

ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง



นางสาวแวนภา โกศลติลก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR) are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF WELL-ADJUSTED ADOLESCENTS FROM  
HIGH CONFLICT FAMILIES

Miss Waewnapa Kosoldilok



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**CHULALONGKORN UNIVERSITY**

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts Program in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2013

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จาก

ครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

โดย

นางสาวแววนภา โกศลติลก

สาขาวิชา

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

.....คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คณางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.กฤษยา พิสิทธิ์สังขการ)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เก็จกนก เอื้อวงศ์)

แวนนา โกลดติก : ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง. (PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF WELL-ADJUSTED ADOLESCENTS FROM HIGH CONFLICT FAMILIES) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:  
อ. ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์, 189 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง มีผู้ให้ข้อมูลเป็นวัยรุ่นที่ปรับตัวได้และมาจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงจำนวน 10 ราย เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์ทางจิตใจใน 3 ประเด็นหลัก คือ 1) ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน ประกอบด้วย การรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ และผลกระทบจากความขัดแย้งในครอบครัว 2) การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ประกอบด้วย การมุ่งแก้ปัญหาที่ตนเอง และการปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ 3) ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ ประกอบด้วย การเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการดำเนินชีวิต และการสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการทำความเข้าใจประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ และใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้เกี่ยวข้องที่จะนำไปใช้พัฒนาบริการปรึกษาแก่วัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สาขาวิชา จิตวิทยา

ปีการศึกษา 2556

ลายมือชื่อนิติต .....

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก .....

# # 5477616138 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE / WELL-ADJUSTED ADOLESCENTS / HIGH  
CONFLICT FAMILIES

WAEWNAPA KOSOLDILOK: PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF WELL-  
ADJUSTED ADOLESCENTS FROM HIGH CONFLICT FAMILIES. ADVISOR:  
NATTASUDA TAEPHANT, Ph.D., 189 pp.

This qualitative research aimed at investigating psychological experience of well-adjusted adolescents from high conflict families. Key informants were 10 adaptive adolescents who experienced high family conflict. Data were collected via in-depth interviews. Phenomenological research method was employed. Resulting in as 3 main themes: 1) Living in a high conflict family, consisted of 2 dimensions, perceived parental conflict and impacted from parental conflicts; 2) Coping with parental conflicts also consisted of 2 dimensions, self-focused coping and way of being during parental conflicts. 3) Adjustment supportive factors consisted of 2 dimensions, having growth supporting environment and having ability to live properly. These findings could be applied to further understand the experience of adaptive adolescents from high conflict families and provide psychological service for adolescents who experienced high conflicts in their parental relationship.



Field of Study: Psychology

Student's Signature .....

Academic Year: 2013

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาครั้งนี้ได้รับความสนับสนุนจากมูลนิธิพระบรมราชานุสรณ์พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้ารำไพพรรณี ข้าพเจ้าขอระลึกในพระมหากรุณาธิคุณของทั้งสองพระองค์

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาของ อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำปรึกษา คำแนะนำ และการช่วยเหลือในเกือบทุกขั้นตอนของการทำวิทยานิพนธ์ ทำให้ข้าพเจ้ามีกำลังใจ และมองเห็นหนทางในการฝ่าฟันความยากลำบากต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาของการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โปธิแก้ว ครูที่บ่มเพาะความรู้ ความเข้าใจในการดำรงชีวิตและการเป็นนักจิตวิทยาการศึกษา ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุภาพรรณ โคตรจรัส ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ รองศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคัมภีร์ และอาจารย์ ดร.กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ คณาจารย์ผู้สอนให้ข้าพเจ้ามีความรู้ความเข้าใจในศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาการศึกษา อีกทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เก็จกนก เอื้อวงศ์ ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อวิทยานิพนธ์เล่มนี้

ขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนช่วยเหลือการทำวิจัยครั้งนี้ อันได้แก่ อาจารย์ ดร. ครรชิต แสนอุบล อาจารย์ธนวัต ปุณยกนก คุณจรัสเดช เกียรติเดชปัญญา และคุณปาริชาติ ธงภักดี ซึ่งช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย และขอบพระคุณ อาจารย์วรัญญู กองชัยมงคล ที่ช่วยตรวจสอบให้คำแนะนำการเขียนรายงานการวิจัย

ขอบคุณเพื่อนจิตวิทยาการศึกษารุ่น 27 ทุกคน โดยเฉพาะวฤณ ปฐมวิชัยวัฒน์ และประภัสสร ฉันทศิริเวทย์ ที่ให้การสนับสนุน ช่วยเหลือเกือบตลอดเวลาของการศึกษาและการทำวิทยานิพนธ์ในระดับมหาบัณฑิตนี้ และขอบคุณพี่น้องในสาขาจิตวิทยาการศึกษาที่เอื้อเพื่อให้ความช่วยเหลือและให้การสนับสนุนในการทำงานวิจัยครั้งนี้

งานวิจัยชิ้นนี้จะไม่สำเร็จลุล่วงได้ หากขาดผู้ให้ข้อมูลที่เสียสละเวลาในการให้ข้อมูลจากการมีประสบการณ์ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง ข้าพเจ้ารู้สึกซาบซึ้งใจและขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่านในการยินดีที่จะถ่ายทอดเรื่องราวประสบการณ์ส่วนตัวอันเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยท่านอื่น ๆ ที่แม้จะไม่ได้เป็นผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยนี้ด้วย

สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้าขอกราบขอบพระคุณบุพการี ตลอดจนครอบครัวที่ให้การสนับสนุนในการศึกษาและการทำงานวิจัยครั้งนี้ อีกทั้งบุคคลอื่น ๆ ที่ไม่ได้เอ่ยนามทุกท่านที่ให้ความเชื่อเหลือเกือบทุกข้อข้าพเจ้า หากปราศจากทุกท่านแล้วที่กล่าวมาทั้งหมดนี้แล้ว วิทยานิพนธ์ฉบับนี้คงไม่สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

## สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	3
ขอบเขตการวิจัย.....	3
คำจำกัดความในการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	5
1. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการปรับตัวในวัยรุ่น .....	5
2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัว .....	13
3. แนวคิดเรื่องการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา.....	20
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	22
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	27
1. การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล.....	27
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	28
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	31
4. การวิเคราะห์ข้อมูล .....	35
5. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของงานวิจัย .....	35
6. การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูลวิจัย .....	36
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	37
ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล .....	37
ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง .....	48

ประเด็นที่ 1 ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน.....	50
ประเด็นที่ 2 การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่.....	86
ประเด็นที่ 3 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้.....	106
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	141
อภิปรายผลการวิจัย .....	143
ข้อเสนอแนะ .....	153
รายการอ้างอิง .....	156
ภาคผนวก ก.....	162
ภาคผนวก ข.....	169
ภาคผนวก ค.....	174
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	189





## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 วันและเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย .....	33
ตารางที่ 2 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล .....	38
ตารางที่ 3 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) ในการทดลองใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยครั้งที่ 1 (n = 61) .....	175
ตารางที่ 4 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) ในการทดลองใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยครั้งที่ 2 (n = 158) .....	182

## สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 ระดับของความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งมีชีวิตกับสิ่งแวดล้อม (ecosystem) ตามทฤษฎีระบบนิเวศน์ (Ecological Theory) ของ Bronfenbrenner.....	16
ภาพที่ 2 สรุปรูปวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
ภาพที่ 3 ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน .....	86
ภาพที่ 4 การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่.....	106
ภาพที่ 5 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้.....	139
ภาพที่ 6 ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้.....	140



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นไทยอันถือเป็นกำลังที่สำคัญยิ่งของชาติในอนาคต ในปัจจุบันต้องเผชิญกับปัญหา มากมาย จากการสำรวจข้อมูลของแผนงานส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมเด็กและเยาวชนไทย ซึ่ง จรรยาพร ธรณินทร์ (2549) ได้ให้ข้อมูลว่าวัยรุ่นไทยมีปัญหาที่ต้องเร่งแก้ไขจำนวนมาก โดยจำแนกได้ เป็น 2 กลุ่มใหญ่ ได้แก่ 1) ปัญหาที่เกิดมาจากความยากจนและด้อยโอกาสทั้งที่มีมาแต่กำเนิด หรือผล สืบเนื่องมาจากครอบครัว หรือถูกกระทำจากบุคคลหรือสังคม และ 2) ปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรม เบี่ยงเบน เช่น เรื่อง เพศสัมพันธ์ ติดเหล้า บุหรี่ ยาเสพติด ทะเลาะวิวาท ฆ่าตัวตาย เล่นการพนัน เที่ยวเตร่สถานบันเทิง ติดเกม อินเทอร์เน็ต เข้าถึงสื่อลามกอนาจารหรือสื่อที่แสดงความรุนแรง และ ขับรถเร็วซึ่งปัญหาต่าง ๆ ของวัยรุ่นนี้ มีตัวอย่างสถิติของปัญหา ยาเสพติด ดังข่าวที่ว่า “นพ.วิโรจน์ วีระชัย ผู้อำนวยการสถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) ได้กล่าวถึงสถิติที่ว่า เยาวชนอายุต่ำกว่า 17 ปี ติดยาเสพติดเพิ่มสูงขึ้นมากจาก 1% ในปี 2551 เป็น 12% ในปี 2554” (“อึ้ง! ยอดโจ่งต่ำกว่าสิบเจ็ด ติดยา,” 2554) ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่น ตามข่าว ที่ว่า “วัยรุ่นไทยมีอัตราการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมเป็นอันดับที่ 2 ของอาเซียน โดยปี 2554 พบว่า มี เด็กวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี คลอดบุตรเฉลี่ยวันละ 370 คน และในอายุต่ำกว่า 15 ปี คลอดบุตรวันละ 10 คน” (“วัยรุ่นไทยท้องไม่พร้อมที่สองอาเซียน,” 2556) และปัญหาการฆ่าตัวตายของวัยรุ่น ดังสถิติ ที่ว่า “ในปี 2550-2554 พบว่า ประเทศไทยมีวัยรุ่นที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ 852 คน หรือเฉลี่ย 170 คนต่อ ปี เฉพาะในปี 2554 พบว่าวัยรุ่นไทยอายุระหว่าง 15-19 ปี มีอัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จอยู่ที่ 3.43 ต่อ ประชากรแสนคน” (“สถิติพุ่งวัยรุ่นฆ่าตัวจับตาช่วงใกล้สอบ,” 2555) จากปัญหาที่ได้กล่าวมาทั้งหมด นักวิชาการและนักวิจัยพยายามทำความเข้าใจที่มาของปัญหาในวัยรุ่น ซึ่งสาเหตุหนึ่งที่นักวิชาการและ นักวิจัยให้ความสนใจคือ การมีพื้นฐานมาจากครอบครัวที่มีปัญหา

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งในตัววัยรุ่นเอง และการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวก็ส่งผล ต่อครอบครัวของวัยรุ่น (Morgan, 2009) เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงของการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่ วัยผู้ใหญ่ ซึ่งในตัววัยรุ่นก็เกิดการเปลี่ยนแปลงพัฒนาหลายด้านที่วัยรุ่นต้องเผชิญและปรับตัว และการ เปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นนั้นก็ส่งผลต่อครอบครัวของวัยรุ่นที่อยู่ร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โดยบิดา มารดาอาจต้องปรับวิธีการเลี้ยงดูให้เหมาะกับการเติบโตของวัยรุ่น โดยเฉพาะในการพัฒนาความเป็น อิสระของวัยรุ่น ซึ่งในระหว่างนี้ก็อาจก่อให้เกิดความขัดแย้งต่าง ๆ อันเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในการ เติบโตของวัยรุ่นที่จะต้องก้าวพ้นความท้าทายนี้ แต่หากความขัดแย้งนั้นมีมากเกินไปก็สามารถทำให้ เกิดความเจ็บปวดและความวุ่นวายต่อวัยรุ่นและครอบครัวของวัยรุ่นได้ (Kelly, 2013)

พื้นฐานของครอบครัวเป็นปัจจัยที่นักจิตวิทยาให้ความสนใจว่ามีส่วนสำคัญที่เป็นได้ทั้งปัจจัย ช่วยป้องกันปัญหาและปัจจัยที่มีส่วนก่อให้เกิดปัญหาในวัยรุ่น เนื่องจากสภาพแวดล้อมของครอบครัว เป็นบริบททางสังคมที่สำคัญเป็นอันดับแรกต่อการเติบโตและพัฒนาของวัยรุ่น ซึ่งมีหลักฐานการวิจัย เชิงประจักษ์จำนวนมากที่สนับสนุนถึงผลกระทบของครอบครัวต่อชีวิตของวัยรุ่น (Gavazzi, 2011) โดยเฉพาะประเด็นความขัดแย้งในครอบครัว ดังมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม การแสวงหา

ความช่วยเหลือของวัยรุ่น ที่พบว่า การรับรู้ของวัยรุ่นต่อรูปแบบการทำหน้าที่ของครอบครัวมีความเกี่ยวข้องกับปัญหาที่พวกเขารายงาน โดยวัยรุ่นที่เลือกรายงานถึงปัญหาครอบครัวรับรู้ว่าครอบครัวของพวกเขา มีความขัดแย้งสูงและมีรูปแบบการเลี้ยงดูแบบมีความเป็นประชาธิปไตยต่ำ (Fallon & Bowles, 2001)

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐานที่มีอิทธิพลสำคัญต่อวัยรุ่น ทั้งในด้านการปรับตัวและสุขภาพ ดังที่งานวิจัยต่าง ๆ ได้ให้ข้อมูลที่คล้ายคลึงกันถึงบทบาทที่สำคัญของพฤติกรรม การเลี้ยงดู และกระบวนการครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาในเรื่องของการกระทำความผิด สุขภาพจิต การใช้สารเสพติด พฤติกรรมทางเพศ การศึกษา หรือความสามารถทางสังคม (Gavazzi, 2011) โดยครอบครัวที่มีการเลี้ยงดูอย่างมีประสิทธิภาพ มีการเฝ้าระวังและกำกับดูแลโดยผู้ปกครอง และมีสัมพันธภาพที่เกื้อหนุนกันนั้นมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางอารมณ์ที่ดีกว่า สามารถช่วยป้องกันวัยรุ่นต่อการปรับตัวทางลบจากเหตุการณ์ความเครียดในชีวิต และช่วยส่งเสริมพฤติกรรมทางบวกกับลดพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นได้ (American Psychological Association, 2002; Gonzales, 2009; Oliva, Jiménez, & Parra, 2009) นอกจากนี้สภาพแวดล้อมทางบวกในครอบครัวและการมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีระหว่างพ่อแม่ ก็เป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการมีสุขภาพที่ดีของวัยรุ่น (Lai, 2011)

ในทางตรงกันข้าม ครอบครัวที่มีปัญหานั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาสุขภาพทางจิตของวัยรุ่นและปัญหาพฤติกรรม (Shek, 2005) โดยครอบครัวที่มีระดับความขัดแย้งสูงและมีทักษะการสื่อสารไม่ดี สามารถลดความมั่นคงทางอารมณ์และความสามารถทางสังคมและอารมณ์ของวัยรุ่นได้ (Gonzales, 2009) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่พบว่า วัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งต่ำมีระดับการปรับตัวที่สูงกว่าวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งปานกลาง และวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงมีระดับการปรับตัวที่ต่ำที่สุด (Nelson, Hughes, Handal, Katz, & Searight, 1993) และความขัดแย้งในครอบครัว ก็มีผลกระทบต่อความโตเต็มที่ทางอารมณ์ของวัยรุ่นทั้งในเพศหญิงเพศชายในหลากหลายเชื้อชาติ (Chung, Flook, & Fuligni, 2009) ยิ่งไปกว่านั้น ความขัดแย้งในครอบครัวยังมีความเชื่อมโยงกับปัญหาวัยรุ่นทั้งขณะที่เป็นวัยรุ่นและหลังจากการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ (Crosnoe & Cavanagh, 2010)

นอกจากโครงสร้างครอบครัวที่มีการแตกแยกในชีวิตสมรสของบิดามารดาจะเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจในการศึกษาถึงผลกระทบต่อวัยรุ่นแล้ว ในครอบครัวที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน แต่มีคุณภาพการสมรสที่ไม่ดีนั้น ก็มีความสัมพันธ์ทางลบต่อสุขภาพของวัยรุ่น (Hair et al., 2009) ดังมีงานวิจัยที่พบว่า วัยรุ่นทั้งชายและหญิงจากครอบครัวก่อนแตกแยก มีลักษณะที่แสดงถึงการปรับตัวไม่ได้ในกระบวนการเรียน สุขภาพทางจิต และปัญหาพฤติกรรม (Sun, 2001) วัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้งมีระดับความเศร้าโศกสูงกว่าครอบครัวที่ไม่มีความขัดแย้งและครอบครัวที่มีบิดาหรือมารดาเพียงคนเดียว (Pan, Chang, & Hsieh, 2004) และความขัดแย้งในครอบครัวจะส่งผลทางลบต่อสุขภาพของวัยรุ่นมากกว่าการหย่าร้าง กล่าวคือวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่ไม่มีการหย่าร้างแต่มีความขัดแย้งสูงนั้น มีสุขภาพน้อยกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีการหย่าร้างแต่มีความขัดแย้งต่ำ (Mechanic & Hansell, 1989) ซึ่งจากการศึกษาของ Nelson และคณะ (1993) ก็ได้มีการให้ข้อเสนอแนะว่า แทนที่จะมุ่งสนใจต่อโครงสร้างของครอบครัว อาจจะมีความเหมาะสมและมีความหมายทางคลินิกมากกว่าในการประเมินถึงการรับรู้ต่อความขัดแย้งของครอบครัวของวัยรุ่น

ถึงแม้ว่า จะมีงานวิจัยจำนวนหนึ่งที่ศึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัวกับวัยรุ่น ซึ่งส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณที่ทำให้รู้ถึงผลกระทบของความขัดแย้งในครอบครัวต่อวัยรุ่นในด้านต่าง ๆ แต่ก็ยังมีงานวิจัยจำนวนน้อยที่เป็นการศึกษาที่ทำให้เห็นภาพประสบการณ์ของวัยรุ่นต่อความขัดแย้งในครอบครัว ที่จะทำให้รู้ถึงองค์ประกอบภายในจิตใจของวัยรุ่นนอกเหนือไปจากเพียงอาการหรือพฤติกรรมที่สังเกตได้จากภายนอกและเป็นผลต่อมาของกระบวนการปรับตัวของวัยรุ่น โดยเฉพาะประสบการณ์ของวัยรุ่นที่สามารถฟันฝ่ากับสถานการณ์ความขัดแย้งในครอบครัวจนปรับตัวได้ ซึ่งเป็นงานวิจัยที่มุ่งศึกษาจิตวิทยาทางบวก เนื่องจากแม้มีการศึกษาพบถึงการที่สภาพแวดล้อมในครอบครัวจะมีความเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ชีวิตที่ตึงเครียดของวัยรุ่น ซึ่งส่งผลกระทบต่อกระบวนการปรับตัวได้ (Compas, Hinden, & Gerhardt, 1995) แต่ก็น่าสนใจว่าวัยรุ่นที่ยังสามารถปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งนั้น มีภาวะทางจิตใจอย่างไร และมีองค์ประกอบอะไรที่ช่วยให้คนกลุ่มนี้สามารถปรับตัวได้ ซึ่งการศึกษาถึงประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งนี้ น่าจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้เป็นแนวทางเพื่อให้ความช่วยเหลือวัยรุ่นที่เผชิญกับภาวะครอบครัวที่มีความขัดแย้งต่อไปได้

งานวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาครั้งนี้ จึงมุ่งศึกษากับผู้ให้ข้อมูลที่เป็นวัยรุ่นซึ่งแม้มีบิดามารดาที่มีความขัดแย้งกันในระดับสูง หากก็ยังปรับตัวได้ดี เพื่อที่จะรู้ถึงประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง ซึ่งน่าทำให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการช่วยวางแผนการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับผู้รับบริการที่มีปัญหาอันเกี่ยวข้องกับกรณีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงได้ดีมากขึ้นต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

### คำถามการวิจัย

ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงเป็นอย่างไร

### ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเชิงปรากฏการณ์วิทยาเพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง ซึ่งมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

1. สนามในการวิจัย เป็นมหาวิทยาลัยในพื้นที่กรุงเทพมหานคร
2. ผู้ให้ข้อมูลหลัก เป็นวัยรุ่นอายุระหว่าง 18 - 25 ปีที่มีคะแนนการปรับตัวจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวในระดับปานกลางค่อนข้างดีขึ้นไป ในครอบครัวมีประวัติของการมีสัมพันธภาพที่ขัดแย้งกันระหว่างบิดามารดา และยินดีในการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย

### คำจำกัดความในการวิจัย

1. ประสบการณ์ทางจิตใจ หมายถึง การรับรู้เหตุการณ์หรือการบอกเล่าถึงความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ มุมมอง สภาวะทางอารมณ์ รวมทั้งลักษณะโดยภาพรวมที่เกิดจากผู้ให้ข้อมูล เกี่ยวกับประสบการณ์ในการอยู่กับครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

2. วัยรุ่นที่ปรับตัวได้ หมายถึง วัยรุ่นที่มีการปรับตัวที่เหมาะสมในด้านการศึกษา ด้านสังคม ด้านส่วนตัว-อารมณ์ และด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย โดยประเมินได้จากแบบสอบถามการปรับตัวที่พัฒนาจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The student Adaptation to College Questionnaire) ของ เปรมพร มั่นเสมอ (2545)

3. ครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง หมายถึง ครอบครัวที่มีความขัดแย้งในสัมพันธภาพระหว่าง บิดามารดาที่มีบุตรอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งบิดาและมารดาที่มีความคิด ค่านิยม ความต้องการ หรือ ประสบการณ์ที่ตรงกันข้ามกันหรือเข้ากันไม่ได้ โดยมีลักษณะการปฏิสัมพันธ์ที่มีการโต้ตอบทางลบที่ มักมีการขยายมากขึ้นและยากที่จะแก้ปัญหาให้จบสิ้นได้ อีกทั้งยังมีสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่ เป็นมิตรและไม่มั่นคง อธิบายได้จากพฤติกรรมภายนอก เช่น การโต้เถียงกัน การตะโกนใส่กัน การด่า ว่ากัน และการทำร้ายร่างกายกัน

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจในมุมมองการรับรู้ความขัดแย้งในครอบครัว สภาวะทางด้าน อารมณ์ การให้ความหมาย รูปแบบการปรับตัว และประสบการณ์โดยภาพรวมของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดี แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

2. สามารถนำองค์ประกอบการปรับตัวจากวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดีแม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความ ขัดแย้งสูง มานำไปใช้เป็นแนวทางสำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อจัด ความช่วยเหลือวัยรุ่นที่เผชิญกับภาวะครอบครัวที่มีความขัดแย้งต่อไป

