก... มันขัดใจ ต้องให้ลูกกินนม...อยากนอนแต่ต้องให้ลูกกินนม” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L326-333)

นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นที่อาศัยในครอบครัวเดี่ยวจำเป็นต้องทำหน้าที่ทุกด้านทั้งการดูแลภายในบ้านและการเลี้ยงบุตร ทำให้ถึงแม้ในช่วงที่บุตรนอนหลับ มารดาวัยรุ่นก็ต้องทำกิจกรรมอื่น เช่น การทำความสะอาดเครื่องใช้บุตร ซักผ้า เป็นต้น ซึ่งนอกจากความรับผิดชอบในส่วนของงานบ้านแล้ว มารดาวัยรุ่นบางรายต้องประกอบอาชีพทำสวนยางพาราที่มีการกรีดยาง ช่วงเวลากลางคืน และช่วงเวลากลางวันต้องกลับมาทำหน้าที่มารดาในการดูแลบุตร ส่งผลให้ร่างกายเกิดความอ่อนล้าและต้องการพักผ่อน แต่ด้วยภาระหน้าที่ของมารดาและแม่บ้าน ทำให้มารดาวัยรุ่นไม่มีเวลาในการพักผ่อน ดังคำพูดที่ว่า

“เราต้องทำงานเหนื่อย กลับมาแล้วก็ต้องมาจัดแจงเรื่องลูก บางครั้งก็ไม่มีเวลาพักผ่อน เพราะว่า ต้องซักผ้า ต้องทำอย่างอื่นให้ลูก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L247-248)

ความสะอาดและความสวยงามของร่างกาย ลักษณะนิสัยของวัยรุ่นทั่วไป โดยเฉพาะเพศหญิงมีการดูแลความสะอาดร่างกายอย่างพิถีพิถัน และเอาใจใส่กับตนเอง เพื่อนำมาดึงดูดใจ แต่เมื่อต้องรับบทบาทมารดาในระยะหลังคลอดเป็นครั้งแรกของชีวิต จึงส่งผลให้มารดาวัยรุ่นไม่มีเวลาดูแลความสะอาดร่างกาย และเอาใจใส่ตนเองให้สวยงามเหมือนกับตอนที่ยังไม่มีบุตร โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่นที่อาศัยในครอบครัวเดี่ยว และไม่มีบุคคลในครอบครัวช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร หรือแม้จะอาศัยในครอบครัวขยาย แต่ด้วยหน้าที่ของการเป็นมารดาที่ไม่สามารถทอดทิ้งบุตรเป็นเวลานานได้ ส่งผลให้มารดาวัยรุ่นต้องทำภารกิจส่วนตัวของตนเอง โดยเฉพาะการอาบน้ำอย่างเร่งรีบในช่วงที่บุตรนอนหลับ บางครั้งภารกิจส่วนตัวยังไม่เสร็จ แต่บุตรร้องกวนก็ต้องรีบออกมาดูแลบุตรก่อน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า มารดาวัยรุ่นทุ่มเทชีวิตประจำวันเพื่อการดูแลบุตรมากกว่าการดูแลเอาใจใส่ความสะอาดร่างกายและความสวยงามของตนเอง ดังคำบอกเล่าต่อไปนี้

“แต่งตัวนานเหมือนเมื่อก่อนไม่ได้แล้วตอนนี้...บางทีเมื่อก่อนเราแต่งตัวอาบน้ำหนีบผมก่อน...เป็นชั่วโมงเลย...ตอนนี้ซักสิบห้านาทีที่สิบนาที อาบน้ำหัวผมก็แต่งตัวเสร็จ” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16, L1052-1058)

“เวลาอาบน้ำบางครั้งก็ไม่ได้อาบน้ำดี พอลูกร้องก็ต้องวิ่งออกมาล้างหน้าอาบน้ำ เพราะมันร้อง มันไม่ได้อยู่กับใคร” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 3, L175-177)

นอกจากวิถีชีวิตด้านกิจวัตรประจำวันที่เปลี่ยนแปลงไปได้แก่ การรับประทานอาหาร การพักผ่อน รวมถึงความสะอาดและความสวยงามของร่างกายแล้ว มารดาวัยรุ่นยังมีวิถีชีวิตเกี่ยวกับการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนเปลี่ยนแปลงไปด้วย

### การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน

การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน เป็นความแตกต่างของการกระทำกิจกรรมในการเข้าร่วมหรือพบปะกับกลุ่มเพื่อน โดยก่อนการมีบุตรสังคมเพื่อนเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตที่สำคัญและมีอิทธิพลอย่างมากสำหรับมารดาวัยรุ่น ซึ่งส่วนใหญ่ต้องการใช้เวลาอยู่กับสังคมเพื่อน แต่การมีบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นต้องทำหน้าที่เลี้ยงบุตร และไม่สามารถใช้ชีวิตในแบบของวัยรุ่นได้ จึงทำให้วิถีชีวิตทางสังคมกับเพื่อนเปลี่ยนแปลงไป คือ ไม่ได้เที่ยวกลับบ้าน โดยมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่ว่าจะอาศัยในครอบครัวเดี่ยว หรือครอบครัวขยายมักขาดโอกาสในการเข้าสังคมกับเพื่อน เนื่องจากการเป็นมารดาต้องปฏิบัติหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร ทำให้มารดาวัยรุ่นไม่สามารถออกนอกบ้านกับเพื่อนได้ตามความต้องการ โดยพบว่า ตอนที่ยังไม่มีบุตรมารดาวัยรุ่นสามารถไปไหนมาไหนกับเพื่อน ได้อย่างสม่ำเสมอ แม้แต่การไปเที่ยวในตอนกลางคืน แต่ภายหลังการมีบุตรมารดาวัยรุ่นไม่สามารถไปเที่ยวกับเพื่อนได้ จึงรู้สึกว่าการมีบุตรทำให้สังคมกับเพื่อนของตนเองแตกต่างไปจากเดิม ดังคำพูดที่ว่า

“เมื่อก่อนได้เที่ยว พอมีลูกก็ไม่ได้ไปไหน...จะเที่ยวกับเพื่อนก็ไปไม่ได้...มันแตกต่างกันเยอะเลย เพราะว่า เมื่อก่อนตอนที่ไม่มีลูกก็อยู่ในเมืองตลอด ได้ไปเที่ยวทุกคืน...ไปนั่งในตลาด ร้านน้ำชา...ผับก็ไป” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 20, L7-8, 49, 1139-1144)

“ต้องเลี้ยงลูกไม่ได้ไปไหนมาไหนเหมือนเพื่อน...ไปไหนนาน ๆ ไม่ได้เหมือนเมื่อก่อน...รู้สึกเหมือนไม่เหมือนเดิม...ก็เราไม่ได้ไปไหน ไม่ปกติเหมือนเมื่อก่อน เมื่อก่อนเราไม่มีลูกได้เที่ยวกับเพื่อน ตอนนี้หม้ายเลย (ไม่ได้ไปเที่ยวกับเพื่อน)” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 17, L673-680, 687-688)

เมื่อวิถีชีวิตทางสังคมเพื่อนเปลี่ยนแปลงไปมารดาวัยรุ่นจึงใช้ช่องทางอื่นในการสื่อสารกับเพื่อน เนื่องจากความเป็นวัยรุ่นที่ยังคงมีความต้องการติดต่อกับเพื่อน ถึงแม้จะขาดโอกาสในการเข้าสังคมหรือพบปะกับเพื่อนนอกบ้าน มารดาวัยรุ่นยังมีการติดต่อสื่อสารกับเพื่อนผ่านช่องทางอื่น ได้แก่ การใช้เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต โดยเฉพาะเฟสบุ๊กที่ได้รับความนิยมอย่างมากในสังคมปัจจุบันเข้ามามีอิทธิพลต่อมารดาวัยรุ่นในการติดต่อหรือพูดคุยกับเพื่อน เพื่อแสดงความรู้สึกและสนทนาถึงความเป็นอยู่และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น การติดต่อทางโทรศัพท์ เป็นอีกช่องทางหนึ่งที่มารดาวัยรุ่นใช้ในการสื่อสารกับเพื่อน เมื่อมารดาวัยรุ่นไม่สามารถออกไปเข้าสังคมกับเพื่อนได้ เนื่องจากมีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร มารดาวัยรุ่นบางรายจึงมีการติดต่อกับเพื่อนทางโทรศัพท์อย่างสม่ำเสมอ โดยพูดคุยกันในเรื่องของสามีหรือบุตร และการที่เพื่อนมาหาที่บ้าน มารดาวัยรุ่นมีโอกาสมพบเจอกับเพื่อน เมื่อเพื่อนเดินทางมาที่บ้าน ซึ่งในมารดาวัยรุ่นบางรายเพื่อนจะมาหาที่บ้านอย่างสม่ำเสมอ หรือบางรายเพื่อนจะมีโอกาสมาหามารดาวัยรุ่นที่บ้านเพียงเฉพาะในวันหยุด เพื่อพูดคุยกันในเรื่องต่าง ๆ เช่น เรื่องทั่วไป ความเป็นอยู่ เป็นต้น การที่เพื่อนมาหาที่บ้านจึงเป็นช่องทางหนึ่งที่มารดาวัยรุ่นใช้ในการเข้าสังคมกับเพื่อน ซึ่งการใช้เครือข่ายสังคม

อินเทอร์เน็ต การติดต่อทางโทรศัพท์ และการที่เพื่อนมาหาที่บ้านจะช่วยให้มารดาวัยรุ่นสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนได้ โดยไม่รบกวนเวลาในการเลี้ยงบุตรหรือสามารถเลี้ยงบุตรไปพร้อม ๆ กันได้ จากคำบอกเล่าดังนี้

“บางทีก็เล่นเฟสบุ๊คกับเพื่อน ถึงก็ โปสว่า เกรียด เลิกกับแฟนแล้ว เพื่อนก็เที่ยวเข้ามา โปส มาเม้น” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 9, L580-581)

“นุ้ย (ตนเอง) อยู่บ้านนั่งเล่นเฟสกับเพื่อน...นุ้ย โปสเฟสถึงเพื่อนเที่ยวทักมา...เพื่อนเข้ามา โปส มาถามว่าพันพรีอ (เป็นอย่างไรบ้าง)” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 18, L2456, 2473-2476)

“ติดต่อกับเพื่อนบ่อยค่ะ...บางครั้งเพื่อนเค้าโทรมา บางครั้งก็โทรไป...ก็พูดกันเรื่องธรรมดา ไม่กันตามปกติ...บางครั้งก็มันถามเรื่องลูก และก็พูดเรื่องแฟน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 20, L1283-1294)

“โทรเพลง (พูดคุย) กัน บางครั้งเพื่อนโทรมา...โทรมาเพลงมันว่าทำไหร่ (อะไร) เลี้ยงลูก ลูกกวนหม้าย (หรือไม่)...ก็พูดเรื่องเรียน เรื่องตลก...เพื่อนนุ้ยโทรมาทุกวัน ทุกหัวเช้ากลางที่...เพลง เรื่องแฟน เรื่องลูก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 18, L652-658, 1903-1906)

“ก็เพื่อนมาที่บ้านประจำ...เพื่อนมาชวนมาพูด เวลาเพื่อน โรงเรียนปิดจะมาบ่อย... ยังติดต่อกัน เพื่อนมาประจำ...เพลงเรื่องทั่วไป พูดคุยกัน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 17, L691-704)

“ก็เพื่อนมาหาอยู่โฮย (เป็นประจำ) มาแค่ทุกวัน (เกือบทุกวัน)...ก็นั่งเพลงกัน...ก็เพื่อน เที่ยวถามว่า เหนื่อยหม้าย พันพรีอม่่ง” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 10, L82-88)

หลังคลอดบุตรส่งผลให้มารดาวัยรุ่นไม่สามารถออกไปเที่ยวนอกบ้านกับเพื่อนได้ วิถีชีวิตด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนจึงเปลี่ยนแปลงไป โดยใช้การติดต่อสื่อสารกันผ่าน เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต โทรศัพท์ และการที่เพื่อนมาหาที่บ้านแทน นอกจากนี้การมีบุตรยังทำให้มารดาวัยรุ่นต้องรับภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น

### รับภาระค่าใช้จ่าย

รับภาระค่าใช้จ่าย เป็นความรับผิดชอบต่อการใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะของใช้ที่จำเป็นสำหรับการเลี้ยงบุตร กล่าวคือ ก่อนมีบุตรมารดาวัยรุ่นมีการใช้จ่ายเพียงเล็กน้อย สำหรับทำกิจกรรมเพื่อดำรงชีวิตประจำวันของตนเอง ซึ่งได้รับจากบิดามารดาโดยไม่ต้องรับผิดชอบ ภาระการใช้จ่ายภายในบ้าน แต่ภายหลังการมีบุตรมารดาวัยรุ่นต้องรับภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น เพื่อซื้อของใช้สำหรับการเลี้ยงบุตร ได้แก่ ผ้าอ้อมสำเร็จรูป นมผสม อาหาร ซึ่งนอกจากการซื้อของใช้ในการทำกิจกรรมสำหรับการเลี้ยงบุตรแล้ว มารดาวัยรุ่นยังต้องรับภาระค่าใช้จ่ายที่จำเป็นภายในบ้าน ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นต้องรับภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นทั้งที่รายได้ของครอบครัวส่วนใหญ่มาจากการประกอบอาชีพของสามีเพียงคนเดียว ทำให้มารดาวัยรุ่นต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด โดยไม่ใช้จ่ายในส่วนของตนเองเพื่อเก็บไว้ให้บุตร ดังตัวอย่างคำบอกเล่าต่อไปนี้

“เรื่องค่าใช้จ่าย เบี้ยก็ต้องจ่ายเพิ่มขึ้น ถ้าเมื่อก่อนเราจ่ายยังน้อย (มีเงินน้อย) ก็ไม่เป็นไร แต่ตอนนี้ต้องอย่างน้อยวันร้อย เราก็ต้องตั้งไว้แล้ว เพราะ แพมเพิสก็สี่สิบห้าสิบบาทแล้ว ยังมีสบู่ และค่าใช้จ่ายอื่นเพิ่มไปอีก เราบางวันไม่รับประทานขนมก็ได้ แต่พอไปร้านค้าลูกมัม ๆ ก็ต้องซื้อให้มัน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 3, L74-77)

“ก็เหมือนเรื่องเบี้ย เรื่องตาก็จ่ายได้ไม่เหมือนแลกก่อน มันก็ต้องเก็บ ประหยัด...ก็เพราะเราต้องซื้อนม ซื้อแพมเพิสให้ลูกก็เลยต้องประหยัด” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7, L118-121)

จะเห็นได้ว่า การดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ได้แก่ กิจวัตรประจำวัน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และรับภาระค่าใช้จ่าย การเปลี่ยนแปลงภายหลังการคลอดบุตรที่เกิดขึ้นทำให้มารดาวัยรุ่นต้องปรับตัว เพื่อให้ชีวิตเข้าสู่สมดุล และสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นและมีความสุข

### **การสร้างสมดุลชีวิต**

การสร้างสมดุลชีวิต เป็นวิธีการที่มารดาวัยรุ่นพยายามปรับตัว เพื่อให้การดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรเป็นไปอย่างราบรื่นหรือดีขึ้น การสร้างสมดุลชีวิตในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย 4 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1) การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร (2) การผ่อนคลายความเครียด (3) การประหยัดเพื่อความเพียงพอ และ (4) การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### **การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร**

การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร เป็นวิธีการปรับตัวเพื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับการทำกิจกรรมให้กับบุตร ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เนื่องจากเป็นบทบาทหน้าที่ของมารดาในการเลี้ยงบุตร ซึ่งมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกส่วนใหญ่ไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงดูทารกมาก่อน จึงขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตร รวมถึงมีความไม่สุขสบายจากอาการปวดแผล ส่งผลให้ในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นไม่สามารถทำกิจกรรมในการเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะการอาบน้ำบุตร จากการศึกษาครั้งนี้พบว่ามารดาวัยรุ่นต้องใช้เวลาประมาณ 2-8 สัปดาห์ เพื่อพยายามปรับตัวผ่านกระบวนการสังเกต เรียนรู้ และฝึกหัดจากการถ่ายทอดของบุคคลในครอบครัวที่มารดาวัยรุ่นอาศัยอยู่ด้วย ได้แก่ มารดาหรือยายของตนเอง มารดาของสามี เพื่อให้สามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง ดังตัวอย่างคำพูดที่ว่า



“ช่วงสามอาทิตย์แรกเจ็บแผลก็เลยทำไม่ได้...ให้ลูกกินนมอย่างเดียว...แม่ทำให้ทุกอย่าง...พอนานไปก็แม่เนาะ (สอน) หัดทำมันก็เป็นไปเอง...ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อนกัน...ไม่หาญ (ไม่กล้าทำ) อาบน้ำให้ลูก ๆ ตัวเล็ก เสียวมันอีหุดมือ เสียวมันอีพลาดอีไหว (กลัวบุตรจะพลาดตก)...ทำได้ตอนลูกคอต้ง สองเดือนได้...ตอนแรกให้มันกินนมอย่างเดียวไม่หาญทำให้มัน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 5, L525-541)

“ตอนแรกทำไม่ได้ เพราะ ทำไหวไม่เป็น ข้าเค้าที่ช่วยสอน ว่าอาบน้ำก็อาบพั้นนี้ หวางอีอาบน้ำได้ (กว่าจะอาบน้ำให้บุตรได้)” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 4, L159-160)

“ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...พอเลี้ยงลูกเองก็ทำไม่ค่อยเป็น...ทำเป็นไปเอง...ก็แถมแม่ทำ แม่เนาะ...ก็สักสองสัปดาห์สามสัปดาห์ได้ต่อทำเป็น...เราให้กินนม อุ่ม ไม่อาบน้ำ อาบไม่ได้...ก็เจ็บแผลกัน...แผลไม่หายทีนอนให้กินนมไม่ใช่นั่งได้ มันเจ็บ” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16, L4-19, 1317-1322)

“ช่วงแรกเลี้ยงไม่เป็น...ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...ยี่สิบเหลือวัน ใต้ต่อนุ้ยอาบน้ำเอง...แถมแม่แถมแม่สอน...แถมให้ทำ แคมบอก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 17, L6-17, 429-431)

#### การผ่อนคลายความเครียด

การผ่อนคลายความเครียด เป็นวิธีการปรับตัวเพื่อให้เกิดความสบายใจจากความรู้สึกที่มีผลกระทบต่อจิตใจ การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่หลากหลาย ซึ่งรวมไปถึงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา จึงส่งผลกระทบต่อจิตใจทำให้เกิดความเครียด มารดาวัยรุ่นจึงสร้างสมดุลชีวิตเพื่อผ่อนคลายความเครียด โดยการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิงและการปรึกษาเพื่อน

การทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิง เป็นวิธีการปรับตัวของมารดาวัยรุ่นเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อให้มารดาวัยรุ่นมีความรู้สึกเครียด เช่น การรับรู้ว่าถูกบุคคลอื่นพูดต่อเสียดหรือนินทาลับหลัง การมีปัญหาครอบครัวจากการทะเลาะกับสามี โดยการมีปากเสียงกัน ซึ่งสาเหตุของการทะเลาะบางครั้งเกิดจากการพูดคุยให้สามีช่วยเหลือบุตร แต่กลับถูกสามีปฏิเสธทำให้รู้สึกหงุดหงิดจนเกิดเป็นความเครียด มารดาวัยรุ่นจึงพยายามปรับตัวในการสร้างสมดุลชีวิต เพื่อผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง โดยการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิง ได้แก่ การดูหนัง ฟังเพลง เพื่อให้เกิดความสบายใจ จากคำบอกเล่าดังนี้

“บางที่เราเหนื่อยแล้วมีตมมาเที่ยวแหลง...แหลงแทก (พูดกระแทก) ถึงเรานั้นหงุดหงิด...มันเที่ยวแหลงลับหลัง (นินทาลับหลัง) ก็เบื่อเหมือนกัน...ถ้าเครียดแล้วก็เราเปิดโทรทัศน์ ฟังเพลงมันก็บายใจไป” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L161-173)

“คล้ายเครียดส่วนมากเปิดโทรทัศน์แล แลหนัง...เครียดบางทีรบ (ทะเลาะ) กับแฟน... ก็เดือนหนึ่งหนสองหน...ก็รบกันเรื่องลูกบางที... ใใช้ให้แลลูกเค้าไม่แลให้...พอหลงถึงก็รบกัน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L1303-1311)

การปรึกษาเพื่อน เป็นวิธีการปรับตัวของมารดาวัยรุ่นอีกประการหนึ่งในการสร้างสมดุลชีวิตเพื่อผ่อนคลายความเครียด โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่นรายที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยวและอาศัยในพื้นที่ของสามี ซึ่งไม่มีญาติของตนเองอาศัยอยู่ในละแวกนั้นเลย เพื่อนจึงเป็นบุคคลสำคัญที่มารดาวัยรุ่นสามารถไว้วางใจได้ เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจจากการกระทำหรือพฤติกรรมของสามี เช่น การทารุณกรรมด้านร่างกายจากสามี การถูกสามีนอกใจ เป็นต้น มารดาวัยรุ่นจะเลือกปรึกษาเพื่อน โดยไม่ขอคำแนะนำจากบุคคลในครอบครัว เนื่องจากมารดาวัยรุ่นรู้สึกผิดกับการกระทำของตนเองที่ไปอยู่กับสามีในขณะที่กำลังศึกษา ทั้งที่ไม่ได้รับความยินยอมจากบิดามารดา ส่งผลให้เมื่อเกิดความเครียดจากการกระทำหรือพฤติกรรมของสามี มารดาวัยรุ่นจึงหันไปพึ่งพาเพื่อนแทนที่จะเป็นบุคคลในครอบครัว เนื่องจากกลัวถูกตำหนิ และไม่ต้องการให้บุคคลในครอบครัวเกิดความเครียด โดยในมารดาวัยรุ่นรายหนึ่งที่มีปัญหาครอบครัวถูกทารุณกรรมจากสามี โดยการทำร้ายร่างกายทุกครั้งที่เกิดการทะเลาะกัน ซึ่งสาเหตุของการทะเลาะส่วนใหญ่เกิดขึ้นจากการที่สามีไร้ความรับผิดชอบ ร้องกวน สามีติดสารเสพติดและมั่วสุมกับกลุ่มเพื่อน ทำให้ไม่ค่อยอยู่บ้าน และสามีมักเปรียบเทียบถึงภรรยาคนเก่าในทางที่ดีกว่าตน เป็นต้น มารดาวัยรุ่นรายนี้จึงจัดการกับความเครียดจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยใช้วิธีการพูดคุยกับเพื่อน เพื่อระบายความรู้สึกและผ่อนคลายความเครียด ซึ่งเพื่อนก็จะทำหน้าที่รับฟังปัญหา และให้คำแนะนำในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลบอกว่า

“พอรบใช้แต่กำลัง แฟนอีเอาไอ้หนูทุบ ไอ้หนูทุบ...เถียงกันทุกทีก็ใช้กำลังทุกที...รบกันเรื่องลูกเพ ลูกร้องมันรำคาญ...ก็เสรำลางที เพราะว่า มันเที่ยว มันกินน้ำหอม มันไม่ค่อยอยู่บ้าน...มันเที่ยวหัวเข้าหลบหัวนเย็น (ตอนเย็น)...ถึงบางทีมันหลงว่า เมียมันคนก่อนดีหวานุ้ย...นุ้ยว่าไปตะนุ้ยไม่ดี นุ้ยมันเลว...เสียใจ...นุ้ยว่า นุ้ยมันไม่มีค่าสำหรับมัน...ถ้าไม่บายใจนุ้ยก็โทร ไปหาเพื่อน มีอยู่คนหนึ่งรองรับการระบายของนุ้ยได้ รับฟังถึงมันแนะนำให้แก้ปัญหา...เพื่อนไว้วางใจได้ มันว่ามีปัญหาปรึกษาได้...เมื่อก่อนเค้ารับแฟนไม่ได้ เพราะ มันพานุ้ยหนี...บอกแม่บางเรื่องที่มันไม่ร้ายแรง เรื่องแรง ๆ ไม่บอก...นุ้ยไม่ยอมให้แม่เครียด ” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 18, L1094, 1097-1098, 1186, 1105, 169-174, 1783-1791, 904-905, 596-597, 921-924)