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า รวบรวมเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการปรับตัวในวัยรุ่น
  - 1.1 พัฒนาการของวัยรุ่น
  - 1.2 การปรับตัว
2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัว
  - 2.1 ทฤษฎีครอบครัว
  - 2.2 ครอบครัวที่มีความขัดแย้ง
3. แนวคิดเรื่องการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา
  - 3.1 ความหมายของการวิจัยเชิงคุณภาพ
  - 3.2 ลักษณะของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา
  - 3.3 วิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 4.1 งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวของวัยรุ่น
  - 4.2 งานวิจัยเกี่ยวกับวัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง

#### 1. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการปรับตัวในวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นช่วงของการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่โดยอาจแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังการอธิบายของ Whitmire (2000) ต่อไปนี้

1) วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) อายุ 10-13 ปี สำหรับผู้หญิง และ 12-15 ปี สำหรับผู้ชาย ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ยากลำบากกับการแก้ปัญหาแบบรูปธรรม ความต้องการได้รับการยอมรับจากเพื่อน และอารมณ์ที่ไม่มั่นคง

2) วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) อายุ 13-16 ปี สำหรับผู้หญิง และ 14-17 ปี สำหรับผู้ชาย ซึ่งเป็นช่วงที่วัยรุ่นพัฒนาความสนใจต่อรูปร่างตนเองมากขึ้น ความคิดก็มีลักษณะที่เป็นนามธรรมมากขึ้นและเป็นอุดมคติมากขึ้น และความรู้สึกที่มั่นคงก็แสดงออกในแฟชั่นการแต่งกาย คำศัพท์วัยรุ่น เป็นต้น

3) วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) อายุ 16 หรือ 17 ปี จนถึง ตอนต้นหรือตอนกลางของอายุ 20 มีความรู้สึกดีขึ้นกับบุคลิกภาพทางร่างกาย มีความไว้วางใจในการติดต่อทางสังคมกับเพื่อนมากกว่าครอบครัวมีความใกล้ชิดสนิทสนมทางเพศ มีความสามารถมากขึ้นในการจัดการกับความซับซ้อนภายในบุคคล และมีความสามารถที่จะตัดสินใจอย่างมีวุฒิภาวะและเป็นอิสระ

## 1.1 พัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และสังคมด้านสติปัญญา และด้านจริยธรรม ดังต่อไปนี้

### 1.1.1 พัฒนาการด้านร่างกายของวัยรุ่น

วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในส่วนสูง น้ำหนัก รูปร่าง และพัฒนาการทางเพศ โดยการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นเป็นผลมาจากฮอร์โมน การเปลี่ยนแปลงทางขนาดและรูปร่างของร่างกายนั้น ในเด็กหญิงและเด็กชายจะมีความแตกต่างกันในด้านจังหวะ การเริ่มต้น ความเร็ว และระยะเวลาของการเจริญเติบโต ซึ่งเด็กหญิงมักเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชายประมาณ 2 ปี เด็กชายจะมีกล้ามเนื้อและความแข็งแรงเพิ่มขึ้น ส่วนเด็กหญิงจะมีเนื้อเยื่อที่เป็นไขมันมากขึ้น ส่วนพัฒนาการทางเพศนั้นจะมีการเปลี่ยนแปลง 2 อย่างในลักษณะทางเพศของวัยรุ่น ประการแรกคือการเปลี่ยนแปลงลักษณะทางเพศปฐมภูมิ เป็นการเปลี่ยนแปลงทางระบบสืบพันธุ์ อวัยวะเพศจะมีขนาดใหญ่ขึ้น และเริ่มทำหน้าที่ และประการที่สองคือการเปลี่ยนแปลงทางเพศทุติยภูมิ เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่ไม่เกี่ยวข้องกับระบบสืบพันธุ์ เช่น การมีขนตามตัว การเปลี่ยนแปลงที่ต่อมเหงื่อ เป็นต้น

ภาพลักษณ์ของร่างกายนั้นมีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในตนเองของวัยรุ่น เนื่องจากเด็กวัยรุ่นมักจะประเมินตนเองโดยลักษณะทางกาย ทั้งนี้เพราะยังขาดโอกาสที่จะแสดงความสามารถทางวิชาชีพ โดยวัยรุ่นมักจะประเมินตนเองโดยเทียบกับลักษณะที่เป็นอุดมคติ ความพึงพอใจจะขึ้นอยู่กับว่าเขามีความใกล้เคียงกับอุดมคติเพียงใด (เพ็ญพิไล ฤทธาคุณานนท์, 2550) นอกจากนี้ ความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายนั้น สามารถส่งผลกระทบต่อทางด้านจิตใจของวัยรุ่นได้ว่า ในช่วงต้นของพัฒนาการ วัยรุ่นชายมักจะมีความมั่นใจในตัวเองมากกว่าและประสบความสำเร็จด้านการศึกษา กีฬา และสังคมมากกว่าในช่วงปลายของพัฒนาการ ซึ่งตรงข้ามกับวัยรุ่นหญิงในช่วงต้นของพัฒนาการ มักจะมีความสัมพันธ์กับการมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ และมีความกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์ทางร่างกายมาก (Milkman & Wanberg, 2012)

### 1.1.2 พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมของวัยรุ่น

พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมของวัยรุ่น มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาอัตลักษณ์ (Identity formation) ซึ่งเป็นงานสำคัญของวัยรุ่นตามทฤษฎีพัฒนาการทางอารมณ์ของ Erikson (1980 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) โดยวัยรุ่นจะเริ่มรวบรวมความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเข้าสู่ตัวตนที่เขาชอบและไม่ชอบ ซึ่งปัญหาในการก่อตัวของความรู้สึกทางบวกต่อตนเอง มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับสัมพันธ์ที่ยุ่งยากกับเพื่อนและครอบครัว ความซึมเศร้า และความไม่มั่นคงทางอารมณ์ และพฤติกรรมที่มีความเสี่ยง (เพ็ญพิไล ฤทธาคุณานนท์, 2550)

สำหรับประเด็นการเข้าร่วมกลุ่มและการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมนั้น การรวมกลุ่มกันทำให้วัยรุ่นมีโอกาสที่จะรับผิดชอบในเรื่องของตนเองร่วมกัน มีโอกาสทดลองวิธีการปฏิบัติต่าง ๆ เมื่อเผชิญกับสภาพการณ์ใหม่ ๆ และเรียนรู้จากข้อผิดพลาดของกันและกัน ที่สำคัญไปกว่านั้นการมีกลุ่มเพื่อนทำให้วัยรุ่นมีกลุ่มที่เป็นฐานของเอกลักษณ์ในขณะที่ตนกำลังจะเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ (เพ็ญพิไล ฤทธาคุณานนท์, 2550) ซึ่งการเป็นสมาชิกกลุ่มที่ประสบความสำเร็จจะเป็นแนวทางต้นแบบสำหรับความ



มั่นใจที่จะเข้าสู่กลุ่มอื่น ๆ ในเวลาต่อมา โดยวัยรุ่นในช่วงตอนต้นที่มีสุขภาพจิตดีจะมีอัตลักษณ์ตามค่านิยมและบรรทัดฐานของกลุ่มที่เฉพาะเจาะจง แต่วัยรุ่นในช่วงตอนปลายที่มีสุขภาพจิตดีจะมีความสามารถในการเลือกค่านิยมจากกลุ่มต่าง ๆ ที่มีความสอดคล้องกับตนเองโดยเฉพาะ (Hazen et al., 2008, อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012)

นอกจากนี้พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมของวัยรุ่น ยังเกี่ยวข้องกับการพัฒนาความเป็นอิสระซึ่งคือการที่วัยรุ่นมีความสามารถที่จะตัดสินใจและกระทำการต่าง ๆ ภายในขอบเขตหนึ่งด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพ่อแม่ และต้องมีความรับผิดชอบต่อผลที่จะตามมาด้วย ในการพัฒนาความเป็นอิสระนี้สามารถส่งผลต่อความรู้สึกไม่แน่ใจเกี่ยวกับความเป็นอิสระของวัยรุ่น ทั้งจากตัววัยรุ่นเองและพ่อแม่ของวัยรุ่น ซึ่งทำให้มีความประพฤตินี้ไม่ค่อยคงเส้นคงวา (เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์, 2550)

### 1.1.3 พัฒนาการด้านสติปัญญาของวัยรุ่น

ตามทฤษฎีพัฒนาการด้านสติปัญญาของ Piaget (1896–1980 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นจะมีการคิดนามธรรมมากขึ้นและมีการแก้ปัญหาที่ยืดหยุ่นมากขึ้น (Formal operation) ซึ่งวัยรุ่นในอายุประมาณ 11 ปี จะเริ่มมีการคิดอย่างเป็นสมมติฐาน มีการสร้างข้อสรุปที่เป็นเหตุเป็นผลจากข้อมูลที่สังเกตได้ และพัฒนาความคิดเชิงนามธรรมที่เป็นแนวทางสำหรับการตัดสินใจและการปฏิบัติต่อไป นอกจากนี้ความคิดแบบปฏิบัติการด้านนามธรรมซึ่งทำให้คนเป็นอิสระจากการกีดกันของสิ่งแวดล้อม ก็มีความเกี่ยวข้องกับรูปแบบการรู้คิด (Cognitive style) ด้วย โดยคนที่เป็นอิสระจากตัวชี้แนะ (Field-Independent) จะทำงานทางปฏิบัติการด้านนามธรรมได้ดีกว่าคนที่พึ่งพาตัวชี้แนะ (Field Dependent) และคนที่คิดใคร่ครวญ (Reflective) จะทำได้ดีกว่าคนหุนหัน (Impulsive)

อย่างไรก็ตาม กระบวนการคิดของวัยรุ่นก็มีแนวโน้มที่จะตัดสินใจตามอารมณ์มากกว่าผู้ใหญ่ ส่งผลให้ทำพฤติกรรมที่มีความเสี่ยงมากกว่า และการคิดแบบปฏิบัติด้านนามธรรมก็มีผลต่ออารมณ์ของวัยรุ่น เนื่องจากการที่วัยรุ่นสามารถเปรียบเทียบสิ่งที่น่าจะเป็นกับความเป็นจริง ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นเกิดความไม่พอใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ มากมาย อีกทั้งการคิดแบบปฏิบัติด้านนามธรรมก็มีผลต่อทัศนคติที่วัยรุ่นมีต่อตนเองด้วย โดยวัยรุ่นจะคิดย้อนไปถึงเรื่องเก่า ๆ วิเคราะห์และวิจารณ์ตัวเอง (เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์, 2550)

### 1.1.4 พัฒนาการด้านจริยธรรมของวัยรุ่น

ในทฤษฎีพัฒนาการด้านจริยธรรมของ Kohlberg (Colby & Kohlberg, 1987; Kohlberg, 1976, 1981, 1984 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) อธิบายว่า วัยรุ่นหลายคนอาจมีพัฒนาการอยู่ในระดับก่อนกฎเกณฑ์ (Preconventional Level) ที่มีมุมมองที่ยึดเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง และมีการกระทำทางจริยธรรมเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ แต่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีจริยธรรมตามกฎเกณฑ์ (Conventional Level) เนื่องจากการคิดเกี่ยวกับจริยธรรมมีแนวโน้มที่จะได้รับมาจากสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และกฎเกณฑ์ทางสังคม ซึ่งมีการคำนึงถึงมุมมองของผู้อื่น และการกระทำทางจริยธรรมได้รับอิทธิพลมาจากความคาดหวังของกฎเกณฑ์ทางสังคม และความต้องการที่จะได้รับการมองว่าเป็นคนดี ซึ่งพัฒนาการด้านจริยธรรมนั้น ก็ได้มีความเกี่ยวข้องกับครอบครัว ชุมชน และสังคมที่ให้มาตรฐานของความถูกต้องและความผิด

พัฒนาการวัยรุ่นในแต่ละด้านนั้น เป็นกระบวนการที่วัยรุ่นต้องเผชิญ ซึ่งบางครั้งก็อาจนำมาซึ่งความยากลำบากจนก่อให้เกิดปัญหาตามมาได้ โดยที่สภาพแวดล้อมทางสังคมนั้นก็มิมีอิทธิพลในการพัฒนาของวัยรุ่นทั้งในการส่งเสริมการเกิดปัญหาและการช่วยเหลือการเติบโตก้าวพ้นความยากลำบากได้ ซึ่งลักษณะของวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในพัฒนาการสู่ความเป็นผู้ใหญ่ นั้น จะมีวุฒิภาวะทางชีววิทยา มีความรู้สึกมั่นคงเกี่ยวกับตนเอง มีความสามารถที่จะมีความสุขกับมิตรภาพที่ใกล้ชิดและการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และมีความสามารถที่จะจัดการกับความท้าทายที่เข้ามาในชีวิต (Milkman & Wanberg, 2012)

## 1.2 การปรับตัว

### 1.2.1 ความหมายและลักษณะของการปรับตัว

การปรับตัวนั้น Lazarus (1976) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า เป็นการต่อสู้ของบุคคลเพื่อรับมือหรืออยู่รอดในสังคมและสภาพแวดล้อมทางกายภาพของเขาได้ ซึ่งประกอบไปด้วยกระบวนการสองอย่าง อันได้แก่ การปรับตนเองให้เข้ากับสภาพการณ์ที่ได้รับ และการเปลี่ยนสภาพการณ์ให้เข้ากับความต้องการของตนเอง

Worchel และ Goethals (1989) ได้ให้นิยามไว้ว่า การปรับตัวของบุคคลนั้น เป็นงานประจำวันของการเผชิญกับตัวเราเอง สภาพแวดล้อมของเรา และบุคคลอื่นที่เราพบเจอ ซึ่งการปรับตัวนั้นเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน โดยเกี่ยวข้องกับ 1) การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตัวเราเองและสังคมกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพของเรา 2) การใช้ความเข้าใจของเราในการตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงสำหรับตัวเรา 3) การใช้ความสามารถของเราในการควบคุมสภาพแวดล้อมและโชคชะตาเพื่อที่จะสามารถไปถึงเป้าหมายได้และ 4) การไวต่อความต้องการและความห่วงกังวลของผู้อื่นเพื่อที่จะจะสามารถมีส่วนร่วมในเชิงบวกกับชีวิตของผู้อื่นได้ด้วย ซึ่งบุคคลที่มีการปรับตัวได้ดีคือบุคคลที่จัดการกับความต้องการส่วนบุคคลและสถานการณ์ได้อย่างสำเร็จและมีประสิทธิภาพ

เปรมพร มันเสมอ (2545) ได้สรุปความหมายการปรับตัวว่าคือ กระบวนการทางจิตใจที่บุคคลต้องเผชิญในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และจัดการกับความต้องการ ความกดดัน ความท้าทาย และปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งจากตนเองและสิ่งแวดล้อม แล้วสามารถนำประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถเปลี่ยนแปลงตนให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ โดยที่ตนเองรู้สึกมีความสุขทั้งกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น

จากนิยามดังกล่าว กล่าวโดยสรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่บุคคลต้องเผชิญในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้และเข้าใจทั้งเกี่ยวกับตนเองและสภาพแวดล้อม แล้วนำความเข้าใจและประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาปรับเปลี่ยนตนเองให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น และบางครั้งก็อาจปรับเปลี่ยนสภาพการณ์ให้เหมาะสมกับความต้องการของตนเอง

การปรับตัวเป็นสิ่งสำคัญต่อการแก้ปัญหา ซึ่งสามารถเกี่ยวข้องกับความคิด ที่รวมถึงการแก้ปัญหาชีวิตอย่างไม่มีประสิทธิภาพ รูปแบบพฤติกรรมที่ไร้เหตุผลและยุ่งเหยิง ความโศกเศร้า และโรคทางร่างกาย อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าปัญหาก็จะได้รับการประเมินว่าเป็นความท้าทาย ความเจ็บปวด หรือการสูญเสีย หรือการคุกคาม บุคคลก็ต้องจัดการกับปัญหาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ซึ่งการที่บุคคลดำเนินการกับสถานการณ์มักถูกเรียกว่าการเผชิญปัญหา (coping) (Lazarus, 1976) กลวิธีการเผชิญ

ปัญหาต่าง ๆ นั้น Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ได้เสนอไว้ทั้งหมด 18 กลวิธี ได้แก่

1. การแสวงหาความเพลิดเพลินเพื่อการผ่อนคลาย (Seek Relaxing Diversion) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ ที่กระทำแล้วทำให้บุคคลรู้สึกเพลิดเพลิน หรือบุคคลรู้สึกผ่อนคลายจากปัญหาหรือความเครียดได้ โดยเป็นวิธีที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย และไม่เกี่ยวข้องกับการกีฬา เช่น การฟังเพลง การเล่นดนตรี หรือการพักผ่อน เป็นต้น

2. การทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work & Achieve) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จ หรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน เช่น การขยันทำงานมากขึ้น การติดตามงานที่ต้องการจะทำ เป็นต้น

3. การแก้ปัญหา (Solving the Problem) เป็นกระบวนการคิด ทำความเข้าใจกับปัญหาสาเหตุ เพื่อหาวิธีในการแก้ปัญหา แล้วดำเนินการหรือลงมือแก้ปัญหามาตามขั้นตอน ซึ่งเป็นวิธีการจัดการกับปัญหาอย่างเป็นระบบ

4. การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย (Physical Recreation) เป็นการปฏิบัติด้วยวิธีต่าง ๆ เพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลาย และมีสุขภาพที่แข็งแรง เช่น การเล่นกีฬา หรือ ออกกำลังกาย เป็นต้น

5. การคบหาเพื่อนสนิท (Investing in Close Friend) เป็นการกระทำเพื่อสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีหรือสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนชายหรือหญิง เช่น การให้เวลากับเพื่อน การนัดพบปะเพื่อนฝูง เป็นต้น

6. การมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) เป็นการมองสถานการณ์ หรือปัญหานั้น ๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิตและสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำชีวิตให้สดใส ร่าเริง เป็นต้น

7. การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Seek to Belong) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ ที่กระทำแล้วทำให้ตนเองได้รับการยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น การพยายามทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองประทับใจตนเอง การพยายามทำตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ เป็นต้น

8. การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นจัดการกับปัญหา แต่วิธีการจัดการนั้นอาศัยความช่วยเหลือ หรือสนับสนุนจากผู้ที่อยู่รอบข้าง เช่น การขอความช่วยเหลือจาก พ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ขอคำแนะนำจากผู้อื่นมาแก้ปัญหของตน เป็นต้น

9. การแสวงหาการสนับสนุนทางจิตใจ (Seeking Spiritual Support) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหา โดยการนำเอาความเชื่อความศรัทธาทางศาสนา มาใช้จัดการกับปัญหา เช่น การสวดมนต์อ้อนวอนให้พระคุ้มครอง หรือการอ่านหนังสือธรรมะ เป็นต้น

10. การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ (Seeking Professional Help) เป็นการเผชิญปัญหาโดยมุ่งจัดการที่สาเหตุของปัญหา แต่การจัดการกับปัญหานั้นอาศัยความช่วยเหลือสนับสนุนจากผู้เชี่ยวชาญโดยเฉพาะ เช่น การขอรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

11. การรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา (Social Action) เป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยใช้การรวมกลุ่ม หรือหาพวกมาร่วมกันจัดการกับปัญหาแทนการจัดการกับปัญหาด้วยตัวเองเพียงลำพัง

12. การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา (Wishful Thinking) เป็นการจัดการกับปัญหาโดยใช้การคิด หวัง หรือปรารถนาที่จะให้ปัญหาหรือความทุกข์คลี่คลายลง เช่น การปรารถนาจะให้สิ่งปาฏิหาริย์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น หรือการคิดจินตนาการว่าทุก ๆ สิ่งจะกลับจากร้ายกลายเป็นดี เป็นต้น

13. การเก็บปัญหาไว้คนเดียว (Keep to Self) เป็นการเก็บเอาความคิด ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ หรือความกดดันต่าง ๆ ไว้กับตนเอง และหลีกเลี่ยงที่จะพบปะผู้อื่น

14. การตำหนิตนเอง (Self Blame) เป็นการโทษตนเอง ตำหนิตนเองว่าเป็นตัวการที่ทำให้ความยุ่งยากหรือปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้น มักจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถจะจัดการกับปัญหาได้ หรือมองไม่เห็นทางออกของปัญหา

15. การมีความกังวล (Worry) เป็นการลดความคับข้องใจ หรือความกดดันทางอารมณ์ด้วยการคิดเกี่ยวกับปัญหามากขึ้น แต่ไม่สามารถช่วยให้ความทุกข์ลดลงได้ เนื่องจากความคิมนั้นมักเป็นความคิดในทางลบ

16. การไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the Problem) เป็นการตัดปัญหา หลีกเลี่ยงปัญหา และไม่ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ตนเองรู้สึกดี

17. การไม่เผชิญกับปัญหา (Not Coping) เป็นวิธีการที่แสดงให้เห็นถึงการที่บุคคลไม่สามารถจัดการใด ๆ กับปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ และมีแนวโน้มที่พัฒนาไปสู่อาการทางกายที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ

18. การลดความตึงเครียด (Tension Reduction) เป็นการแสวงหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อจะช่วยให้ความเครียดลดลง เช่น การดื่มเหล้า สูบบุหรี่ หรือการใช้จ่ายเซพติด เป็นต้น

นอกจากนี้ Lazarus และ Folkman (1984) ยังได้แบ่งรูปแบบของการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 รูปแบบอันได้แก่ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา และการเผชิญปัญหาโดยมุ่งเน้นที่อารมณ์ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) เป็นกลวิธีการเผชิญปัญหาที่ใช้เพื่อพยายามแก้ไขปัญหา อย่างการทำความเข้าใจปัญหาให้ชัดเจน การมองหาทางแก้ปัญหาดัง ๆ พิจารณาน้ำหนักของข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก และเลือกสิ่งที่จะนำไปปฏิบัติในการแก้ปัญหา โดยกลวิธีการนี้อาจมุ่งแก้ไขปรับเปลี่ยนที่สถานการณ์ หรือมุ่งแก้ที่ตนเอง ซึ่งตามกลวิธีการของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ที่จัดอยู่ในรูปแบบการเผชิญปัญหานี้ ได้แก่ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการแสวงหาความเพ็ดเพลินเพื่อการผ่อนคลายการทำงานและสัมฤทธิ์ผล การแก้ปัญหา การผ่อนคลายทางด้านร่างกาย การคบหาเพื่อนสนิท การแสวงหาการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม การแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ และการรวมกลุ่มจัดการกับปัญหา

การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) เกี่ยวข้องกับกระบวนการทางความคิดเพื่อการลดความเครียดทางอารมณ์ รวมถึงกลวิธีการหลีกเลี่ยง การลดการหนีห่าง การเลือกสนใจรับรู้ การเปรียบเทียบเชิงบวก และการยึดคุณค่าด้านบวกจากเหตุการณ์ทางลบ ซึ่งตามกลวิธีการของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ที่จัดอยู่ในรูปแบบการเผชิญปัญหานี้ ได้แก่ การมีความคิดที่เป็นความปรารถนา การแสวงหาการสนับสนุน

ทางด้านจิตใจ การมุ่งเน้นในด้านบวก การไม่รับรู้ปัญหา การตำหนิตนเอง การลดความตึงเครียด การเก็บปัญหาไว้คนเดียว และการมีความกังวล

กลวิธีในการเผชิญปัญหานั้น ยังมีการจัดกลุ่มของ Ayers, Sandier, West และ Roosa (1996) ใน 5 มิติ ได้แก่

1. กลวิธีมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused strategies) เป็นกลวิธีที่แทนลักษณะของการตัดสินใจด้วยความคิดและแก้ปัญหาโดยตรง ซึ่งลักษณะเหล่านี้สะท้อนถึงความพยายามทางความคิดและพฤติกรรมในการจัดการหรือเปลี่ยนแปลงปัญหาที่เป็นสาเหตุของความทุกข์ โดยมีงานวิจัยที่พบว่าการแก้ปัญหาของเด็กมีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตและการใช้สารเสพติด และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Glyshaw, Cohen, & Towbes, 1989; Wills, 1986, 1989 อ้างถึงใน Ayers et al., 1996)

2. กลวิธีมุ่งเน้นที่อารมณ์โดยตรง (Direct emotion-Focused strategies) เป็นกลวิธีที่แทนสามลักษณะ ได้แก่ การแสวงหาความเข้าใจ การปรับเปลี่ยนความคิดเชิงบวก และการแสดงความรู้สึก ซึ่งลักษณะเหล่านี้สะท้อนถึงความพยายามที่จะจัดการกับการตอบสนองทางอารมณ์ต่อเหตุการณ์ตึงเครียดด้วยรูปแบบที่กระตือรือร้นและสร้างสรรค์

3. กลวิธีหันไปสนใจสิ่งอื่น (Distraction strategies) เป็นกลวิธีที่แทนลักษณะของการผ่อนคลายอารมณ์ทางด้านร่างกาย และการกระทำในสิ่งอื่น ความคล้ายคลึงกันของสองลักษณะนี้ คือ การที่เด็กหรือวัยรุ่นใช้กิจกรรมหรือแรงจูงใจอย่างอื่นเพื่อหันเหความสนใจของพวกเขาจากการจัดการหรือคิดเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา

4. กลวิธีหลีกเลี่ยง (Avoidance strategies) เป็นกลวิธีที่แทนลักษณะของการกระทำที่เป็นการหลีกเลี่ยง และการหลีกเลี่ยงทางความคิด ซึ่งเป็นความพยายามที่จะจัดการอารมณ์ด้วยการพยายามที่จะหลีกเลี่ยงหรือหยุดการคิดเกี่ยวกับปัญหาอย่างสิ้นเชิง

5. กลวิธีแสวงหาการสนับสนุน (Support-seeking strategies) ประกอบด้วย ลักษณะการสนับสนุนซึ่งมุ่งเน้นที่ปัญหา และการสนับสนุนซึ่งมุ่งเน้นที่อารมณ์

ในการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลนั้น แหล่งทรัพยากรที่มีส่วนช่วยในการเผชิญปัญหา Lazarus และ Folkman (1984) ได้แจกแจงว่าคือสิ่งต่อไปนี้

1. ภาวะสุขภาพและพลังกำลังของบุคคล (Health and Energy) โดยบุคคลที่อ่อนแอ เจ็บป่วย เหนื่อยล้า หรืออยู่ในภาวะอ่อนเพลีย จะมีพลังกำลังที่จะเผชิญกับปัญหาน้อยกว่าบุคคลที่มีสุขภาพดีแข็งแรง

2. ความเชื่อในทางบวก (Positive Believe) มุมมองต่อตนเองในทางบวกเป็นแหล่งทรัพยากรทางจิตใจที่สำคัญมาอย่างหนึ่งสำหรับการเผชิญปัญหา โดยความเชื่อนั้นเป็นรากฐานของความหวังและการสนับสนุนความสามารถในการเผชิญปัญหา ซึ่งตัวอย่างหนึ่งของความเชื่อที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา คือ ความเชื่ออำนาจภายในตน กับความเชื่อในอำนาจภายนอก

3. ทักษะในการแก้ปัญหา (Problems – Solving Skills) ประกอบด้วย ความสามารถในการค้นหาข้อมูล การวิเคราะห์สถานการณ์เพื่อการระบุปัญหาสำหรับการสร้างทางเลือกในการลงมือจัดการปัญหา การชั่งน้ำหนักของแต่ละทางเลือกในการจัดการปัญหา และการเลือกกับการดำเนินการ

ตามแผนการที่เหมาะสม (Janis, 1974; Janis & Mann, 1977 อ้างถึงใน Lazarus & Folkman, 1984)

4. ทักษะทางด้านสังคม (Social Skills) คือ ความสามารถที่จะติดต่อสื่อสารและการปฏิบัติตนกับผู้อื่นอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ทักษะทางสังคมนั้นช่วยการแก้ไขปัญหาในการร่วมมือกับผู้อื่น เพิ่มแนวโน้มของการเข้ามาร่วมมือหรือสนับสนุน และทำให้สามารถควบคุมการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้มากยิ่งขึ้น

5. การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) การมีบุคคลที่ให้การสนับสนุนทางอารมณ์ การให้ข้อมูลความรู้ หรือการสนับสนุนที่เป็นรูปธรรม ก็เป็นแหล่งทรัพยากรอย่างหนึ่งที่ช่วยในการเผชิญปัญหา

6. แหล่งทรัพยากรทางด้านวัตถุ (Material Resources) บุคคลที่มีเงินทอง สิ่งของ และสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ โดยเฉพาะถ้ามีความสามารถที่จะใช้สิ่งเหล่านี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ก็สามารถช่วยให้เข้าถึงความช่วยเหลือทางกฎหมาย การรักษาพยาบาล การเงิน และจากผู้เชี่ยวชาญได้มากขึ้น

### 1.2.2 ลักษณะการปรับตัวของวัยรุ่น

สำหรับวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่มีแนวโน้มที่จะเผชิญกับมรสุมและความตึงเครียด (storm and stress) มากกว่าวัยอื่น ๆ (Arnett, 1999) ประสบการณ์ชีวิตที่ตึงเครียดที่ส่งผลกระทบต่อปรับตัวของวัยรุ่นนั้น พบว่าได้รับการสื่อมาจากกระบวนการที่ใกล้ชิดมากขึ้นในสภาพแวดล้อมทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เหตุการณ์สำคัญในชีวิตมีความเกี่ยวข้องกับความยากลำบากทางอารมณ์และพฤติกรรม ซึ่งผลกระทบของความทุกข์ยากที่เรื้อรัง ก็ได้รับการสื่อมาจากสภาพแวดล้อมในครอบครัว และกระบวนการความตึงเครียดที่เรื้อรัง โดยความแตกต่างของแต่ละบุคคลในกระบวนการพัฒนาของวัยรุ่น มีความเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นมีความเสี่ยงต่อวิถีทางลบ และปัจจัยที่ป้องกันจากเส้นทางลบ (Compas et al., 1995)

ปัจจัยเสี่ยง (Risk factor) นั้น ได้รับการนิยามว่าเป็นลักษณะใด ๆ ที่กระตุ้นหรือส่งเสริมพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยการส่งเสริมการกระทำที่เข้ากันไม่ได้กับการอยู่ในโรงเรียน หรือสร้างสถานการณ์ที่ทำให้ลดการเข้าไปมีส่วนร่วมในโรงเรียน ส่วนปัจจัยป้องกัน (Protective factor) นั้น ได้รับการนิยามในทางตรงกันข้าม โดยหมายถึงปัจจัยใด ๆ ที่ส่งเสริมการควบคุมส่วนบุคคลหรือทางสังคมต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยการส่งเสริมกิจกรรมที่เป็นทางเลือก หรือกิจกรรมที่เข้ากันไม่ได้กับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และการส่งเสริมความเข้มแข็งและการทำตามกฎเกณฑ์ของสถาบันตามขนบธรรมเนียม (Jessor, Turbin, & Costa, 1998)

กระบวนการที่ส่งผลต่อพัฒนาการของความสามารถในการเผชิญปัญหาในวัยรุ่นประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการทางความคิด ชีวิตวิทยา อารมณ์ และสังคม โดยการคิดแบบปฏิบัติด้านนามธรรมอาจช่วยวัยรุ่นในการเลือกกลวิธีการเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะพวกเขาอาจสามารถคิดแบบนามธรรมได้ดีขึ้น ที่จะพิจารณาในหลากหลายประเด็นและประเมินผลที่จะตามมา และพัฒนาการทางสังคมเชิงบวกก็เป็นสิ่งสำคัญต่อการมีวุฒิภาวะของความสามารถทางความคิดที่มีอิทธิพลต่อการมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (Fields & Prinz, 1997) ซึ่งวัยรุ่นทุกคนมีความต้องการระยะยาวในสิ่งที่จะช่วยให้พวกเขาเป็นผู้ใหญ่ที่ปรับตัวได้ดี อันได้แก่ ความต้องการที่จะประสพกับความรู้สึกของความสำเร็จในฐานะมนุษย์ ความต้องการที่จะได้เป็นสมาชิกที่สำคัญใน

กลุ่มทางบวกและสร้างสรรค์ ความต้องการที่จะรับรู้แหล่งทรัพยากรทางจริยธรรมสำหรับการตัดสินใจที่เหมาะสม และความต้องการที่จะเข้าใจถึงการใช้จ่ายจากโครงสร้างสังคมที่สนับสนุนและเข้าถึงได้ (Atherton, 2010)

การปรับตัวสำหรับวัยรุ่นที่เป็นนิสิตนักศึกษานั้น มีทั้งการปรับตัวด้านการศึกษา ด้านสังคม และด้านส่วนตัวและอารมณ์ โดยการปรับตัวด้านการศึกษาเกี่ยวข้องกับประสบการณ์จากข้อกำหนดของงานทางการศึกษา อย่างที่คนคิดต่อเป้าหมายทางการศึกษาและงานทางการศึกษา การปรับตัวต่องานทางการศึกษา ประสิทธิภาพหรือความเพียงพอในการพยายามทางการเรียน และความสามารถที่จะยอมรับในสภาพแวดล้อมทางการศึกษา การปรับตัวด้านสังคมเกี่ยวข้องกับการอยู่ในสังคมทางการศึกษาที่มีการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นที่อายุใกล้เคียงกันเป็นเวลายาวนาน โดยมีเรื่องของกิจกรรมและการทำหน้าที่ทางสังคม การจัดการกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การย้ายสังคม และความสามารถที่จะยอมรับในสภาพแวดล้อมทางสังคม ส่วนการปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์เกี่ยวข้องกับการจัดการกับปัญหาทางจิตใจ หรือผลกระทบทางร่างกายที่มาจากปัญหาทางจิตใจ (Baker & Siryk, 1984)

ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่นนั้น อาจเกิดเป็นภาวะของการปรับตัวที่ผิดปกติ (adjustment disorder) ซึ่งเป็นลักษณะของการตอบสนองต่อความเครียดที่มากเกินไป หรือการตอบสนองที่ส่งผลกระทบต่อการทำงานที่ทางสังคม หรือการศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ โดยจำแนกออกเป็น 6 กลุ่มย่อย ได้แก่ 1) การปรับตัวที่ผิดปกติด้วยอารมณ์ซึมเศร้า (Adjustment disorder with depressed mood) 2) การปรับตัวที่ผิดปกติด้วยความวิตกกังวล (Adjustment disorder with anxiety) 3) การปรับตัวที่ผิดปกติด้วยความวิตกกังวลและอารมณ์ซึมเศร้า 4) การปรับตัวที่ผิดปกติด้วยการก่อตัวของพฤติกรรมที่ผิดปกติ (Adjustment disorder with disturbance of conduct) 5) การปรับตัวที่ผิดปกติด้วยการก่อตัวร่วมกันของอารมณ์และพฤติกรรมที่ผิดปกติ (Adjustment disorder with mixed disturbance of emotions and conduct) และ 6) การปรับตัวที่ผิดปกติอื่น ๆ ที่ไม่ได้จัดระบบอย่างเฉพาะเจาะจง (Adjustment disorder unspecified) โดยในวัยรุ่นนั้นจะมีลักษณะการปรับตัวที่ผิดปกติทางพฤติกรรมมากกว่าในผู้ใหญ่ ("Child and adolescent mental health," n.d.)

การปรับตัวของวัยรุ่นนั้น กล่าวโดยสรุปได้ว่า วัยรุ่นเผชิญกับประสบการณ์ชีวิตที่มีสภาพแวดล้อมทางสังคมเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งอาจมีความเกี่ยวข้องกับความยากลำบากทางอารมณ์และพฤติกรรมโดยมีทั้งปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันต่าง ๆ ที่มีความเชื่อมโยงกับการปรับตัวของวัยรุ่นแต่ละคน ซึ่งวัยรุ่นที่เป็นนิสิตนักศึกษานั้นมีการปรับตัวทั้งด้านการศึกษา ด้านสังคม และด้านส่วนตัวและอารมณ์

## 2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัว

### 2.1 ทฤษฎีครอบครัว

ทฤษฎีครอบครัวต่าง ๆ ที่อธิบายถึงลักษณะของครอบครัวต่อวัยรุ่นและความขัดแย้งในครอบครัว ได้แก่ ทฤษฎีระบบครอบครัว ทฤษฎีพัฒนาการของครอบครัว และทฤษฎีระบบนิเวศน์ของครอบครัว

### 2.1.1 ทฤษฎีระบบครอบครัว (Family Systems Theory)

ครอบครัวประกอบไปด้วยระบบย่อยของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งแต่ละระบบย่อยต่างมีความสัมพันธ์กัน พฤติกรรมของสมาชิกคนหนึ่ง ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรมของสมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ โดยระบบครอบครัวมีการทำหน้าที่ต่าง ๆ คือ การสื่อสาร การแก้ปัญหา การทำตามบทบาท การตอบสนองทางอารมณ์ ความผูกพันทางอารมณ์ และการควบคุมพฤติกรรม ซึ่งกรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ (2554) ได้ให้คำอธิบายดังต่อไปนี้

การสื่อสารของครอบครัว หมายถึง การแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างสมาชิกในครอบครัว ซึ่งกระทำได้ทั้งโดยการใช้คำพูด และไม่ใช้คำพูด โดยระบบครอบครัวจะทำหน้าที่ได้ดีเมื่อการสื่อสารมีเนื้อหาที่ชัดเจนไม่คลุมเครือ และสื่อตรงไปยังผู้รับสารอย่างไม่อ้อมค้อม

การแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถของระบบครอบครัวในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หรือจัดการกับสิ่งที่มาคุกคามความมั่นคงหรือความเป็นปกติสุขของระบบครอบครัวได้อย่างเหมาะสม ทำให้ครอบครัวนั้นสามารถทำหน้าที่ต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การทำตามบทบาท หมายถึง การปฏิบัติตามแบบแผนพฤติกรรมของสมาชิกครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวดำรงอยู่ได้เป็นปกติสุข เช่น การจัดหาปัจจัยสี่ และการเลี้ยงดูสมาชิกครอบครัว

การตอบสนองทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของสมาชิกครอบครัวที่จะตอบสนองทางอารมณ์แก่กันอย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะป็นอารมณ์ปกติหรืออารมณ์วิกฤต

ความผูกพันทางอารมณ์ หมายถึง ระดับความห่วงใยที่สมาชิกในครอบครัวมีต่อกัน รวมถึงการแสดงออกซึ่งความสนใจและการเห็นคุณค่าของกันด้วย โดยครอบครัวที่ทำหน้าที่ได้ดีนั้น ความผูกพันทางอารมณ์ที่สมาชิกครอบครัวมีต่อกันจะต้องเหมาะสมกับความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่ง และจะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละระยะความเปลี่ยนแปลงของชีวิต

การควบคุมพฤติกรรม หมายถึง วิธีการที่ครอบครัวใช้จัดการกับพฤติกรรมของสมาชิกครอบครัว เพื่อให้ประพฤติดนอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม ไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น ซึ่งหมายรวมถึงการรักษาระเบียบของครอบครัวด้วยการควบคุมพฤติกรรม โดยมีทั้งลักษณะแบบเข้มงวดแบบยืดหยุ่น แบบปล่อยปละละเลย และแบบยุ่งเหยิง

การทำหน้าที่ในครอบครัวนั้น สามารถบอกถึงคุณภาพของชีวิตครอบครัวในระดับที่เป็นระบบ เช่น สุขภาวะ ความสามารถ จุดแข็ง และจุดอ่อนของครอบครัว (Shek, 2002 อ้างถึงใน Shek, 2005) ซึ่งโบเวน ผู้คิดทฤษฎีระบบครอบครัว ได้มีแนวคิดที่อธิบายการทำหน้าที่ของครอบครัว ในเรื่องความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม การแยกตนเป็นอิสระ และระบบทางอารมณ์ของครอบครัวดังต่อไปนี้

1) ความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม (Triangle) หมายถึงการรวมตัวของบุคคล 3 ฝ่ายในครอบครัว เสมือนว่าแต่ละคนเป็นแต่ละด้านของสามเหลี่ยม ซึ่งมักจะมี 2 ด้าน คือด้านที่เป็นปกติและด้านที่มีความขัดแย้ง โดยด้านที่มีความขัดแย้งนั้น เกิดขึ้นในยามที่มีความเครียดระหว่างบุคคล 2 คน ซึ่งจะมีการใช้บุคคลที่สามมาเป็นผู้รองรับความเครียดแทนเมื่อแบบแผนของระบบพฤติกรรมเกิดขึ้นซ้ำ ๆ มานานหลายปี สมาชิกทั้งหลายที่อยู่ในความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม ก็จะสร้างบทบาทที่คงที่ตายตัวในความสัมพันธ์ต่อกัน (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554)

2) การแยกตนเป็นอิสระ (Differentiation) หมายถึง ความเป็นตัวของตัวเองของบุคคลในครอบครัว ซึ่งยิ่งบุคคลสามารถแยกตนเป็นอิสระได้มากก็จะยิ่งพึ่งพากันน้อยลง และยิ่งมีความยืดหยุ่น



ในรูปแบบความสัมพันธ์แบบสามเหลี่ยมมากขึ้น โดยบุคคลที่มีระดับการแยกตนเป็นอิสระค่อนข้างต่ำ มีแนวโน้มที่จะอ่อนไหวและไวต่อความเครียดมากกว่า และมักมีปัญหาทางจิตใจมากกว่า ส่วนบุคคลที่มีระดับการแยกตนเป็นอิสระค่อนข้างสูง จะมีความสามารถในการเผชิญสถานการณ์ตึงเครียดได้มากกว่า และสามารถคืนตัวจากความตึงเครียดได้รวดเร็วกว่า (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554)

3) ระบบทางอารมณ์ของครอบครัว (Nuclear Family Emotional System Process) คือ ระบบที่ประกอบด้วยความเป็นตนที่ไม่เป็นอิสระของพ่อ แม่ ลูก โดยยังมีความไม่เป็นตัวของตัวเอง มากยิ่งขึ้นจะมีโอกาสที่จะมีปัญหาเพิ่มขึ้น ซึ่งคู่สมรสในครอบครัวได้สร้างแบบแผนชีวิตที่สอดคล้องไปกันได้กับระดับความเป็นอิสระในตนเองขึ้นมา แบบแผนชีวิตนี้ก็จะเป็นตัวกำหนดลักษณะและชนิดของ ปัญหาที่จะต้องพบในอนาคต ความกดดันในชีวิตประจำวัน การปรับตัวเข้าหากันของสมาชิก ครอบครัว และการเผชิญปัญหาต่าง ๆ รอบตัว อาจจะก่อให้เกิดปัญหาหรือความกดดันในสัมพันธ์ภาพได้ (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554)

### 2.1.2 ทฤษฎีพัฒนาการของครอบครัว (Family Development Theory)

ทฤษฎีนี้อธิบายถึงการที่ครอบครัวเปลี่ยนผ่านเข้าสู่เวลาที่สมาชิกครอบครัวเข้ามาหรือจากไป ผ่านการเกิดและตาย การแต่งงานและหย่าร้าง และอื่น ๆ ที่เป็นเหตุการณ์ชีวิตที่ปกติและไม่ปกติ ซึ่งการประยุกต์ใช้ทางทฤษฎีจะให้ความสนใจบางส่วนต่อขั้นของวงจรชีวิตครอบครัว (family life cycle) และงานทางพัฒนาการ (developmental tasks) (Gavazzi, 2011)

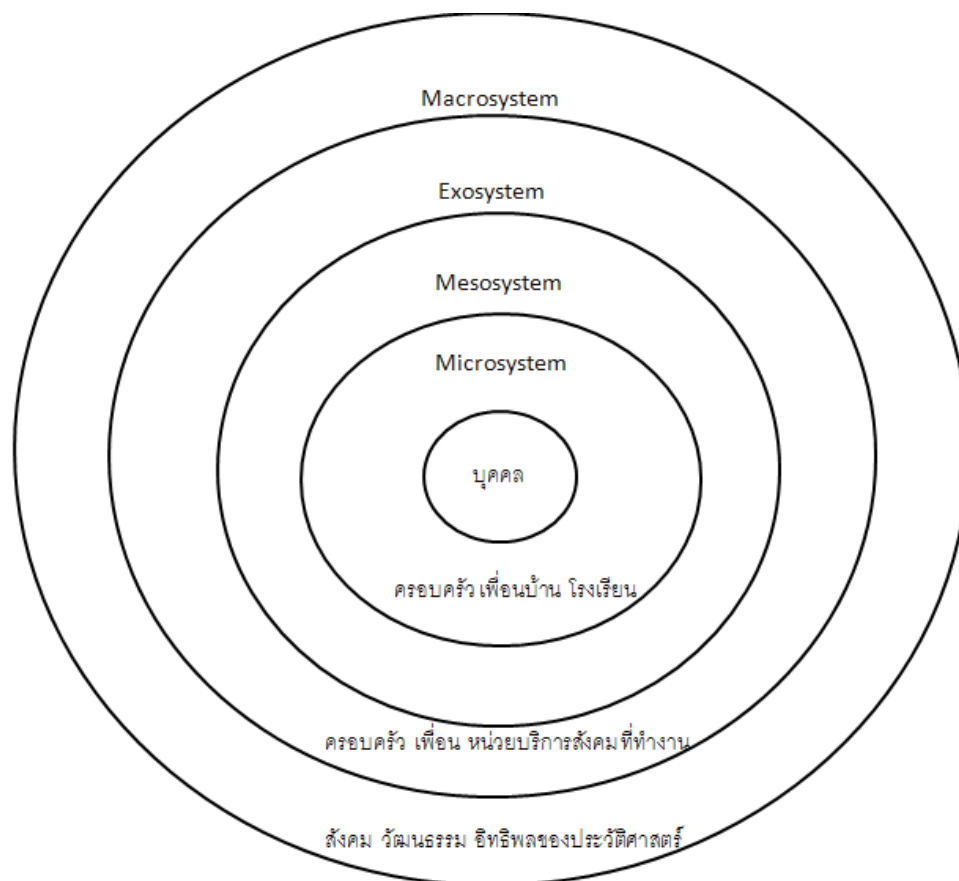
ในขั้นของวงจรชีวิตครอบครัวตามการแบ่งของ Carter และ McGoldrick (1980 อ้างถึงใน Gavazzi, 2011) ช่วงเวลาที่ลูกเป็นวัยรุ่นนั้น มีศูนย์กลางอยู่ในรูปแบบของการเพิ่มความยืดหยุ่นให้กับขอบเขตของครอบครัว เพื่อที่จะเอื้อต่อการพึ่งพาตนเองที่มากขึ้นของวัยรุ่น และรองรับการพึ่งพาที่เพิ่มขึ้นของปู่ย่าตายายและสมาชิกคนอื่นที่อาวุโสมากขึ้น ซึ่งครอบครัวมีภารกิจที่ต้องทำคือ ต้องปรับเปลี่ยนกฎระเบียบ บรรทัดฐาน ค่านิยม และความคาดหวังให้เหมาะสม ต้องมีการประนีประนอมกับลูกวัยรุ่นในเรื่องที่ขัดแย้งกันได้ ไม่เช่นนั้นจะเกิดความตึงเครียดภายในครอบครัว และส่งผลเสียต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของลูก (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544)