### การประหยัดเพื่อความเพียงพอ

การประหยัดเพื่อความเพียงพอ เป็นวิธีการปรับตัวเพื่อให้มีรายได้เพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน จากการศึกษาครั้งนี้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำสวนยางพารา เนื่องจากบริบทของพื้นที่มีการทำสวนยางพาราจำนวนมาก ถึงแม้จะไม่มีสวนยางพาราของตนเองก็สามารถรับจ้างทำสวนยางพาราของบุคคลอื่นได้ แต่การทำสวนยางพาราต้องขึ้นอยู่กับสภาพดินฟ้าอากาศ เช่น ในวันที่มีฝนตกพื้นที่เกิดการเปียกชื้นก็ไม่สามารถกรีดยางได้ ส่งผลให้มีรายได้ในการจุนเจือครอบครัว จึงต้องประสบกับการมีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายมารดาวัยรุ่นจึงสร้างสมดุลชีวิต โดยวิธีการประหยัดรายจ่ายเพื่อให้มีรายได้เพียงพอ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“รายจ่ายบางเดือนก็ไม่เพียงพอ เวลาฝนตก...ถ้าจ่ายไม่พอก็ต้องประหยัด” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L42-44)

“ปัญหาค่าใช้จ่ายมันก็มี...จ่ายไม่พอบางเดือน...ถ้าไม่มีตางค์ก็ต้องจ่ายประหยัด” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7, L143-147)

### การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ

การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ เป็นปัจจัยที่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนการสร้างสมดุลและการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นให้ประสบความสำเร็จและสามารถดำเนินชีวิตหลังคลอดได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การประกอบอาชีพ การเงิน การทำงานบ้าน เป็นต้น ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้พบว่า การสนับสนุนสู่ความสำเร็จที่สำคัญสำหรับมารดาวัยรุ่น คือ การสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว ซึ่งเป็นการสนับสนุนที่สำคัญในการดูแลช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นให้ประสบความสำเร็จในการสร้างสมดุลชีวิต และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างราบรื่น ซึ่งแหล่งสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว ได้แก่ มารดา พี่หรือน้อง สามี และมารดาของสามี

มารดา เป็นบุคคลสำคัญที่คอยให้การสนับสนุนมารดาวัยรุ่น โดยเฉพาะในรายที่อาศัยในครอบครัวขยายร่วมกับครอบครัวของตนเอง หรืออาศัยในครอบครัวเดี่ยวละแวกเดียวกับบ้านของมารดา ซึ่งมารดาวัยรุ่นจะได้รับการสนับสนุนจากมารดาในการสร้างสมดุลชีวิตด้านการเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร และช่วยเหลือในการทำกิจกรรมการดูแลบุตร จนกระทั่งมารดาวัยรุ่นสามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง จากคำบอกเล่าที่ว่า

“ตอนแรกก็ทำไม่ค่อยเป็น...ก็แม่ช่วยทุกอย่างตอนนั้น” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 5, L5-7)

“ช่วงที่ทำไม่เป็นแม่ช่วย...ช่วยอาบน้ำ ช่วยทุกอย่าง” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16, L8-9, 1313-1315)

ถึงแม้มารดาวัยรุ่นจะสามารถทำกิจกรรมในการเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง แต่อย่างไรก็ตามมารดาวัยรุ่นยังต้องการการสนับสนุนจากมารดาในการเลี้ยงบุตร เนื่องจากในความเป็นจริง การดำเนินชีวิตไม่ได้มีเพียงกิจกรรมในการเลี้ยงบุตรเท่านั้น ยังมีกิจกรรมอื่นที่ต้องปฏิบัติเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ กล่าวคือ ในการดำเนินชีวิตประจำวันมารดาวัยรุ่นจำเป็นต้องมีรายได้เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีวิต มารดาวัยรุ่นบางรายจึงต้องประกอบอาชีพเพื่อหารายได้มาใช้ในการจุนเจือครอบครัว ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ส่วนใหญ่มารดาวัยรุ่นประกอบอาชีพเกี่ยวกับยางพารา ได้แก่ การรับซื้อน้ำยางพารา การทำสวนยางพารา เป็นต้น นอกจากนี้การประกอบอาชีพมารดาวัยรุ่นยังมีกิจกรรมอื่นที่ต้องปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน ได้แก่ การทำงานบ้าน การออกไปทำธุระนอกบ้าน เป็นต้น มารดาวัยรุ่นจึงต้องได้รับการสนับสนุนจากมารดาในการเลี้ยงบุตร ดังคำพูดต่อไปนี้

“เวลาซื้อน้ำยางก็ต้องฝากลูกไว้กับแม่” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 20, L437)

“ช่วงตัดยาง (กรีดยาง) ให้ลูกอยู่กับแม่... ให้แม่กลับจากตัดยาง เราก็ไปตัดยางต่อ” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L34-35, 261-262)

“ถ้าเราไปทำธุระ แม่ก็ช่วยเลี้ยงลูก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L123)

“ลูกอยู่กับแม่ เวลานั้นซักผ้า หุงข้าว” (ผู้ให้ข้อมูล 1, L1256-1257)

และมารดาวัยรุ่นยังต้องได้รับการสนับสนุนจากมารดาในด้านการเงิน เนื่องจากครอบครัวของมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ประสบกับปัญหารายได้ไม่เพียงกับรายจ่าย ถึงแม้มารดาวัยรุ่นจะสร้างสมดุลชีวิตโดยการประหยัดเพื่อให้เกิดความเพียงพอ แต่ด้วยภาระค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงบุตรที่เพิ่มขึ้น ทำให้มารดาต้องให้การสนับสนุน เพื่อให้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นมีรายได้เพียงพอในการจุนเจือครอบครัว ไม่ว่ามารดาวัยรุ่นจะอาศัยในครอบครัวขยายหรือครอบครัวเดี่ยว มารดาวัยรุ่นก็จะได้รับสนับสนุนด้านการเงินจากมารดาทุกครั้งที่ยืมยืม ทำให้มารดาวัยรุ่นไม่รู้สึกรว่าการมีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต ซึ่งผู้ให้ข้อมูลบอกว่า

“บางที่ยางไม่ได้ตัด พอฝนตก ขอเบี่ยแม่ก็ให้เวลาเราหมายเบี่ย (ไม่มีเงิน)” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 16, L709-710)

“บางที่ก็ขอกจากแม่... รายจ่ายไม่พอไม่เป็นปัญหา เพราะ แม่ก็ช่วยอยู่” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 2, L45-46)

พี่หรือน้อง มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ได้รับการสนับสนุนจากพี่หรือน้องของตนเอง มักจะอาศัยในครอบครัวขยายร่วมกับครอบครัวของตนเอง ซึ่งมีพี่หรือน้องอาศัยอยู่ด้วย โดยพี่หรือน้องจะให้การสนับสนุนในการช่วยเลี้ยงบุตรช่วงที่มารดาวัยรุ่นต้องทำกิจกรรมอื่น เช่น การหุงข้าว การซักผ้า การทำความสะอาดเครื่องใช้ในบ้าน เป็นต้น จากคำพูดที่ว่า

“บางที่ฝากลูกไว้กับน้องสาวแล้วก็ไปล้างจาน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L202-207, 982-983)

“พี่ ๆ ก็ช่วยอุ้มลูก ถ้าซักผ้า เขาก็ช่วยแลลูกไว้ให้” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 20, L409-410)

สามี เป็นบุคคลหนึ่งที่ใกล้ชิดและมีความสำคัญในการสนับสนุนการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น เนื่องจากเป็นบุคคลที่หารายได้มาใช้ในการจุนเจือครอบครัว โดยเฉพาะในมารดาวัยรุ่นที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงจำเป็นต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตร และไม่สามารถออกไปประกอบอาชีพได้ สามีจึงเป็นบุคคลที่คอยช่วยสนับสนุนด้านรายได้ให้กับมารดาวัยรุ่น นอกจากการสนับสนุนด้านรายได้ในการจุนเจือครอบครัวแล้ว มารดาวัยรุ่นที่อยู่อาศัยร่วมกับสามีส่วนใหญ่มักจะได้รับการสนับสนุนจากสามีในการเลี้ยงบุตร เมื่อมารดาวัยรุ่นมีความจำเป็นต้องทำกิจกรรมอื่น เช่น การออกไปนอกบ้านเพื่อซื้อของใช้บุตร การทำงานบ้าน โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“แฟนช่วยเรื่องเบ๊...ก็รู้สึกที่เราไม่ต้องเที่ยวไปหาเอง...เบ๊เค้ากะหาเองเพ (สามีหาเงินเองทั้งหมด)” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L1398-1403)

“แฟน...ก็คือ ช่วยหาเบ๊” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 10, L150-153)

“บางทีไม่ไช่พาถูกไป ผากไว้กับเค้า (สามี)...เวลาไปซื้อของให้น้อง ไปซื้อแพมเพิสไปซื้อนม” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 1, L1498-1504)

“แฟนช่วยเลี้ยงลูก ถ้าว่ามันอยู่บ้าน เวลาเราทำกับข้าวมันจะช่วยแลลูกให้” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7, L464-465)

มารดาของสามี มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ได้รับการสนับสนุนจากมารดาของสามีมักจะอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัวของสามี โดยจะได้รับการสนับสนุนจากมารดาของสามี ตั้งแต่ในระยะแรกหลังคลอดที่มารดาวัยรุ่นไม่สามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง ซึ่งมารดาของสามีจะให้การสนับสนุนในการทำกิจกรรมให้บุตร และยังช่วยให้คำแนะนำ พร้อมทั้งฝึกให้มารดาวัยรุ่นสามารถทำกิจกรรมให้บุตรได้ด้วยตนเอง นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นที่อาศัยร่วมกับครอบครัวของสามี ก็จะได้รับ การสนับสนุนจากมารดาของสามีในการเลี้ยงบุตร เมื่อมารดาวัยรุ่นจำเป็นต้องทำกิจกรรมอื่น เช่น การเก็บน้ำยางพารา หรือการออกไปซื้อกับข้าว และเมื่อครอบครัวของมารดาวัยรุ่นที่อาศัยร่วมกับครอบครัวของสามีมีปัญหาหารายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายก็จะได้รับการสนับสนุนจากมารดาของสามีด้านการเงิน โดยสามีจะเป็นบุคคลที่คอยขอความช่วยเหลือจากมารดา ทำให้มีรายได้ เพื่อซื้อของใช้ที่จำเป็นภายในครอบครัว ดังตัวอย่างคำบอกเล่าต่อไปนี้

“ย่าเค้าอาบให้อยู่เดือนหนึ่งได้...จากนั้นก็หัดให้อาบเอง” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 4, L159-161)

“แม่แฟนแลไอ้น้องเวลาน้องเก็บยาง” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 4, L50, 54-55)

“ถ้าอีไปตลาด (ตลาด) ก็ได้ไป ซื้อกับข้าว ลูกก็ฝากย่าเค้าไว้” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7, L130, 270)

“แม่แฟนให้จ่ายอยู่กลางที่...ถ้าแฟนเที่ยวหลงว่า เดือนนี้ไม่มีเบ๊ แม่แฟนก็ให้...กลางที่อีไปตลาดหมาหมายเบ๊แม่แฟนก็ให้เบ๊ไป” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7-2, L1024-1033)

นอกจากนี้ยังมีมารดาวัยรุ่นรายหนึ่งที่สามีถูกจำคุกจึงต้องอาศัยร่วมกับมารดาของสามี เนื่องจากมารดาของสามีจะเป็นผู้รับผิดชอบดูแลมารดาวัยรุ่นและบุตร ทำให้มารดาวัยรุ่นรายนี้ได้รับการสนับสนุนจากมารดาของสามีในด้านการเงินสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

รวมถึงครอบครัวของมารดาวัยรุ่นบางรายที่ไม่สามารถประกอบอาชีพได้ เนื่องจากสามียังเข้ารับการศึกษาคือ และมารดาวัยรุ่นเองต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตร ทำให้มารดาวัยรุ่นและสามีไม่มีรายได้ มารดาของสามีจึงให้การสนับสนุนด้านการเงิน เพื่อเป็นรายได้สำหรับการใช้จ่ายในการดำเนินชีวิต จากคำบอกเล่าที่ว่า

“แฟนถูกจับสองสามเดือนได้แล้ว...เบี้ยที่ใช้จ่ายแม่แฟนให้ เพราะ แก่ใช้ให้ไปอยู่กับแก เล้ารับผิดชอบเวลาอไปไหนสี่ร้อยห้าร้อยก็ใส่เป้าให้...เบี้ยก็ไม่เคยขาด แม่แฟนจะให้เอง ตอนแรกมีแฟนก็ไม่ต้องขอแก เพราะ มันทำงาน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 4, L6-7, 23-25, 126-127)

“ส่วนมากขอแม่แฟน...เพราะ มันไปโรงเรียนทุกวัน ถึงมันต้องไปขอ” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 17, L795-797)

มารดาวัยรุ่นหลังคลอดจำเป็นต้องปฏิบัติตน เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตและรับผิดชอบกับบุตรที่เกิดขึ้นได้ โดยพยายามสร้างสมดุลชีวิต ได้แก่ การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร การผ่อนคลายความเครียด การประหยัดเพื่อความเพียงพอ และการสนับสนุนสู่ความสำเร็จ เมื่อมารดาวัยรุ่นสามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ จึงมีการวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตต่อไป

### **การวางแผนอนาคต**

การวางแผนอนาคต เป็นการกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตไว้ล่วงหน้า จากการศึกษาพบว่า มารดาวัยรุ่นได้วางแผนการดำเนินชีวิตอนาคตไว้ 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1) การศึกษาคือ (2) การวางรากฐานอนาคตของบุตร และ (3) การสร้างความมั่นคงของครอบครัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### **การศึกษาคือ**

การศึกษาคือ เป็นการกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตด้านการศึกษาของตนเองไว้ล่วงหน้า จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น และปัจจุบันไม่ได้ศึกษาคือ เนื่องจากต้องทำหน้าที่ในการเลี้ยงบุตร นอกจากนี้ยังพบว่า มารดาวัยรุ่นที่วางแผนอนาคตเกี่ยวกับการศึกษาคือ ส่วนใหญ่มีการแต่งงานหรือตั้งครรรค์โดยไม่ได้วางแผน ทำให้ต้องออกจากระบบการศึกษากลางคัน จึงขาดโอกาสในการประกอบอาชีพที่มีรายได้สูงและมีควมมั่นคง เนื่องจากการศึกษาเป็นที่มาของรายได้ การศึกษาในระดับสูงจะช่วยให้สามารถประกอบอาชีพที่มีรายได้สูง จึงมีเงินเพียงพอสำหรับใช้ในการจุนเจือครอบครัว เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานในการดำเนินชีวิต ซึ่งในปัจจุบันสังคมได้ให้ความสำคัญกับวุฒิทางการศึกษา เพื่อ

ยื่นยื่นความสามารถและเปิดโอกาสในการประกอบอาชีพ มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จึงวางแผนการศึกษาต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียนเมื่อบุตรเติบโตขึ้น เพื่อนำวุฒิทางการศึกษาไปใช้ในการประกอบอาชีพ โดยมารดาวัยรุ่นต้องการให้บุคคลในครอบครัวช่วยเหลือสนับสนุนในการเลี้ยงบุตร จากคำพูดที่ว่า

“อยากเรียนให้สูง ๆ เห็นเพื่อนเรียนสูง ๆ ถึงอยากเรียนกัน...เหมือนได้มีงาน...เรื่องเรียนตัวเองก็ให้ลูกได้หลาย ๆ เดือนก่อนแล้วก็ค่อยไปเรียน ให้แม่หยุดวันที่เราไปเรียน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L449-451, 1545-1546)

“อีเข้าเรียน กสน ว่าอีเรียนจบมอหก...เหมือนว่าได้ทำงาน ได้เอาวุฒิ...กลางที่ก็ให้ลูกอยู่กับแม่” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 12, L865-875, 883)

#### การวางรากฐานอนาคตของบุตร

การวางรากฐานอนาคตของบุตร เป็นการกำหนดแนวทางพื้นฐานในการสร้างอนาคตที่มั่นคงของบุตรเกี่ยวกับการศึกษาและทรัพย์สิน เนื่องจากมารดาวัยรุ่นได้รับการศึกษาน้อย จึงมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต โดยมีข้อจำกัดในการประกอบอาชีพที่ไม่จำเป็นต้องใช้วุฒิทางการศึกษา ซึ่งอยู่ในวงแคบ มีรายได้ไม่สูงนักและมักขาดความมั่นคง มารดาวัยรุ่นจึงวางแผนเพื่อสร้างพื้นฐานอนาคตของบุตร โดยการพยายามประหยัดค่าใช้จ่าย และเก็บออมเงินไว้ส่งเสียให้บุตร ได้รับการศึกษาในระดับสูง เพื่อให้บุตรมีอนาคตที่มั่นคงในด้านการศึกษา และมีโอกาสประกอบอาชีพที่ดี นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังวางแผนในการสร้างความมั่นคงทางด้านทรัพย์สินไว้ให้บุตร โดยการประหยัดและเก็บเงินสำหรับซื้อที่ดินและสร้างบ้าน เพื่อให้บุตรมีความมั่นคงทางทรัพย์สินสมบัติ เช่นเดียวกับบุคคลอื่นในสังคม เนื่องจากมารดาวัยรุ่นเชื่อว่า การมีทรัพย์สินจะช่วยให้บุตรสามารถดำเนินชีวิตอย่างสุขสบายและปราศจากความลำบาก โดยผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า

“อยากให้ลูกได้เรียนสูง ๆ เหมือนเพื่อน จึงต้องประหยัดตั้งแต่เล็ก ๆ เพราะว่า เงินที่เราประหยัดไปทุกวันจะฝากให้ลูกได้เรียนสูง ๆ ให้ดีกว่าแม่ ได้ทำงานดีกว่าแม่” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 1, L167-169)

“อยากให้ลูกเรียนสูง ๆ เหมือนเราเรียน ไม่ค่อยสูงเท่าใด ก็ให้ลูกเรียนสูง ๆ...มันก็ต้องสมเขี้ยว สมเขี้ยวให้ลูกได้เรียน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 14, L1538-1541) ดังตัวอย่างคำบอกเล่าต่อไปนี้

“มันก็มีเรื่องการจ่ายเงินค่า มันต้องจ่ายประหยัดกว่าเมื่อก่อนตอนที่ไม่มีลูก พอลูกเติบโต มันไม่ได้สร้างอะไรไว้ให้ลูก ถึงพอค่าทำงานก็ฝากไว้ให้ลูกมีเหมือนเพื่อนเค้า...อีสร้างดิน สร้างบ้านไว้ให้ลูก...เพราะว่า อยากให้ลูกมีเหมือนเพื่อน ไม่ต้องเที่ยวลำบาก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 1, L87-89, 1685-1687)

“ก็อยากซื้อปายาง (สวนยางพารา)...ก็ได้มีสวนยางมาก ๆ ไว้ให้ลูกให้หลาน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 13, L208-210)

### การสร้างความมั่นคงของครอบครัว

การสร้างความมั่นคงของครอบครัว เป็นการวางแนวทางล่วงหน้าเกี่ยวกับการมีที่อยู่อาศัย และยานพาหนะ ซึ่งแสดงถึงความมั่นคงหรือแน่นอนในชีวิต โดยมารดาวัยรุ่น 8 ใน 20 ราย ที่อาศัยในครอบครัวขยายได้มีการวางแผนสร้างความมั่นคงของครอบครัวในการมีที่อยู่อาศัย เนื่องจากไม่ต้องการให้สังคมมองว่า ฟังพายุคคลในครอบครัว อีกทั้งการอาศัยในครอบครัวขยาย ยังขาดความเป็นส่วนตัว มารดาวัยรุ่นจึงวางแผนเก็บออมเงิน เพื่อสร้างที่อยู่อาศัยของตนเอง เพื่อความเป็นส่วนตัวในชีวิตครอบครัว และต้องการรับผิดชอบครอบครัวของตนเอง โดยไม่ต้องเป็นภาระของบุคคลอื่น และมารดาวัยรุ่นยังวางแผนสร้างความมั่นคงของครอบครัวในการมียานพาหนะ โดยการเก็บสะสมรายได้เพื่อซื้อรถยนต์ส่วนบุคคล เนื่องจากมารดาวัยรุ่นต้องการมีรถยนต์เหมือนบุคคลอื่นในสังคม ซึ่งจะช่วยอำนวยความสะดวกในการเดินทาง จากคำบอกเล่า ดังนี้

“ก็คิดว่า จะทำบ้าน แต่เก็บเบี้ยก่อน...ก็อยากจะทำบ้านอยู่กันเอง...อยากอยู่กันเป็นส่วนตัว ไม่ต้องลำบากแม่เกินไป” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 10, L172, 429-431)

“บ้านอิทำอยู่...มันได้มีความรับผิดชอบเอง อยู่กับแม่ ๆ ก็ทำให้กิน เราได้ทำกินเอง...อยากไปอยู่ส่วนตัว...ไม่พักมาอยู่กับแม่แรง แม่เหน้อยกัน” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 15, L699-711)

“วางไว้ก็คิดว่า ถ้ายังเบี้ยจะสร้างรถ...ก็อยากมีเหมือนเพื่อนเค้า ไปไหนมาไหนได้ ไม่ลำบาก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 7, L163-165)

“อยากจะมีรถ มีรถยนต์...มีรถยนต์จะไปไหนมาไหนสะดวก” (ผู้ให้ข้อมูลรหัส 13, L208-210)



## การอภิปรายผล

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก มี 3 ประเด็นหลัก คือ (1) วิธีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป (2) การสร้างสมดุลชีวิต และ (3) การวางแผนอนาคต โดยสามารถอภิปราย รายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

### ประเด็นที่หนึ่ง วิธีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป

มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกมีกิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันเปลี่ยนแปลงไป จากขณะที่ยังไม่มีบุตร โดยการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1.1) กิจวัตรประจำวัน (1.2) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และ (1.3) ภาระค่าใช้จ่าย ซึ่งมีเหตุผลสำคัญประกอบการอภิปราย การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น คือ การอยู่อาศัยในครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวขยาย ซึ่งไม่มีบุคคลในครอบครัวช่วยเหลือบุตร การแสดงบทบาทมารดาตามความคาดหวัง ปัญหาและความต้องการของครอบครัวในระยะเริ่มต้นเลี้ยงดูบุตร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### กิจวัตรประจำวัน

ก่อนการมีบุตรมารดาวัยรุ่นสามารถทำกิจวัตรประจำวันของตนเองได้ตามความต้องการ แต่การมีบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นมีกิจวัตรประจำวันเปลี่ยนแปลงไป ได้แก่ (1.1.1) การรับประทานอาหารเช้า เนื่องจากต้องเลี้ยงบุตร ช่วงที่บุตรหลับมารดาวัยรุ่นจึงจะมีเวลาดูแลตนเองในเรื่องการรับประทานอาหารเช้า ส่งผลให้รับประทานอาหารเช้าไม่ตรงเวลา จำนวนมื้ออาหารและปริมาณอาหารในแต่ละมื้อลดน้อยลง (1.1.2) การพักผ่อน เนื่องจากช่วงเวลาแห่งการพักผ่อนของมารดาวัยรุ่นขึ้นอยู่กับวงจรการตื่นและนอนของบุตร ขณะที่บุตรตื่นมารดาวัยรุ่นต้องทำหน้าที่ในการดูแลบุตร ซึ่งเกิดขึ้นทั้งในช่วงกลางวันและกลางคืน ทำให้มารดาวัยรุ่นมีการพักผ่อนไม่เต็มที่ และ (1.1.3) การดูแลความสะอาดและความสวยงามของร่างกาย เนื่องจากมารดาวัยรุ่นต้องทำภารกิจส่วนตัวอย่างเร่งรีบในช่วงที่บุตรนอนหลับ จึงมีเวลาดูแลตนเองในเรื่องความสะอาดและความสวยงามของร่างกายลดน้อยลง

จากผลการศึกษาอธิบายได้ว่า มารดาวัยรุ่นที่มีกิจวัตรประจำวันเปลี่ยนแปลงไปนั้น ส่วนใหญ่อาศัยในครอบครัวเดี่ยว และไม่มีบุคคลในครอบครัวช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร จึงต้องใช้เวลาสวนใหญ่กับการเลี้ยงบุตร โดยไม่สามารถทอดทิ้งบุตรเพื่อทำกิจวัตรของตนเองให้ตรงเวลาได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุปราณี (2545) ที่พบว่า มารดาหลังคลอดที่สามารถทำกิจวัตรประจำวันตามความต้องการของตนเอง เช่น การพักผ่อนอย่างเพียงพอได้นั้นส่วนใหญ่

อาศัยในครอบครัวขยาย และมีบุคคลในครอบครัวคอยสนับสนุนในการทำกิจกรรม จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นที่มีวิถีชีวิตเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันเปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากมารดาวัยรุ่นต้องเลี้ยงบุตรคนเดียวโดยไม่มีบุคคลอื่นช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร

### **การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน**

จากการที่มารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรกมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปในประเด็นการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน โดยพบว่า มารดาในกลุ่มนี้ไม่มีเวลาที่ชวนกลับบ้านกับเพื่อน ซึ่งสามารถอธิบายด้วยเหตุผลสำคัญ คือ การแสดงบทบาทมารดาตามคาดหวัง สอดคล้องกับทฤษฎีบทบาท (ศิริรัตน์, 2548) ที่กล่าวว่า บุคคลจะมีพฤติกรรมและปฏิบัติบทบาทภายใต้ความคาดหวังของตนเอง และบุคคลอื่น โดยเฉพาะบทบาทมารดาที่มีหน้าที่ความรับผิดชอบในการเลี้ยงบุตร สำหรับมารดาวัยรุ่นซึ่งอยู่ในช่วงวัยของพัฒนาการที่เพื่อนมีอิทธิพลกับชีวิต การเข้าสังคมกับเพื่อนจึงเป็นความต้องการที่สำคัญ แต่เมื่อต้องรับบทบาทมารดาที่มีภาระในการดูแลบุตรตามความคาดหวังของตนเอง และสังคม ส่งผลให้มารดาวัยรุ่นไม่สามารถออกไปเที่ยวกับเพื่อนได้ สอดคล้องกับเหวยและยู (Wei & Yu, 2009) ที่พบว่า การตั้งครรถ์ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น เนื่องจากต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตรทำให้ไม่สามารถไปเที่ยวกับเพื่อนได้ ส่งผลให้การเข้าสังคมกับกลุ่มเพื่อนถูกตัดขาด มารดาวัยรุ่นจึงใช้ช่องทางอื่นในการสื่อสารกับเพื่อน ได้แก่ การใช้เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต โดยเฉพาะเฟสบุ๊ก เพื่อแสดงความคิดเห็นและสนทนากับเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับ ภาณุวัฒน์ (2554) ที่พบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการใช้บริการเครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ตเพื่อ การสนทนา การเข้ากลุ่ม การเล่นเกม การแสดงความคิดเห็น การพบปะกับเพื่อนเก่า นอกจากนี้ มารดาวัยรุ่นยังมีการติดต่อกับเพื่อนทางโทรศัพท์และการที่เพื่อนมาหาที่บ้าน ซึ่งทำให้สามารถเข้าสังคมหรือติดต่อกับเพื่อนได้โดยไม่รบกวนเวลาในการเลี้ยงบุตร จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่สามารถออกไปเที่ยวกลับบ้านกับเพื่อนได้ จึงใช้เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต โทรศัพท์ และการที่เพื่อนมาหาที่บ้าน ในการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน

### **รับภาระค่าใช้จ่าย**

การมีบุตรทำให้มารดาวัยรุ่นต้องรับภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น เพื่อซื้อของใช้ที่จำเป็นสำหรับการเลี้ยงบุตร จะเห็นได้ว่า ครอบครัวในระยะเริ่มต้นเลี้ยงบุตรจำเป็นต้องรับภาระด้านเศรษฐกิจเพิ่มขึ้น จึงมักประสบปัญหาหารายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย (วิลาวัณย์, 2554) โดยเฉพาะในมารดาวัยรุ่นที่มีรายได้จากการประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของสามีเพียงคนเดียว ซึ่งเป็นรายได้ที่มีความไม่แน่นอนและไม่สูงมากนัก ทำให้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นมีสถานะทางเศรษฐกิจต่ำ จาก

การศึกษาครั้งนี้พบว่า ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีรายได้น้อยต่อเดือน 5,000-1,500 บาท ต่อเดือน ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของวีริภรณ์ (2551) ที่พบว่า ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นมีรายได้น้อยต่อเดือนอยู่ในช่วง 1,000-5,000 บาท จำนวนสูงถึงร้อยละ 55 ถึงแม้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นจะมีรายได้น้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน แต่การต้องรับภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น รวมถึงสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน ทำให้มารดาวัยรุ่นต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด โดยเฉพาะไม่ใช้จ่ายในส่วนของตนเองเพื่อเก็บไว้ให้บุตร

### ประเด็นที่สอง การสร้างสมดุลชีวิต

มารดาวัยรุ่นพยายามปรับตัวเพื่อสร้างสมดุลชีวิต 4 ประเด็นย่อย ได้แก่ (2.1) การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร (2.2) การผ่อนคลายความเครียด (2.3) การประหยัดเพื่อความเพียงพอ และ (2.4) การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร

มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงทารกมาก่อนจึงขาดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตร รวมถึงมีความไม่สุขสบายจากอาการปวดแผล ส่งผลให้ในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นไม่สามารถทำกิจกรรมการเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะการอาบน้ำบุตร สอดคล้องกับสุปราณี (2545) ที่พบว่า มารดาหลังคลอดส่วนใหญ่ขาดความมั่นใจในการทำกิจกรรมการอาบน้ำบุตร เนื่องจากบุตรตัวเล็กการอาบน้ำจะทำให้บุตรตัวลื่นและพลัดตกได้ง่ายจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นต้องใช้เวลาประมาณ 2-8 สัปดาห์ เพื่อปรับตัวให้สามารถแสดงบทบาทมารดาในการเลี้ยงบุตรได้ ซึ่งต้องใช้เวลาานกว่ามารดากลุ่มอื่น ในการสร้างความมั่นใจ ฟิงพอใจจนสามารถแสดงบทบาทมารดาได้สำเร็จ (Mercer, 1981) โดยมารดาวัยรุ่นพยายามปรับตัวผ่านกระบวนการเรียนรู้และฝึกหัดจากการถ่ายทอดของบุคคลในครอบครัวเพื่อให้สามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับบุญมีและคณะ (2556) ที่พบว่า ในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นไม่ค่อยมั่นใจในความสามารถของตนเองต่อบทบาทมารดาในการเลี้ยงบุตร จึงพยายามเรียนรู้และลงมือปฏิบัติ โดยได้รับคำชี้แนะจากครอบครัวและญาติ ดังนั้น การที่มารดาวัยรุ่นจะสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรได้สำเร็จนั้นจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือและสนับสนุนจากบุคคลอื่น (ปราชญ์วดี, 2551) จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นต้องใช้ความพยายามในช่วงระยะเวลาหนึ่งร่วมกับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว เพื่อให้สามารถดำรงบทบาทมารดาในการเลี้ยงบุตรได้

จากผลการศึกษาพบว่า การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรสอดคล้องกับทฤษฎีการเปลี่ยนผ่านของชูเมคเคอร์และเมลิส (Schumacher & Meleis, 1994 อ้างตามเรณู, 2543) ซึ่งเป็นกระบวนการเคลื่อนผ่านจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง ในที่นี้จะกล่าวถึงการเปลี่ยนผ่านตามระยะพัฒนาการเข้าสู่การเป็นมารดา โดยผ่านเงื่อนไขของการประเมินผล ความคาดหวังของตนเองและบุคคลอื่น ความรู้และทักษะที่จำเป็น สิ่งแวดล้อมที่เป็นแหล่งสนับสนุน การวางแผน และความสุขสบายด้านร่างกายและอารมณ์ ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า ในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นมีการเปลี่ยนผ่านเพื่อเข้าสู่การเป็นมารดา โดยผ่านเงื่อนไขที่สำคัญ ได้แก่ ความรู้ ทักษะที่จำเป็น และความสุขสบายด้านร่างกายที่มีผลต่อการเปลี่ยนผ่าน ซึ่งในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ไม่มีประสบการณ์และทักษะในการเลี้ยงบุตรจึงขาดความมั่นใจ ทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมโดยเฉพาะการอาบน้ำบุตร แต่มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีสิ่งแวดล้อมที่เป็นแหล่งสนับสนุน ได้แก่ บุคคลในครอบครัว ซึ่งมีส่วนช่วยในการถ่ายทอดประสบการณ์ เพื่อให้มารดาวัยรุ่นสามารถเปลี่ยนผ่านเข้าสู่บทบาทมารดาในการเลี้ยงบุตรได้สำเร็จ

### **การผ่อนคลายความเครียด**

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่หลากหลาย ซึ่งรวมไปถึงสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต เช่น การทะเลาะกับสามี สามีมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม การโดนนิทาจากบุคคลภายนอก เป็นต้น จึงส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจทำให้เกิดความเครียด มารดาวัยรุ่นจึงพยายามปรับตัวในการสร้างสมดุลชีวิต เพื่อผ่อนคลายความเครียด โดยการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิงและการปรึกษาเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความเครียดและการปรับตัวตามรูปแบบการจัดการความเครียดของลาซาลัส (Lazarus, 1966 อ้างตามศิริรัตน์, 2548) โดยพบว่า เมื่อเกิดความเครียดบุคคลจะประเมินและตัดสินใจ เพื่อเข้าสู่การเผชิญและจัดการกับความเครียดด้วยตนเองเป็นลำดับแรก หลังจากนั้นก็จะเข้าสู่กระบวนการต่อไป คือ การใช้แหล่งสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวหรือเครือข่ายสังคม โดยในครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นมีการจัดการความเครียดด้วยการพึ่งพาแหล่งประโยชน์จากเพื่อน ซึ่งเป็นเครือข่ายทางสังคมที่จะรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำในการจัดการกับความเครียด

มารดาวัยรุ่นมีการสร้างสมดุลเพื่อผ่อนคลายความเครียด โดยการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิง ได้แก่ การดูหนัง ฟังเพลง เพื่อให้เกิดสบายใจ สอดคล้องกับทวิทรัพย์, ณีภูวดี, และเกษวดี (2553) ที่พบว่า การดูโทรทัศน์เป็นการผ่อนคลายที่นักศึกษาส่วนใหญ่ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งใช้ในการจัดการความเครียด นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังใช้วิธีการปรึกษาเพื่อนเพื่อผ่อนคลายความเครียด โดยเฉพาะมารดาวัยรุ่นรายที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยวและอาศัยในพื้นที่ของสามี เมื่อมีปัญหาครอบครัว เช่น การถูกทารุณกรรมจากสามี การติดสารเสพติดของสามี เป็นต้น จึงได้รับ

ผลกระทบทางด้านจิตใจทำให้มารดาวัยรุ่นเกิดความเครียด จึงมีการปรึกษาเพื่อนเพื่อระบายความรู้สึก โดยไม่กล้าขอคำปรึกษาจากบุคคลในครอบครัว เนื่องจากมารดาวัยรุ่นรู้สึกผิดกับการกระทำที่ตนเองไปอยู่กับสามีในขณะที่กำลังศึกษา โดยไม่ได้รับความยินยอมจากบิดามารดา จึงกลัวถูกตำหนิ ซึ่งจากการศึกษาของอาซานและเกษตรชัย (2556) พบว่า การพูดคุยปรึกษากับเพื่อน เป็นวิธีการจัดการความเครียดที่นักเรียนโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งนิยมใช้มากที่สุด จะเห็นได้ว่า หากมารดาวัยรุ่นต้องพบเจอกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด มารดาวัยรุ่นจะพยายามเผชิญความเครียดด้วยความสามารถของตนเอง และใช้แหล่งประโยชน์โดยการปรึกษาเพื่อน ซึ่งจะช่วยให้มารดาวัยรุ่นสามารถจัดการความเครียดได้

### **การประหยัดเพื่อความเพียงพอ**

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีวิถีชีวิตเกี่ยวกับภาระการใช้จ่ายเพิ่มขึ้นทั้งที่มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ยังไม่จบการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงขาดโอกาสในการประกอบอาชีพที่มั่นคงและมีรายได้สูง ซึ่งจะเห็นได้ว่า ระดับการศึกษาเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการประกอบอาชีพและการดำเนินชีวิต (รุจิราภรณ์, 2552) มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จึงมีโอกาประกอบอาชีพในระดับใช้แรงงาน คือ การทำสวนยางพาราที่มีรายได้ไม่สูงนัก สอดคล้องกับบุญยัง (2553) ที่พบว่า การเป็นมารดาวัยรุ่นมักเกิดขึ้นในขณะที่ยังไม่จบการศึกษา และมักกลับเข้าสู่ระบบการศึกษาได้ยาก จึงไม่สามารถศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นได้ ทำให้ขาดความรู้และวุฒิทางการศึกษา เกิดปัญหาการว่างงานหรือประกอบอาชีพในระดับใช้แรงงานส่งผลให้มีรายได้ต่ำ (Campos et al., 2012) นอกจากนี้ในวันที่มีฝนตกพื้นที่เกิดการเปียกชื้นก็ไม่สามารถทำสวนยางพาราได้ ส่งผลให้ไม่มีรายได้ในการจุนเจือครอบครัว จะเห็นได้ว่า การทำสวนยางพาราเป็นอาชีพที่มีรายได้ไม่แน่นอนต้องขึ้นอยู่กับสภาพดินฟ้าอากาศ มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่จึงประสบกับปัญหาความไม่เพียงพอของรายได้ สอดคล้องกับขวัญตาและจิตตินันท์ (2553) ที่พบว่า การมีรายได้ไม่แน่นอนส่งผลให้ครอบครัวของมารดาวัยรุ่นต้องพบเจอกับปัญหารายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย มารดาวัยรุ่นจึงต้องปรับตัวเพื่อสร้างสมดุลชีวิต โดยการประหยัดรายจ่ายเพื่อให้มีความสมดุลกับรายได้

จากผลการศึกษาเกี่ยวกับการสร้างสมดุลชีวิตในครั้งนี้สามารถอภิปรายได้ว่า มารดาวัยรุ่นมีการปรับตัวเพื่อให้เกิดความสมดุลทั้งด้านการเลี้ยงบุตร การผ่อนคลายความเครียด และการประหยัดเพื่อความเพียงพอ ซึ่งเป็นการปรับตัวให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างราบรื่นและมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของศิริภัสสร (2552) ที่พบว่า การดำเนินชีวิตที่มีความสุขและสมบรูณ์นั้นจำเป็นต้องสร้างความสมดุลในด้านต่างๆ ได้แก่ (1) การใช้วิธีผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียด ฝึกยืดหยุ่น บริหารอารมณ์และเวลาให้เหมาะสม โดยมารดาวัยรุ่นจะใช้วิธีการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิง หรือการปรึกษาเพื่อนเป็นวิธีการผ่อนคลาย (2) พยายามศึกษาหาความรู้

อย่างสม่ำเสมอ โดยมารดาวัยรุ่นพยายามเรียนรู้และฝึกฝนจนสามารถปฏิบัติกิจกรรมในการเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง และ (3) การใช้จ่ายเงินอย่างประหยัดเพื่อความเพียงพอโดยไม่มีหนี้สิน ซึ่งมารดาวัยรุ่นจะพยายามประหยัดรายจ่ายเพื่อให้มีเงินเพียงพอในการใช้จ่ายสิ่งของที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิต

### การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ

เป็นการช่วยเหลือให้มารดาวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการสร้างสมดุลชีวิต และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น โดยการสนับสนุนสู่ความสำเร็จที่สำคัญสำหรับมารดาวัยรุ่น คือ บุคคลในครอบครัว ได้แก่ มารดา ชาย พี่หรือน้อง สามี และมารดาของสามี ซึ่งเป็นการสนับสนุนสู่ความสำเร็จที่สำคัญของมารดาวัยรุ่น

มารดา ชาย มารดาของสามีและพี่หรือน้อง เป็นบุคคลในครอบครัวที่เป็นปัจจัยสนับสนุนสู่ความสำเร็จในการสร้างสมดุลชีวิต เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร ซึ่งมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัวจะอาศัยอยู่ในครอบครัวขยาย โดยจะได้รับการสนับสนุนจากบุคคลใดขึ้นอยู่กับบริบทของการอาศัยอยู่ร่วมกันในครอบครัว โดยมารดาวัยรุ่นที่อาศัยร่วมกับครอบครัวของตนเองจะได้รับการสนับสนุนจากมารดา ส่วนมารดาวัยรุ่นที่อาศัยร่วมกับยายก็จะได้รับการสนับสนุนจากยาย และมารดาวัยรุ่นที่อาศัยร่วมกับครอบครัวของสามีก็จะได้รับการสนับสนุนจากมารดาของสามี ซึ่งบุคคลเหล่านี้จะคอยให้การสนับสนุนด้านการเลี้ยงบุตรในช่วงแรกหลังคลอดที่มารดาวัยรุ่นไม่สามารถทำกิจกรรมให้บุตรได้ โดยเฉพาะการอาบน้ำบุตร สอดคล้องกับสุปราณี (2545) ที่พบว่า เมื่อมารดาหลังคลอดไม่สามารถอาบน้ำบุตรได้ด้วยตนเอง จะได้รับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงบุตร นอกจากการสนับสนุนด้านการเลี้ยงบุตรแล้ว มารดา ชาย และมารดาของสามีจะคอยให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรแก่มารดาวัยรุ่น จนกระทั่งมารดาวัยรุ่นประสบความสำเร็จในการสร้างสมดุลชีวิต โดยสามารถทำกิจกรรมในการเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง สอดคล้องกับมยุรีและคณะ (2550) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้การแสดงบทบาทมารดาในการเข้าสู่การเป็นมารดาครั้งแรกผ่านไปได้ด้วยดี ดังนั้น มารดาวัยรุ่นจำเป็นจะต้องได้รับการสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้สามารถดำรงบทบาทมารดาได้สำเร็จ

อย่างไรก็ตามถึงแม้มารดาวัยรุ่นจะสามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง แต่ในความเป็นจริงการดำเนินชีวิตประจำวันของมารดาวัยรุ่นไม่ได้มีเพียงการดูแลบุตรเท่านั้น แต่ยังมีกิจกรรมอื่นที่ต้องปฏิบัติ มารดาวัยรุ่นจึงต้องได้รับการสนับสนุนด้านการเลี้ยงบุตรจากบุคคลในครอบครัว สอดคล้องกับบุญมีและคณะ (2556) ที่พบว่า มารดาหลังคลอดวัยรุ่นส่วนใหญ่ได้รับความช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร เพื่อให้สามารถทำกิจกรรมอื่นได้ นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังมีความประสงค์ให้บิดามารดาของ

ตนเองเลี้ยงบุตรเมื่อมีความจำเป็น ได้แก่ ศึกษาต่อ ประกอบอาชีพ หรือขณะที่ไม่สามารถเลี้ยงบุตรได้ เป็นต้น (สุกมาสและคณะ, 2552) ครอบครัวจึงจำเป็นต้องให้การสนับสนุนช่วยเหลือมารดาไว้รุ่น

นอกจากนี้เมื่อมารดาไว้รุ่นต้องประสบกับปัญหารายได้ไม่เพียงกับรายจ่าย หรือมีความจำเป็นจากการที่สามีถูกจำคุก ยังเข้ารับการศึกษาคือ ทำให้บุคคลในครอบครัว ได้แก่ มารดาและมารดาของสามีต้องให้การสนับสนุนด้านการเงิน เพื่อให้ครอบครัวของมารดาไว้รุ่นมีรายได้เพียงพอในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับศศิธร (2553) ที่พบว่า ครอบครัวจำเป็นต้องรับภาระด้านเศรษฐกิจจากผลกระทบของการตั้งครุฑไม่เพียงประสงค์ของมารดาไว้รุ่น จะเห็นได้ว่า บุคคลในครอบครัวสามารถให้การสนับสนุนมารดาไว้รุ่นได้ทั้งในด้านการเลี้ยงบุตรและด้านการเงิน

สามี ในมารดาไว้รุ่นที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจึงจำเป็นต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตรและไม่สามารถออกไปประกอบอาชีพได้ สามีจึงเป็นบุคคลที่คอยช่วยสนับสนุนด้านรายได้ให้กับมารดาไว้รุ่น นอกจากนี้เมื่อมารดาไว้รุ่นต้องทำกิจกรรมอื่น สามีก็จะเป็นผู้ที่จะช่วยเหลือในการเลี้ยงบุตร จะเห็นได้ว่า สามีเป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญสำหรับมารดาไว้รุ่น (วิริภรณ์, 2551) ดังนั้น การอาศัยอยู่ร่วมกับสามีจึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของมารดาไว้รุ่น

การสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว ได้แก่ มารดา พี่หรือน้อง มารดาของสามี และสามี ทั้งในด้านการเงินและการเลี้ยงบุตรจะช่วยให้มารดาไว้รุ่นสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่นและสมดุลกันในทุกด้าน

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า การสนับสนุนสู่ความสำเร็จของมารดาไว้รุ่นสอดคล้องกับการสนับสนุนทางสังคมของเฮาส์ (House, 1981) ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมควรให้การสนับสนุนที่ครอบคลุม 4 ด้าน ได้แก่ ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านอารมณ์ ด้านทรัพยากร และด้านการเปรียบเทียบและประเมินค่า จึงอธิบายได้ว่า มารดาไว้รุ่นจากการศึกษาครั้งนี้ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลในครอบครัว ได้แก่ การถ่ายทอดประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร ซึ่งเป็นการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร โดยการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรแก่มารดาไว้รุ่น โดยดึงข้อมูลจากประสบการณ์เพื่อช่วยฝึกสอนและดูแลมารดาไว้รุ่นเกี่ยวกับทักษะ เพื่อให้มารดาไว้รุ่นเกิดความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรมากขึ้น การสนับสนุนด้านการเงินและการเลี้ยงบุตร เป็นการสนับสนุนด้านทรัพยากร โดยการให้เงินหรือสิ่งของ และแบ่งเบาระในการดูแลบุตรจากมารดาไว้รุ่น เช่น การให้นม การอาบน้ำ เป็นต้น