### 2.1.3 ทฤษฎีระบบนิเวศน์ของครอบครัว (Ecological Theory)

เป็นทฤษฎีที่พยายามที่จะวางระบบครอบครัวอยู่ในบริบททางสังคมที่ใหญ่กว่า ซึ่งพัฒนาโดย Bronfenbrenner (1979 อ้างถึงใน Gavazzi, 2011) โดยเน้นถึงด้านของพัฒนาการมนุษย์ที่หลากหลายและการปฏิสัมพันธ์ของบุคคลในแต่ละเวลา กับบริบททางระบบนิเวศน์ และเน้นถึงระดับของความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งมีชีวิตกับสิ่งแวดล้อม (ecosystem) โดยขนาดและขอบเขตเรียงจากระดับเล็กที่สุดไปหาใหญ่ที่สุด ได้แก่

- 1) ระบบจุลภาค (Microsystem) เกี่ยวข้องกับการปฏิสัมพันธ์ต่อหน้ากัน
- 2) ระบบกึ่งกลางระหว่างครอบครัวและสิ่งแวดล้อม (Mesosystem) เป็นการติดต่อกันระหว่างระบบจุลภาคเช่น การเชื่อมต่อระหว่างครอบครัวกับโรงเรียน
- 3) ระบบภายนอก (Exosystem) เกี่ยวข้องกับอิทธิพลของระบบที่ใหญ่กว่า เช่น เพื่อนบ้าน และชุมชน รวมถึงที่ทำงานของพ่อแม่ ซึ่งส่งผลต่อความสามารถในการดูแลลูกได้

4) ระบบมหภาค (Macrosystem) เป็นบริบททางสังคมที่ใหญ่กว่า เช่น ประเทศชาติ และ วัฒนธรรม ซึ่งปัจจัยที่เป็นตัวบ่งชี้ถึงอิทธิพลของ Macrosystem ต่อวัยรุ่นและครอบครัวของเขาได้แก่ การสำเร็จการศึกษา หน้าที่การงานปัจจุบัน รายได้ และโอกาสทางการจ้างงานของพ่อแม่



ภาพที่ 1 ระดับของความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งมีชีวิตกับสิ่งแวดล้อม (ecosystem) ตามทฤษฎีระบบนิเวศน์ (Ecological Theory) ของ Bronfenbrenner  
ที่มา: Cicchetti และ Cohen (2006)

นอกจากนี้ ทฤษฎีระบบนิเวศน์ของครอบครัว (Ecological Theory) ยังสามารถอธิบายเกี่ยวกับความรุนแรงในครอบครัวได้ จากการวิเคราะห์บุคคลแต่ละคนในครอบครัว การปฏิบัติหน้าที่ภายในครอบครัว ความตึงเครียดจากภายในและภายนอกครอบครัว การประคับประคองจากเครือข่ายต่าง ๆ รวมไปถึงค่านิยมของสังคม ซึ่งตัวแปรเหล่านี้มีบทบาทและความเกี่ยวข้องกันในการก่อให้เกิดความรุนแรงและทำให้ความรุนแรงดำเนินอยู่เรื่อย ๆ (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544)

## 2.2 ครอบครัวที่มีความขัดแย้ง

ความขัดแย้งในครอบครัว เป็นความขัดแย้งที่เกิดกับสมาชิกครอบครัวอันเป็นสัมพันธ์ภาพที่มีร่วมกันอย่างยาวนาน ซึ่งสมาชิกครอบครัวมักต้องมีการปฏิสัมพันธ์กันเป็นประจำและมีความผูกพันทางอารมณ์ที่สูงต่อกัน (Malek, 2010) กระบวนการของความขัดแย้ง เป็นกระบวนการที่สมาชิก

ตั้งแต่สองคนขึ้นไปเจรจาต่อรองทางแก้ปัญหาถึงความเชื่อ ทศนคติ หรือค่านิยมที่ขัดแย้งกัน และความขัดแย้งจะพัฒนามากขึ้นเมื่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้รับการคุกคามด้วย ความขัดแย้งนั้นเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะระบบครอบครัวมีประสบการณ์บางระดับที่คงที่ของความขัดแย้งอันเนื่องมาจาก 1) การเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องของสภาพแวดล้อมทางสังคม และ 2) การเติบโตอย่างต่อเนื่องของสมาชิกครอบครัว (Witt, n.d.)

นิยามของความขัดแย้งในครอบครัวนั้น Kramer, Boelk และ Auer (2006) ได้ให้ความหมายว่า คือ ความตึงเครียดหรือการต่อสู้ระหว่างบุคคลสองคนขึ้นไป ซึ่งมีความคิด ค่านิยม ความต้องการ หรือประสบการณ์ที่ตรงกันข้ามกันหรือเข้ากันไม่ได้ ซึ่ง Kramer, Kavanaugh, Trentham-Dietz, Walsh และ Yonker (2010) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าครอบครัวที่มีความขัดแย้งอาจอธิบายได้ในพฤติกรรมภายนอก เช่น การโต้เถียงกัน การไม่เห็นพ้องกัน การตะโกนใส่กัน และ/หรือความรู้สึกแค้นใจหรือโกรธในระหว่างสมาชิกครอบครัว นอกจากนี้ ในงานวิจัยของ 4Children (2012) ซึ่งเป็นองค์การการกุศลทางด้านเด็กและครอบครัว ได้สำรวจถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างความขัดแย้งของครอบครัวชาวสหราชอาณาจักร (Britain's families) จำนวนประมาณ 4 ล้านครอบครัว พบว่าสิ่งที่เกิดขึ้นในความขัดแย้งของครอบครัวจากระดับที่มากที่สุดไปหาน้อยที่สุด ได้แก่ การโต้เถียงกัน (64%) การตะโกนใส่กัน (57%) การด่าว่ากัน (29%) และการทำร้ายร่างกายกัน (10%)

สำหรับครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง Anderson, Anderson, Palmer, Mutchle และ Baker (2011) กล่าวว่า ครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงมีลักษณะที่สามารถจำแนกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม 1 การสื่อสารทางลบที่แผ่ขยาย และกลุ่ม 2 สภาพแวดล้อมที่เป็นปฏิปักษ์และมีความไม่มั่นคงทางอารมณ์ โดยมีรายละเอียดของลักษณะแต่ละกลุ่ม ดังนี้

กลุ่ม 1 การสื่อสารทางลบที่แผ่ขยาย (Pervasive Negative Exchanges) มีลักษณะที่ครอบครัวถึงการสื่อสารที่ไม่เหมาะสม ซึ่งมีการปกป้องตนเอง มีความรุนแรงในการสื่อสารต่อกัน และมีความขัดแย้งที่เพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยมีลักษณะย่อยได้แก่ การแผ่ขยาย (Pervasiveness) การปกป้องตนเอง (Defensiveness) ความก้าวร้าว (Aggression) การเพิ่มขึ้นของความขัดแย้ง (Escalation) และการอ้างเหตุผลเชิงลบและการคิดแบบแยกส่วน (Negative Attributions and Dualistic Thinking) ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

การแผ่ขยาย (Pervasiveness) ลักษณะเด่นของความขัดแย้งที่สูงระหว่างคู่สมรส คือ การมีความขัดแย้งเป็นตัวชี้นำปฏิสัมพันธ์ของคู่สมรส โดยมีความขัดแย้งเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วแสดงออกผ่านการสื่อสารที่อาจไม่ได้เริ่มต้นด้วยความขัดแย้ง แม้ว่าคู่สมรสจะมีความขัดแย้งในช่วงเวลาค่อนข้างสั้น แต่ก็ไปสู่ความขัดแย้งที่รุนแรงได้ โดยส่วนที่ทำให้ความขัดแย้งที่สูงยังคงอยู่ คือ ความล้มเหลวต่อการแก้ปัญหาหรือการประนีประนอม (Anderson et al., 2011)

การปกป้องตนเอง (Defensiveness) เมื่อมีความขัดแย้งที่แผ่ขยาย ความขัดแย้งยังคงอยู่เนื่องจากต่างฝ่ายต่างพยายามปกป้องตนเอง เพราะฉะนั้นปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นจะมีลักษณะการปกป้องตัวเอง การหลีกเลี่ยง การถอนตัว และการต่อต้านไม่ใส่ใจอีกฝ่าย หรือพยายามที่จะควบคุมอีกฝ่ายก่อนที่จะถูกควบคุม (Anderson et al., 2011)

ความก้าวร้าว (Aggression) การโต้ตอบของคู่สมรสจะมีความก้าวร้าวอย่างชัดเจน โดยในคู่สมรสที่มีความขัดแย้งสูงจะมีการพุ่งเป้าความก้าวร้าวไปที่ตัวบุคคลมากกว่าประเด็นปัญหา ซึ่งแสดงออกได้ทั้งการทำร้ายทางวาจาหรือทางร่างกาย (Anderson et al., 2011)

การเพิ่มขึ้นของความขัดแย้ง (Escalation) การโต้ตอบซึ่งกันและกันทางลบระหว่างคู่สมรสที่มีความขัดแย้งสูงมักจะมีลักษณะที่ขยายมากขึ้น (Ridley, Wilhelm, & Surra, 2001 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) ซึ่งมีลักษณะเป็นการตำหนิ การวิพากษ์วิจารณ์ การขาดความเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก การกระตุ้นอารมณ์ซึ่งกันและกัน และการโจมตีซึ่งกันและกัน

การอ้างเหตุผลเชิงลบและการคิดแบบแยกส่วน (Negative Attributions and Dualistic Thinking) เป็นรูปแบบการคิดที่ส่งผลให้คู่สมรสมีความขัดแย้ง กล่าวคือ เมื่อคู่สมรสยึดถือเหตุผลทางลบเกี่ยวกับอีกฝ่ายหนึ่ง จะทำให้เกิดการคิดแบบแยกส่วนที่ใส่ความฝ่ายนั้น และทำให้มองตัวเองเป็นเหยื่อหรือผู้ถูกกระทำ (Grych & Fincham, 1990 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) ซึ่งเมื่อเวลาผ่านไป การอ้างเหตุผลเช่นนี้ก็กลายเป็นความตายตัว ซ้ำซาก เกิดขึ้นได้ง่าย และยากที่จะทำให้จบสิ้น (Anderson et al., 2011)

กลุ่ม 2 สภาพแวดล้อมที่เป็นปฏิปักษ์และมีความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Hostile, Insecure Emotion Environment) เป็นลักษณะที่การสื่อสารทางลบที่แผ่ขยายยังคงเกิดขึ้นด้วยสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่เป็นมิตร ซึ่งสภาพแวดล้อมนี้เข้าไปสู่การทำหน้าที่ต่าง ๆ ในครอบครัว และเป็นอันตรายต่อสวัสดิภาพของเด็ก (Buehler, Krishnakumar, Anthony, Tittsworth & Stone, 1994 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) โดยมีลักษณะย่อยได้แก่ อารมณ์ทางลบที่รุนแรง การกระตุ้นอารมณ์ซึ่งกันและกัน การไม่มีความปลอดภัย การไม่มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน และการมีความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

อารมณ์ทางลบที่รุนแรง (Strong Negative Affect) เกี่ยวข้องกับการมีระดับที่สูงของความโกรธ ความเป็นปฏิปักษ์ และความขัดแย้งที่แก้ไขไม่ได้ (Davies, Myers, Cummings & Heindel, 1999 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) โดยที่ความเกลียดชังและอารมณ์ทางลบอื่น ๆ อาจมีการแสดงออกภายนอกหรือไม่ได้แสดงออกมาก็ได้ (Johnston, 1994 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) และอารมณ์ทางลบที่รุนแรงมักเกิดขึ้นพร้อมกับความซึมเศร้าและความวิตกกังวลที่อาจจำกัดความสามารถของผู้ปกครองในการเลี้ยงดูและรับผิดชอบเด็ก (Gaulier, Margerum, Price, & Windell, 2007 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011)

การกระตุ้นอารมณ์ซึ่งกันและกัน (Emotional Reactivity) การแสดงออกระหว่างคู่สมรสในลักษณะที่มีการกระตุ้นอารมณ์ซึ่งกันและกันในระดับที่สูงจะเพิ่มบรรยากาศทางอารมณ์ที่เป็นปฏิปักษ์ในครอบครัว ซึ่งบุคคลมักจะมีการแสดงถึงการแยกตนเป็นอิสระในระดับต่ำ และไม่สามารถแสดงความรับผิดชอบต่อบทบาทของตัวเองในความขัดแย้ง (Anderson et al., 2011)

การไม่มีความปลอดภัย (Lack of Safety) การแสดงออกถึงการต่อสู้กันระหว่างพ่อแม่ที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ และไม่ได้รับการแก้ไข มีส่วนในการประเมินการดูแลลูก ซึ่งความขัดแย้งที่อยู่ในระบบครอบครัวมากขึ้นจะสร้างสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่มีความมั่นคงปลอดภัยสำหรับเด็ก (Cummings & Davies, 1994 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011)

การไม่มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน (Mutual Distrust) คู่สมรสที่มีความขัดแย้งสูงอาจมีความไม่เชื่อในความสามารถของอีกฝ่ายต่อการดูแลลูกได้อย่างเหมาะสม หรือไม่เชื่อว่าอีกฝ่ายจะให้ความใส่ใจลูกได้มาก (Anderson et al., 2011)

การมีความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม (Triangulation) ความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยมจะปรากฏขึ้นเมื่อความตึงเครียดหรือความขัดแย้งเกิดขึ้นในสัมพันธภาพระหว่าง 2 บุคคลในระดับที่ทนไม่ได้ แล้วบุคคลที่ไม่สบายใจที่สุดในสัมพันธภาพก็นำเอาบุคคลที่สามเข้ามาในสัมพันธภาพเพื่อที่จะลดความวิตกกังวล เช่น การบ่นกับบุคคลที่สาม การนินทาเกี่ยวกับอีกฝ่าย หรือการขอคำแนะนำ โดยความสัมพันธ์แบบสามเหลี่ยมนี้จะกลายเป็นความผิดปกติเมื่อเป็นกลวิธีเบื้องต้นสำหรับการจัดการความขัดแย้ง เนื่องจากความขัดแย้งก็ยังคงไม่ได้รับการแก้ไข ซึ่งเด็กคือเป้าหมายสำคัญของกระบวนการความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม (Anderson et al., 2011)

นอกจากนี้ Cupach, Canary, Vuchinich และ Messman (2013) ได้อธิบายถึงลักษณะที่เห็นได้ชัดของความขัดแย้งในครอบครัว (Unique Characteristics) ซึ่งมีอยู่สามลักษณะคือ

1) ความเข้มข้น (intensity) ซึ่งหมายถึงการจัดการความขัดแย้งอาจทำได้ยากกว่า และผลที่ตามมาสามารถสร้างความเสียหายได้มากกว่า

2) ความซับซ้อน (complexity) ซึ่งเครือข่ายของสัมพันธภาพในครอบครัวประกอบไปด้วยหลายด้าน เช่น ความรัก ความเคารพ มิตรภาพ ความเกลียดชัง ความแค้นใจ ความอิจฉา การแข่งขัน และความไม่พอใจ โดยสาเหตุของความขัดแย้งมักขึ้นอยู่กับว่าด้านไหนได้เกิดขึ้นในสัมพันธภาพ

3) ระยะเวลาของสัมพันธภาพ (the duration of relationships) ซึ่งได้แก่ ระยะเวลาของสัมพันธภาพ ระยะเวลาของความขัดแย้ง และผลกระทบระยะยาวต่อแบบแผนความขัดแย้งที่ผิดปกติ

นอกจากลักษณะของความขัดแย้งในครอบครัวแล้ว Cupach และคณะ (2013) ก็ยังได้อธิบายถึงรูปแบบการเผชิญความขัดแย้ง (Conflict Style) ซึ่งหมายถึงชั้นเชิงเฉพาะและพฤติกรรมที่ทำให้เป็นประจำที่บุคคลหรือครอบครัวมักใช้เมื่อความขัดแย้งเกิดขึ้น โดยพัฒนามาผ่านการสัมผัสกับสถานการณ์ความขัดแย้งในครอบครัวตั้งแต่แรกเริ่ม และมีการผสมกันระหว่างรูปแบบของบุคคลและระบบของครอบครัว เช่น รูปแบบการกล้าแสดงออกอย่างมีพลัง โดยอาจมีสมาชิกครอบครัวคนหนึ่งที่อยู่เหนือข้อพิพาททั้งหมดและระงับความขัดแย้งทั้งหมดได้อย่างแข็งขัน รูปแบบที่ไม่สมเหตุสมผล ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับทะเลาะวิวาทอย่างไม่จบสิ้นที่การแก้ปัญหาเป็นไปได้อย่างยาก รูปแบบการหลีกเลี่ยงซึ่งครอบครัวอาจหลีกเลี่ยงความขัดแย้งทุกชนิดตั้งแต่ตอนมีสัญญาณแรกของปัญหา เนื่องจากความขัดแย้งถูกมองว่าตึงเครียดเกินไปหรือเพียงไม่เหมาะสมในระหว่างสมาชิกครอบครัว และรูปแบบการขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งเปิดรับการร้องเรียนของสมาชิกครอบครัวและเคลื่อนไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างสมเหตุสมผลที่ขจัดปัญหา

ยิ่งไปกว่านั้น ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสอาจนำไปสู่การหย่าร้างได้ โดยจากงานวิจัยของ Wolcott และ Hughes (1999) ที่พบว่า ความคาดหวังต่อการเติมเต็มตนเองในการสมรสที่สูงขึ้น และการลดลงของความอดทนต่อสัมพันธภาพที่ไม่พึงพอใจ ร่วมกับเสรีภาพทางสังคมและส่วนบุคคลที่มากขึ้น เป็นเหตุผลสำหรับการหย่าร้างของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้หญิงยังกล่าวถึงการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การเสพสุราและสารเสพติดของคู่สมรส และการถูกทำร้ายร่างกาย ว่าเป็นเหตุผลหลักของการหย่าร้าง

จากความหมายและลักษณะของความขัดแย้งในครอบครัวดังที่กล่าวมา สรุปได้ว่า ความขัดแย้งในครอบครัว เป็นความขัดแย้งที่เกิดกับสมาชิกครอบครัวที่มีความตึงเครียดหรือการต่อสู้ระหว่างบุคคลสองคนขึ้นไป ในการที่มีความคิด ค่านิยม ความต้องการ หรือประสบการณ์ที่ตรงกันข้ามกันหรือเข้ากันไม่ได้ โดยอาจอธิบายได้จากพฤติกรรมภายนอก เช่น การโต้เถียงกัน การตะโกนใส่กัน การด่าว่ากัน และการทำร้ายร่างกายกัน ซึ่งครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงนั้น จะมีลักษณะการปฏิสัมพันธ์ที่มีการโต้ตอบทางลบที่มักมีการขยายมากขึ้น และยากที่จะแก้ปัญหาให้จบสิ้นได้ อีกทั้งยังมีสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่เป็นมิตรและไม่มั่นคง สำหรับการเผชิญกับความขัดแย้งนั้น ก็มีลักษณะหลายรูปแบบที่บุคคลหรือครอบครัวมักใช้เมื่อความขัดแย้งเกิดขึ้น

### 3. แนวคิดเรื่องการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา

#### 3.1 ความหมายของการวิจัยเชิงคุณภาพ

ชาย โปธิสิดา (2547) สรุปนิยามของการวิจัยเชิงคุณภาพว่า เป็นการวิจัยที่ทำในสถานการณ์ที่เป็นธรรมชาติ ใช้วิธีการศึกษาและเครื่องมือในการเก็บข้อมูลที่หลากหลาย แต่เครื่องมือสำคัญในการเก็บข้อมูลคือ ตัวนักวิจัยเอง การวิจัยแบบนี้มีการออกแบบที่ยืดหยุ่น นักวิจัยเชิงคุณภาพดำเนินการศึกษาและทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยหลักตรรกะแบบอุปนัย การวิจัยเชิงคุณภาพมุ่งการตีความเพื่อทำความเข้าใจความหมายของพฤติกรรม หรืออธิบายปรากฏการณ์ในทัศนะของผู้ที่ถูกรับศึกษา โดยมีจุดยืนอยู่บนบริบทของปรากฏการณ์หรือของคนที่ถูกศึกษาเหล่านั้น

สุภางค์ จันทวานิช (2551) กล่าวถึงการวิจัยเชิงคุณภาพว่า เป็นการแสวงหาความรู้โดยพิจารณาจากปรากฏการณ์สังคมตามความเป็นจริงในทุกมิติ เพื่อหาความสัมพันธ์ของปรากฏการณ์ในสภาพแวดล้อมนั้น ข้อมูลที่วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพนี้สนใจจะเป็นด้านความรู้สึนึกคิด ความหมาย ค่านิยม หรืออุดมการณ์ของบุคคลนอกเหนือจากข้อมูลเชิงปริมาณ โดยมักใช้ในการศึกษาติดตามระยะยาว ใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการเป็นวิธีการหลักในการเก็บข้อมูล และเน้นการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

กล่าวโดยสรุป การวิจัยเชิงคุณภาพ คือ การศึกษาเกี่ยวกับปรากฏการณ์ทางสังคมตามความเป็นจริง เพื่อทำความเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิด ความหมาย ค่านิยม หรืออุดมการณ์ของบุคคล โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

#### 3.2 ลักษณะของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา

Creswell (2007) กล่าวว่า การวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา มุ่งอธิบายความหมายของปรากฏการณ์ในชีวิตของบุคคล (lived experience) นักวิจัยคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยามุ่งที่จะทำความเข้าใจประสบการณ์ร่วมของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยทั้งหมดที่มีประสบการณ์ในปรากฏการณ์นั้น ๆ ร่วมกัน เช่น ความโศกเศร้าในฐานะของประสบการณ์ที่เป็นสากล (Van Maanen, 1990 อ้างถึงใน Creswell, 2007) ดังนั้นวัตถุประสงค์พื้นฐานของการวิจัยคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา คือเพื่อกลับถึงแก่นประสบการณ์ของบุคคลที่มีต่อปรากฏการณ์หนึ่ง

Cohen (2000 อ้างถึงใน ชาย โปธิสิตา, 2547) ได้กล่าวว่า การศึกษาเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา มักจะใช้สำหรับตอบคำถามเกี่ยวกับความหมาย ซึ่งมีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับทำความเข้าใจประสบการณ์ในชีวิต ตามความเข้าใจของผู้ที่ประสบกับเหตุการณ์นั้นด้วยตนเอง

Giorgi (1989 อ้างถึงใน Wertz, 2005) ซึ่งพัฒนาแนวการวิจัยแบบปรากฏการณ์นิยมสำหรับนักจิตวิทยา ก็ได้กล่าวถึงลักษณะหลักของปรากฏการณ์วิทยาว่า การวิจัยนี้เป็นการบรรยาย ใช้วิธีการย่อประสบการณ์ของบุคคลทางปรากฏการณ์วิทยา ค้นหาความสัมพันธ์โดยเจตนาระหว่างบุคคลกับสถานการณ์ และทำให้ได้ความรู้ของแก่นแท้ทางจิตใจ ซึ่งเป็นโครงสร้างของการให้ความหมายที่อยู่ข้างในประสบการณ์ของมนุษย์

ปรากฏการณ์วิทยานั้นมีหลายแนวคิด โดยความคิดทางปรัชญาที่เด่น ๆ ได้แก่ ปรากฏการณ์วิทยาเชิงอูตรวิสัย (transcendental phenomenology) ของ Edmund Husserl ซึ่งเน้นเรื่องโครงสร้างของการรับรู้และประสบการณ์ของมนุษย์ ปรากฏการณ์วิทยาแนวอัตถิภาวะ (existential phenomenology) ของ Maurice Merleau – Ponty และ Jean Paul Sartre ซึ่งมุ่งวิเคราะห์ภาวะที่มีที่เป็นของมนุษย์และสิ่งต่าง ๆ และปรากฏการณ์วิทยาแนวอรรถปริวรรต (hermeneutic phenomenology) ของ Martin Heidegger ซึ่งมุ่งการตีความประสบการณ์ของชีวิตมนุษย์เป็นหลัก อย่างไรก็ตาม แต่ละแนวคิดก็มีข้อสรุปที่สำคัญร่วมกัน คือ ประสบการณ์ชนิดเดียวกันย่อมมีแก่นแท้ (essence) อันเดียวกัน ซึ่งคือความหมายที่คนเข้าใจร่วมกันหรือเข้าใจตรงกัน มีการวิเคราะห์โดยการที่นักวิจัยจะเปรียบเทียบประสบการณ์ของคนหลาย ๆ คน เพื่อจะหาลักษณะร่วมกันของประสบการณ์ในเรื่องเดียวกันจากแต่ละคน (ชาย โปธิสิตา, 2547)

กล่าวโดยสรุป การวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยานั้น เป็นการวิจัยที่ศึกษาถึงความหมายของประสบการณ์ของชีวิตมนุษย์ตามความเข้าใจของเหล่าบุคคลที่ประสบกับปรากฏการณ์นั้นเอง เพื่อให้ได้ความรู้ที่เป็นแก่นแท้ของประสบการณ์ที่ต้องการศึกษา ซึ่งก็คือลักษณะร่วมกันของประสบการณ์ของบุคคลเหล่านั้น

### 3.3 วิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา

Moustakes (1994 อ้างถึงใน ชาย โปธิสิตา, 2547) กล่าวถึงวิธีดำเนินการวิจัยแบบปรากฏการณ์วิทยาไว้ 7 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1) กำหนดหัวข้อ และคำถามในการวิจัยที่เหมาะสมกับวิธีการศึกษาแบบปรากฏการณ์วิทยา ซึ่งเรื่องที่ศึกษานั้น ควรมีลักษณะที่เน้นไปในแนวที่จะค้นหาความเข้าใจความหมายของประสบการณ์ที่บุคคลได้ประสบ

2) ทบทวนองค์ความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่ศึกษา

3) กำหนดเกณฑ์สำหรับเลือกบุคคลและปรากฏการณ์สำหรับศึกษา โดยจุดสำคัญในการเลือกกลุ่มตัวอย่างคือต้องเป็นผู้มีประสบการณ์ในเรื่องที่นักวิจัยเจาะจงศึกษา นอกจากนี้ Steeves (2000 อ้างถึงใน ชาย โปธิสิตา, 2547) ได้กล่าวถึงมิติที่ควรพิจารณา 3 ประการ ได้แก่ สถานที่ เวลา และแบบแผนการแสดงออกซึ่งความหมายของประสบการณ์ของผู้ถูกศึกษา

4) ให้ข้อมูลที่จำเป็นแก่ผู้ที่ถูกเลือกมาศึกษา รวมทั้งจัดการกับประเด็นที่เกี่ยวกับจริยธรรมในการวิจัย

5) กำหนดประเด็นหรือแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเพื่อเจาะลงไปถึงความหมายของประสบการณ์ที่ศึกษา

6) ทำการสัมภาษณ์และบันทึกการสัมภาษณ์อย่างละเอียด โดยอาจจำเป็นต้องทำการสัมภาษณ์ซ้ำหลายครั้ง

7) เตรียมข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์ และดำเนินการวิเคราะห์ โดยขั้นตอนของการวิเคราะห์นั้นมีดังต่อไปนี้

ขั้นแรก คือ การสำรวจภายในตัวเองของนักวิจัย เพื่อว่าตนเองมีอคติหรือข้อสรุปที่คิดไว้ก่อนเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่ศึกษานั้นหรือไม่ ถ้าพบว่ามียังก็ต้องพยายามขจัดออกไปให้หมดก่อนที่จะเริ่มทำงานวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นที่สอง คือ การแตกข้อมูลทั้งหมดออกเป็นส่วนย่อย ๆ ตามความหมายที่ปรากฏอยู่ในแต่ละส่วน จากนั้นก็รวมส่วนต่าง ๆ เป็นกลุ่ม ๆ หรือเป็นเรื่อง ๆ (themes) ตามความหมายที่เชื่อมโยงกับของส่วนเหล่านั้น แล้วก็ให้คำบรรยายสำหรับแต่ละเรื่อง

ขั้นสุดท้าย คือ การสังเคราะห์โครงสร้าง โดยการพยายามกลั่นเอาความหมายของประสบการณ์จากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาทุกราย เพื่อหาแก่นของประสบการณ์ชนิดนั้นทั้งหมด

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### 4.1 งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวของวัยรุ่น

วีณา มิ่งเมือง (2540) ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองและการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่ม และสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาลดต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มและต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เปรมพร มั่นเสมอ (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปรับตัวได้ดีในด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย และนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 โดยทั่วไปใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพโดยใช้การเผชิญปัญหาแบบจัดการกับปัญหามาก ใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างมาก และใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาค่อนข้างน้อย นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และกลวิธีการเผชิญปัญหาจำแนกตามเพศ สาขาวิชา ประเภทของสถานศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า นิสิตนักศึกษาหญิงปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่า และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าชาย นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนปรับตัวด้านการเรียนได้ดีกว่า แต่ปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้น้อยกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ นิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหามากกว่านิสิตนักศึกษาใน



มหาวิทยาลัยของรัฐนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและปานกลางปรับตัวโดยรวมและปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมายได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ได้ดีกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และนิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

Fields และ Prinz (1997) ได้ศึกษาเรื่อง การเผชิญปัญหาและการปรับตัวในเด็กและวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีการหลีกเลี่ยงการแก้ปัญหาและการหลีกเลี่ยงทางพฤติกรรมน้อยกว่าเด็กในวัยประถม แล้วยังมีการเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะของการตอบสนองต่อการเผชิญปัญหาอันเนื่องมาจากความเครียดจำเพาะในระหว่างขั้นของพัฒนาการในวัยนี้ ในการจัดการกับความเครียดทางการรักษาด้านร่างกาย วัยรุ่นมักใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ (emotion-focused strategies) และใช้วิธีอื่นที่มากกว่าเด็กก่อนวัยรุ่น ในการเผชิญกับความเครียดทางสังคม วัยรุ่นส่วนใหญ่ใช้กลวิธีการเข้าเผชิญกับปัญหา และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์ที่เป็นการดำเนินการแก้ปัญหาที่การคิดนอกจากนี้ในวัยรุ่น กลวิธีการเผชิญปัญหาทำนายน้อยกว่าวัยเด็กถึงอาการภายในอันประกอบด้วย ความวอกแวก ความอดทน การสนับสนุนจากบิดามารดา การแก้ปัญหา และความบันเทิงใจ ส่วนกลวิธีการทำลายตนเองและความก้าวร้าวสัมพันธ์กับปัญหาภายในที่เพิ่มขึ้น สำหรับปัญหาภายนอก พบว่ามีการปรับตัวในกลวิธีทางพฤติกรรมและการคิด โดยทั่วไป การผ่อนคลาย การสนับสนุนจากบิดามารดา และกิจกรรมที่ต้องการ ส่วนความก้าวร้าว การระบายความรู้สึก การสนับสนุนจากเพื่อน และความวอกแวกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาภายนอก แล้วยังพบว่าการปรับตัวในกลวิธีการเผชิญปัญหาทางการคิดและการปฏิบัติโดยทั่วไป การแสวงหาผลตอบแทนทางเลือก และกลวิธีการเข้าเผชิญกับปัญหาของการสนับสนุนทางสังคม การแก้ปัญหา และการคิดพิจารณาใหม่ ส่วนกลวิธีการระบายอารมณ์ การยอม และการหลีกเลี่ยงทางการคิดและพฤติกรรมสัมพันธ์กับการทำหน้าที่ได้ไม่ดีมากกว่า

Kuperminc, Blatt และ Leadbeater (1997) ได้ศึกษาถึงความกังวลของวัยรุ่นกับการมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการนิยามตนเอง (self-definition) โดยใช้แบบสอบถามประสบการณ์ที่ซึมเศร้าสำหรับวัยรุ่น (Depressive Experiences Questionnaire for Adolescents) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์กับการวัดการปรับตัวผิดปกติ (ปัญหาภายในและภายนอก) กับความสามารถในการปรับตัว (หลายมิติของความสามารถทางสังคมและคุณภาพของความสัมพันธ์กับบิดามารดาและเพื่อน) ผลการศึกษาพบความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของ DEQ-A กับปัญหาภายในและภายนอก หลังจากควบคุมระดับอาการซึมเศร้า และพบความสัมพันธ์ระหว่างความกังวลทางความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง และความสามารถของวัยรุ่นจากการประเมินใน DEQ-A ด้วยมาตรวัดของความสามารถทางสังคม และคุณภาพของสัมพันธ์ภาพกับบิดามารดาและเพื่อน

Ge และ Conger (1999) ได้ทำการศึกษาระยะยาว 6 ปี ซึ่งเป็นการขยายการค้นพบก่อนหน้าของอิทธิพลทางบริบทสภาพแวดล้อมต่อปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่น โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมของวัยรุ่น กับบุคลิกภาพของวัยรุ่นช่วงปลาย ผลการศึกษา

ชี้ให้เห็นว่าความโศกเศร้าทางจิตใจและปัญหาทางพฤติกรรมที่ประสบในในช่วงระหว่างปีที่เป็นวัยรุ่น (ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1- 4) มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับโครงสร้างบุคลิกภาพในช่วงระหว่างปีสุดท้ายของระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 แสดงให้เห็นว่า ปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมได้ทำนายนการเปลี่ยนแปลงในลักษณะบุคลิกภาพในระหว่างช่วงปีที่เป็นวัยรุ่น นอกจากนี้ทั้งในระดับเบื้องต้นและการเปลี่ยนแปลงในความโศกเศร้าและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทำนายนบุคลิกภาพช่วงวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

Ochoa, Lopez และ Emler (2007) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นในบริบทของครอบครัวและโรงเรียน โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างอายุระหว่าง 11 ถึง 16 ปี จำนวน 1068 คน ผลการศึกษาพบความสัมพันธ์โดยตรงระหว่างการสื่อสารด้วยความคาดหวังของบิดามารดาและครูที่มีต่อนักเรียน กับพฤติกรรมความรุนแรงที่โรงเรียนของวัยรุ่น นอกจากนี้ยังพบผลทางอ้อมซึ่งความรู้สึคนึกคิดต่อตนเอง (self-concept) ของวัยรุ่น การยอมรับจากเพื่อน และทัศนคติต่อผู้มีอำนาจ ได้รับอิทธิพลจากการปฏิสัมพันธ์กับบิดามารดาและครู และยังมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับพฤติกรรมความรุนแรงที่โรงเรียน

Gartland, Bond, Olsson, Buzwell และ Sawyer (2011) ได้พัฒนาแบบสอบถามความสามารถในการฟื้นพลังในวัยรุ่น (Adolescent Resilience Questionnaire [ARQ]) จากการศึกษาวรรณกรรมซึ่งระบุถึงวัยรุ่นที่มีแหล่งทรัพยากรทั้งลักษณะส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการฟื้นพลังซึ่งได้แก่ ความเชื่อมั่น ทักษะทางสังคม การตระหนักรู้ในอารมณ์และความคิดทางลบ และสภาพแวดล้อมทางสังคมเชิงบวกกับครอบครัว เพื่อน โรงเรียน และชุมชน

Shoshani และ Slone (2013) ได้ทำการศึกษาระยะยาวเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะจุดแข็งของวัยรุ่นกับสุขภาพของวัยรุ่นและการปรับตัวในโรงเรียน ในระหว่างช่วงสำคัญของการเปลี่ยนเข้าสู่โรงเรียนมัธยม ผลการศึกษาพบการสนับสนุนของความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะจุดแข็งสุขภาพและการปรับตัวในโรงเรียนมัธยม โดยจุดแข็งด้านสติปัญญาและการควบคุมอารมณ์เป็นศูนย์กลางในการทำนายนความประพฤติและความสำเร็จในโรงเรียนของนักเรียน จุดแข็งด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับการทำหน้าที่ทางสังคมที่โรงเรียน จุดแข็งด้านการควบคุมอารมณ์และด้านจิตวิญญาณเป็นตัวทำนายนทางบวกที่ดีของสุขภาพของนักเรียน

#### 4.2 งานวิจัยเกี่ยวกับวัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง

Mechanic และ Hansell (1989) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งในครอบครัวและการหย่าร้างต่อสุขภาพของวัยรุ่น ซึ่งเป็นการศึกษาระยะยาวกับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในชุมชนที่แตกต่างกัน พบว่า ความขัดแย้งในครอบครัวในระดับที่สูงขึ้นมีความสัมพันธ์กับการเพิ่มขึ้นของอารมณ์ซึมเศร้า ความวิตกกังวล และอาการป่วยทางร่างกายเมื่อเวลาผ่านไป นอกจากนี้วัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่ไม่มีการหย่าร้างแต่มีความขัดแย้งสูง มีสุขภาพน้อยกว่าวัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีการหย่าร้างแต่มีความขัดแย้งต่ำ

Nelson และคณะ (1993) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ของโครงสร้างครอบครัวกับความขัดแย้งในครอบครัวต่อการปรับตัวในนักศึกษาวัยรุ่น ซึ่งแบ่งนักศึกษาเป็นทีมาจากครอบครัวที่ผู้ปกครองอยู่ด้วยกันหรือแตกแยกกัน และทีมาจากบ้านที่มีระดับความขัดแย้งต่ำ กลาง หรือสูง ผลการศึกษาพบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความขัดแย้งในครอบครัวกับการปรับตัว

แต่ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างโครงสร้างครอบครัวกับการปรับตัว โดยบุคคลที่รับรู้ถึงความขัดแย้งอยู่ในระดับต่ำหรือกลาง ได้รายงานว่ามีอาการทางจิตใจน้อยกว่า และมีระดับเอกลักษณ์แห่งตนสูงกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่รับรู้ถึงความขัดแย้งที่สูง

Rutter (1999) ได้ทำการวิจัยเรื่อง กรอบความคิดและผลการศึกษาของการฟื้นฟูพลังเพื่อการประยุกต์ใช้สำหรับครอบครัวบำบัด ซึ่งได้ทำการศึกษาปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันหลายประการที่เข้ามาเกี่ยวข้อง โดยหนึ่งในนั้นคือ กระบวนการคิดต่อประสบการณ์ซึ่งค่อนข้างมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการฟื้นฟูพลัง จากการศึกษากรอบความคิดในมุมมองที่บุคคลมีต่อความสัมพันธ์ที่ไม่ดีของพ่อแม่ นั้น แนวคิดพื้นฐานสำหรับการพัฒนาสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ในวัยผู้ใหญ่ คือ บุคคลต้องยอมรับในความสำเร็จและความสัมพันธ์ดังกล่าว ต้องยอมรับในความเป็นจริงของประสบการณ์ที่ไม่ดีที่เคยมีในวัยเยาว์ และหาแนวทางในการผสมผสานความเป็นจริงของประสบการณ์เหล่านี้เข้าสู่ความรู้สึกนึกคิดต่อตนเอง (self-concept) โดยเป็นไปในแนวทางบวกไม่ใช่การปฏิเสธทางลบ

Fallon และ Bowles (2001) ได้ศึกษาเรื่อง การทำหน้าที่ของครอบครัวและพฤติกรรมการแสวงหาความช่วยเหลือของวัยรุ่น โดยศึกษากับวัยรุ่นจำนวน 196 คน พบว่า วัยรุ่นจำนวนครึ่งหนึ่งแสวงหาความช่วยเหลือสำหรับปัญหาของพวกเขา และประเภทปัญหาไม่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการแสวงหาความช่วยเหลือ ในการศึกษาวัยรุ่นได้ถูกแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มครอบครัว ได้แก่ 1) ครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและมีรูปแบบการเลี้ยงดูแบบมีความเป็นประชาธิปไตยต่ำ และ 2) ครอบครัวที่มีความขัดแย้งต่ำและมีรูปแบบการเลี้ยงดูแบบมีความเป็นประชาธิปไตยสูงซึ่งพบว่า แม้ว่าการรับรู้ของวัยรุ่นต่อรูปแบบการทำหน้าที่ของครอบครัวจะไม่เกี่ยวกับพฤติกรรมการแสวงหาความช่วยเหลือ แต่การรับรู้ของวัยรุ่นต่อรูปแบบการทำหน้าที่ของครอบครัวมีความเกี่ยวข้องกับปัญหาที่พวกเขารายงาน โดยวัยรุ่นที่เลือกรายงานถึงปัญหาครอบครัวรับรู้ว่าครอบครัวของพวกเขาที่มีความขัดแย้งสูงและมีรูปแบบการเลี้ยงดูแบบมีความเป็นประชาธิปไตยต่ำ

Sun (2001) ได้ศึกษา พบว่า วัยรุ่นทั้งชายและหญิงจากครอบครัวก่อนแตกแยก มีลักษณะที่แสดงถึงการปรับตัวไม่ได้ในกระบวนการเรียน สุขภาวะทางจิต และปัญหาพฤติกรรม โดยครอบครัวที่เกือบจะแตกแยกก็มีลักษณะที่สัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ปกครองกับผู้ปกครอง และผู้ปกครองกับเด็กมีความใกล้ชิดกันน้อย มีพันธกรณีของผู้ปกครองที่น้อยต่อการศึกษาของเด็ก และมีแหล่งทรัพยากรทางเศรษฐกิจและมนุษย์น้อยกว่า นอกจากนี้ การเสื่อมสภาพในขอบเขตที่ต่างกันของสภาพแวดล้อมในครอบครัวก็สัมพันธ์กับการปรับตัวที่ไม่ดีในแงุ่มุมที่แตกต่างกันของชีวิตเด็ก ซึ่งผลกระทบต่อวัยรุ่นภายหลังการแตกแยกสามารถทำนายได้ทั้งหมดหรือเป็นส่วนใหญ่จากปัจจัยก่อนการแตกแยก และจากการเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อมครอบครัวระหว่างช่วงเวลาที่เกิดขึ้นพร้อมกับการแตกแยก

Pan และคณะ (2004) ได้ศึกษาถึงผลกระทบของโครงสร้างครอบครัวต่อความเครียดในวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้ง มีระดับความเครียดสูงสูงกว่าครอบครัวที่ไม่มีความขัดแย้งและครอบครัวที่มีบิดาหรือมารดาเพียงคนเดียว และเหตุการณ์ชีวิตกับความสัมพันธ์ในครอบครัวอาจเป็นสื่อต่อผลกระทบของโครงสร้างครอบครัวต่อวัยรุ่น

Shek (2005) ได้ทำการศึกษาระยะยาวเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการทำหน้าที่ของครอบครัวที่รับรู้ กับสุขภาวะทางจิตของวัยรุ่น และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในวัยรุ่นจีนที่เสียเปรียบทางเศรษฐกิจ จำนวน 199 คน พบว่า ความผิดปกติในครอบครัวที่มีระดับสูงนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวก

กับปัญหาสุขภาพทางจิตของวัยรุ่น อันได้แก่ สุขภาวะในการดำรงชีวิต ความพึงพอใจในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเอง และการเจ็บป่วยทางจิตเวชทั่วไป และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาพฤติกรรม อันได้แก่ การใช้สารเสพติด และพฤติกรรมเหลวไหล

Gerard, Krishnakumar และ Buehler (2006) ได้ศึกษาพบว่า เมื่อเกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้น จะกลายเป็นลักษณะคงที่ของความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสที่กำหนดลักษณะสำหรับการปฏิสัมพันธ์ในระบบย่อยระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกยังแสดงถึงการมีวินัยที่เข้มงวดและการเข้ามายุ่งเกี่ยวของพ่อแม่อย่างสม่ำเสมอมากเกินไป ดังนั้นถึงแม้ว่าพ่อแม่จะแสดงการเข้าไปเกี่ยวข้องกับลูกพวกเขาเกินไปอย่างต่อเนื่อง แต่ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่กับลูกก็ไม่ได้มีความตายตัวใกล้เคียงกับรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างคู่สมรส อย่างไรก็ตามภายใต้สภาพแวดล้อมของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่บ่อยครั้งและไม่เป็นมิตร ปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกก็ปรากฏว่ามีความตายตัวมากขึ้น ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสยังมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติตนของพ่อแม่โดยมีความเป็นไปได้ที่จะมีการเพิ่มขึ้นของความพยายามควบคุมบังคับและโต้เถียงกับลูก

Shelton และ Harold (2008) ได้ศึกษาผลกระทบของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ต่อการปรับตัวทางจิตใจของเด็ก พบว่า การประเมินความคุกคามทำนายการหลีกเลี่ยงที่เพิ่มขึ้น ขณะที่การประเมินการกำหนดตัวเองทำนายการเกี่ยวข้องมากเกินไปที่เพิ่มขึ้น ความสัมพันธ์ระหว่างการกำหนดตัวเองกับการเกี่ยวข้องมากเกินไปภายหลังสอดคล้องกับงานวิจัยก่อนหน้านี้ที่บอกว่า ความรู้สึกรับผิดชอบต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ทำให้เด็กมีความรู้สึกถึงความสามารถในการเผชิญปัญหา และการควบคุมความขัดแย้งที่ได้รับรู้ ซึ่งเพิ่มแนวโน้มของการเข้าไปเกี่ยวข้อง (Grych, 1998 อ้างถึงใน Shelton & Harold, 2008) ในขณะที่ การกำหนดตัวเองก็เป็นตัวทำนายที่สำคัญของปัญหาทางพฤติกรรมในวัยรุ่นที่เปิดเผยต่อความขัดแย้ง แต่กลวิธีอื่นที่นอกเหนือจากการเข้าไปเกี่ยวข้องมากเกินไปที่เพิ่มขึ้นในความขัดแย้งก็เกิดขึ้นจากการที่วัยรุ่นรู้สึกผิดต่อการทะเลาะของพ่อแม่ แล้วนำไปสู่การแสดงปัญหามากขึ้น