## ประเด็นที่สาม การวางแผนอนาคต

มารดาวัยรุ่นได้วางแผนการดำเนินชีวิตอนาคตไว้ 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (3.1) การศึกษาต่อ (3.2) การวางรากฐานอนาคตของบุตร และ (3.3) การสร้างความมั่นคงของครอบครัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### การศึกษาต่อ

จากการศึกษาครั้งนี้มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่วางแผนอนาคตของตนเองเกี่ยวกับการศึกษาต่อในช่วงเวลาที่บุตรเติบโตขึ้น สอดคล้องกับดีวิตโต (Devito, 2010) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตรจึงยังไม่มีโอกาสศึกษาต่อ ซึ่งมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่วางแผนการศึกษาต่อนั้นสืบเนื่องจากการแต่งงานหรือเกิดการตั้งครรภ์ขณะที่กำลังศึกษาโดยไม่ได้วางแผน ทำให้มารดาวัยรุ่นต้องออกจากระบบการศึกษากลางคัน จึงขาดโอกาสในการประกอบอาชีพที่มีรายได้สูงและมีความมั่นคง จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผนมักมีประสบการณ์ชีวิตได้แก่ การสูญเสียอนาคตทางการศึกษาและการประกอบอาชีพที่ดี (สมใจ, 2547) และจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มีมารดาวัยรุ่นเพียง 2 ใน 20 ราย เท่านั้นที่ได้รับการศึกษาต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียน ส่วนมารดาวัยรุ่นรายอื่นต้องรับภาระในการเลี้ยงบุตรก่อน สอดคล้องกับบงลักษณ์ (2551) ที่พบว่า ในความเป็นจริงมีมารดาวัยรุ่นเพียง 1 ใน 11 ราย ที่ได้กลับไปศึกษาต่อ ส่วนมารดาคนอื่นต้องทำงานและมีภาระในการเลี้ยงบุตร ซึ่งมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่วางแผนเกี่ยวกับการศึกษาต่อ มีวัตถุประสงค์เพื่อนำวุฒิทางการศึกษาไปใช้ในการประกอบอาชีพ และต้องการให้บุคคลในครอบครัวช่วยเหลือสนับสนุนด้านการเลี้ยงบุตรในช่วงที่ศึกษาต่อ สอดคล้องกับทอร์นีย์และคณะ (Turmeay et al., 2011) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นต้องการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น แต่ต้องได้รับความช่วยเหลือจากบิดามารดาในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านที่พักอาศัย ด้านการเงิน เป็นต้น จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการวางแผนการศึกษาต่อเมื่อบุตรเติบโตขึ้น เนื่องจากต้องทำหน้าที่ในการเลี้ยงบุตรก่อน และการวางแผนศึกษาต่อโดยมีเป้าหมายเพื่อให้มีโอกาสในการประกอบอาชีพ

### การวางรากฐานอนาคตของบุตร

มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนอนาคตของบุตรเกี่ยวกับการศึกษาและทรัพย์สิน ซึ่งมารดาวัยรุ่นได้วางรากฐานอนาคตของบุตรเกี่ยวกับการศึกษา เนื่องจากมารดาวัยรุ่นเองได้รับการศึกษาน้อย ทำให้ขาดโอกาสในการประกอบอาชีพที่มีรายได้สูงและเกิดข้อจำกัดในการดำเนินชีวิต มารดาวัยรุ่นจึงวางแผนอนาคตเพื่อเป็นรากฐานให้กับบุตร โดยการพยายามประหยัดค่าใช้จ่าย และ



เก็บออมเงินไว้ส่งเสียให้บุตรได้รับการศึกษาในระดับสูง เพื่อให้บุตรมีอนาคตที่มั่นคงในด้านการศึกษาและมีโอกาสประกอบอาชีพที่ดี สอดคล้องกับวาทีนีย์ (2555) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความต้องการและพยายามที่จะมอบสิ่งที่ดีที่สุดให้กับบุตร โดยการหารายได้เพื่อเก็บเงินให้บุตรได้รับการศึกษาที่ดี และมารดาวัยรุ่นยังวางแผนให้บุตรได้รับการศึกษาจนสามารถประกอบอาชีพที่ดีต่อไป (ศศิพันธ์และคณะ, 2556) นอกจากนี้มารดาวัยรุ่นยังวางแผนสร้างความมั่นคงเกี่ยวกับทรัพย์สินไว้ให้บุตร โดยการประหยัดเงินไว้สำหรับซื้อที่ดินและสร้างบ้านให้บุตร ซึ่งมารดาวัยรุ่นมีการวางแผนอนาคตทั้งที่เกี่ยวข้องกับตนเองและบุตร (สมจิตร, 2552) จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่มีความหวังดีต่อบุตร โดยปรารถนาให้บุตรมีการศึกษาที่ดี และมีทรัพย์สินเงินทอง

### **การสร้างความมั่นคงของครอบครัว**

เนื่องจากมารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องการความเป็นส่วนตัวในชีวิตครอบครัว ไม่ต้องพึ่งพาศพบุคคลในครอบครัว และต้องการความสะดวกสบาย จึงมีการวางแผนสร้างความมั่นคงของครอบครัวเกี่ยวกับการมีที่อยู่อาศัย และรถยนต์ส่วนบุคคล สอดคล้องกับสติล (Stiles, 2005) พบว่า ในชีวิตของมารดาวัยรุ่นต้องการประกอบอาชีพที่ดี เพื่อให้มีรายได้ของตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาครอบครัวในด้านการเงิน และยังมีความต้องการที่จะมีบ้าน มีรถเป็นของตนเอง จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนในการสร้างความมั่นคงเพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเองได้

จากผลการศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนอนาคตของมารดาวัยรุ่น สอดคล้องกับทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow, 1970 อ้างตามศิริรัตน์, 2552) ซึ่งมีลำดับความต้องการจากขั้นพื้นฐานสู่ขั้นที่สูงขึ้น ประกอบด้วยความต้องการด้านร่างกาย ความต้องการด้านความมั่นคงและปลอดภัย ความต้องการด้านความรักและการมีส่วนร่วม ความต้องการด้านความภาคภูมิใจ และความต้องการด้านความสำเร็จสมหวังในชีวิต จะเห็นได้ว่า มารดาวัยรุ่นมีการวางแผนการศึกษาต่อเพื่อเปิดโอกาสในการประกอบอาชีพที่ดีมีรายได้สูง และสามารถตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการด้านร่างกายตามลำดับขั้นที่หนึ่งของทฤษฎีความต้องการ หลังจากนั้นเมื่อมารดาวัยรุ่นสามารถตอบสนองความต้องการด้านร่างกายได้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์แล้ว จึงมีการวางแผนเพื่อวางรากฐานอนาคตของบุตร และสร้างความมั่นคงของครอบครัวทั้งในด้านความเป็นอยู่และทรัพย์สิน ซึ่งเป็นความต้องการด้านความมั่นคงและปลอดภัยตามลำดับขั้นที่สองของทฤษฎีความต้องการ และอาจเป็นตัวกระตุ้นความต้องการในลำดับขั้นที่สูงขึ้นต่อไป

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดครั้งแรก โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบบรรยาย คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลตามคุณสมบัติที่กำหนด ซึ่งได้แก่ (1) มารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีบุตรคนแรก (2) มีบุตรอายุ 1 เดือนถึง 1 ปี (3) มีการรับรู้ดี อ่าน เขียน และสื่อสารภาษาไทยได้ และ (4) ยินดีเข้าร่วมการวิจัยและให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม พ.ศ. 2556 ถึงเดือนมกราคม พ.ศ. 2557 ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก รายบุคคล และวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

#### สรุปผลการวิจัย

ผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก จำนวน 20 ราย มีอายุระหว่าง 15-19 ปี ทุกรายนับถือศาสนาพุทธ ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ จบการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น และไม่ได้รับการศึกษาต่อ มีลักษณะครอบครัวขยาย 18 ราย มากกว่าครึ่งประกอบอาชีพเป็นแม่บ้าน ส่วนใหญ่สามีประกอบอาชีพทำสวนยางพาราของตนเอง ครอบครัวจึงมีรายได้ต่อเดือน 5,000-15,000 บาท ส่วนใหญ่มีบุคคลในครอบครัวช่วยเหลือบุตร มีเพียง 5 รายที่เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง ครั้งหนึ่งเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว และอีกส่วนหนึ่งเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาพร้อมกับนมผสมหรือนมผสมอย่างเดียว มากกว่าครึ่งมีความตั้งใจที่จะมีบุตร อย่างไรก็ตามพบว่าส่วนหนึ่งตั้งครรถ์โดยไม่ได้วางแผน ทุกรายเข้ารับการฝากครรภ์ มากกว่าครึ่งฝากครรภ์ครั้งแรกก่อนอายุครรภ์ 12 สัปดาห์และครบตามเกณฑ์ แต่บางรายมีการฝากครรภ์ล่าช้า ส่วนใหญ่ไม่มีความผิดปกติในระยะตั้งครรถ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด ผู้ให้ข้อมูล 14 ราย ผ่านการคลอดปกติ และ 6 ราย ผ่าตัดคลอด เนื่องจากความผิดปกติในระยะคลอดและอายุครรภ์เกินกำหนด ผู้เข้าร่วมวิจัยมีบุตรอายุระหว่าง 1 เดือนถึง 1 ปี เป็นเพศชาย 14 ราย เพศหญิง 6 ราย ส่วนใหญ่มีน้ำหนักแรกคลอด 2,500-3,000 กรัม ไม่มีความผิดปกติในระยะหลังคลอด ทุกรายมีภาวะสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงและปฏิเสธโรคประจำตัว

เก็บข้อมูลโดยใช้คำถามปลายเปิด สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายบุคคล รายละ 2 ครั้ง แต่แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที มีการบันทึกเทประหว่างการสัมภาษณ์และถอดเทปแบบคำต่อคำ ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหาตามขั้นตอนของศิริพร (2555)

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก มี 3 ประเด็นหลัก คือ วิธีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป การสร้างสมดุลชีวิต และการวางแผนอนาคต จากการให้ข้อมูลของมารดาวัยรุ่นเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรเป็นอย่างไร ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ประเด็นที่หนึ่ง วิธีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นความแตกต่างของการกระทำกิจกรรมที่แสดงออกในการดำเนินชีวิตประจำวันภายหลังการคลอดบุตร ซึ่งรวมถึงความรับผิดชอบต่อการใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น ประกอบด้วย 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (1.1) กิจวัตรประจำวัน มารดาวัยรุ่นมีการกระทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันเปลี่ยนแปลงไป ได้แก่ การรับประทานอาหาร การพักผ่อน รวมถึงความสะอาดและความสวยงามของร่างกาย (1.2) การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน มารดาวัยรุ่นขาดโอกาสในการไปเที่ยวกับเพื่อน จึงใช้ช่องทางอื่น เช่น การใช้เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต การติดต่อทางโทรศัพท์ และการที่เพื่อนมาหาที่บ้านเพื่อติดต่อสื่อสารกับเพื่อน และวิธีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปอีกประเด็น คือ (1.3) รับภาระค่าใช้จ่าย ภายหลังการมีบุตรมารดาวัยรุ่นต้องเตรียมการใช้จ่ายเพิ่มขึ้นเพื่อซื้อของใช้ที่จำเป็นสำหรับการเลี้ยงดูบุตร

ประเด็นที่สอง การสร้างสมดุลชีวิต เป็นวิธีการปรับตัวของมารดาวัยรุ่น เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรได้อย่างราบรื่นหรือดีขึ้น ประกอบด้วย 4 ประเด็นย่อย ได้แก่ (2.1) การเรียนรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร ในระยะแรกหลังคลอดที่มารดาวัยรุ่นไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรได้ด้วยตนเอง มารดาวัยรุ่นจึงพยายามปรับตัวผ่านกระบวนการเรียนรู้ ฝึกหัดจากการถ่ายทอดของบุคคลในครอบครัว (2.2) การผ่อนคลายความเครียด โดยวิธีการทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิง และการปรึกษาเพื่อน (2.3) การประหยัดเพื่อความเพียงพอ เมื่อต้องประสบกับการมีรายได้น้อยไม่เพียงพอกับรายจ่าย มารดาวัยรุ่นจะสร้างสมดุลชีวิต โดยวิธีการประหยัดรายจ่ายเพื่อให้เกิดความเพียงพอ และ (2.4) การสนับสนุนสู่ความสำเร็จ มารดาวัยรุ่นได้รับการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัวทั้งด้านการเลี้ยงดูบุตร และด้านการเงิน

ประเด็นที่สาม การวางแผนอนาคต เป็นการกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตในอนาคตไว้ล่วงหน้า ประกอบด้วย 3 ประเด็นย่อย ได้แก่ (3.1) การศึกษาต่อ มารดาวัยรุ่นวางแผนการศึกษาต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียน เพื่อโอกาสในการประกอบอาชีพ (3.2) การวางรากฐานอนาคตของบุตร เกี่ยวกับการศึกษาและทรัพย์สิน และ (3.3) การสร้างความมั่นคงของครอบครัว ได้แก่ การมีที่อยู่อาศัย และการมียานพาหนะ

## ข้อจำกัดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้เข้าร่วมวิจัยที่นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด จึงอาจทำให้ได้ข้อมูลที่ไม่ครอบคลุม เนื่องจากความเชื่อด้านศาสนาอาจมีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต ดังนั้น มารดาวัยรุ่นที่นับถือศาสนาอิสลามอาจมีการดำเนินชีวิตหลังคลอดแตกต่างจากมารดาวัยรุ่นที่นับถือศาสนาพุทธ การที่ผู้เข้าร่วมวิจัยนับถือศาสนาพุทธทั้งหมดจึงเป็นข้อจำกัดในการศึกษาครั้งนี้

## ข้อเสนอแนะ

ผลจากการวิจัยการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดบุตรคนแรก สามารถนำไปใช้ได้ทั้งการปฏิบัติการพยาบาล การบริหารการพยาบาล การศึกษาการพยาบาล และวิจัยทางการพยาบาล

## ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. พยาบาลควรให้การบริการสุขภาพ หรือให้คำปรึกษาสำหรับมารดาวัยรุ่น ซึ่งมีภาระหน้าที่ในการเลี้ยงบุตรผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต การติดต่อทางโทรศัพท์หรือการเยี่ยมบ้าน เพื่อความสะดวกในการเข้าถึงบริการ เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นมีวิถีชีวิตในการเข้าสังคมกับเพื่อนเปลี่ยนแปลงไป คือไม่ได้เที่ยวกลับบ้าน แต่มีการใช้ช่องทางอื่นในการสื่อสารกับเพื่อน ได้แก่ การใช้เครือข่ายสังคมอินเทอร์เน็ต การติดต่อกันทางโทรศัพท์ และการที่เพื่อนมาหาที่บ้าน

2. ในระยะหลังคลอดพยาบาลควรจัดการสอนสำหรับมารดาวัยรุ่นเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตร โดยเฉพาะการอาบน้ำบุตรให้สามารถปฏิบัติได้ตั้งแต่ในระยะที่พักรักษาตัวในโรงพยาบาล โดยเฉพาะในรายที่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยว เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า มารดาวัยรุ่นต้องใช้เวลาช่วงหนึ่งจึงจะสามารถเลี้ยงบุตรได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะกิจกรรมการอาบน้ำบุตรทำให้ไม่สามารถดูแลบุตรได้ด้วยตนเอง เนื่องจากไม่มีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรจึงต้องพึ่งพามุคคนในครอบครัว โดยเฉพาะช่วง 2-8 สัปดาห์แรก

## ด้านการบริหารการพยาบาล

1. ควรมีการบริหารจัดการให้มีนโยบายการบริการสุขภาพ โดยให้บุคคลในครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแล และให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรในระลอกหลังคลอดสำหรับมารดาวัยรุ่น เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า บุคคลในครอบครัวที่มารดาวัยรุ่นอาศัยอยู่จะเป็นบุคคลที่จะคอยให้การช่วยเหลือและสนับสนุนมารดาวัยรุ่นจนสามารถเลี้ยงบุตร และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างราบรื่น

2. ควรมีการบริหารจัดการสนับสนุนให้มีสถานที่เฉพาะในการให้คำปรึกษา หรือคำแนะนำ สำหรับมารดาวัยรุ่นแบบกลุ่ม เช่น เพื่อนช่วยเพื่อน เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า เมื่อมารดาวัยรุ่นพบเจอกับสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจจนเกิดเป็นความเครียด มารดาวัยรุ่นจะเลือกใช้วิธีปรึกษาเพื่อนเพื่อจัดการความเครียดที่เกิดขึ้น

3. ควรมีการบริหารจัดการตั้งหน่วยประสานงาน เพื่อให้ความช่วยเหลือด้านอาชีพและการศึกษาต่อสำหรับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดและสามี ณ หน่วยบริการสุขภาพในชุมชน เพื่อความสะดวกในการเข้าถึงบริการ

## ด้านการศึกษาการพยาบาล

1. ควรจัดการเรียนการสอนให้นักศึกษาเข้าใจแนวทางการประเมินการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดหลายด้าน ได้แก่ วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป การสร้างสมดุลชีวิต และการวางแผนอนาคต เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการพยาบาล เพื่อช่วยเหลือและสนับสนุนให้มารดาวัยรุ่นสามารถดำเนินชีวิตหลังคลอดได้อย่างราบรื่นเป็นปกติสุข

2. ควรแนะนำให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของการประเมินปัจจัย หรือบุคคลที่ช่วยสนับสนุนการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดสำหรับการเลี้ยงบุตรต่อไป

## ด้านวิจัยทางการพยาบาล

จากผลการศึกษาในครั้งนี้ควรมีการวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสร้างสมดุลชีวิต รวมถึงปัจจัยส่งเสริมและอุปสรรคในการสร้างสมดุลชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานที่สำคัญและเป็นแนวทางของพยาบาลและทีมสุขภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

- กิตติพัฒน์ นนทปัทมะคุลย์. (2546). *การวิจัยเชิงคุณภาพในสวัสดิการสังคม: แนวคิดและวิธีวิจัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กชภัท วงศ์ทองเกื้อ. (2554). *ความวิตกกังวลหลังคลอดของมารดาวัยรุ่นที่คลอดบุตรคนแรก*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- กฤตภัค สมหอม. (2553). *ภาวะซึมเศร้าในมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- ขวัญตา ตุ่มหิรัญ, และจิตตินันท์ เดชะคุปต์. (2553). *สภาพการดำเนินชีวิตครอบครัวพ่อแม่วัยรุ่นและบริการทางสังคมสำหรับครอบครัว*. เอกสารนำเสนอในการประชุมเรื่องวิชาการครอบครัวศึกษา ปี 2553, กรุงเทพมหานคร, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- จินตนา วัชรสินธุ์. (2550). *ทฤษฎีการพยาบาลครอบครัวขั้นสูง*. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- ณัฐกานต์ บุญนนท์. (2550). *รูปแบบการดำเนินชีวิต และพฤติกรรมกรเปิดรับสื่อทางอินเทอร์เน็ตของกลุ่มวัยรุ่นในเขตอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- ทวิทรัพย์ ฝาใต้, ณัฐวุฒิ แดงประเสริฐ, และเกษวิดี ชมชายผล. (2553). *ความเครียดและการจัดการความเครียดของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร). ค้นจาก <http://cph.snru.ac.th>
- ทวิศักดิ์ นพเกษร. (2555). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ เล่ม 2 (ฉบับปรับปรุง)*. นครราชสีมา: อินดี้อาร์ต.
- ธันวารุจน์ บุรณสุขสกุล. *พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น*. [Internet] พ.ศ. 2549 [วันที่อ้างอิง 30 กรกฎาคม 2557]. Available from: URL: [http://www.smartteen.net/main/\\_admin/download/4-30-1387795341.pdf](http://www.smartteen.net/main/_admin/download/4-30-1387795341.pdf)
- นภัสนันท์ สุขเกษม. (2552). *การดำรงบทบาทมารดาและภาวะซึมเศร้าหลังคลอด*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- นิริรัตน์ บุญตานนท์, และภัสสราน รารักษ์. (2555). *หยุดการตั้งครรภ์วัยรุ่น เรื่องยากที่ต้องช่วยกัน [อิเล็กทรอนิกส์]. เพื่อนสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 5, 6(2), 1-8.*
- นิตา ชูโต. (2551). *การวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพมหานคร: พรินต์โพร.

- เนตรชนก แก้วจันทา. (2555). ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นนั้ตั้งครรรค์: ปัจจัย ผลกระทบ และการป้องกัน. *วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ*, 35(1), 83-90.
- นงศ์ลักษณ์ สายคำแต่ง. (2551). *ประสบการณ์และความต้องการของมารดาวัยรุ่น เขตนอกเมือง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- บุญมี ภูด่านจัว, วรณี เดียววิเศษ, และกนกนุช ชื่นเลิศกุล. (2556). ตัวตนใหม่: ประสบการณ์ การเป็นมารดาของนักเรียนที่ตั้งครรรค์โดยไม่ตั้งใจ. *วารสารสภาการพยาบาล*, 28(2), 58-74.
- บุญย้ง มานะบริบูรณ์. (2553). การตั้งครรรค์ในวัยรุ่น: บทบาทของผู้ให้บริการทางสุขภาพ. ใน *วิทยานิพนธ์, บุญย้ง มานะบริบูรณ์ และธราธิป โคละทัต (บรรณาธิการ), วัยรุ่นตั้งครรรค์และทารกเกิดก่อนกำหนด: ปัญหาที่ท้าทาย* (หน้า 113-118). กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- ประไพวรรณ ด่านประดิษฐ์, และวิไลตาปะสี. *สาระนั้รู้รักในวัยเรียน*. [Internet] พ.ศ. 2556 [วันที่อ้างอิง 30 กรกฎาคม 2557]. Available from URL: [http://nurse.nu.ac.th/system/20140706151537\\_db71d1daf7e35f4688299ac61439195epdf](http://nurse.nu.ac.th/system/20140706151537_db71d1daf7e35f4688299ac61439195epdf)
- ปราชญาดี ยมานันต์กุล. (2551). การพยาบาลมารดาหลังคลอด. ใน *มนิกรณ์ โสมานุสรณ์ (บรรณาธิการ), การพยาบาลสูติศาสตร์ เล่ม 2 (พิมพ์ครั้งที่ 7, หน้า 171-205)*. นนทบุรี: ยุทธรินทร์.
- พนม พงษ์ไพบูลย์. *การศึกษา คือ ปัจจัยที่ห้าของชีวิต*. [Internet] พ.ศ. 2543 [วันที่อ้างอิง 12 สิงหาคม 2557]. Available from URL: <http://www.moe.go.th/web-panom/article-panom/article10.htm>
- พรรณพิไล ศรีอาภรณ์. (2537). *การพยาบาลครอบครัววิกฤต: การตั้งครรรค์ในวัยรุ่น*. เชียงใหม่: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พร้อมจิตร ห่อนบุญheim. (2553). *ทฤษฎีการพยาบาลของโอเร็ม: แนวคิดและการประยุกต์ในการพยาบาลสูติศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. มหาสารคาม: อภิชาธิการพิมพ์.
- เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย. (2550). *หลักการและการใช้วิจัยเชิงคุณภาพสำหรับทางการพยาบาลและสุขภาพ*. สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- เพ็ญนภา ภัคดีวงศ์. (2549). การดำรงบทบาทมารดา: แนวคิดทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. *Thai Journal of Nursing Council*, 21(3), 12-19.
- ภานุวัฒน์ กองราช. (2554). *การศึกษาพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของวัยรุ่นในประเทศไทย : กรณีศึกษา facebook*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์). ค้นจาก <http://digi.library.tu.ac.th/thesis/it/1042/title-biography.pdf>
- มยุรี นภาพรรณสกุล, ลดาวัลย์ ประทีปชัยกูร, สุนุดตรา ตะบูนพงศ์, และบุษกร พันธุ์เมธาฤทธิ. (2550). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงบทบาทการเป็นมารดา. *สงขลานครินทร์เวชสาร*, 25(1), 1-8.