Chung และคณะ (2009) ได้ทำการศึกษาโดยใช้วิธีการเขียนบันทึกประจำวัน เพื่อประเมินความถี่ของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ และความขัดแย้งระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก เป็นเวลา 2 สัปดาห์ และเพื่อประเมินความเกี่ยวข้องต่อความโศกเศร้าทางอารมณ์กับนักเรียนมัธยมปลายชาวละตินอเมริกัน เอเชีย และยุโรป ซึ่งพบว่าความขัดแย้งในครอบครัวนั้นมีการส่งผลต่อความโศกเศร้าทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญในแต่ละเชื้อชาติและแต่ละเพศ

Hair และคณะ (2009) ได้ศึกษากับวัยรุ่นในครอบครัวที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน พบว่าคุณภาพชีวิตสมรสกับสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก ร่วมกันส่งผลกระทบต่อ สุขภาพกาย สุขภาพจิต และการใช้สารเสพติด สำหรับวัยรุ่นตอนกลาง และส่งผลในขอบเขตที่น้อยกว่าในวัยรุ่นผู้ใหญ่ตอนต้น ยิ่งไปกว่านั้น ในวัยรุ่นที่บิดามารดาไม่ลงรอยกันและมีสัมพันธ์ภาพกับวัยรุ่นที่ไม่ดีในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ก็มีความสัมพันธ์ทางลบต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต การใช้สารเสพติด พฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมทางศาสนา และผลการเรียนของวัยรุ่น

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง และศึกษาองค์ประกอบที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงโดยมีขั้นตอนการศึกษาดังต่อไปนี้

#### 1. การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

##### 1.1 พื้นที่ศึกษา

พื้นที่ในการศึกษาของงานวิจัยนี้ คือ มหาวิทยาลัยสองแห่งในกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นสถานศึกษาของผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย

##### 1.2 ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษานี้ คือวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดีแม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงโดยการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) เพื่อข้อมูลที่ได้มาจากผู้ให้ข้อมูลตรงกับสิ่งที่ผู้วิจัยศึกษา ซึ่งมีเกณฑ์ในการเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักดังนี้

##### เกณฑ์การคัดเลือก

1. เป็นวัยรุ่นที่มีอายุ 18 –25 ปี ทั้งเพศชายและหญิง
2. มีคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้านของการปรับตัวจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวอยู่ในช่วงคะแนนระหว่าง 2.50 – 4.00 คะแนน
3. ในครอบครัวมีประวัติของการมีสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันระหว่างบิดามารดา โดยตอบว่า “ใช่” อย่างน้อย 3 ใน 4 ของรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว

ผู้วิจัยได้พัฒนารายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวจากการทบทวนงานวิจัยของ 4Children (2012) (องค์การการกุศลทางด้านเด็กและครอบครัวในสหราชอาณาจักร) ซึ่งสำรวจถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างความขัดแย้งของครอบครัวชาวสหราชอาณาจักร (Britain’s families) พบว่า สิ่งที่เกิดขึ้นในครอบครัวรับรู้เกี่ยวกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นมีดังนี้การโต้เถียงกัน (64%) การตะโกนใส่กัน (57%) การด่าว่ากัน (29%) และการทำร้ายร่างกายกัน (10%) และพัฒนาจากการอธิบายถึงลักษณะความขัดแย้งสูงระหว่างคู่สมรสของ Anderson และคณะ (2011) ที่ได้อธิบายลักษณะการสื่อสารของคู่สมรสที่มีความขัดแย้งสูงว่ามีการสื่อสารทางลบที่แผ่ขยาย และ สภาพแวดล้อมที่เป็นปฏิปักษ์และมีความไม่มั่นคงทางอารมณ์ โดยมีรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว ดังนี้

- 1) บิดามารดาของท่านเคยโต้เถียงกันในประเด็นที่ไม่สามารถประนีประนอมกันได้  
[ ] ใช่      [ ] ไม่ใช่
- 2) บิดามารดาของท่านเคยตะโกนใส่กันด้วยความรู้สึกไม่พอใจต่อกัน  
[ ] ใช่      [ ] ไม่ใช่
- 3) บิดามารดาของท่านเคยต่อกันในลักษณะของการตำหนิหรือวิพากษ์วิจารณ์อีกฝ่าย  
[ ] ใช่      [ ] ไม่ใช่

## 4) บิดามารดาของท่านเคยทำร้ายร่างกายกัน

[ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่

4. มีความยินดีเข้าร่วมวิจัยและมีความเต็มใจในการเปิดเผยเรื่องราวต่าง ๆ ของตนเองในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยโดยการเซ็นรับรองเป็นลายลักษณ์อักษรเพื่อให้ความยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

1. ยังมีความกระทบกระเทือนใจต่อสัมพันธ์ภาพที่ขัดแย้งกันระหว่างบิดามารดาโดยหากผู้ให้ข้อมูลเกิดผลกระทบจากการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะยุติบทบาทนักวิจัยและดำเนินการช่วยเหลือด้วยกระบวนการทางด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2. มีลักษณะที่แสดงถึงการที่ยังไม่สามารถปรับตัวได้อย่างแท้จริง เช่น มีปัญหาทางการเรียนหรือพฤติกรรม

3. หลังจากการพูดคุยสัมภาษณ์พบว่าความขัดแย้งระหว่างบิดามารดาไม่อยู่ในระดับที่สูง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ติดต่อผู้สมัครใจให้ข้อมูลทั้งหมด 10 ราย โดยไม่มีผู้ใดมีลักษณะตรงกับเกณฑ์การคัดออก

**2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

**2.1 ตัวผู้วิจัย** ถือเป็นเครื่องมือสำคัญในการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา เนื่องจากผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ สังเกต และจดบันทึกข้อมูล และเป็นผู้วิเคราะห์ผลการวิจัยด้วยตนเอง

การเตรียมความพร้อมของผู้วิจัย

ผู้วิจัยศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางด้านจิตใจที่เกี่ยวกับการปรับตัวของวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง และศึกษาระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยาซึ่งผู้วิจัยได้ลงทะเบียนเรียนวิชาการวิจัยเชิงคุณภาพโดยมีการฝึกปฏิบัติการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลมาแล้วรวมถึงมีการศึกษาเพิ่มเติมจากเอกสารวิชาการต่าง ๆ และปรึกษากับอาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการวิจัยเชิงคุณภาพ

จุดยืนผู้วิจัย

ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าครอบครัวเป็นส่วนสำคัญในการหล่อหลอมบุคคล เพราะมนุษย์มีการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวของเขา ซึ่งครอบครัวก็เป็นสิ่งแวดล้อมที่มีความใกล้ชิดมากและครอบครัวก็มีบทบาทสำคัญต่อวัยรุ่น ซึ่งเป็นบุคคลที่กำลังอยู่ในช่วงของการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ โดยจะมีการพัฒนาความสามารถมากขึ้นจนเกือบเท่าผู้ใหญ่ แต่ก็ยังมีวุฒิภาวะน้อยกว่าผู้ใหญ่ ซึ่งหากครอบครัวมีความไม่สงบสุขเกิดขึ้น มีความขัดแย้งระหว่างบิดามารดาซึ่งเป็นบุคคลสำคัญในชีวิตของเขา ก็อาจส่งผลกระทบต่อเขามีแนวโน้มเป็นไปได้ แต่ผู้วิจัยก็เชื่อมั่นว่ามนุษย์มีความซับซ้อนที่ไม่ใช่หากมีความขัดแย้งในครอบครัวสูงแล้ว ทุกคนย่อมจะต้องแยกตามไปหมด ส่วนการที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งในครอบครัวก็เนื่องมาจากการที่ผู้วิจัยได้ฝึกปฏิบัติงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับบัณฑิตนักศึกษาแล้วพบว่า มีผู้รับบริการหลายคนที่เล่าถึงความขัดแย้งในครอบครัว ผู้วิจัยจึงต้องการที่จะ

เข้าใจถึงภาวะจิตใจของวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงให้มากขึ้น และผู้วิจัยสนใจที่จะรู้ว่า มีปัจจัยอะไรในตัววัยรุ่นหรือปัจจัยอื่นใดที่ช่วยให้เขาสามารถปรับตัวและใช้ชีวิตได้อย่างเหมาะสมแม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง ซึ่งน่าจะทำได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการใช้เป็นแนวทางในการช่วยเหลือบุคคลที่ยังปรับตัวไม่ได้

**2.2 แนวทางการสัมภาษณ์** ในการสัมภาษณ์คำถามมีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิดที่สามารถเอื้อให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าเรื่องอธิบายหรือแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่ที่มีอิสระในการตอบคำถามโดยคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์มีความยืดหยุ่นในจำนวนข้อ ลำดับคำถาม และการใช้ภาษาซึ่งมีแนวคำถามเกี่ยวกับประสบการณ์โดยทั่วไปของการมีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง และปัจจัยภายในจิตใจต่อการปรับตัวกับการอยู่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง โดยมีข้อคำถามหลัก ดังนี้

1. ขอให้ท่านเล่าถึงความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ที่ท่านรับรู้
  - 1.1 ตั้งแต่อดีตความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ของท่านเป็นอย่างไร
  - 1.2 พ่อแม่ของท่านมีความขัดแย้งกันอย่างไรบ้าง
  - 1.3 สถานการณ์ปัจจุบันของความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ของท่านเป็นอย่างไร
2. ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่ของท่านส่งผลต่อท่านอย่างไร
  - 2.1 ท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของท่าน
  - 2.2 ท่านมีมุมมองอย่างไรต่อความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของท่าน
  - 2.3 ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของท่านหรือไม่ อย่างไร
3. ท่านทำอย่างไรกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่ของท่าน
  - 3.1 ท่านทำอย่างไรเมื่อสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่เกิดขึ้น
  - 3.2 ท่านทำอย่างไรต่อผลกระทบที่เกิดขึ้นกับท่านจากความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่
  - 3.3 วิธีการที่ท่านทำนั้นก่อให้เกิดผลอย่างไร
4. ปัจจัยอะไรที่มีส่วนช่วยให้ท่านเผชิญกับสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของท่านได้
5. ท่านได้เรียนรู้อะไรจากประสบการณ์ดังกล่าว

**2.3 แบบบันทึกข้อมูล** ผู้วิจัยใช้แบบบันทึกข้อมูลเพื่อบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล และข้อมูลที่ผู้วิจัยสังเกตได้เกี่ยวกับบรรยากาศ สภาพแวดล้อม และพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลในการเก็บข้อมูลแต่ละครั้ง

#### 2.4 อุปกรณ์บันทึกเสียง ใช้ในการบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์

**2.5 แบบสอบถามการปรับตัว** ใช้ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล โดยเป็นแบบสอบถามการปรับตัวที่พัฒนาจากแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The student Adaptation to College Questionnaire) ของ เปรมพร มั่นเสมอ (2545)

#### แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย (The student Adaptation to College Questionnaire) ของ เปรมพร มั่นเสมอ (2545) เป็นแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นโดยศึกษาแนวทางจากแบบวัดการปรับตัวของ Baker และ Siryk โดยเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) มี

ลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Likert scale) 4ระดับ ได้แก่ ตรงมาก ตรง ไม่ค่อยตรง และไม่ตรงเลย ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 59 ข้อ ซึ่งวัดการปรับตัว 4 ด้าน โดยมีโครงสร้าง ดังนี้

1. การปรับตัวด้านการเรียน (Academic adjustment) เป็นการประเมินประสบการณ์ด้านการเรียน ความต้องการ เป้าหมาย งานด้านการเรียน ประสิทธิภาพ รวมทั้งการยอมรับสิ่งแวดล้อมด้านการเรียน ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 17 ข้อ

2. การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ (Personal/emotional adjustment) เป็นการประเมินปัญหาทางด้านจิตใจ (Psychological distress) หรืออาการทางร่างกายที่เป็นผลมาจากจิตใจ (Somatic consequence of distress) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ

3. การปรับตัวด้านสังคม (Social adjust) เป็นการประเมินสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนิสิตนักศึกษา (การทำความรู้จักเพื่อน การสร้างความสัมพันธ์ และการเข้าร่วมกลุ่มเพื่อน) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 19 ข้อ

4. การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย (Institutional attachment/goal commitment) เป็นการประเมินความรู้สึกของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่ ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 14 ข้อ ซึ่งการปรับตัวด้านนี้จะมีข้อกระทงจำนวน 8 ข้อ ที่ซ้ำกับการปรับตัวด้านอื่น ๆ โดยซ้ำกับการปรับตัวด้านการเรียนจำนวน 1 ข้อ และซ้ำกับการปรับตัวด้านสังคมจำนวน 7 ข้อ

การตรวจให้คะแนนแต่ละข้อกระทงในแบบสอบถามชุดนี้มี 2 ลักษณะ คือ ข้อกระทงทางบวก และข้อกระทงทางลบ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คำตอบ	คะแนน	
	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ
ตรงมาก	4	1
ตรง	3	2
ไม่ค่อยตรง	2	3
ไม่ตรงเลย	1	4

ในแบบสอบถามจำนวน 59 ข้อนั้น จะมีข้อกระทงอยู่ 2 ข้อที่ไม่ได้จัดอยู่ในด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งได้แก่ ข้อที่ 21 และ 55 โดยจะนำคะแนนของข้อกระทงทั้งสองข้อมาคิดคะแนนการปรับตัวรวม แต่ไม่นำมาคิดรวมกับการปรับตัวด้านใดด้านหนึ่งใน 4 ด้าน เนื่องจากข้อกระทงทั้งสองข้อนี้ เป็นข้อกระทงที่ตรวจสอบความตั้งใจในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งหากผู้ตอบ ตอบข้อกระทงทั้ง 2 ข้อนี้ไม่ตรงกันหรือบิดเบือนเกิน 1 ระดับ ให้คัดแบบสอบถามชุดนั้นออก เพราะผู้ตอบแบบสอบถามไม่ตั้งใจในการตอบ

การแปลผลใช้เกณฑ์การตัดคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้าน โดยมีเกณฑ์การตัดคะแนนดังนี้



ช่วงคะแนนระหว่าง	ความหมาย
1.00 – 1.99	ปรับตัวไม่ได้/มีปัญหาในการปรับตัวมาก
2.00 – 2.49	ปรับตัวได้น้อย/มีปัญหาการปรับตัวค่อนข้างมาก
2.50 – 2.99	ปรับตัวได้ปานกลางค่อนข้างดี/มีปัญหาการปรับตัวปานกลางถึงค่อนข้างน้อย
3.00 – 3.49	ปรับตัวได้ดี/ไม่มีปัญหาการปรับตัว
3.50 – 4.00	ปรับตัวได้ดีมาก/ไม่มีปัญหาการปรับตัวเลย

คุณภาพของเครื่องมือนี้ เปรมพร มั่นเสมอ (2545) ได้วิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีการประเมินค่าความคงที่ภายใน (internal consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) พบว่า มีค่าความเที่ยงในระดับค่อนข้างสูง โดยการปรับตัวโดยรวมมีค่าความเที่ยง .90 การปรับตัวด้านการเรียนมีค่าความเที่ยง .69 การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์ มีค่าความเที่ยง .80 การปรับตัวด้านสังคมมีค่าความเที่ยง .81 และการปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย มีค่าความเที่ยง .80

#### แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยที่ผู้วิจัยพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัด

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของเปรมพร มั่นเสมอ (2545) ไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 60 คน แล้วตรวจสอบความสอดคล้องภายในของข้อคำถาม โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่า  $r$  ต่ำกว่า .25 จำนวน 20 ข้อ จึงได้มีการปรับข้อคำถาม ซึ่งได้ศึกษาข้อความของแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของ Baker และ Siryk (1989) โดยได้รับคำแนะนำจากดร. ญรัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาของข้อกระทง

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ปรับข้อคำถามแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 158 คน พบว่า เมื่อวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่า  $r$  ต่ำกว่า .159 จำนวน 1 ข้อ จึงได้ตัดข้อคำถามนี้ออกไป ซึ่งทำให้แบบสอบถามมีข้อคำถามทั้งหมด 58 ข้อ และข้อคำถามในด้านที่ 3 เหลืออยู่จำนวน 18 ข้อ ผลการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยวิธีแอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า แบบวัดทั้งหมดนี้มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .925 ซึ่งอยู่ในระดับดี และค่าความเที่ยงของทั้ง 4 ด้าน เท่ากับ .825 .872 .790 และ .806 ตามลำดับ

### 3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) และการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมจากตัวผู้วิจัยขณะที่ทำการสัมภาษณ์ เช่นปฏิบัติการของผู้ให้ข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการเก็บข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัยใน กรุงเทพมหานครจำนวนสองแห่ง เพื่อเข้าไปชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และขอให้นิสิตนักศึกษาอ่าน เอกสารข้อมูลสำหรับผู้ร่วมการวิจัย และเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย โดยขอให้นิสิตนักศึกษาที่มีความยินดีในการเข้าร่วมการวิจัยลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย พร้อมทั้งทำแบบสอบถามการปรับตัวและรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว โดยขอให้นิสิตนักศึกษาระบุชื่อและเบอร์ โทรศัพท์ติดต่อเอาไว้ด้วย เพื่อที่ว่าหากนิสิตนักศึกษามีลักษณะตรงตามเกณฑ์การคัดเลือก ผู้วิจัยจะได้ทำการติดต่อกลับไป ซึ่งมีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้นจำนวน 86 ราย และมีผู้ที่ตอบแบบสอบถามครบ สมบูรณ์จำนวน 85 ราย

2. ผู้วิจัยตรวจวิเคราะห์ผลคะแนนและคัดเลือกนิสิตนักศึกษาที่ตรงตามเกณฑ์คัดเลือกจำนวน 19 ราย เพื่อติดต่อขอความร่วมมือในการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย แต่สำหรับผู้ที่ไม่อยู่ในเกณฑ์คัดเลือก และอยู่ในสภาวะที่ยังปรับตัวไม่ได้ ผู้วิจัยได้จัดเตรียมข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจไว้ให้ อันได้แก่ รายละเอียดของแหล่งให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในมหาวิทยาลัยของผู้ให้ข้อมูล และข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิตของตนเอง

3. ผู้วิจัยติดต่อทำการขออนุญาตเก็บข้อมูล โดยเรียงลำดับการติดต่อขอสัมภาษณ์จากคะแนนการปรับตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งได้ทำการติดต่อผู้ที่มีคะแนนการปรับตัวในระดับดีถึงดีมากในการปรับตัวทั้ง 4 ด้าน ที่มีอยู่จำนวน 7 ราย และได้รับการตอบรับจำนวน 6 ราย จากนั้นก็ทำการติดต่อกับผู้ที่มีคะแนนการปรับตัวในระดับดีถึงดีมากในการปรับตัว 3 ด้าน และมีคะแนนในระดับค่อนข้างดีในอีก 1 ด้านที่เหลือของการปรับตัว ที่มีอยู่จำนวน 6 ราย และได้รับการตอบรับจำนวน 4 ราย รวมได้ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดจำนวน 10 ราย โดยมีการนัดแนะวันเวลา และสถานที่ในการสัมภาษณ์ที่มีความเป็นส่วนตัว มีความปลอดภัยต่อการรักษาความลับ และผู้ให้ข้อมูลมีความสะดวกที่จะให้การสัมภาษณ์ ซึ่งได้แก่ ห้องให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในมหาวิทยาลัยของผู้ให้ข้อมูล

4. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 38 – 94 นาที แล้วทำการถอดเทปเสียงแบบคำต่อคำ ซึ่งได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการสัมภาษณ์เป็นเวลาประมาณ 5 เดือน คือตั้งแต่วันที่ 15 พฤศจิกายน พ.ศ. 2556 จนถึง 6 มีนาคม พ.ศ. 2557 ดังมีรายละเอียดเกี่ยวกับการสัมภาษณ์ในตารางที่ 1

## ตารางที่ 1

วันและเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละราย

ผู้ให้ข้อมูล	วันที่สัมภาษณ์	เวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์
รายที่ 1	15 พฤศจิกายน 2556	16.05 – 17.17 น. (72 นาที)
รายที่ 2	21 พฤศจิกายน 2556	13.05 – 14.17 น. (72 นาที)
รายที่ 3	28 พฤศจิกายน 2556	13.00 – 14.34 น. (94 นาที)
รายที่ 4	11 ธันวาคม 2556	13.05 – 13.53 น. (48 นาที)
รายที่ 5	18 ธันวาคม 2556	13.00 – 13.38 น. (38 นาที)
รายที่ 6	8 มกราคม 2557	16.30-17.14 น. (44 นาที)
รายที่ 7	8 มกราคม 2557	17.20-18.11 น. (51 นาที)
รายที่ 8	30 มกราคม 2557	13.05-14.38 น. (93 นาที)
รายที่ 9	21 กุมภาพันธ์ 2557	10.35-11.30 น. (55 นาที)
รายที่ 10	6 มีนาคม 2557	11.15-12.08 น. (53 นาที)

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลของงานวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปได้ดังแผนภาพที่ 2



ภาพที่ 2 สรุปวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนของระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา โดยการนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์เนื้อหาและบริบท (content and context analysis) ดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดความแบบคำต่อคำ (Verbatim) โดยใช้นามแฝงและการปรับเปลี่ยนข้อมูลสำคัญ ๆ ที่อาจจะบดบังผู้ให้ข้อมูลได้ และตรวจสอบความถูกต้องด้วยการฟังเสียงบันทึกการสัมภาษณ์ซ้ำ
2. ผู้วิจัยอ่านบทสนทนาบทสัมภาษณ์หลาย ๆ ครั้ง เพื่อทำความเข้าใจกับข้อมูลทั้งหมดในภาพรวม แล้วจึงถอดรหัสข้อความ (coding) โดยข้อมูลที่มีลักษณะเดียวกัน ให้นิยามรหัสของข้อมูลแบบเดียวกัน แล้วนำรหัสที่ได้มารวบรวมเชื่อมโยงสร้างเป็นประเด็นหลัก (theme)
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่จัดเป็นประเด็นหลักมาหาความสัมพันธ์เชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ แล้วจึงสร้างข้อสรุปจากประเด็นหลักทั้งหมด เพื่อให้เห็นภาพรวมของประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลที่เกิดขึ้นจากปรากฏการณ์มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง
4. ผู้วิจัยตรวจสอบข้อมูลและผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยนำผลการวิเคราะห์ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและการวิจัยเชิงคุณภาพ ช่วยตรวจสอบและให้ความเห็นเกี่ยวกับประเด็นที่ได้จากการวิเคราะห์

#### 5. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของงานวิจัย

ผู้วิจัยตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (trustworthiness) ของข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ การสังเกตและการบันทึกภาคสนามด้วยวิธีการต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลที่มีประสบการณ์ตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา คือวัยรุ่นรุ่นที่ปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง และมีการสร้างความคุ้นเคยและความไว้วางใจกับผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเล่าประสบการณ์ของตนได้อย่างครบถ้วนทุกแง่มุมและข้อมูลที่ได้เป็นข้อมูลที่น่าเชื่อถือ
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลอย่างเป็นระบบตรวจสอบได้ (audit trail) ได้แก่ การบันทึกเทปขณะสัมภาษณ์ บันทึกการถอดรหัสข้อความ บันทึกการจัดกลุ่มประเด็นย่อยและประเด็นหลัก และการอ้างคำพูดของผู้ให้ข้อมูลในรายงาน (direct quotes) เพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์สามารถตรวจสอบขั้นตอนในการปฏิบัติงานที่ผ่านมาได้
3. ผู้วิจัยพูดคุยปรึกษากับเพื่อนนักวิจัย (peer debriefing) โดยมีการปรึกษาหารือผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพ คือ อ.ดร. ณัฐสุดา เต้พันธ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งช่วยตรวจสอบความถูกต้องของการวิเคราะห์ข้อมูล รวมถึงให้คำแนะนำที่ช่วยขยายมุมมองเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่ผู้วิจัยศึกษามากขึ้น นอกจากนี้ยังปรึกษากับอาจารย์วรัญญา กองชัยมงคล ที่ช่วยให้คำแนะนำในการปรับเปลี่ยนแก้ไขการเขียนผลการวิจัยให้อธิบายภาพได้ชัดเจนมากขึ้น
4. ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลไปให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบ (member checking) โดยผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยและติดต่อผู้ให้ข้อมูลเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างผลการวิจัยกับประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูล รวมถึงแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อสรุปที่ได้มาจากการวิเคราะห์ข้อมูล

ของผู้วิจัย ซึ่งจากผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 10 ราย มีผู้ตอบรับเห็นด้วยกับผลการวิจัยจำนวน 8 ราย มีผู้ที่ตอบว่าผลการวิจัยมีบางส่วนที่ตรงกับประสบการณ์แต่ไม่ได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจำนวน 1 ราย ส่วนอีก 1 รายไม่สามารถติดต่อได้

## 6. การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูลวิจัย

ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงการพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยเพื่อป้องกันการละเมิดสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยได้มีการดำเนินการพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ดังนี้

1. ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยยื่นเสนอโครงการวิจัยให้คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน Institutional Review Board (IRB) ซึ่งพิจารณาโดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization- Good Clinical Practice (ICH-GCP) ซึ่งถือเป็นมาตรฐานสากลทางด้านจริยธรรมและวิชาการ เพื่อวางรูปแบบของการดำเนินการ การบันทึกและรายงานผลทางคลินิก ที่เป็นหลักประกันในการคุ้มครองทางด้านสิทธิ ความปลอดภัย และสภาพความเป็นอยู่ของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

2. ในกระบวนการดำเนินการวิจัยผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมวิจัยจากผู้ให้ข้อมูลทุกราย ทำการชี้แจงรายละเอียดต่าง ๆ อันเกี่ยวข้องกับการวิจัย อธิบายให้ทราบถึงวัตถุประสงค์การวิจัยขั้นตอนการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การรักษาความลับ และการนำเสนอข้อมูลในลักษณะที่เป็นภาพรวม รวมทั้งเผยแพร่ข้อมูลในเชิงวิชาการเท่านั้น ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิในการไม่ตอบคำถาม หากผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่สะดวกใจที่จะเข้าร่วมงานวิจัยต่อไป ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะยุติการให้ความร่วมมือได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะอยู่ในขั้นตอนใดของงานวิจัย พร้อมทั้งสามารถขอข้อมูลคืนได้โดยไม่ต้องแจ้งสาเหตุ หลังจากผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ หากผู้เข้าร่วมการวิจัยสมัครใจที่จะเข้าร่วมผู้วิจัยขอให้ผู้เข้าร่วมลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมในการเข้าร่วมการวิจัยอย่างเป็นทางการเป็นลายลักษณ์อักษร และในขณะการสัมภาษณ์เก็บข้อมูลการวิจัย หากผู้เข้าร่วมการวิจัยเกิดความกระตือรือร้นใจจากการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะยุติบทบาทนักวิจัยและดำเนินการช่วยเหลือด้วยกระบวนการทางการศึกษาเชิงจิตวิทยา และไม่เอาข้อมูลมาใช้ในการวิจัย

## บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) เพื่อศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นวัยรุ่นนิสิตนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยสองแห่งในกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ได้ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 10 ราย โดยผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล

ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ เป็นวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้จำนวน 10 ราย ซึ่งมีอายุระหว่าง 19 – 21 ปี เป็นเพศชายจำนวน 4 ราย และเพศหญิงจำนวน 6 ราย ทุกคนกำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ด้วยเหตุที่ผู้วิจัยได้รับอนุญาตให้เข้าไปเก็บข้อมูลการวิจัยในวิชาเรียนที่มีนิสิตนักศึกษาลงทะเบียนเรียนอยู่ในชั้นปีที่ 2 เกือบทั้งหมด มีผู้ให้ข้อมูลที่ตอบในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวว่าใช่ 3 ใน 4 ของข้อคำถามจำนวน 7 ราย และตอบว่าใช่ 4 ใน 4 ของข้อคำถามจำนวน 3 ราย สถานะความสัมพันธ์ของบิดามารดาที่ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมาจำนวน 7 ราย เคยหย่าร้างและกลับมาอยู่ด้วยกันจำนวน 1 ราย หย่าร้างกันจำนวน 1 ราย และแยกกันอยู่จำนวน 1 ราย โดยสรุปข้อมูลสำคัญเป็นดังตารางที่ 2

## ตารางที่ 2

## ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล

รหัส	อายุ	เพศ	การศึกษา	รายการประเมินความ ขัดแย้งในครอบครัว	สถานะความสัมพันธ์ของ บิดามารดา
ID1	20	ชาย	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID2	19	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID3	20	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID4	21	ชาย	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID5	19	ชาย	ปริญญาตรีปี 2	4 ใน 4 ของข้อคำถาม	เคยหย่าร้างแล้วกลับมาอยู่ด้วยกัน
ID6	20	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	4 ใน 4 ของข้อคำถาม	หย่าร้างกัน
ID7	19	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	แยกกันอยู่
ID8	19	ชาย	ปริญญาตรีปี 2	4 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID9	19	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา
ID10	20	หญิง	ปริญญาตรีปี 2	3 ใน 4 ของข้อคำถาม	ยังคงอยู่ด้วยกันเรื่อยมา

สำหรับรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องราวชีวิตของผู้ให้ข้อมูลทั้ง 10 ราย เป็นดังต่อไปนี้

#### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 (ID1)

วัยรุ่นชาย อายุ 20 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า มีความขัดแย้งกันมานานแล้ว ซึ่งในสมัยก่อนมีการโต้เถียงที่รุนแรงและบ่อยครั้ง แต่ในปัจจุบันมีความรุนแรงที่ลดลง โดยสาเหตุของการทะเลาะกันของพ่อแม่คือความอารมณ์ร้อนและการไม่ยอมกัน จากการรับรู้บรรยากาศความตึงเครียดระหว่างพ่อแม่ นั้น ได้ส่งผลต่อการมีความรู้สึกอึดอัดใจของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเลือกใช้วิธีการหลีกเลี่ยงด้วยการไปทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยการเลือกที่จะไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ นั้น มาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลได้เคยพยายามจะช่วยให้พ่อแม่เลิกทะเลาะกันด้วยการพูดคุยกับแม่ถึงสาเหตุของความขัดแย้งและเสนอแนะแนวทางการแก้ไขความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่แล้ว แต่ผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าการพูดคุยของตนนั้นไม่ได้ช่วยแก้ไขความขัดแย้งได้ อย่างไรก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ว่าการพูดคุยกับแม่ได้ช่วยให้แม่ระบายความรู้สึกออกมา สำหรับเหตุผลของการเลือกคุยกับแม่อย่างเดียวนั้น ผู้ให้ข้อมูลได้บอกว่าเป็นเพราะพ่อแม่มีอารมณ์ร้อนมากกว่าแม่ ถึงแม้ว่าผู้ให้ข้อมูลอาจจะมีความคิดเห็นบางอย่างที่แตกต่างกับแม่จนเกิดการโต้เถียงกัน แต่ผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะพยายามไม่โต้เถียงกลับในเวลาต่อมา

ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะสนใจพัฒนาการดำเนินชีวิตของตนเองให้ดี เมื่อได้เข้าใจถึงความยากในการคลี่คลายความขัดแย้งของพ่อแม่ และมองว่าตนไม่สามารถเปลี่ยนพ่อแม่ให้เลิกทะเลาะกันได้ โดย



ผู้ให้ข้อมูลมีมุ่งมั่นตั้งใจและพยายามทำตามเป้าหมายที่ตนเองสนใจให้สำเร็จ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมีการควบคุมตนเองและตัดสิ่งที่จะขัดขวางการทำตามเป้าหมายของตน นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลยังได้เรียนรู้เกี่ยวกับการมีสัมพันธภาพที่ดีว่า การพูดคุยทำความเข้าใจกันด้วยเหตุผลจะนำไปสู่การแก้ปัญหาความขัดแย้งได้ ถึงแม้ผู้ให้ข้อมูลอาจจะมีอารมณ์ไม่พอใจเกิดขึ้นแต่ก็ไม่แสดงอารมณ์ของตนออกไปมากจนกระทบความรู้สึกของอีกฝ่าย และเลือกที่จะพูดคุยด้วยเหตุผล รวมถึงรับฟังและเคารพในความเห็นของผู้อื่น เพื่อที่จะสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ผู้ให้ข้อมูลยังมีความเข้าใจว่าแต่ละบุคคลมีทางเลือกถึงแม้จะอยู่ภายใต้เงื่อนไขของสภาพแวดล้อม โดยผู้ให้ข้อมูลมีการพิจารณาถึงผลที่สามารถเกิดขึ้นได้ในแต่ละทางเลือกเป็นแนวทางในการตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ สำหรับสิ่งที่มีส่วนช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตนั้น ผู้ให้ข้อมูลมองว่า สภาพแวดล้อมภายนอกครอบครัวมีอิทธิพลต่อผู้ให้ข้อมูลเป็นอย่างมาก จากการสังเกตว่าน้องสาวของตนมีลักษณะนิสัยที่ค่อนข้างแตกต่างจากตนเองมาก ซึ่งสภาพแวดล้อมนั้นได้แก่ การมีเพื่อนที่ช่วยให้มีมุมมองความคิดที่กว้างและมีเหตุผลมากขึ้น รวมถึงการมีประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ช่วยให้ได้ความรู้แ่คิดในการพัฒนาตนเองมากขึ้น ทั้งนี้ทั้งนั้น ผู้ให้ข้อมูลยังมองการได้รับการเลี้ยงดูปลูกฝังแนวความคิดต่าง ๆ จากครอบครัว ว่าก็เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล

## ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2 (ID2)

วัยรุ่นหญิง อายุ 19 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงลักษณะของครอบครัวว่า เป็นครอบครัวคนจีนที่ให้ความสำคัญกับลำดับชั้นความอาวุโส โดยเรียงจากพ่อ แม่ ตนเอง และน้องสาว ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่มีความขัดแย้งกันบ่อยครั้งตั้งแต่ผู้ให้ข้อมูลยังเด็ก ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเคยรู้สึกตกใจที่เห็นพ่อแม่ทะเลาะกัน แต่ก็ได้สนใจกับเรื่องราวความขัดแย้งของพ่อแม่มากนัก เนื่องจากให้ความสนใจกับเรื่องเรียนเป็นส่วนมากตามคำบอกของพ่อแม่ที่ให้ตั้งใจเรียน ต่อมาผู้ให้ข้อมูลก็รู้สึกเคยชินกับการทะเลาะกันของพ่อแม่ ซึ่งมองว่าความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ไม่ได้ร้ายแรงมากและมีการคลี่คลายลงในเวลาต่อมา แม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะเคยมองความขัดแย้งของพ่อแม่ว่าเป็นปัญหามากก็ตาม โดยผู้ให้ข้อมูลก็มีการทำความเข้าใจถึงสาเหตุของความขัดแย้งของพ่อแม่ว่ามาจากความอารมณ์ร้อนและไม่ยอมให้กัน เมื่อเกิดเหตุการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ขึ้น ในช่วงแรกผู้ให้ข้อมูลเลือกหลีกเลี่ยงที่จะอยู่ในสถานการณ์นั้น เพราะรู้สึกไม่ชอบการทะเลาะเสียงดังใส่กันของพ่อแม่ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็มีความพยายามที่จะช่วยไกล่เกลี่ยเสนอแนะแนวทางการแก้ไขความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยรับรู้ว่าเคยไม่สามารถช่วยคลี่คลายความขัดแย้งของพ่อแม่ได้ แต่เมื่อผู้ให้ข้อมูลมีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น มีการวางตัวเป็นกลาง และไม่มีอารมณ์ร้อนตามพ่อแม่ ก็รับรู้ว่าพ่อแม่มีการรับฟังตนเองมากขึ้น ซึ่งการมีความกล้าที่จะเข้าไปพูดคุยกับพ่อแม่มากขึ้นนั้น ส่วนหนึ่งเป็นเพราะการมีประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยที่สามารถช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งให้ผู้อื่นได้

ประสบผลสำเร็จ ทำให้เกิดแนวคิดที่ว่าตนน่าจะช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ได้เช่นกัน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็สามารถช่วยให้พ่อแม่มีความขัดแย้งกันน้อยลงได้ในปัจจุบัน

ในการเผชิญกับความขัดแย้งของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลมีการพิจารณาถึงสิ่งที่ควรทำในแต่ละขณะ จึงสามารถแบ่งแยกเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ออกจากการดำเนินชีวิตในส่วนอื่นได้ ผู้ให้ข้อมูลยังมีการมองปัญหาที่เผชิญในแง่มุมมองที่ช่วยให้ตนเองมีกำลังใจและสามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ ซึ่งจากการมองว่าตนสามารถเลือกที่จะใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้แม้จะประสบกับสภาพการณ์ที่มีความตึงเครียด ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองในสิ่งที่มองว่าจะช่วยให้รับมือกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้ดีมากขึ้น รวมถึงการเปลี่ยนให้ตนเองกล้าที่จะพูดคุยเสนอความคิดเห็นเพื่อช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ และผู้ให้ข้อมูลยังมีการเลือกที่จะไม่กระทำในสิ่งที่จะก่อให้เกิดการโต้เถียงกันได้จากการนำเอาเรื่องราวของพ่อแม่เป็นตัวอย่างของบทเรียนสำหรับตน อีกทั้งการมีความต้องการที่จะดูแลพ่อแม่เมื่อมองว่าตนเองเริ่มโตเป็นผู้ใหญ่ ก็เป็นอีกสิ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลใส่ใจที่จะช่วยเหลือพ่อแม่ให้มีความสุขมากขึ้น นอกจากนี้ การเห็นแนวทางการแก้ปัญหาในชีวิตและมีความสุขมากขึ้นของผู้ให้ข้อมูล ยังมาจากการมีเพื่อนที่สามารถพูดคุยปรึกษาเรื่องราวของตนได้ และการนำเอาเรื่องราวชีวิตของบุคคลอื่นมาเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตให้ประสบความสำเร็จและมีความสุข

### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3 (ID3)

วัยรุ่นหญิง อายุ 20 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า มีความขัดแย้งกันมานานแล้ว เพราะมีรูปแบบการใช้ชีวิตที่มักมีความไม่ลงรอยกัน เมื่อมีประเด็นความขัดแย้งกัน แม่ก็มักจะควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ค่อยได้ ส่วนพ่อจะใช้วิธีหยุดการโต้เถียงระหว่างกัน ในการรับรู้ความขัดแย้งของแม่นั้น ผู้ให้ข้อมูลก็เคยรู้สึกกลัวว่าพ่อแม่จะแยกทางกันเวลาที่รับรู้ถึงการทะเลาะที่รุนแรงในวัยเด็ก แต่เมื่อโตขึ้นก็รู้สึกชินและมองความขัดแย้งของพ่อแม่ว่าเป็นส่วนหนึ่งที่มีในครอบครัว จากการทำความเข้าใจพ่อแม่ถึงสาเหตุที่ขัดแย้งกัน และเข้าใจถึงความยากที่แม่จะเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่มีส่วนต่อการเกิดความขัดแย้ง อย่างเปลี่ยนการสื่อสารที่จะไม่เป็นการบั่นทอนความรู้สึกของอีกฝ่าย หรือการไม่รับฟังคำพูดจากบุคคลภายนอกครอบครัวมากกว่าคนในครอบครัว แต่ผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ว่าแม่มีความใจเย็นขึ้นจากการเข้าวัดบ่อยขึ้น ซึ่งก็ส่งผลทางบวกต่อตัวผู้ให้ข้อมูลที่เป็นลูกด้วย เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีสัมพันธภาพที่ค่อนข้างเป็นแง่ลบกับแม่ในวัยเด็ก และก็มีการโต้เถียงกับแม่บ่อยครั้ง แต่ผู้ให้ข้อมูลก็พยายามที่จะปรับเปลี่ยนตนเองให้โต้เถียงกับแม่น้อยลงเมื่อรับรู้ว่าแม่เสียใจกับคำพูดการกระทำของตน และผู้ให้ข้อมูลก็มองเห็นถึงแง่มุมด้านบวกของแม่มากกว่าที่จะมองแต่ด้านลบเช่นในวัยเด็ก เมื่อเกิดสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ ผู้ให้ข้อมูลได้มีการพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อที่อดทน

มายาวนานกับสัมพันธ์ภาพที่มีความขัดแย้งกับแม่ อีกทั้งยังพยายามพูดให้ทั้งฝ่ายพ่อและแม่มีความเข้าใจในอีกฝ่ายมากขึ้น แม้ว่าจะไม่ค่อยประสบความสำเร็จก็ตาม

ในการดำเนินชีวิตทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลนั้น ผู้ให้ข้อมูลไม่ได้นำเอาเรื่องราวความขัดแย้งของพ่อแม่มากระทบกับกิจกรรมที่ทำ เช่น การเรียน ถึงแม้ว่าการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่จะเคยทำให้ผู้ให้ข้อมูลมองว่าครอบครัวของตนอ่อนน้อมกว่าครอบครัวอื่น แต่เมื่อผู้ให้ข้อมูลโตขึ้น มีความคิดที่เป็นเหตุผลมากขึ้น มองสิ่งต่าง ๆ ทั้งในแง่บวกและแง่ลบ ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถยอมรับได้ถึงความสำเร็จแบบในครอบครัว จึงมองว่าครอบครัวของตนเองก็มีความอบอุ่นซึ่งมาจากการเกื้อกูลของพ่อแม่และสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน อันได้แก่ พี่ชาย พี่สาว และอา นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลก็ยังมีความพยายามที่จะพัฒนาตนเองให้มากขึ้น มีการรับฟังความเห็นของบุคคลอื่นถึงสิ่งที่ไม่ชอบในการกระทำบางอย่างของผู้ให้ข้อมูล แล้วพยายามปรับเปลี่ยนตนเองในข้อบกพร่องต่าง ๆ ที่มี รวมถึงมีการพยายามคิดทำความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ด้วยเหตุผล ก่อนที่จะแสดงการโต้ตอบด้วยความไม่พอใจออกไปทันที และผู้ให้ข้อมูลยังพยายามควบคุมการดำเนินชีวิตของตนให้เป็นไปในแนวทางที่ดีเมื่อมาอยู่ตามลำพังตอนมาเรียนที่มหาวิทยาลัย จากการมองว่าครอบครัวให้ความไว้วางใจตนและให้อิสระในการเลือกดำเนินชีวิตแก่ตนเอง จึงพยายามระวังที่จะไม่กระทำการที่ผิดพลาดเพื่อไม่ให้บุคคลในครอบครัวต้องรู้สึกผิดหวังกับตนเอง

#### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4 (ID4)

วัยรุ่นชาย อายุ 21 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า มีความขัดแย้งที่รุนแรงเกิดขึ้นนาน ๆ ครั้งเวลาที่มีเรื่องเครียดหรือไม่เข้าใจกัน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรู้สึกลำบากใจในการวางตัวเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้งของพ่อแม่ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลจะรับฟังเรื่องราวทั้งจากฝ่ายพ่อและแม่ โดยผู้ให้ข้อมูลก็เข้าใจถึงการมีความน้อยใจกันและการมีเหตุผลในคนละแง่มุมที่ไม่ลงรอยกันของพ่อแม่ และผู้ให้ข้อมูลก็ไม่ต้องการที่จะเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ส่วนใหญ่จึงรับฟังเพื่อให้อารมณ์ของพ่อแม่มีความรุนแรงน้อยลง แล้วให้พ่อแม่ไปจัดการกับความขัดแย้งกันเอง ซึ่งในความขัดแย้งที่เล็กน้อยก็มักจะสามารคลี่คลายกันได้ แต่ถ้าผู้ให้ข้อมูลเห็นว่ามีการทะเลาะกันอย่างรุนแรง ก็จะเข้าไปช่วยพูดกับแต่ละฝ่ายให้คิดในอีกมุมหนึ่งว่าอีกฝ่ายอาจไม่ใช่อย่างที่เข้าใจไป เพื่อให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกัน ซึ่งก็รู้สึกสบายใจเมื่อประสบผลสำเร็จ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลไม่ยอมให้ความขัดแย้งของพ่อแม่รุนแรงจนพ่อแม่แตกแยกกัน

สำหรับการใช้ชีวิตทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลนั้น ผู้ให้ข้อมูลสามารถแยกแยะเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ให้ส่งผลกระทบต่อตนเองได้ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมีความต้องการที่จะปฏิบัติตนให้ดีตามที่พ่อแม่คาดหวัง เนื่องจากมองว่าเป็นการส่งผลดีกับตนเองด้วย ถึงแม้จะมีบ้างที่รู้สึกอึดอัดกับการที่พ่อแม่มีความคาดหวังในตนซึ่งเป็นลูกชายในครอบครัวคนจีนค่อนข้างสูงจนอยากออกจากกรอบความคาดหวัง