- มาลี เกื้อนพกุล. (2554). Teenage Pregnancy. ในเอกชัย โควาวิสารัช, ปัทมา พรหมสนธิ และ บุญศรี จันทร์รัชชกุล (บรรณาธิการ), *การตั้งครรภ์ในมารดาวัยเสี่ยง* (หน้า 35-54). กรุงเทพมหานคร: ยูเนี่ยน ศรีเอชัน.
- รุจา ภูไพบูลย์. (2541). *การพยาบาลครอบครัว : แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้*. กรุงเทพมหานคร: วี เจ พรินต์ติ้ง.
- รุจิราภรณ์ ชินวงศ์วัฒนา. (2552). *สภาพการดำเนินชีวิต ปัจจัยการดำเนินชีวิต และทัศนคติต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนในเขตเมืองกับเขตชานเมือง : กรณีศึกษา เขตคลองเตย และ เขตพุทธมณฑล กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- เรณู พุกบุญมี. (2543). ทฤษฎีการเปลี่ยนผ่าน. ในสมจิตร หนูเจริญกุล (บรรณาธิการ), *การพยาบาล: ศาสตร์ของการปฏิบัติ* (หน้า 161-172). กรุงเทพมหานคร: วี. เจ. พรินต์ติ้ง.
- วาทินีย์ วิชัยยา. (2555). “แม่วัยรุ่น” : *ประสบการณ์ชีวิต และเพศภาวะ*. เอกสารนำเสนอในการประชุมเรื่องเครือข่ายวิชาการบัณฑิตศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 1, กรุงเทพมหานคร, คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิทยา ธิฐาพันธ์. (2553). ผลกระทบต่อมารดาจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: บทบาทของผู้ให้บริการทางสุขภาพ. ในวิทยา ธิฐาพันธ์, บุญยิ่ง มานะบริบูรณ์ และธราธิป โคละทัต (บรรณาธิการ), *วัยรุ่นตั้งครรภ์และทารกเกิดก่อนกำหนด... ปัญหาที่ท้าทาย* (หน้า 113-118). กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- วิลาวณิชย์ กล้าแรง. (2554). แนวคิดและหลักการพยาบาลมารดา ทารก และครอบครัว. ในวรรณรัตน์ จงเจริญยานนท์ (บรรณาธิการ), *การพยาบาลสูติศาสตร์ เล่ม 1* (พิมพ์ครั้งที่ 10, หน้า 1-62). นนทบุรี: ยุทธรินทร์.
- วีริภรณ์ ชัยเศรษฐสัมพันธ์. (2551). การทบทวนงานวิจัยทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้องกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในประเทศไทย ระหว่าง พ.ศ. 2538-2548. *การพยาบาลและการศึกษา*, 1(1), 44-49.
- วรรณวิมล ภิญโญสุกสิทธิ์. (2547). *การศึกษาและพัฒนากาการใช้ชีวิตของนักศึกษาวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- ศศิธร ลิมคำ. (2553). *ประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยในวัยรุ่นหญิง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).



- ศศิพันธ์ พันธุ์สุวรรณ, พัชรินทร์ สัจจาลย์, อิชยา มอญแดง, และพัชรินทร์ ไชยบาล. (2556). ประสบการณ์หลังตั้งครรภ์วัยรุ่นที่ไม่ได้แต่งงานในภาคเหนือตอนบน. *พยาบาลสงขลานครินทร์*, 33(3), 17-34.
- ศิริพันธ์ กิตติสุขสถิต, นพวรรณ มาดารัตน์, วาที สิทธิ, แครี ริคเตอร์, และอุไรวรรณ คะนิงสุขเกษม. (2554). หนูยังไม่อยากเป็นแม่: เส้นทางชีวิตที่น่าห่วงใยของแม่วัยเด็กในสังคมไทย. *ประชากรและสังคม*, Retrieved from <http://www.teenpath.net/data/r-research/00008/tpfile/00001.pdf>
- ศิริรัตน์ โกศลวัฒน์. (2548). *มโนทัศน์พื้นฐานทางการพยาบาล*. สงขลา: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ศิริพร จิรวัดณ์กุล. (2555). *การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล: ระเบียบวิธีวิจัยและกรณีศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: เอเชียเพรส.
- ศิริภัตสร วงศ์ทองดี. *การสร้างสมดุลระหว่างชีวิตกับการทำงาน*. [Internet] พ.ศ. 2552 [วันที่อ้างอิง 15 สิงหาคม 2557]. Available from: URL: [www.dla.go.th/work/kpinow/7ebook/pdf/2554/worklife.pdf](http://www.dla.go.th/work/kpinow/7ebook/pdf/2554/worklife.pdf)
- ศิริวัน จักรอิสราพงศ์. (2548). *รูปแบบการดำเนินชีวิตของเกษตรกรในจังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน พะเยาและเชียงราย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- ศุภมาส ไชยพัฒน์, ประไพวรรณ ค่านประดิษฐ์, และนิษณา สิงหาคำ. (2552). การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ในจังหวัดพิจิตร. *วารสารโรงพยาบาลพิจิตร*, 24(1), 41-53.
- ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและสื่อสาร สำนักปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2555). *สถานะการมีบุตรของวัยรุ่นไทย พ.ศ. 2554*. กรุงเทพมหานคร: สำนักปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- ศรีเพ็ญ ดันติเวสส, ทรงยศ พิลาสันต์, อินทิรา ยมาภัย, ตีระวัฒนานนท์, ชลัญชร โยธาสมุทร, อภิญญา มัดเดช, และวณัฐจรัส เองมหัสสกุล. (2556). *สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทย 2556*. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
- สุกัญญา สมานเพื่อน. (2551). *การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมชนบท: กรณีศึกษาอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- สุจิตรา ชัยวุฒิ. (2554). การส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างมารดา ครอบครัวยุคใหม่ และทารก. ในอภิรัช อินทรานุกร ฌ อุษยา (บรรณาธิการ), *ความรู้เบื้องต้นการพยาบาลผดุงครรภ์ เล่ม 2* (พิมพ์ครั้งที่ 1, หน้า 207-228). เชียงใหม่: คลองช่าง พรินต์ติ้ง.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ และกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย. (2556). *แม่วัยใสความท้าทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร: แอดวานซ์ พรินต์ติ้ง เซอร์วิส.

- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2554). รายงานสถานการณ์การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรปี 2551 – 2554. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- สุปราณี สิทธิกันต์. (2545). การปฏิบัติพัฒนกิจของมารดาหลังคลอด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- สุพัตรา อักษรรัตน์. (2549). โครงสร้างและหน้าที่ครอบครัวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- สุพรรณิ สุ่มเล็ก. (2543). รูปแบบเชิงสาเหตุของความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาเป็นครั้งแรก. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 23(1), 1-16.
- สุกรี สุวรรณจุฑา. (2547). Adolescent Health Care Development: Past, Present and Future. ในพัฒน์ มหาโชคเลิศวัฒนา, สุวรรณ เรื่องกาญจนเศรษฐ์, วิฐารณ บุญสิทธิ และวิโรจน์ อารีย์กุล (บรรณาธิการ), *กลยุทธ์การดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ "วัยรุ่น"*. กรุงเทพมหานคร: ชัยเจริญ.
- สมจิตร เมืองพิล. (2552). ประสบการณ์การเป็นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่ไม่ได้แต่งงานในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ประเทศไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- สมใจ พุทธาพิทักษ์ผล. (2547). ประสบการณ์ชีวิตมารดาวัยรุ่นที่ไม่ได้วางแผนการตั้งครรภ์: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา. *วารสารพยาบาล มสช*, 1(1), 53-63.
- เสาวคนธ์ พนมเริงศักดิ์. (2550). การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอเมือง จังหวัดเลย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). ค้นจาก โครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย (ThaiLIS-Thai Library Integrated System).
- อารีย์วรรณ อ่วมตานี. (2549). การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชาน ดนย่าหมัด, และเกษตรชัย และหิม. (พฤษภาคม 2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและการจัดการความเครียดของนักเรียนโรงเรียนเอกชนศาสนาอิสลามในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. เอกสารนำเสนอในการประชุมเรื่องการวิจัยเพื่อพัฒนาสังคมไทย, สงขลา, มหาวิทยาลัยหาดใหญ่.
- Amphai, S. (2007). *Personal factors, maternal role adaptation and postpartum depression in primiparous adolescent mothers* (Master's thesis). Available form ThaiLIS-Thai Library Integrated System.

- Campos, A. C. S., Barbieri, M., Torloni, M. R., & Guazzelli, C. A. F. (2012). Does motherhood affect the quality of life of adolescents?. *Pediatric and Adolescent Gynecology*, 25, 380-383.
- Chaisawan, K., Serisathein, Y., Yusamran, C., & Vongsirimas, N. (2011). Factors predicting postpartum depression in adolescent mothers. *Journal of Nursing Science*, 29(4), 61-69.
- Craig, K. R., & Biro, F. M. (2011). Normal pubertal physical growth and development. In Fisher, M. M., Alderman, E. M., Kreipe, R. K. & Rosenfeld (Eds.). *Textbook Adolescent Health Care* (pp. 23-31). Washington: The Donohue group.
- Devito, J. (2010). How adolescent mothers feel about becoming a parent. *The Journal of Perinatal Education*, 19(2), 25-34.
- Easterbrooks, M. A., Chaudhuri, J. H., Bartlett, J. D., & Copeman, A. (2011). Resilience in parenting among young mothers: family and ecological risks and opportunities. *Children and Youth Services Review*, 33, 42-51.
- Elo, S., & Kyngas, H. (2007). The qualitative content analysis process. *Jan Research Methodology*, 107-115.
- Holgate, H., & Evans, R. (2006). Sexuality and young motherhood. In H. S. Holgate, R. Evans & F. K. O. Yuen (Eds.), *Teenage pregnancy and parenthood* (pp. 1-24). New York: Madison Ave.
- House, J.S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, Massachusetts: Addison Wesley.
- Lambert, V. A., & Lambert, C. E. (2012). Editorial: qualitative descriptive research: an acceptable design. *Pacific Rim International Journal Nursing Research*, 16(4), 255-256.
- Lincoln, S. Y., & Guba, G. E. (1985). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park: SAGE.
- Muangpin, S., Tiansawad, S., Kantaruksa, K., Yimyam, S., & Vonderheid, S. C. (2010). Northeastern Thai adolescents' perceptions of being unmarried and pregnant. *Pacific Rim International Journal Nursing Research*, 14(2), 149-161.
- Mulekar, M. S., Jezek, K., & Fruh, S. M. (2012). chapter 4 qualitative research. Retrieved from [http://samples.jbpub.com/9781449624064/Brown\\_Sample\\_Chapter\\_4.pdf](http://samples.jbpub.com/9781449624064/Brown_Sample_Chapter_4.pdf)
- Masusai, P. (2004). *Daily hassles and maternal role adaptation in primiparous adolescent mothers* (Master's thesis). Available from ThaiLIS-Thai Library Integrated System.
- Mercer, R. T. (1981). A theoretical framework for studying factor that impact on the maternal role. *Nursing Research*, 30(2), 73-77.
- Mercer, R. T. (1985). The process of maternal role attainment over the first year. *Nursing Research*, 34(4), 198-204.

- Mngadi, P. T., Zwane, I. T., Ahlberg, B. M., & Ransjo-Arvidson, A. (2003). Family and community support to adolescent mothers in Swaziland. *Journal of Advanced Nursing*, 43(2), 137-144.
- Phipps, M. G., Salak, J. R., Nunes, A. P., & Rosengard, C. (2011). Career aspirations and pregnancy intentions in pregnant teens. *Pediatric and Adolescent Gynecology*, 24, 11-15.
- Sabatini, C. L. (2003). *The meaning of the lived experience of adolescent pregnancy to women who gave birth during their teens: A phenomenological study* (Master's thesis). Available from ProQuest Dissertations and Theses database.
- Shaw, M., Lawlor, D. A., & Najman, J. M. (2006). Teenage children of teenage mothers: psychological, behavioural, and health outcome from an Australian prospective longitudinal study. *Social Science & Medicine*, 62, 2526-2539.
- Stevens-Simon, C., & Sheeder, J. (2011). Adolescent pregnancy. In Fisher, M. M., Alderman, E. M., Kreipe, R. K. & Rosenfeld (Eds.). *Textbook Adolescent Health Care* (pp. 506-517). Washington: The Donohue group.
- Stiles, A. S. (2005). Parenting needs and goals in adolescent mothers. *MCN*, 30(5), 327-333.
- Turney, H. M., Conway, P., Plummer, P., Adkins, S. E., Hudson, G. C., Mcleod, D. A., & Zafaroni, A. (2011). Exploring behavioral intention among young mothers. *Journal of Family Social Work*, 14, 298-310.
- Wei, W., & Yu, X. (2009). Study of coping-competence among unmarried pregnant young woman in three big cities in China. *Journal of Reproduction & Contraception*, 20(3), 183-194.
- World Health Organization. (2009). *Women and health : today's evidence tomorrow's agenda*. Geneva: WHO.

ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

## แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล

## ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

1. รหัส.....
2. อายุ.....ปี
3. ศาสนา
 

<input type="checkbox"/> พุทธ	<input type="checkbox"/> คริสต์
<input type="checkbox"/> อิสลาม	<input type="checkbox"/> อื่นๆ.....
4. ระดับการศึกษา
 

<input type="checkbox"/> ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6	<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนต้น
<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า	<input type="checkbox"/> อนุปริญญา/เทียบเท่า
<input type="checkbox"/> ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	<input type="checkbox"/> อื่นๆ.....
5. การศึกษาในปัจจุบัน (ถ้ามี).....
6. สถานภาพสมรส
 

<input type="checkbox"/> คู่	<input type="checkbox"/> โสด
<input type="checkbox"/> หม้าย	<input type="checkbox"/> หย่า/แยก
7. ลักษณะของครอบครัว
 

<input type="checkbox"/> เดี่ยว	<input type="checkbox"/> ขยาย จำนวนสมาชิก.....คน
---------------------------------	--
8. อาชีพของตนเอง
 

<input type="checkbox"/> ค้าขาย	<input type="checkbox"/> รับจ้าง
<input type="checkbox"/> พนักงานบริษัท	<input type="checkbox"/> เกษตรกรรม
<input type="checkbox"/> ธุรกิจส่วนตัว	<input type="checkbox"/> นักศึกษา
<input type="checkbox"/> ทำสวน	<input type="checkbox"/> อื่นๆ.....

## 9. อาชีพของสามี

- ( ) ค้าขาย ( ) รับจ้าง  
 ( ) พนักงานบริษัท ( ) เกษตรกรรม  
 ( ) ธุรกิจส่วนตัว ( ) นักศึกษา  
 ( ) ทำสวน ( ) อื่นๆ.....

## 10. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

- ( ) น้อยกว่า 5,000 บาท ( ) 5,000-10,000 บาท  
 ( ) 10,000-15,000 บาท ( ) 15,000-20,000 บาท  
 ( ) มากกว่า 20,000 บาท

## 11. ความเพียงพอของรายได้

- ( ) เพียงพอและไม่มีหนี้ ( ) เพียงพอแต่มีหนี้  
 ( ) ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้สิน ( ) ไม่เพียงพอและมีหนี้

## 12. การเลี้ยงบุตร

- ( ) เลี้ยงบุตรด้วยตนเอง  
 ( ) บุคคลอื่นระบุนุ.....เป็นผู้เลี้ยง เนื่องจาก.....

## 13. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

- ( ) เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา  
 ( ) เลี้ยงบุตรด้วยนมผสม เนื่องจาก.....  
 ( ) เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ร่วมกับนมผสม เนื่องจาก.....

## 14. การคุมกำเนิด

- ( ) คุมกำเนิด ระบุวิธี.....  
 ( ) ไม่คุมกำเนิด ระบุเหตุผล.....

## 15. ความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้.....

## 16. ประวัติการตั้งครรภ์

ตั้งครรภ์ครั้งที่..... ประวัติการแท้ง.....

การฝากครรภ์ ( ) ฝากครรภ์ ( ) ไม่ฝากครรภ์

ฝากครรภ์ครั้งแรกอายุครรภ์..... สัปดาห์ จำนวนครั้งของการฝากครรภ์.....ครั้ง

ฝากครรภ์ครบ 4 ครั้งตามเกณฑ์ ( ) ครบเกณฑ์ ( ) ไม่ครบเกณฑ์

ภาวะเสี่ยงขณะตั้งครรภ์.....

ความผิดปกติขณะตั้งครรภ์.....

## 17. ประวัติการคลอด

ชนิดของการคลอด ( ) ปกติ ( ) ผิดปกติ.....

ความผิดปกติในระยะหลังคลอด.....

## ส่วนที่ 2 ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร

1. ปัจจุบันบุตรอายุ.....เดือน/ปี

2. เพศของบุตร

( ) ชาย

( ) หญิง

3. น้ำหนักแรกคลอด.....กรัม

4. ความผิดปกติขณะอยู่ในครรภ์.....

5. ความผิดปกติในระยะคลอด.....

6. ความผิดปกติในระยะหลังคลอด.....

7. โรคประจำตัว.....

8. ภาวะสุขภาพในปัจจุบัน.....



### แนวคำถามในการสัมภาษณ์

1. โดยภาพรวมการดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรของคุณเป็นอย่างไร
2. คุณมีความรู้สึกต่อการดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรอย่างไร เพราะอะไร
3. การดำเนินชีวิตของคุณหลังการคลอดบุตรในแต่ละวัน คุณทำอะไรบ้าง อย่างไร
4. ภายหลังจากการคลอดบุตรคุณมีปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิตในด้านใดบ้าง เพราะอะไร
5. มีปัจจัยอะไรบ้างที่ช่วยสนับสนุนให้การดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรของคุณดีขึ้นหรือราบรื่นขึ้น อย่างไร เพราะอะไรจึงรู้สึกเช่นนั้น
6. คุณวางแผนการดำเนินชีวิตอนาคตของคุณไว้อย่างไรบ้าง เพราะอะไร
7. การดำเนินชีวิตหลังคลอดบุตรแตกต่างจากก่อนตั้งครรภ์และคลอดบุตรอย่างไรบ้าง มีผลกระทบอะไรกับคุณบ้าง คุณรู้สึกอย่างไร เพราะอะไร

## ภาคผนวก ข

### ใบพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล

สวัสดิ์ค๊ะ ดิฉันนางสาวชูดานัญญ์ ขุนเพชร เป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาผดุงครรภ์ (ภาคพิเศษ) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ กำลังทำวิจัยเรื่องการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรก เพื่อนำข้อมูลพื้นฐานที่ได้จากการศึกษาวิจัยเป็นแนวทางในการส่งเสริมการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรก

การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรกเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดบุตรคนแรก และท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการวิจัยในครั้งนี้ ดิฉันจึงมีความประสงค์ที่จะขอความสมัครใจจากท่านในการเข้าร่วมการศึกษาวิจัยดังกล่าว โดยท่านสามารถที่จะตกลงหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยได้ และเมื่อท่านตอบตกลงในการศึกษาวิจัยนี้แล้ว ดิฉันใคร่ขออนุญาตให้ท่านลงนามไว้เป็นหลักฐานหรือประสงค์จะไม่ลงนามแต่สมัครใจเข้าร่วมการศึกษาวิจัย และดิฉันขออนุญาตทำการสัมภาษณ์ท่านในสถานที่ที่ท่านสะดวกและมีความเป็นส่วนตัว การสัมภาษณ์ในแต่ละครั้งจะใช้เวลาระยะหนึ่งและจำนวนครั้งในการสัมภาษณ์ก็จะขึ้นอยู่กับความอึดตัวของข้อมูล โดยมีการบันทึกเสียงระหว่างการสัมภาษณ์ ในระหว่างการวิจัยใคร่ขอความร่วมมือท่านในการสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของท่านและบุตร นอกจากนี้ก็จะทำการสัมภาษณ์ในประเด็นคำถามที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตตามประสบการณ์และความรู้สึกของท่าน

ท่านมีสิทธิที่จะเลิกหรือออกจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้เมื่อใดก็ได้ตามความต้องการ โดยไม่มีผลกระทบต่อท่านหรือผู้เกี่ยวข้องสำหรับข้อมูลที่ได้จากการวิจัยทั้งหมดจะเก็บไว้เป็นความลับบันทึกเสียงจะถูกทำลายเมื่อการวิจัยสิ้นสุดลง การนำเสนอข้อมูลภายหลังการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวมและใช้เฉพาะงานวิจัยครั้งนี้เท่านั้น ซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์กับท่านและมารดาวัยรุ่นนหลังคลอดรายอื่น ในระหว่างการเก็บข้อมูลหากท่านเกิดข้อสงสัยใดๆ ท่านสามารถที่จะสอบถามจากผู้วิจัยได้ตลอดเวลาหรือติดต่อได้ที่เบอร์โทรศัพท์ 085-6406912 ดิฉันขอขอบพระคุณท่านที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้ค่ะ

นางสาวชูดานัญญ์ ขุนเพชร  
ผู้วิจัย

คำยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า.....ขอให้รับรองว่าได้อ่านคำอธิบายจากใบพินัยกรรม  
สิทธิของผู้ให้ข้อมูลหลักในการเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ทุกประการอย่างละเอียด และมีความยินดี  
เข้าร่วมโครงการวิจัยและให้ข้อมูลที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาตามความเป็นจริงทุกประการ

.....

( )

ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

(วัน/เดือน/ปี).....

.....

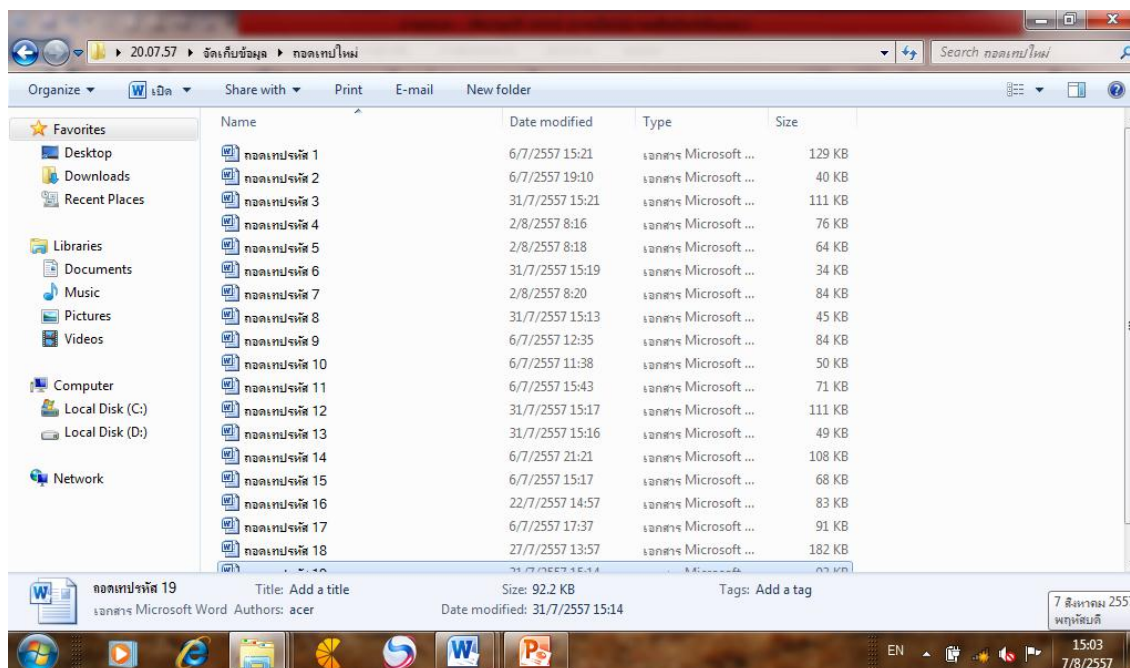
( )

ผู้ปกครอง

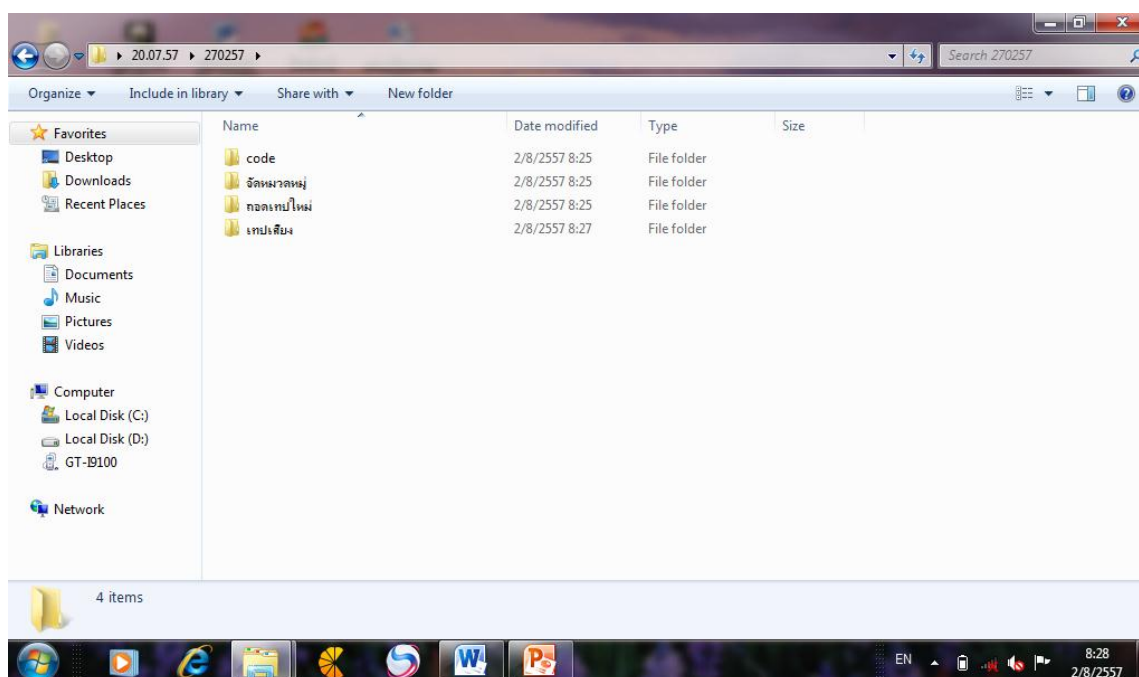
(วัน/เดือน/ปี).....



## ตัวอย่างการจัดเก็บข้อมูลการถอดเทปเสียง



## ตัวอย่างการจัดเก็บข้อมูลเป็นแฟ้มต่าง ๆ



2. ผู้วิจัยจะถอดเทปเสียงแบบคำต่อคำรายวัน เพื่อค้นหาข้อมูลที่ต้องทำการสัมภาษณ์เพิ่มเติมในครั้งต่อไป เพื่อสร้างความเชื่อถือได้ของข้อมูล

### ตัวอย่างการค้นหาข้อมูลเพื่อสัมภาษณ์ครั้งต่อไป

- 1 วันที่ 3 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 เวลา 10.50-11.13 น. รหัส 5 ครั้งที่ 1
- 2 ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
- 3 ผู้ให้ข้อมูล: ...
- 4 ผู้สัมภาษณ์: หลังมีลูกนิเป็นพันหรือมีมั่ง? <sup>①</sup> ที่ไม่ได้กินหรือไปทิ้ง? <sup>②</sup> เพราะไปทิ้งก็ไม่ได้กิน?
- 5 ผู้ให้ข้อมูล: ตอนแรกกะทำไม่ไค้เป็น พอหลังๆ มันกะขับไปเอง <sup>③</sup> เพาะกะไม่ระวังขับไปเอง?
- 6 ผู้สัมภาษณ์: แล้วตอนที่ทำไม่ค้อยเป็นนิเป็นพันหรือมีมั่ง <sup>④</sup> แล้วมันทำไปมั่งของนั้น?
- 7 ผู้ให้ข้อมูล: กะแม่ช่วยทุกอย่างตอนนั้น
- 8 ผู้สัมภาษณ์: แล้วรู้สึกพันหรือ
- 9 ผู้ให้ข้อมูล: กะหม้าย มันกะค้อยเป็นขึ้นไปเอง
- 10 ผู้สัมภาษณ์: แล้วพอหลังจากมีลูกนิ น้อยคิดว่าการใช้ชีวิตของน้องเป็นพันหรือมีมั่ง
- 11 ผู้ให้ข้อมูล: มันกะไม่เหมือนแถกก่อน มันพันหรืออะ เทียวกะเทียวไม่หรือยไหรพันเนี้ย พอนี้กะต้อง
- 12 หลบมาแถก มันเทียวไม่หรือยเหมือนแถกก่อน <sup>⑤</sup> ไม่ค้อยไปเทียวแถกในบัก? ในบัก 25.9
- 13 ผู้สัมภาษณ์: แล้วที่น้องไม่ได้เล่นมันรู้สึกพันหรือมีมั่ง <sup>⑥</sup> กะมันไปค้อยในบักหรืออะไร?
- 14 ผู้ให้ข้อมูล: มันกะไปพันหรือ มีอะไร แต่กะหม้าย ไม่หรือ ไหร <sup>⑦</sup> ค่ำค้อยไปค้อยกับใคร?
- 15 ผู้สัมภาษณ์: เพราะอะไรมันถึงทำให้น้องรู้สึกเบื้อ
- 16 ผู้ให้ข้อมูล: นี้กะบอกไม่ถูกกัน เพราะ ไปได้ซักเดียวแหละแต่กะต้องหลบมาให้ลูกกินนม <sup>⑧</sup> แล้วมันกินนมที่พันหรือ?
- 17 ผู้สัมภาษณ์: คิดว่าโดยภาพรวมการใช้ชีวิตของน้องหลังคลอดเป็นพันหรือ
- 18 ผู้ให้ข้อมูล: มันกะมีความสุขคืออะนะ เพราะว่ามันมีใจทองมาค้อยใจ (หัวเราะ) มันไม่รบกันแรง ทำ
- 19 ไหรมันกะได้นี้ถึงลูกมั่ง
- 20 ผู้สัมภาษณ์: เพราะอะไรระคะ ที่ทำให้เรามีความสุข
- 21 ผู้ให้ข้อมูล: เพราะ ลูกอะนะ <sup>⑨</sup> ลูกไอ้ไหนกะมีความสุขพันหรือมีมั่ง?
- 22 ผู้สัมภาษณ์: ที่ว่าไม่รบกันแรงนั้นพันหรือคะ
- 23 ผู้ให้ข้อมูล: กะว่า เทียวหยอกแล้วรบกันไหรพันเนี้ย
- 24 ผู้สัมภาษณ์: ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องไหรคะ
- 25 ผู้ให้ข้อมูล: (ทำเสียงเบาๆ) เล่นไป เล่นไฮโล (หัวเราะ) <sup>⑩</sup> ได้ค้อยไปค้อยกับใคร? <sup>⑪</sup> เล่นอะไร?
- 26 ผู้สัมภาษณ์: เค้าอะคะเล่น
- 27 ผู้ให้ข้อมูล: ทั้งคู่
- 28 ผู้สัมภาษณ์: แล้วรบกับใคร คำนเล่นทั้งคู่

ตัวอย่างการค้นหาข้อมูลเพื่อสัมภาษณ์ครั้งต่อไป (ต่อ)

- 1 วันที่ 31 เดือนตุลาคม พ.ศ. 2556 เวลา 12.15-12.30 น. รหัส 2 ครั้งที่ 1
- 2 ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
- 3 ผู้ให้ข้อมูล: ...
- 4 ผู้สัมภาษณ์: หลังคลอดคิดว่าโดยภาพรวมการใช้ชีวิตของน้องเป็นพื้นหรือมีง
- 5 ผู้ให้ข้อมูล: ะมันกะเหนื่อยมั่งมีลูก → เหนื่อยเรื่องไรหรือ ? → เพราะอะไรถึงเหนื่อย ?
- 6 ผู้สัมภาษณ์: เหนื่อยพื้นหรืออะคะ → เหนื่อยกับอะไร ? คิดว่าเหนื่อยเรื่องอะไรกันที่เหนื่อยอะ ?
- 7 ผู้ให้ข้อมูล: เพราะว่า เราจะต้องทำนู่นทำนี่ ถึงเวลาเค้าร้องจะต้องแบมมาเอาเค้า
- 8 ผู้สัมภาษณ์: นอกจากเหนื่อยเป็นพื้นหรือเหนื่อยง
- 9 ผู้ให้ข้อมูล: ะหม้ายแล้ว → ะรูปแสดงไว้ โดยทบทวนการใช้ชีวิตแล้วจากตอนก่อน
- 10 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องมีความรู้สึกพื้นหรือมีงต่อการใช้ชีวิตหลังคลอด
- 11 ผู้ให้ข้อมูล: ะมันกะบุก ไปอีกอย่างหนึ่ง คือมีความรับผิดชอบมากขึ้น → เหนื่อยพื้นหรืออะ ? เหนื่อยไรหรือ ?
- 12 ผู้สัมภาษณ์: เพราะอะไรน้องถึงรู้สึกสนุกคะ → สนุกเรื่องอะไรมั่ง พื้นหรือ ?
- 13 ผู้ให้ข้อมูล: คือมันไม่เงิบ เพราะว่า เห็นลูกแล้ว
- 14 ผู้สัมภาษณ์: ถึงน้องแต่งงานมานานแล้วหม้ายก่อนจะมีลูก
- 15 ผู้ให้ข้อมูล: ะประมาณปีหนึ่งได้ } อารมณ์: เหนื่อยแล้วในหัวของแม่
- 16 ผู้สัมภาษณ์: การใช้ชีวิตหลังคลอดให้ช่วยเล่าตั้งแต่ต้นเข้าถึงเข้าอนว่าน้องทำอะไรมั่งในแต่ละวัน
- 17 ผู้ให้ข้อมูล: คือ เตรียมอาหารของลูก → เตรียมของลูกทุกทีพื้นหรือ ทำตอนไหน ?
- 18 ผู้สัมภาษณ์: ตั้งแต่ต้นอะคะ ต้นปาดคะ
- 19 ผู้ให้ข้อมูล: ประมาณตีหกครึ่งอะคะ
- 20 ผู้สัมภาษณ์: ถูกก็ตื่นพร้อมกันหม้ายอะ
- 21 ผู้ให้ข้อมูล: บอกที่จะตื่นตีห้าเค้า แล้วทำของโน้นของนี่ตั้งไว้ให้เค้าคะ เตรียมน้ำเตรียมไฟให้พร้อม
- 22 เวลาอาบน้ำให้พร้อมนี่ → ตอนไรหรือ ที่ไหนหรือ ทำตอนไหน ?
- 23 ผู้สัมภาษณ์: แล้วทำอะไรต่อคะ
- 24 ผู้ให้ข้อมูล: พอเสร็จกะเตรียมตัวให้เค้านอน → ทำพื้นหรือ ตอนไหน ?
- 25 ผู้สัมภาษณ์: ถึงน้องมีเวลาได้ทำกิจวัตรของน้องช่วงไหนบ้างคะ
- 26 ผู้ให้ข้อมูล: ะมันบอกไม่ถูกเหมือนกัน → เหนื่อยกับอะไร ? เหนื่อยกับเรื่องไหน ? ทำตอนไหน ?
- 27 ผู้สัมภาษณ์: แล้วช่วงที่ไปตัดข้างละคะ
- 28 ผู้ให้ข้อมูล: ถ้าตัดข้างต้องตื่นแลกหัวรุ่ง แม่มารับช่วงหัวรุ่ง ไปกับสองคนกับลูก แพนตัดอยู่ประหลัง
- 29 บ้าน → หลังตื่นไปตัดหัวรุ่งกับใคร ?

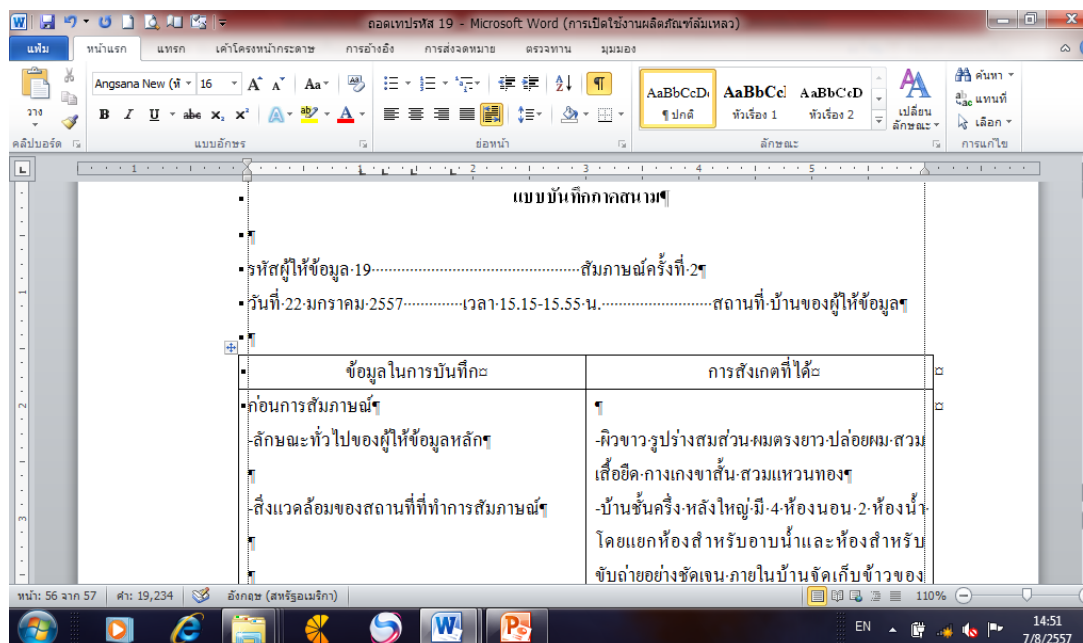
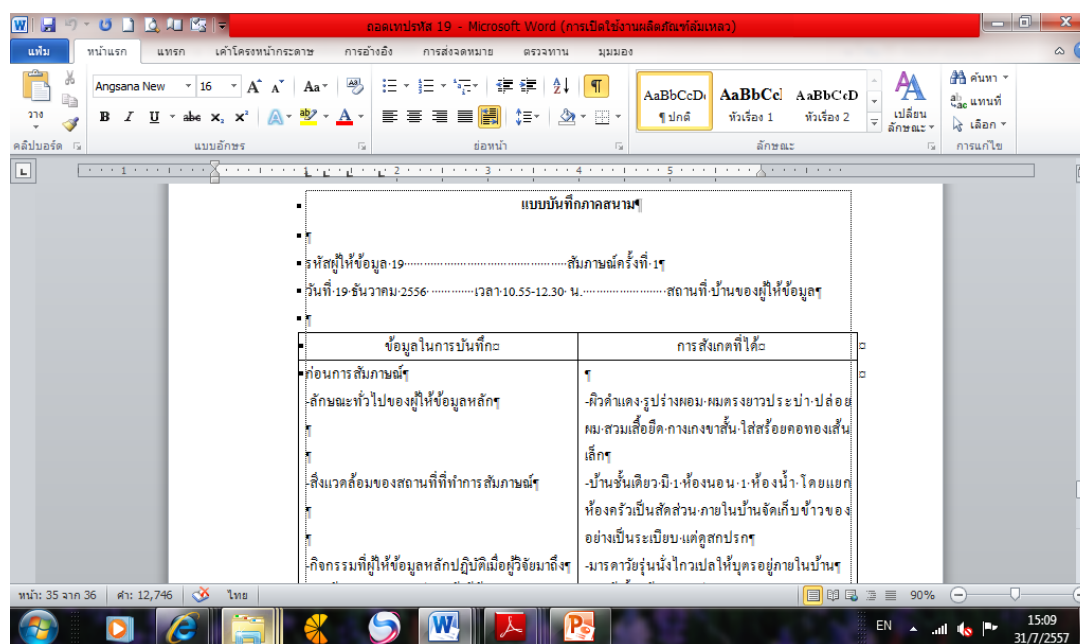
## ตัวอย่างการค้นหาข้อมูลเพื่อสัมภาษณ์ครั้งต่อไป (ต่อ)

- 1 วันที่ 13 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 เวลา 10.12-10.42 น. รหัส 9 ครั้งที่ 1
- 2 ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
- 3 ผู้ให้ข้อมูล: ...
- 4 ผู้สัมภาษณ์: โดยภาพรวมหลังจากที่เราได้ถูกนิ การใช้ชีวิตของน้องเป็นพันหรือมั่ง
- 5 ผู้ให้ข้อมูล: ะไม่ระอะ ะดิณะแคว ะคือว่า ไม่ได้ลำบากไหรอะนะ
- 6 ผู้สัมภาษณ์: เพราะอะไหรน้องถึงว่าดิ
- 7 ผู้ให้ข้อมูล: เพราะอะไหรน้องถึงไม่ยาก ถึงเหมือนกับว่าแลกนูเออเคยคิดว่า เออไม่รู้ดิเลี้ยงได้หม้าย ไอ้
- 8 ไหรพั้นนั้นแหละ เพราะอะไหรน้องถึงไม่นั้น ไอ้ไหร ไม่อ่อนแอไหร ะเลี้ยงได้ดิ+หาอะไรรองตัวดิ?
- 9 ผู้สัมภาษณ์: ไม่ลำบากพันหรืออะคะ
- 10 ผู้ให้ข้อมูล: ะว่าน้องเลี้ยงไม่ยากไหรพั้นนั้นแหละ ะว่าเมื่อกะไม่ขัดเท่าใด ในการแลกเปลี่ยนอะนะ
- 11 ผู้สัมภาษณ์: นอกเหนือจากนี้เรายังคิดว่า การใช้ชีวิตหลังที่เราได้ถูกมาเป็นพันหรือมั่ง
- 12 ผู้ให้ข้อมูล: ไม่ระอะ หม้ายแล้วนะ
- 13 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องรู้สึกพันหรือการการใช้ชีวิตหลังการมีลูกมั่ง
- 14 ผู้ให้ข้อมูล: ะรู้สึกพันหรืออะ ะมีความสุขกับน้องอั้นนะ เพราะอะไหรน้องไม่นั้นไหร ไม่ลำบากเหมือน
- 15 เด็กอั้นอั้นเข้าใจหม้าย บางคนมันเที่ยวมาไม่ครบไหรพั้นนั้นแะะ ไอ้ดิจะดิใจที่ว่า มันมาครบดิ เลี้ยงกะ
- 16 ไม่ยาก
- 17 ผู้สัมภาษณ์: นอกจากนี้อะคะยังรู้สึกพันหรือเหลยมั่ง
- 18 ผู้ให้ข้อมูล: มันกะไม่บ่าใจมั่ง พ่อเค้าแหละ ะพอนี้เค้าเชื่อมกับอั้นนะ ชอบอยู่กับเพื่อน ไหรพั้นนั้น
- 19 แะะชอบอยู่กับเพื่อนมากนั้น
- 20 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องรู้สึกพันหรือ
- 21 ผู้ให้ข้อมูล: ะมีดิอะแหละนะ บางทีกะว่า ดิไม่เลิกกันไปให้พัน ถึงกะพอนี้กะเห็นคุณมันเถ่า มันกะ
- 22 มันกะไม่อยู่ไหรพั้นนั้นแหละนะ พอมันกะไม่มีแล้ว อยู่กันไปกะว่าเห็นตุ๊ก ไหรพั้นนั้นแหละ แดกะ
- 23 เครียดมั่งอะนะ
- 24 ผู้สัมภาษณ์: พอเวลาเราเครียดดิเรากะไปพันหรืออะคะ
- 25 ผู้ให้ข้อมูล: ะถ้าว่าเวลาโกรธมันมากๆ เครียดกับมันกะให้มันไปก่อน ให้หายโกรธก่อนดิให้มันหลบ
- 26 มาไหรพั้นนี้
- 27 ผู้สัมภาษณ์: แล้วเค้าไปไหนอะ
- 28 ผู้ให้ข้อมูล: อยู่กับเพื่อนแหละที่บ้านเค้า
- 29 ผู้สัมภาษณ์: ะคือ เค้ากะมีบ้านอยู่ที่ไม่ไกลจากนี้ใช้หม้ายคะ

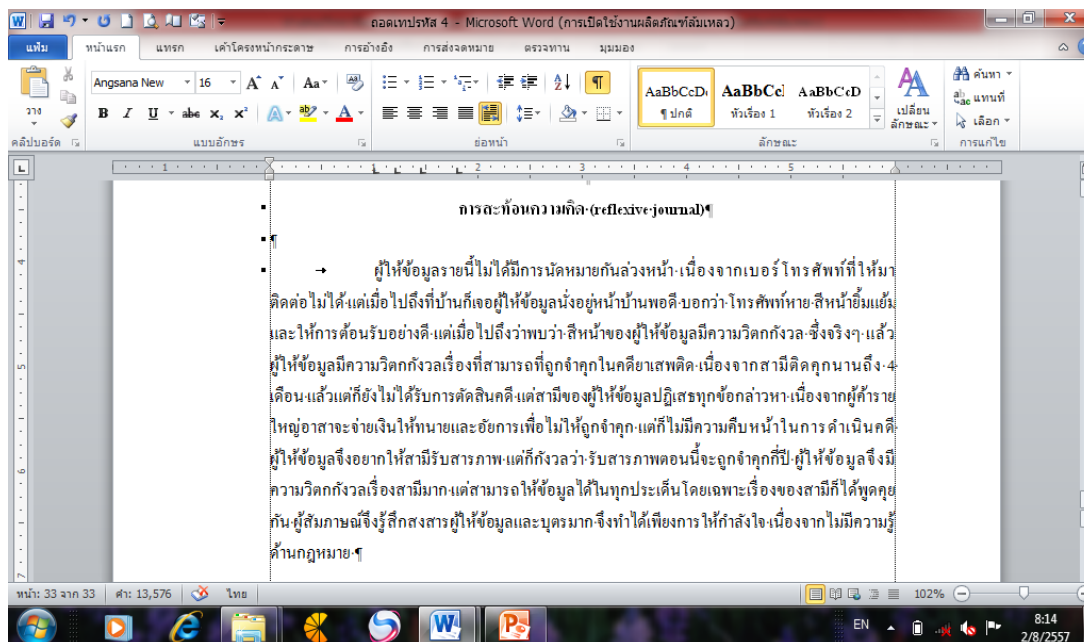
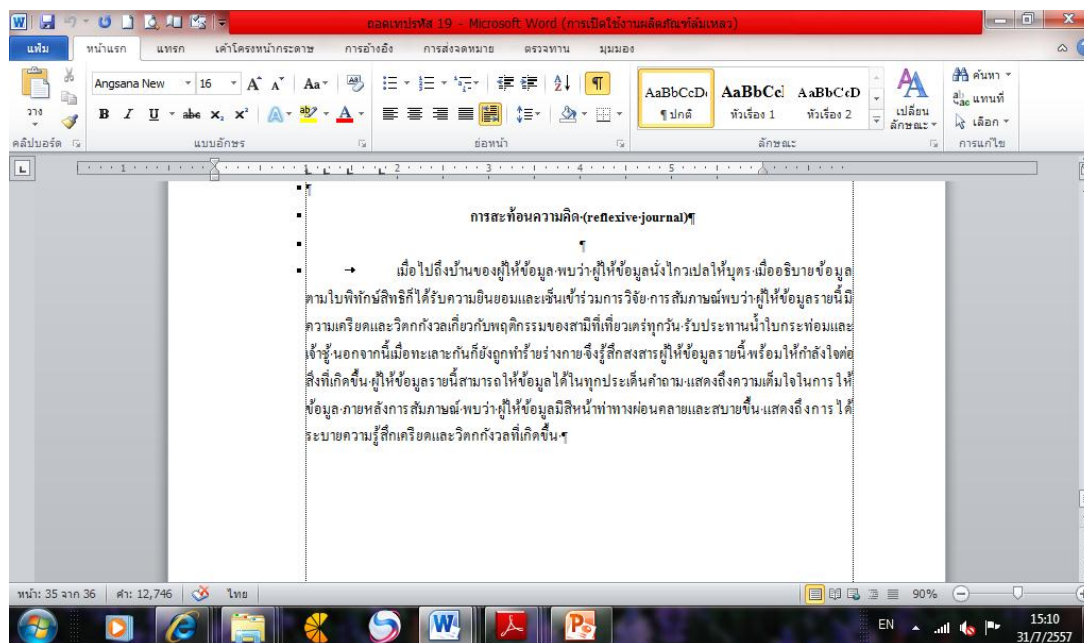


3. ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลทุกรายและทุกครั้งที่ทำ การสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะทำการบันทึกภาคสนาม และการสะท้อนความคิด เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงอคติในทุกขั้นตอนของการวิจัย

### ตัวอย่างการบันทึกภาคสนาม



## ตัวอย่างการสะท้อนความคิด



4. ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (ศิริพร, 2555) มีขั้นตอนดังนี้

4.1 ทบทวนวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่น เพื่อวางแนวทางการวิเคราะห์

4.2 อ่านบทสัมภาษณ์จากการถอดเทป เพื่อทำความเข้าใจข้อมูลที่ได้ หลังจากนั้นอ่านบทสัมภาษณ์ซ้ำเพื่อให้รหัส หรือกำหนดกรณี ซึ่งต้องคำนึงถึงวัตถุประสงค์และคำถามการวิจัย

### ตัวอย่างการให้รหัส หรือกำหนดกรณี

1	วันที่ 13 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 เวลา 14.58-15.15 น. รหัส 12 ครั้งที่ 1
2	ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
3	ผู้ให้ข้อมูล: ...
4	ผู้สัมภาษณ์: น้องเคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กทารกมาก่อนมั้ย
5	ผู้ให้ข้อมูล: มั้ย
6	ผู้สัมภาษณ์: แล้วช่วงแรกที่มีลูกนี่เป็นพันหรือมั่ง
7	ผู้ให้ข้อมูล: อะแม่ (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ช่วยดูแลตลอด
8	ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องแกลหรือทำไอ้ให้ให้ลูกเองมั่งมั้ย
9	ผู้ให้ข้อมูล: เพิ่งมาแกลช่วงสี่ห้าเดือนแล้วนี่ อานนี่ ไห่แม่ (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ทำให้เพ เพิ่งมาทำ
10	คอนจับตัวแล้วนี่
11	ผู้สัมภาษณ์: ไครจับตัว
12	ผู้ให้ข้อมูล: ลูก
13	ผู้สัมภาษณ์: ช่วงที่ไม่ได้ทำเองนั่นรู้สึกพันหรือมั่ง
14	ผู้ให้ข้อมูล: มั้ยไม่รู้สึกไห้
15	ผู้สัมภาษณ์: เพราะไอ้ไห้หรืออะคะ
16	ผู้ให้ข้อมูล: เพราะ แม่ (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ช่วยแกลอยู่
17	ผู้สัมภาษณ์: แล้วโดยภาพรวมหลังจากที่มีลูกนี่ คิดว่า การใช้ชีวิตของน้องเป็นพันหรือ
18	ผู้ให้ข้อมูล: (หัวเราะ)
19	ผู้สัมภาษณ์: ช่วยเล่าให้ได้ฟังได้มั้ยว่าพันหรือมั่ง
20	ผู้ให้ข้อมูล: หัวเราะ
21	ผู้สัมภาษณ์: เป็นพันหรือมั่ง
22	ผู้ให้ข้อมูล: อะมันเหมือนมัน ไม่เหมือนแต่แรกอั้น มันรู้สึกว่ เหนื่อยขึ้นพอมันถูก
23	ผู้สัมภาษณ์: เพราะไอ้ไห้หรืออะคะ
24	ผู้ให้ข้อมูล: (หัวเราะ) เพราะ ต้องแกลูก มันไม่เหมือนแต่แรกอั้น แต่แรกมันไม่มีแต่ตอนนี้มันมี (ลูก) มัน
25	ต้องรับผิดชอบมากขึ้น
26	ผู้สัมภาษณ์: แล้วก่อนนี่จะมีลูกนี่น้องทำไอ้ไห้หรืออยู่
27	ผู้ให้ข้อมูล: อะดัดขาง
28	ผู้สัมภาษณ์: ออ ไม่ได้เรียนแล้วอะคะ
29	ผู้ให้ข้อมูล: ออกแกลมอสามนุ

## ตัวอย่างการให้รหัส หรือกำหนดบรรณานุกรม (ต่อ)

- 1 วันที่ 31 เดือนตุลาคม พ.ศ. 2556 เวลา 12.15-12.30 น. รหัส 2 ครั้งที่ 1
- 2 ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
- 3 ผู้ให้ข้อมูล: ...
- 4 ผู้สัมภาษณ์: หลังคลอดคิดว่า โดยภาพรวมการใช้ชีวิตของน้องเป็นพันหรือมั่ง
- 5 ✓ ผู้ให้ข้อมูล: ะมันกะเหนื่อยมั่งมีลูก
- 6 ผู้สัมภาษณ์: เหนื่อยพันหรืออะคะ
- 7 ✓ ผู้ให้ข้อมูล: เพราะว่า เราจะต้องทำนู่นทำนี่ ถึงเวลาเค้า (บุตร) ร้องกะต้องเขมมาเอาเค้า (บุตร)
- 8 ผู้สัมภาษณ์: หมายถึงว่า เวลาทำไอ้ไหร่อยู่ พอถูกร้องกะต้องหยุดทำ และต้องมาที่ลูกทันที ใช่หม้ายคะ
- 9 ผู้ให้ข้อมูล: ค่ำ
- 10 ผู้สัมภาษณ์: นอกจากเหนื่อยเป็นพันหรือเพลมั่ง
- 11 ผู้ให้ข้อมูล: ะหม้ายแล้ว
- 12 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องมีความรู้สึกพันหรือมั่งต่อการใช้ชีวิตหลังคลอด
- 13 ✓ ผู้ให้ข้อมูล: ะมันกะหนักไปอีกอย่างหนึ่ง คือมีความรับผิดชอบมากขึ้น
- 14 ผู้สัมภาษณ์: เพราะอะไรน้องถึงรู้สึกหนักคะ
- 15 ✓ ผู้ให้ข้อมูล: คือมันไม่เจียบ เพราะว่า เห็นลูกแล้ว
- 16 ผู้สัมภาษณ์: ถึงน้องแต่งงานมานานแล้วหม้ายก่อนจะมีลูก
- 17 ผู้ให้ข้อมูล: ะประมาณปีหนึ่งได้
- 18 ผู้สัมภาษณ์: การใช้ชีวิตหลังคลอดช่วยให้ช่วยเหลือตั้งแต่ตั้งเค้าถึงเข้านอนว่าน้องทำอะไรหมั่งในแต่ละวัน
- 19 ผู้ให้ข้อมูล: คือเตรียมอาหารของลูก
- 20 ผู้สัมภาษณ์: ตั้งแต่นั้นอะคะ ตื่นปาดาคะ
- 21 ผู้ให้ข้อมูล: ประมาณตีหกครึ่งอะค้ำ
- 22 ผู้สัมภาษณ์: ลูกก็ตื่นพร้อมกันหม้ายคะ
- 23 ผู้ให้ข้อมูล: บางทีจะตื่นตีห้า แล้วทำของโน้นของนี่ตั้งไว้ให้เค้า (บุตร) ค่ำ เตรียมน้ำเตรียมไหร่ให้พร้อม
- 24 เวลาอาบน้ำให้พันเนี่ย
- 25 ผู้สัมภาษณ์: แล้วทำไอ้ไหร่อะคะ
- 26 ผู้ให้ข้อมูล: พอเสร็จกะเตรียมตัวให้เค้า (บุตร) นอน
- 27 ผู้สัมภาษณ์: ถึงน้องมีเวลาได้ทำกิจกรรมของน้องช่วงไหนบ้างคะ
- 28 ผู้ให้ข้อมูล: ะมันบอกไม่ถูกเหมือนกัน
- 29 ผู้สัมภาษณ์: เพราะไอ้ไหร่อะคะ

เหนื่อย ไปยัง  
กติกากัดเค็มๆ  
สิบอกรัดเค็มๆ  
พันหรือมั่งมีลูก

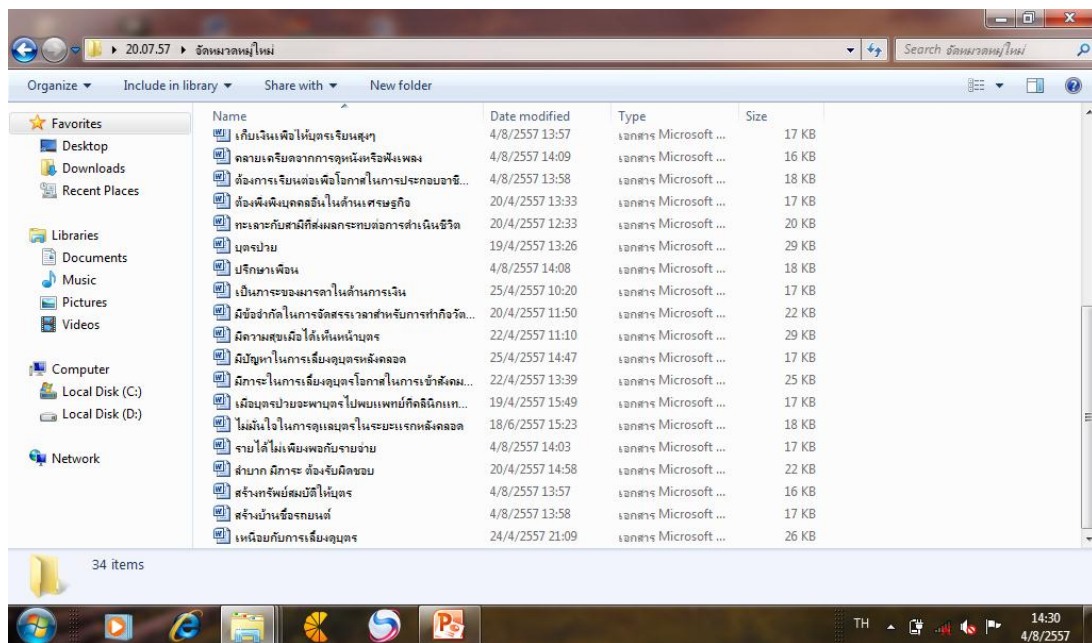
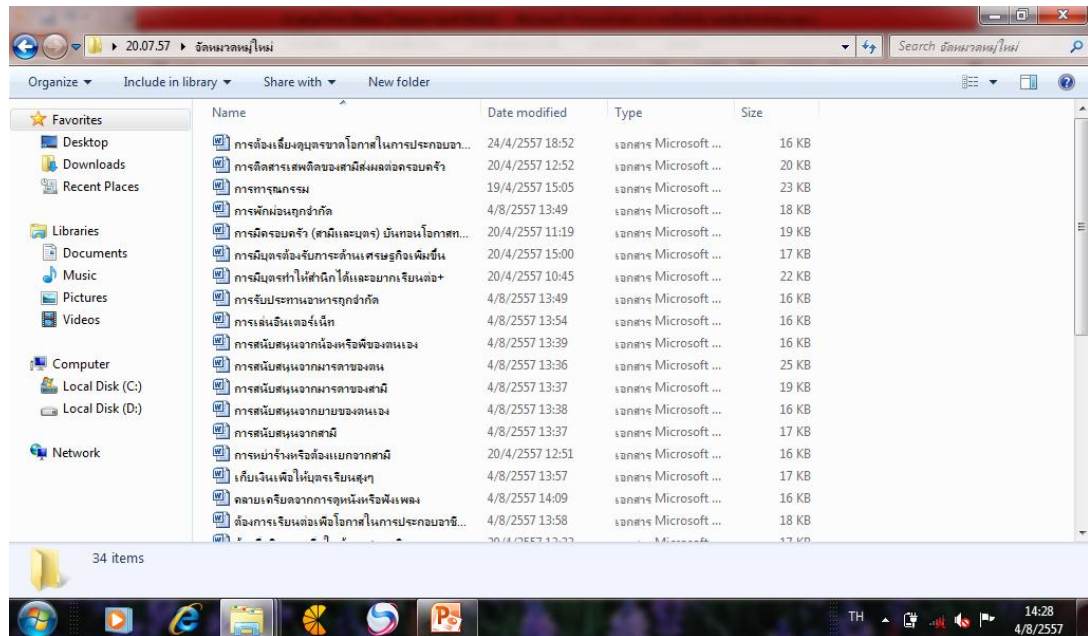
เตรียมการใน  
สินธุสิน

ไหร่

## ตัวอย่างการให้รหัส หรือกำหนดบรรณานุกรม (ต่อ)

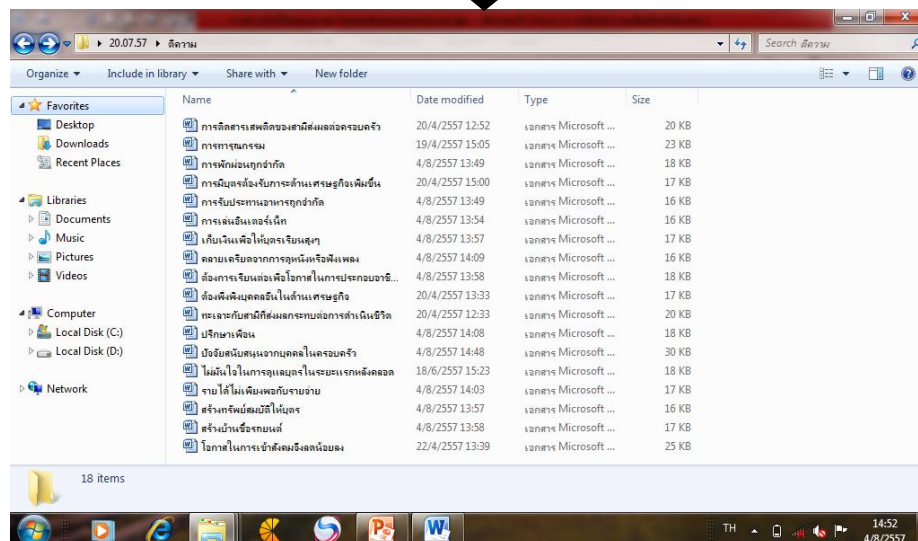
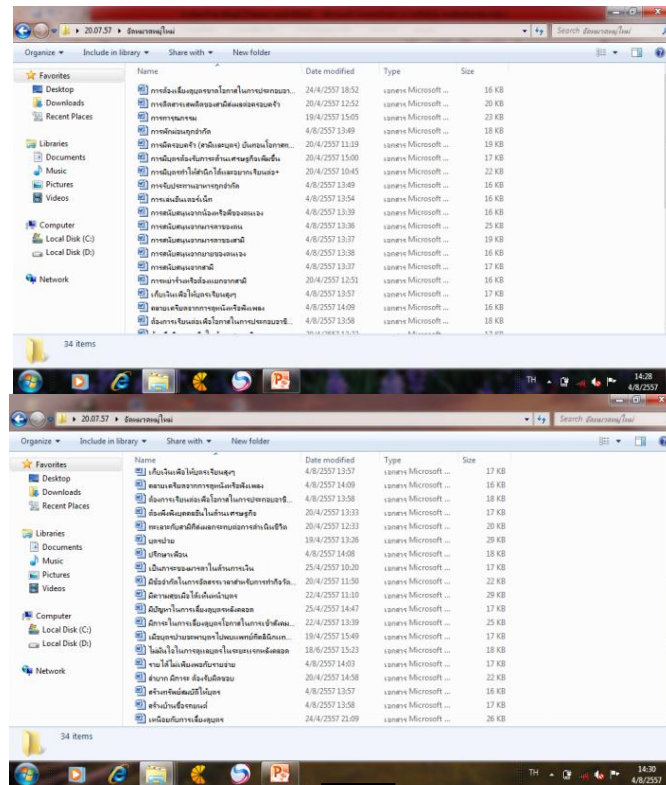
- 1 วันที่ 13 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2556 เวลา 10.12-10.42 น. รหัส 9 ครั้งที่ 1
- 2 ผู้สัมภาษณ์: ทักทาย... และพูดคุยเรื่องทั่วไป
- 3 ผู้ให้ข้อมูล: ...
- 4 ผู้สัมภาษณ์: โดยภาพรวมหลังจากที่เราได้ถามถึงการใช้ชีวิตของน้องเป็นพันหรือมั่ง
- 5 ผู้ให้ข้อมูล: อะไม่อะ อะคิดนะแต่ว่า อะคือว่า ไม่ได้ลำบากไหรอะนะ
- 6 ผู้สัมภาษณ์: เพราะไอ้ไหรน้องถึงว่าดี
- 7 ผู้ให้ข้อมูล: เพราะว่า น้องกะเลี้ยงไม่ยาก ถึงเหมือนกับว่าแลกนูเออเคยคิดว่า เออไม่รู้เลี้ยงได้หมาย ไอ้ไหรพันนั้นแหละ เพราะว่า นั้นน้องกะไม่นั้นไอ้ไหร ไม่อ่อนแอไหร กะเลี้ยงได้ดี
- 8
- 9 ผู้สัมภาษณ์: ไม่ลำบากนพันหรืออะคะ
- 10 ผู้ให้ข้อมูล: อะว่า น้อง (บุตร) เลี้ยงไม่ยากไหรพันนั้นแหละ อะว่าเขี่ยกะไม่ขัดเท่าใด ในการแลน้อง
- 11 (บุตร) อะนะ
- 12 ผู้สัมภาษณ์: นอกเหนือจากนี้เราขังคิดว่า การใช้ชีวิตหลังที่เราได้ถามมาเป็นพันหรือมั่ง
- 13 ผู้ให้ข้อมูล: ไม่อะอะ หมายแล้วนะ
- 14 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องรู้สึกพันหรือการใช้ชีวิตหลังการมีลูกมั่ง *มันดีใช้ทั้งทีเลยอะ... ซะใจดี*
- 15 ผู้ให้ข้อมูล: อะรู้สึกพันหรืออะ อะมีความสุขกับน้อง (บุตร) อันนะ เพราะว่า น้อง (บุตร) ไม้อั้นไหร ไม่
- 16 ลำบากเหมือนเด็กอื่นอันเข้าใจหมาย บางคนมันตีขยมาไม่ครบไหรพันนั้นนะ ไอ้นี้กะดีใจที่ว่า มันมา
- 17 ครบดี เลี้ยงกะไม่ยาก *ไปเลี้ยงดีที่กับที่พ่อแม่อยู่กับเพื่อน*
- 18 ผู้สัมภาษณ์: นอกจากนี้อะคะยังรู้สึกพันหรือหลวมมั่ง
- 19 ผู้ให้ข้อมูล: มันกะไม่บายใจมั่ง พ่อเค้า (สามี) แลอะ อะพอนี้เค้า (สามี) ที่ชวนกันอันนะ ชอบอยู่กับเพื่อน
- 20 ไหรพันนั้นแหละ ชอบอยู่กับเพื่อนมากนั้น *เดี๋ยว... (เสียงหัวเราะ)*
- 21 ผู้สัมภาษณ์: แล้วน้องรู้สึกพันหรือ
- 22 ผู้ให้ข้อมูล: อะมีโกรธแหละนะ บางทีกะว่าใครไม่เลิกกัน ไปให้พัน ถึงกะพอนี้กะเห็นคุณมัน (สามี) เค้า
- 23 มัน (สามี) อะ แม่มัน (มารดาของสามี) อะไม่อยู่ไหรพันนั้นแหละนะ พ่อมัน (บิดาของสามี) อะไม่มีแล้ว
- 24 อยู่กัน ไปกะว่าเห็นลูกไหรพันนั้นแหละ แต่กะเครียดมั่งอะนะ
- 25 ผู้สัมภาษณ์: เครียดเรื่องแฟนที่ชอบไปเที่ยวบ้านเพื่อน ชอบไปอยู่กับเพื่อนหมาย
- 26 ผู้ให้ข้อมูล: คำ
- 27 ผู้สัมภาษณ์: พอเวลาเราเครียดเราแก้ไขพันหรืออะคะ
- 28 ผู้ให้ข้อมูล: อะถ้าว่าเวลาโกรธมัน (สามี) มากๆ เครียดกับมัน (สามี) อะให้มัน (สามี) ไปก่อน ให้หายโกร
- 29 ธก่อนคอให้มัน (สามี) หลบมาไหรพันนี้

4.3 นำข้อความในบทสัมภาษณ์ที่ได้ให้รหัส หรือกำหนดบรรณานุกรม ไปจัดเก็บในแฟ้มเอกสารภายในคอมพิวเตอร์ โดยบันทึกชื่อที่ง่ายต่อการเข้าใจและสามารถค้นหาข้อมูลได้สะดวก

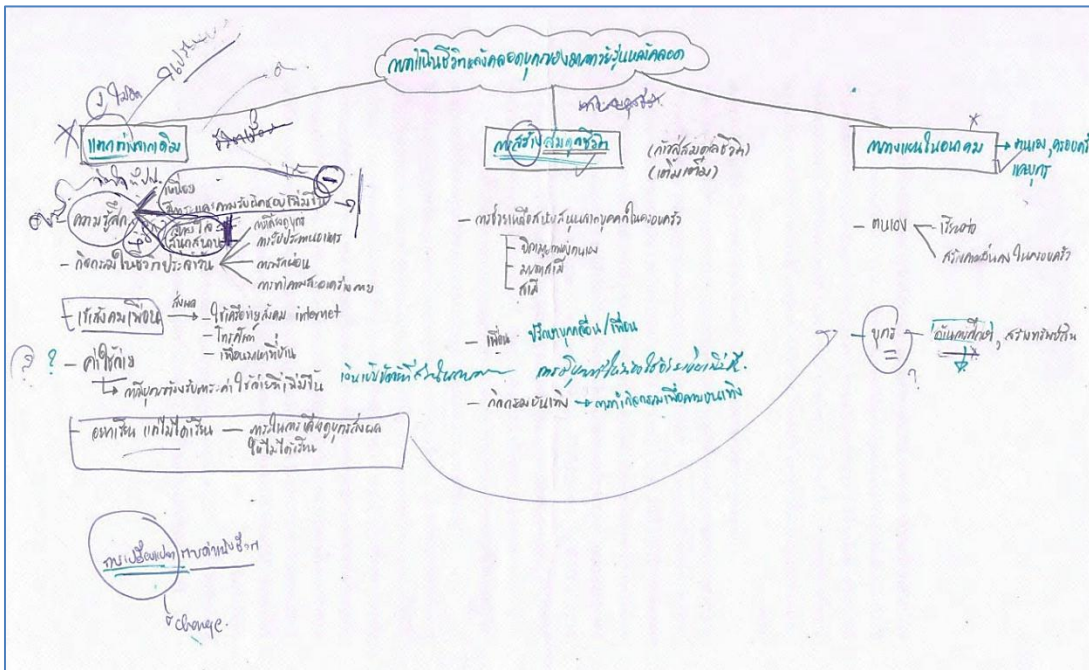
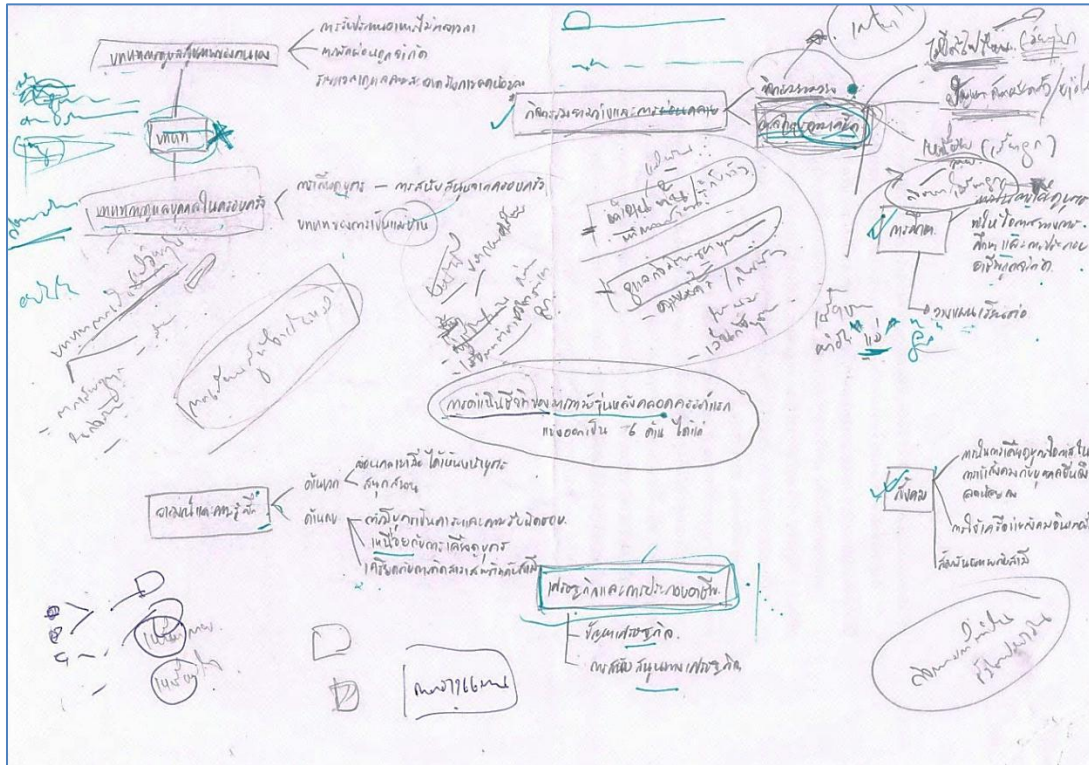


## 4.4 นำข้อมูลที่ปรากฏจากการให้รหัส หรือกำหนดครรชนีมาอ่านซ้ำเพื่อหาความเชื่อมโยงและความสัมพันธ์ภายใต้คำถาม หรือวัตถุประสงค์การวิจัยจนได้ข้อมูลที่เป็นข้อสรุปย่อ

### ตัวอย่างการตีความ



### 4.5 นำข้อมูลที่เป็นข้อสรุปย่อยมาสร้างข้อสรุปใหม่ที่เป็นคำตอบของคำถามการวิจัย





กรณีในเชิงกฎหมายที่ระบุในคดีอาญา

วิถีชีวิตเปลี่ยนแปลงไป	ทรัพย์สินสูญหาย	นางนงนอหงอก
ความงุนงง (กรณีคดีอาญาที่เปลี่ยนแปลงไป)	ทรัพย์สินสูญหายจากบุคคลใดคนหนึ่ง	ทรัพย์สินสูญหาย
ลักษณะประจำวัน	ทรัพย์สินสูญหาย/หาย	ทรัพย์สินสูญหาย
สิ่งของชิ้น	ทรัพย์สินสูญหายที่หาย	- ทรัพย์สินหาย
สาระสำคัญ (เกี่ยวข้องกับคดีอาญา)		- กรณีทรัพย์สินหาย
		- กรณีทรัพย์สินหาย

4.6 หลังจากนั้นนำข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับข้อสรุปนั้น ๆ มาจัดเก็บให้เรียบร้อย เพื่อสะดวกต่อการยืนยันข้อมูล

วิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป

กิจวัตรประจำวัน

การรับประทานอาหารไม่ตรงเวลา

บางทีวันเที่ยง (ตอนเที่ยง) ไม่ได้กิน บางทีหัวเช้า (ตอนเช้า) ก็กินเลยไปแต่ (ใกล้) เที่ยง... ถ้าถูกไม่หลับก็ต้องให้ลูกหลับก่อน(รหัส14-1, L240-245)

กินข้าวก็ต้องให้ลูกนอนก่อน ต้องเผื่อเวลา ต้องทำให้ลูกก่อนก็ค่อยกิน... การกินข้าวไม่ตรงเวลาเหมือนเดิม(รหัส2-2, L180-183)

กินข้าวไหร่ก็ไม่ตรงเวลา บางทีกะกินก่อนเวลา บางทีกะได้กินแล้ว (รหัส7-1, L175) ก็ไม่เหมือนเดิม กินคิดเวลา เหมือนบางทีตื่นตีห้า ตีหกกะต้องกินแล้ว เพราะว่า ตีเจ็ดตีแปดต้องอาบน้ำให้ลูก (รหัส1-1, L190-191)... การกินข้าวบางทีกินได้สองสามคำ พอมันกวนมันร้องก็ไม่ได้กินเลย (รหัส1-1, L194-197)

เวลากินข้าวก็ต้องรอให้ลูกหลับหรือว่าต้องให้แม่เค้าว่างค่อยได้กิน(รหัส9-1, L72-73)

เวลาจะกิน บางทีมันไม่ได้กิน ถ้าเหมือนเราเนี่ย (หิว) ถ้ามันร้องก็ต้องเอามันก่อน (รหัส4-1, L88-89)

อีกินอิโหรี่ถ้าแม่ไม่อยู่กะลำบากต้องให้ลูกนอนก่อน (รหัส6-1, L78-79)

กินข้าวไม่ตรงเวลา... ลางที่มันไม่อยู่กับแม่ (รหัส17-1, L178-182)

ขอได้กินกะตีสิบเอ็ดตีสิบสองทุกวัน... เนี่ย (หิว) พุงล้น (ท้องร้อง) (รหัส19-2, L1296-1298)

ไปกินเลตเที่ยงไปพันนู ไม่ได้กิน ไม่ได้กินข้าวเช้า... กะตีสิบตีสิบเอ็ด... กินช่วงลูกหลับ (รหัส18-2, L215-222)

การพักผ่อนน้อยลง

พออดสูทก็เลยมันก็วางไปเอง พอมันก็นอนก็ลุกขึ้นก็ดูเล่า... บางทีก็หงุดหงิด... เพราะว่า นอนไม่เต็มตื่น(รหัส17-2, L208-214)

นอนคืนหนึ่งลุกตื่นสี่ห้าหน ถึงปรับตัวไม่ทัน บางทีแรนอน ถึงลุกตื่นก็ถูกแลดู... มันชัดเจน ต้องให้ลูกกินนม... อยากรนอนถึงลูกให้มันกินนม(รหัส14-1, L326-333)

เราต้องทำงานเหนื่อยๆ กลับมาแล้วก็ต้องมาจัดแจงเรื่องลูกให้หลับเนี่ย บางทีกะไม่มีเวลาพักผ่อน เพราะว่า ต้องซักผ้า ต้องทำให้อุณหภูมิ(รหัส2-2, L157-165)

**การสร้างสมดุลชีวิต**  
*แต่ชีวิตไม่ถูกปรับ*  
**মনমাত্রমন্ত্রনংការထွေးဂုဗုဒ္ဓ**

คนแรกก็ทำไม่ค่อยเป็น (รหัส5-1, L5)...ช่วงสามอาทิตย์แรกเจ็บแปล ก็เลยทำไม่ได้...  
 ให้ลูกกินนมอย่างเดียว...แม่ทำให้ทุกอย่าง...พอนานไปก็แม่ (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) เนะ หัดทำมันก็  
 เป็นไปเอง...ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...ไม่หอนานน้ำให้ลูกตัวเล็ก เสียวมันอีหตุมือ เสียวมันอีหตุลา  
 อีหริ (กลัวบุตรจะพลาดตก)...ทำให้ได้ตอนลูกคอตั้ง สองเดือนได้สา...คนแรกให้มันกินนมอย่างเดียวไม่  
 หอนทำให้มัน (รหัส5-2, L392-409)

ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...พอเลี้ยงลูกเองก็ทำไม่ค่อยเป็น...แม่ช่วย...ทำเป็นไปเอง...ก็สัก  
 สองสัปดาห์สามสัปดาห์ได้คอทำเป็น...เราให้กินนม ขึ้น ไม่อานน้ำอานไม่ได้ (รหัส17-1, L4-19)ก็เจ็บ  
 แปลกัน...แปลไม่หายทีนอให้กินนมไม่ขึ้นนั่งได้มันเจ็บ(รหัส17-2, L967-972)

คนแรกทำไม่ได้ เพราะ ทำหริไม่เป็น คนแรกทำไม่ได้ เพราะ ทำหริไม่เป็น ย่าคำ  
 (มารดาของสามี) และที่ช่วยสอน ว่าอานน้ำกะอานพินนี้ะ หวางอานน้ำได้กะกวันอะ ย่าคำ (มารดา  
 ของสามี) อานให้อูย เดือนหนึ่งได้สาที่คำ (มารดาของสามี) อานให้อูย (รหัส4-1, L159-161)...เหนื่อย  
 ใจแหละ เพราะ เราทำไม่เป็น บางทีทำไม่ได้ตั้งใจอื่น (รหัส4-1, L166)

ช่วงแรกเลี้ยงไม่เป็น...ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...อีสิบเหลือวันได้นะแก (ยายของผู้ให้  
 มูล) นะต่ออูยอานน้ำเอง (รหัส18-1, L6-17)...ແမແມ່ແກ່ฯ ສອນ...ແກ້ທໍ່ທໍ່ທໍ່ ແກ້ບອກ(รหัส18-2, L41-  
 44)

ไม่เคยเลี้ยงเด็กมาก่อน...ช่วงแรกแม่(มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ช่วยแลลดอด...เพิ่งมา  
 แลช่วงสี่ห้าเดือนแล้วนี้ อานน้ำหริแม่(มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ทำให้เพ เพิ่งมาทำตอนลูกซบตัวแล้วนี้  
 (รหัส12-1, L4-10)

แลกเปลี่ยนวันแลกเปลี่ยน (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) ทำให้อองหมดเลย เพราะ น้องห้อยตัว  
 ไม่ได้เลย เพิ่งเกิดใหม่ (รหัส1-1, L37-38)...น้อง (บุตร) มันกวน...น้อง (บุตร) พุงมันขึ้นถึงน้อง (บุตร)  
 ไม่อยู่กับใครเลยถึงเหนื่อยและ...คำ ถึงแหละอ้อมมากันอื่น คือ เจ็บแปลกันอื่น (รหัส1-2, L516-520)

อูยอานไม่เป็น นู๋เสียวมันหล่นโคม...ช่วงแรกๆ แลกเกิดแม่แทนอานให้ (รหัส19-1,  
 L34-36)

อานน้ำลูกสักครึ่งเดือนได้แม่อานให้อูย...ถึงพอนี้อานเอง...อังอาน ไม่เป็นที่คนแรก  
 ถึงกะหตุฯ ไป (รหัส9-2, L111-120)...ແມ່ທໍ່ທໍ່ (โทะศัพท์)

**การวางแผนอนาคต**

**การศึกษาต่อ**

คือ เราว่าถ้าลูกใหญ่สักคิด ะเราอีเรียนต่ออีไปเรียน กคน...กะว่าอีเรียนให้จบ แล้วอี  
 ไปทำงานทำหริพินันและ(รหัส7-1, L167-169)

อีเรียนให้จบมอหอก เอาวุฒิออกไปทำงาน(ผู้ให้ข้อมูลรหัส16-1, L307)

(อยากเรียนต่อ) กะเพื่อให้ได้ทำงาน ถ้าใครที่ยังจ้างให้หริกะได้ทำ(รหัส13-1, L177)

เหมือนอยากเรียนให้สูงๆ เห็นเพื่อนเค้า (เพื่อนในวัยเดียวกัน) เรียนสูงๆ จึงอยากเรียน  
 กัน..เหมือนได้มีงานทำหริพินันและ(รหัส14-1, L449-451)...เรื่องเรียนตัวเองก็บางทีให้ลูกได้หลายฯ  
 เดือนแล้วก็ค่อยไปเรียน ให้แม่ฯ (มารดาของผู้ให้ข้อมูล) หตุวันที่เราไปเรียน...เหมือนเราพอเรียนจบ  
 แล้วกะได้หาเบี่ยส่งให้ลูกเรียนมั่งอื่น(รหัส14-2, L966-969)

จะเรียนต่อ กคน. และจะหางานทำ (รหัส1-1, L171-172)...อยากมีงานดีฯ ทำ (รหัส1-2,  
 L1974)...น้องเอว่า ลูกเคิบกะไปเรียน กคน. ไปเรียนต่อ (รหัส1-2, L343)

หลงกันแล้ววว่า แลลูกนะ คอมีถึงเพื่อน(ผู้ให้ข้อมูล) ไปทำงาน เดียวไปเรียนหริ  
 พินนือ อีไปเรียน กคน หริพินนือ(รหัส5-2, L274-275)...จบกฯ พอนี้มันได้ทำงานแล้วตัวสวยฯ หริ  
 พินนือ คิวหาทำงาน โรงงาน ไม่ชอบงาน โรงงาน ไม่ชอบทำ อยู่แต่ใน โรงงาน(รหัส5-2, L284-285)

อื่นนะว่า ปีน้าอื่นนะว่าอีเข้าเรียน กคน ว่าอีเรียนจบหค...เหมือนว่าได้ทำงานหริ  
 ได้เอาวุฒิพินนือเนะ...กลางทีก็ให้ลูกอยู่กับแม่ (รหัส12, L865-875, L883)

อีเอาให้จบมอหอก อีเอาวุฒิออกไปทำงานหริพินันและ(รหัส16-1, L307)

เรียนตั้งฯ ไว้ บางทีเดี่ยวฯ แก (หน่วยงานต่างๆ) ให้สอบให้หริฯ นึกไปหุกฯ(รหัส20-  
 2, L768)

นุ้ยทำงาน (รหัส19-2, L412)...อยากเรียนต่อ (รหัส19-2, L1538)

(อยากเรียนต่อ) ให้ได้ทำงาน (รหัส18-1, L235-237)

**การสร้างควมมั่นคงของครอบครัว**

ทำบ้าน...เพราะ อยากไปอยู่กับเอง เห็นดอแม่กับอยู่กันแม่ (รหัส8-2, L284-286)

อยากทำบ้านอยู่กันเอง...อยากอยู่กับเป็นส่วนตัว ไม่ต้องลำบากแม่แรง(รหัส10-2,  
 L206-208)

4.7 ในการวิเคราะห์จะทำไปพร้อมกับการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจนได้ข้อมูลที่อึดอัด โดยไม่มีข้อมูลใหม่เกิดขึ้นจึงยุติการเก็บข้อมูล หลังจากนั้นนำข้อมูลส่วนบุคคลทั้งของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดและบุตรมาแจกแจงความถี่

**แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล**  
เรื่อง การดำเนินชีวิตของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดครั้งแรก

$16 = 3$      $15 = 2$   
 $17 = 5$   
 $18 = 6$   
 $19 = 4$

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

- รหัส.....
- อายุ.....ปี    16, 18, 18, 17, 19, 16, 15, 19, 17, 18, 18, 19, 19, 18, 17, 17, 15, 18, 18, 16  
= 347
- ศาสนา  
 พุทธ    IIII IIII IIII IIII = 20  
 อิสลาม     คริสต์  
 อื่นๆ.....
- ระดับการศึกษา  
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6    IIII IIII = 8     มัธยมศึกษาตอนต้น    IIII IIII I = 11  
 มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า    I = 1     อนุปริญญา/เทียบเท่า  
 ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า     อื่นๆ.....
- การศึกษาในปัจจุบัน (ถ้ามี)    ไม่มี    IIII IIII IIII IIII = 18
- สถานภาพสมรส    โสด    II = 2  
 คู่    IIII IIII IIII IIII = 18     โสด  
 หม้าย     หย่า/แยก    IIII IIII I = 2  
 หม้าย    IIII IIII IIII I = 16  
 ขยาย จำนวนสมาชิก.....คน    4, 4, 6, 5, 4, 5, 8, 6, 4, 7, 6, 6, 8, 7, 4  
 รับจ้าง    II = 2  
 เกษตรกรรม  
 นักศึกษา  
 อื่นๆ    แจกบ้าน    IIII IIII II = 12
- ประเภทของครอบครัว  
 เดี่ยว    IIII = 4
- อาชีพของตนเอง  
 ค้าขาย  
 พนักงานบริษัท     ธุรกิจส่วนตัว     ทำสวน (คนเฒ่า)  
 ธุรกิจส่วนตัว     ทำสวน (คนเฒ่า)  
 คนเฒ่า + รับผิดชอบ    I = 1  
 ปลูก + รับผิดชอบ    I = 1

9. อาชีพของสามี

( ) ค้าขาย (✓) รับจ้าง III

(✓) พนักงานบริษัท I ( ) เกษตรกรรม

( ) ธุรกิจส่วนตัว  $กนดอ + วิชา$  II (✓) นักศึกษา II

(✓) จ้างสวน  $บ้าน$  III ( ) อื่นๆ  $คหค$  I

10. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

(✓) น้อยกว่า 5,000 บาท III (✓) 5,000-10,000 บาท III

(✓) 10,000-15,000 บาท III ( ) 15,000-20,000 บาท

(✓) มากกว่า 20,000 บาท I

11. ความเพียงพอของรายได้

(✓) เพียงพอและมีหนี้ III (✓) เพียงพอแต่มีหนี้ III

(✓) ไม่เพียงพอแต่ไม่มีหนี้ III (✓) ไม่เพียงพอและมีหนี้ III

12. การเลี้ยงดูบุตร

(✓) เลี้ยงดูบุตรด้วยตนเอง III III III III  $คหค$   $ไม่พอที่จะเลี้ยง$  I

(✓) บุคคลอื่นระบุ.....เป็นผู้เลี้ยง เนื่องจาก.....  $คหค$   $ไม่พอที่จะเลี้ยงคนอื่น$  III

13. การเลี้ยงดูด้วยนมแม่

(✓) เลี้ยงดูด้วยนมแม่ III III  $ไม่พอที่จะเลี้ยง$  I

(✓) เลี้ยงดูด้วยนมผสม เนื่องจาก.....  $ไม่พอที่จะเลี้ยง$  II

(✓) เลี้ยงดูด้วยนมแม่ร่วมกับนมผสม เนื่องจาก.....  $ไม่พอที่จะเลี้ยง$  III

14. การคุมกำเนิด

(✓) คุมกำเนิด ระบุวิธี.....  $วิธี 3 mo$  III III III II

(✓) ไม่คุมกำเนิด ระบุเหตุผล.....  $คิดยาก$  I  $คิดเสีย$  I

15. ความตั้งใจที่จะมีบุตรคนนี้.....  $มี$  III III II

16. ประวัติการตั้งครรภ์

ตั้งครรภ์ครั้งที่..... 1..... ประวัติการแท้ง.....  $ไม่มี$  III III III III

การฝากครรภ์ (✓) ฝากครรภ์ III III III III III III

ฝากครรภ์ครั้งแรกอายุครรภ์..... สัปดาห์ จำนวนครั้งของการฝากครรภ์..... ครั้ง 11, 12, 14, 12, 10

ฝากครรภ์ครบ 4 ครั้งตามเกณฑ์ (✓) ครบเกณฑ์ III III III III III III  $13, 13, 14, 14, 14$

ภาวะเสี่ยงขณะตั้งครรภ์.....  $ไม่มี$  III III III III III III  $12, 13, 14, 5, 1$

$6, 10, 5, 12, 13, 14, 16, 14$   $16 < 33\%$  III

$3, 4, 12, 16, 4, 21, 16, 12$   $12, 13, 12 > 12$

$14, 9, 8, 20$

ความคิดปกติขณะตั้งครรภ์.....  $ไม่มี$  III III III III III III

17. ประวัติการคลอด

ชนิดของการคลอด (✓) ปกติ III III III III III III (✓) ผิดปกติ c/s III I

ความคิดปกติในระหว่างตั้งครรภ์.....  $ไม่มี$  III III III III III III

ส่วนที่ 2 ข้อมูลส่วนบุคคลของบุตร

1. ปัจจุบันบุตรอายุ.....เดือนปี  $4 mo$  II  $7 mo$  III  $8 \frac{1}{2} mo$  I  $3 mo$  III  $12 mo$  I

2. เพศของบุตร (✓) ชาย III III III III III III (✓) หญิง III I

3. น้ำหนักแรกคลอด.....กรัม  $3700$  |  $3400$  |  $3300$  |  $3300$  |  $2760$  |  $3300$  |  $2850$  |  $3000$  |  $3040$

4. ความคิดปกติขณะอยู่ในครรภ์.....  $ไม่มี$  III III III III III III  $3300$  |  $3700$  |  $3300$  |  $2600$  |  $2740$  |  $3300$  |  $2970$

5. ความคิดปกติในระหว่างคลอด.....  $ไม่มี$  III III III III III III  $3020$  |  $2500$

6. ความคิดปกติในระหว่างหลังคลอด.....  $ไม่มี$  III III III III III III

7. โรคประจำตัว.....  $ไม่มี$  III III III III III III

8. ภาวะสุขภาพในปัจจุบัน.....  $แข็งแรง$  III III III III III III

## ภาคผนวก ง

### รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ สุรีย์พร กฤษเจริญ  
ภาควิชาการพยาบาลสูติ-นรีเวชและผดุงครรภ์ คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ คงสุวรรณ  
ภาควิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา
3. ดร.วรางคณา ชัยเวช  
ภาควิชาการพยาบาลสูติ-นรีเวชและผดุงครรภ์ คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อสกุล นางสาวชูดานัญญ์ ขุนเพชร

รหัสประจำตัวนักศึกษา 5510421099

## วุฒิการศึกษา

วุฒิ	ชื่อสถาบัน	ปีที่สำเร็จการศึกษา
พยาบาลศาสตรบัณฑิต	มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ นครศรีธรรมราช	2552

## ทุนการศึกษา

ได้รับทุนการศึกษาจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

## การนำเสนอผลการวิจัย

ชูดานัญญ์ ขุนเพชร, ศศิกานต์ กาละ และจิรเนาว์ ทศศรี. (สิงหาคม 2557). มารดาวัยรุ่นหลังคลอด: การสร้างสมดุลชีวิตและการวางแผนอนาคต. เอกสารนำเสนอในการประชุมวิชาการระดับชาติ เพื่อนำเสนอผลการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 6, กรุงเทพมหานคร, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.