ของพ่อแม่ แต่ก็สามารถกลับมาทำตามกรอบได้ดังเดิมเมื่อตระหนักว่าตนไม่ได้ทำอย่างที่เคยทำได้ เสมอมา โดยในขณะเดียวกันก็ได้รับกำลังใจจากพ่อแม่ซึ่งช่วยให้สามารถพยายามตั้งใจเรียนได้ด้วย นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลยังได้มีการพูดคุยปรึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งของพ่อแม่กับพี่สาวและน้องสาวของตน อีกทั้งมีน้ำและอาที่อาศัยอยู่ร่วมกันซึ่งได้ให้คำแนะนำและช่วยไกล่เกลี่ยความขัดแย้งของพ่อแม่ด้วย โดยผู้ให้ข้อมูลระบุว่าครอบครัวของผู้ให้ข้อมูลนั้น เป็นครอบครัวที่ค่อนข้างมีความสนิทสนม ใกล้ชิดกัน มีความรักที่มอบให้แก่กัน อีกทั้งยังมักจะมีการพูดคุยสื่อสารกันอย่างตรงไปตรงมา และมีการยอมปรับเปลี่ยนตนเองในสิ่งที่สมาชิกคนอื่นในครอบครัวไม่ชอบใจ เพื่อที่จะอยู่ร่วมกันได้อย่างกลมกลืนมากขึ้น ครอบครัวจึงเป็นแหล่งพักพิงทางใจที่สำคัญของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้ให้ข้อมูลระบุว่าตนได้รับการช่วยเหลือดูแลอย่างมากจากพ่อแม่มาโดยตลอด ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกไม่สบายใจเมื่อทราบว่าพ่อแม่มีความตึงเครียดกันเกิดขึ้น และไม่ยอมให้ในครอบครัวมีบรรยากาศที่อัดอั้นตึงเครียดที่ยาวนาน จึงประพุดิตินในแนวทางที่จะช่วยคลี่คลายความตึงเครียดจากความขัดแย้งของพ่อแม่ รวมถึงการไม่ประพุดิตินในทางลบที่จะทำให้พ่อแม่ต้องกังวลใจในเรื่องราวของตนเองเพิ่มขึ้นด้วย

#### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5 (ID5)

วัยรุ่นชาย อายุ 19 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 4 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่าในช่วงที่ผู้ให้ข้อมูลยังเด็กทราบว่าพ่อแม่มีความขัดแย้งกันบ่อยและมีการใช้ความรุนแรงด้วย พอช่วงประมาณที่ผู้ให้ข้อมูลอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่หนึ่ง พ่อกับแม่ก็ตกลงที่จะแยกทางกันอย่างเป็นทางการ แล้วเจ็ดแปดปีต่อมาจึงกลับมาคืนดีกันใหม่ในช่วงที่ผู้ให้ข้อมูลอยู่ประมาณชั้นมัธยมศึกษาปีที่สอง ซึ่งพ่อแม่ได้มีความขัดแย้งที่รุนแรงน้อยลง ไม่มีการใช้คำพูดรุนแรงและทำร้ายร่างกายแล้ว โดยในวัยเด็กผู้ให้ข้อมูลรู้สึกกลัวเมื่อเห็นพ่อแม่ทะเลาะกันรุนแรง แต่พ่อแม่ก็มักจะให้ตนหลีกเลี่ยงออกจากสถานการณ์ความขัดแย้ง ถึงแม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่แต่ก็ไม่ได้เก็บมาเป็นปัญหาของตนเองเพราะได้รับการบอกจากแม่ไม่คิดมากเรื่องความสัมพันธ์ของพ่อแม่ เมื่อพ่อแม่แยกทางกันก็ไม่ได้รู้สึกสะเทือนใจเนื่องจากผู้ให้ข้อมูลไม่ค่อยได้อยู่กับพ่อซึ่งทำงานที่ต่างจังหวัดบ่อยครั้งอยู่แล้ว และผู้ให้ข้อมูลก็ไม่รู้สึกว่าตนขาดอะไรที่อยู่กับแม่เพียงลำพัง อีกทั้งไม่มีความรู้สึกในแง่ลบต่อพ่อ ด้วยการที่แม่พูดถึงพ่อในแง่บวกว่าพ่อยังดูแลลูกและไม่ได้เกลียดลูก เพียงแต่พ่อกับแม่มีความไม่เข้าใจกันเท่านั้น แต่ผู้ให้ข้อมูลก็มีความรู้สึกกระอักกระอ่วนใจในเวลาที่พ่อแม่มาพบเจอกันตอนที่มีความไม่ลงรอยกัน ซึ่งในตอนที่พ่อกลับมาขอคืนดีกับแม่โดยมีผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้เชื่อมการติดต่อ ผู้ให้ข้อมูลก็มีความกังวลว่าพ่อแม่อาจจะกลับมาทะเลาะกันอีก แต่ผู้ให้ข้อมูลก็อยากที่จะเห็นพ่อแม่กลับมาพูดคุยกันด้วยดี ซึ่งพ่อแม่ก็มีการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อที่จะเข้าใจกันมากขึ้น แม้จะยังมีความแตกต่างกันในรูปแบบการใช้ชีวิต แต่ทั้งคู่ก็มียุทธศาสตร์ที่เย็นขึ้น จึงไม่ได้เถียงกันอย่างรุนแรงมาก และผู้ให้ข้อมูลก็เข้าไปช่วยยับยั้งการทะเลาะกันของพ่อแม่เมื่อเห็นว่าเริ่มจะ

รุนแรง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมองว่าไม่ควรที่จะปล่อยให้พ่อแม่โต้เถียงกันต่อไปในประเด็นที่ต่างฝ่ายต่างก็ไม่ต้องการที่จะปรับเข้าหากัน

จากความขัดแย้งของพ่อแม่ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่ชอบความรุนแรง ซึ่งก็คิดว่าพี่สาวของตนก็น่าจะมีทัศนคติที่ไม่ชอบความรุนแรงเช่นเดียวกับตน ด้วยมองว่าการใช้ความรุนแรงส่งผลเสียมากกว่าที่จะช่วยแก้ปัญหาได้ จึงไม่อยากจะใช้ความรุนแรงกับผู้อื่น แม้จะเคยเกิดเหตุการณ์ที่มีความไม่พอใจเพื่อนเกิดขึ้นก็สามารถยับยั้งตนเองที่จะไม่ได้ตอบเพื่อนกลับด้วยความรุนแรงได้ รวมถึงผู้ให้ข้อมูลมีความตั้งใจที่จะไม่ใช้ความรุนแรงในครอบครัวของตนในอนาคต อย่างไรก็ตาม การรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ก็ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตโดยทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล ด้วยเพราะผู้ให้ข้อมูลมีสังคมเพื่อนและสังคมอื่น ๆ ที่ความสัมพันธ์อันดีกับผู้ให้ข้อมูล ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมองว่าตนไม่ได้มีปัญหาจากการมีพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งกัน ถึงแม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะมีความกังวลการประเมินทางลบจากผู้อื่นซึ่งทำให้ไม่ต้องการที่จะเล่าให้บุคคลทั่วไปรับรู้ถึงความขัดแย้งในครอบครัวของตน

#### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6 (ID6)

วัยรุ่นหญิง อายุ 20 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 4 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า ในช่วงที่ผู้ให้ข้อมูลยังเด็กมากมีการรับรู้ถึงการทะเลาะกันของพ่อแม่ที่รุนแรงบ่อยครั้ง โดยเกิดขึ้นเมื่อพ่อแม่มาสูรา และมีการทำร้ายร่างกายร่วมด้วย บางครั้ง ในเวลาต่อมาพ่อกับแม่ก็เลิกกรากันในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลยังเรียนอยู่ในระดับอนุบาล ถึงแม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะอยู่กับแม่ แต่ก็ยังคงติดต่อกับญาติฝ่ายพ่อและได้พบเจออยู่เสมอมา จึงไม่สะเทือนใจที่พ่อแม่แยกทางกัน อีกทั้งด้วยวัยที่ยังเด็กมากและมุ่งให้ความสนใจกับการเรียนทำให้ไม่คิดมากเกี่ยวกับเรื่องความสัมพันธ์ของพ่อแม่ ซึ่งหลังจากการเลิกกันของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลก็รู้ว่าพ่อกับแม่มีความสัมพันธ์ในลักษณะของเพื่อนที่ยังพบปะกันได้เมื่อมีเหตุการณ์ที่ได้มาเจอกัน โดยผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่ามีแม่ไม่ได้มีความรู้สึกที่โกรธเคืองพ่อแล้ว และยังมี ความสงสารพ่ที่ดื่มสุรามากจนโทรม สำหรับตัวของผู้ให้ข้อมูลก็แม้จะเคยมีความรู้สึกไม่พอใจพ่อในตอนที่ได้เห็นพ่อทำร้ายแม่ แต่ในปัจจุบันไม่ได้มีความรู้สึกทางลบกับพ่อแล้ว แม้จะไม่ชอบที่พ่อยังคงดื่มสุราอยู่เรื่อยมา แต่ผู้ให้ข้อมูลก็รู้ว่าพ่อยังดูแลตนอยู่ถึงจะมีครอบครัวใหม่แล้ว อีกทั้งผู้ให้ข้อมูลยังมีความพอใจกับการอยู่กับแม่ในปัจจุบัน เนื่องจากมองว่าแม่น่าจะมีความสุขมากกว่ากับการที่ได้เลิกกับพ่อไป แม้จะต้องเลี้ยงดูตนตามลำพัง

ในการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลนั้น ผู้ให้ข้อมูลก็มีความตั้งใจที่จะเรียนให้ได้ดีตั้งแต่มัธยมศึกษา โดยมีความพยายามที่จะสอบเข้าเรียนชั้นมัธยมในโรงเรียนประจำจังหวัดซึ่งมีสิ่งแวดล้อมดีกว่าโรงเรียนวัดเดิมที่เรียนในช่วงประถม จากการไม่ต้องการที่จะอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เพื่อน ๆ มักจะมีปัญหาทางพฤติกรรมก็เป็นอีกแรงผลักดันหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามตั้งใจเรียน อีกทั้งการได้รับกำลังใจจากแม่และการสนับสนุนของญาติฝ่ายพ่อก็ช่วยผู้ให้ข้อมูลสามารถสอบเข้าโรงเรียน

ประจำจังหวัดนั้นได้สำเร็จ นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลยังมีการทำงานพิเศษเพื่อช่วยแบ่งเบาภาระของแม่ และยังเป็น การตอบแทนความช่วยเหลือเกื้อกูลของเจ้าของร้านที่ผู้ให้ข้อมูลได้พักอาศัยอยู่ด้วย เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าเจ้าของร้านขาดคนช่วยเหลือ รวมถึงผู้ให้ข้อมูลรู้สึกเห็นใจที่ลูกหลานของเจ้าของร้านไม่ช่วยเหลือและยังมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสร้างความหนักใจให้เจ้าของร้านด้วย โดยที่ผู้ให้ข้อมูลก็สามารถจัดสรรเวลาในการเรียนและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย

### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7 (ID7)

วัยรุ่นหญิง อายุ 19 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า แม่ของผู้ให้ข้อมูลไม่ใช่ภรรยาคนแรกของพ่อ แต่ได้จดทะเบียนสมรสอย่างถูกต้องตามกฎหมายกับพ่อ และพ่อก็ยังมีภรรยาคนอื่น ๆ หลังจากที่แม่มีแต่ตัวก็ไม่ได้มีปัญหาความขัดแย้งกับภรรยาและลูกคนอื่น ๆ ของพ่อ ซึ่งในวัยเด็กนั้น ผู้ให้ข้อมูลอยู่กับพ่อและแม่ของตน โดยที่ก็เคยอยู่ร่วมกับภรรยาคนอื่น ๆ ของพ่อ ซึ่งมีทั้งคนที่มาทำอันดีต่อผู้ให้ข้อมูลทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่มองว่าการที่พามีภรรยาหลายคนนั้นเป็นปัญหา และคนที่เคยข่มขู่ว่าจะทำร้ายผู้ให้ข้อมูลแต่ก็ไม่ทำร้ายจริง อยากรู้ก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลก็ยังรับรู้ที่พอรักและดูแลตนเป็นอย่างดี ในการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่ ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ที่มีการพูดคุยโต้เถียงขึ้นเสียงใส่กันเป็นประจำ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมองว่าเป็นเรื่องปกติที่ไม่ได้ร้ายแรงมาก แต่ทว่าหลังจากผู้ให้ข้อมูลอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่สอง ซึ่งเป็นช่วงที่สถานะเศรษฐกิจไม่ค่อยดีแล้วพ่อก็มีพฤติกรรมทางการเงิน ทำให้แม่ไม่พอใจที่เป็นแม่ฝ่ายเดียวที่หาเงินดูแลลูก แม่จึงตัดสินใจพาผู้ให้ข้อมูลแยกมาอยู่ที่อื่นโดยไม่ให้พ่อรู้ว่าเป็นที่ไหน และผู้ให้ข้อมูลก็ไม่ได้ติดต่อกับพ่อกับแม่ตามที่ต้องการ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลยอมรับได้กับสถานการณ์ในครอบครัวที่เป็นเช่นนี้ เพราะมองว่าไม่ได้ส่งผลกระทบต่อตน และไม่รู้สึกยากลำบากกับการแยกกันอยู่ของพ่อแม่ จากการที่มองว่าตนสามารถดำรงชีวิตโดยไม่ต้องพึ่งพาพ่อแม่มาก เพราะตั้งแต่เด็กเรื่อยมา ผู้ให้ข้อมูลก็ไม่ได้อยู่ร่วมกับพ่อแม่มากอยู่แล้ว

ในการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลนั้น ผู้ให้ข้อมูลไม่คิดมากกับปัญหาของพ่อแม่ แต่เลือกที่จะหันมาใส่ใจกับการเรียนเพื่ออนาคตของตนเอง โดยสามารถที่จะตั้งใจเรียนมากขึ้นและประสบความสำเร็จในการเรียนมากขึ้น จากการมีความเชื่อว่าถ้าตั้งใจจริงก็จะสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ ซึ่งเรียนรู้ผ่านการดูคนที่ทำให้มีแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตให้ประสบความสำเร็จ และผู้ให้ข้อมูลก็ยังสามารถจัดสรรการทำงานที่ตั้งเป้าหมายไว้กับการผ่อนคลายเป็นได้อย่างเหมาะสม รวมถึงยังมีการทำงานพิเศษเพื่อที่จะพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น อีกทั้งไม่ทำพฤติกรรมทางลบด้วยมองว่าชีวิตของตนมีคุณค่า ไม่ได้นำเอาเรื่องราวความไม่สมบูรณ์แบบของครอบครัวมาเป็นปัญหากับตนเอง อย่างที่เพื่อนคนอื่นมีความผิดหวังกับความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งของพ่อแม่จนทุกข์ใจอย่างมาก แต่ผู้ให้ข้อมูลยอมรับกับการตัดสินใจของแม่ที่เลือกแยกทางกับพ่อซึ่งเห็นว่าดีกว่าการอยู่ด้วยกันอย่างทุกข์ใจ โดยผู้ให้ข้อมูลไม่ได้

ยุ่งเกี่ยวกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลยังเลือกที่จะไม่ทำตามพฤติกรรม การพูดคำหยาบที่ได้เห็นจากแม่ด้วยมองว่าไม่น่าทำตาม ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลก็ยังเห็นถึงด้านบวกของการ เลี้ยงดูของแม่ที่ให้อิสระในการใช้ชีวิตของตนเอง

### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8 (ID8)

วัยรุ่นชาย อายุ 19 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งใน ครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 4 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่ว่า ในช่วงวัยเด็กของผู้ให้ข้อมูลเคยรับรู้ว่ามี พ่อกับแม่มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน แต่ก็รับรู้ว่ามีพ่อแม่มีความอารมณ์ร้อน และแม่ก็ไม่ค่อยฟังความเห็นที่ต่างจาก จุดยืนของตน เมื่อมีประเด็นความขัดแย้งกันก็มักจะปล่อยให้ผ่านไปโดยไม่ได้อธิบายความเข้าใจกัน ความขัดแย้งของพ่อแม่มีความรุนแรงมากขึ้นเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่พ่อทำร้ายร่างกายแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูล ไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์นั้น แต่รับรู้จากการพูดคุยกับแม่ แล้วก็มีความรู้สึกตกใจและโกรธที่พ่อทำร้ายแม่ ทั้งที่เคยสอนเรื่องการเป็นสุภาพบุรุษกับผู้หญิง แต่ผู้ให้ข้อมูลก็ไม่คิดโทษพ่อเพียงฝ่ายเดียวแม้ผู้ให้ ข้อมูลจะมองว่าพ่อผิดมากกว่าด้วยเพราะผู้ให้ข้อมูลไม่เห็นด้วยกับการใช้ความรุนแรง เนื่องจากผู้ให้ ข้อมูลมีความรักพ่อมากเหมือนเช่นที่รักแม่ จึงมีการคิดทำความเข้าใจว่าเหตุการณ์ทะเลาะกันของ พ่อแม่ที่เกิดขึ้นว่ามีสาเหตุมาจากทั้งพ่อและแม่ หลังจากนั้นความสัมพันธ์ของพ่อแม่ก็มีความห่างเหิน กันมากขึ้น มีการพูดกับลูก ๆ ซึ่งได้แก่ผู้ให้ข้อมูลและน้องสาวของผู้ให้ข้อมูล ถึงความสัมพันธ์ของพ่อ แม่ที่ไม่ได้รักกันแล้วแต่ยังอยู่ด้วยกันเพราะลูก ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าพ่อกับแม่มีความพยายามที่จะดูแล ครอบครัวเหมือนเดิม พยายามหลีกเลี่ยงการพูดคุยกันเพื่อที่จะไม่ทะเลาะกัน การรับรู้สถานการณ์ ครอบครัวเช่นนี้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกอึดอัดใจเมื่อคิดว่าพ่อแม่อาจจะแยกทางกันในอนาคตแล้วตนจะ เลือกลงอยู่กับฝ่ายใด แต่ผู้ให้ข้อมูลก็ยังมีการคิดในแง่บวกว่าพ่อกับแม่อาจจะไม่เลิกกันก็ได้ ซึ่ง ความสัมพันธ์ของพ่อแม่ก็มีการดำเนินสลับไปมาระหว่างเป็นไปด้วยดีและขัดแย้งกัน ผู้ให้ข้อมูล พยายามที่จะช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง โดยการพูดคุยกับแม่ให้ปรับในสิ่งที่พ่อไม่ ชอบซึ่งทำให้มีกำลังใจว่าครอบครัวของตนยังมีโอกาสที่จะอยู่ด้วยกันต่อไปได้ รวมถึงมีการรับฟังแม่พูด ระบายความรู้สึกและให้กำลังใจแม่ให้อดทนต่อไป ผู้ให้ข้อมูลยังพยายามสร้างบรรยากาศในบ้านให้มีความผ่อนคลายไม่ให้เกิดการทะเลาะกัน

สำหรับการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลนั้น ถึงแม้ผู้ให้ข้อมูลจะมีการจบกับการครุ่นคิดเพื่อหา หนทางต่อไปหากสถานการณ์ครอบครัวมีการแตกแยกจริง แต่ก็ปล่อยการครุ่นคิดนั้นไปเมื่อพอคิดหา แนวทางได้แล้ว จึงไม่ได้มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตทั่วไปมากนัก นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลก็ยังเรียนรู้ที่ จะไม่ดำเนินรอยตามในสิ่งที่ตนเห็นว่าส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับผู้อื่น อย่างการสื่อสารที่ จะพูดในสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นเสียใจ รวมถึงการมีความตั้งใจที่จะไม่ทำร้ายร่างกายคนรักหากมีครอบครัวของ

ตน และผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ว่าคุณมีสังคมเพื่อนที่มีส่วนช่วยเหลือตนจากการที่มีบรรยากาศในการอยู่ร่วมกันที่ผ่อนคลายสนุกสนาน

### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9 (ID9)

วัยรุ่นหญิง อายุ 19 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงปฏิสัมพันธ์ของครอบครัวว่าไม่ค่อยมีการแสดงความรักต่อกัน แต่ผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ถึงความห่วงใยที่พ่อและแม่มีให้ต่อกันโดยที่ไม่ได้สื่อสารบอกกันโดยตรง ซึ่งพ่อกับแม่ก็อยู่ร่วมกันปกติจนมีเหตุการณ์ทะเลาะกันอย่างหนักของพ่อแม่เมื่อมีครอบครัวข้างบ้านที่พุดูแลพ่อแม่ให้มองแม่ในแง่ลบโดยการทะเลาะกันนั้นมักจะรุนแรงเมื่อพ่อดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้ไม่รับฟังเหตุผล ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็มีความรู้สึกหงุดหงิดรำคาญที่พ่อแม่ทะเลาะกันโดยที่ตนไม่สามารถควบคุมสาเหตุของการทะเลาะกันได้ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็เข้าใจถึงการพูดตอบโต้ถึงแง่ลบของอีกฝ่ายเพื่อปกป้องตนเอง และรับรู้ว่ามีแม่มีความน้อยใจว่าพ่อไม่รักและไม่พอใจที่ต้องอดทนทำงานบ้านเป็นส่วนใหญ่ฝ่ายเดียว โดยผู้ให้ข้อมูลก็ปล่อยให้พ่อแม่จัดการกับความขัดแย้งกันเองด้วยมองว่าเป็นเรื่องของพ่อแม่ แต่พ่อแม่ก็ดึงตนเองเข้ามาให้เลือกเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ผู้ให้ข้อมูลจึงพูดให้พ่อแม่มีความเข้าใจกัน โดยมักจะพูดคุยกับแม่ที่มีความสนิทมากกว่าให้รับรู้ถึงความห่วงใยที่อีกฝ่ายมีให้ แต่ก็รับรู้ว่ามีแม่ไม่ค่อยเชื่อตามคำพูดของตนนัก แล้วเหตุการณ์ความขัดแย้งก็มีความรุนแรงขึ้นเมื่อมีการไล่อีกฝ่ายออกจากบ้าน แต่เมื่อแม่ของผู้ให้ข้อมูลตัดสินใจที่จะออกไปจากบ้านจริง ๆ เหตุการณ์กลับสงบลง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมองว่าเป็นเพราะพ่อไม่ได้ตั้งใจจะให้เกิดการทะเลาะรุนแรงแต่กลับมีการแสดงออกที่รุนแรงเกินไป ปัจจุบันจึงไม่มีการทะเลาะกันรุนแรงแล้ว เนื่องจากครอบครัวข้างบ้านได้ย้ายออกไปแล้วด้วย ซึ่งพ่อก็ไม่ได้ติดต่อยุ่งเกี่ยวกับเมื่อรู้ชิตว่าเป็นบุคคลที่ไม่ประสงค์ดีกับตน และก็ทำให้พ่อไม่ได้ดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไปจนปริมาณที่ตนจะควบคุมตนเองได้อีก

ถึงแม้ว่าในช่วงที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงการทะเลาะกันเสียงของพ่อแม่ที่มักจะเกิดขึ้นในช่วงกลางคืน ได้ส่งผลต่อการมีความรู้สึกเครียด แต่ผู้ให้ข้อมูลก็ใช้วิธีการพูดคุยปรึกษากับเพื่อนสนิทซึ่งช่วยให้มีกำลังใจที่จะผ่านพ้นเรื่องราวปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ไปได้ อีกทั้งผู้ให้ข้อมูลยังมองการประสบกับเรื่องราวความขัดแย้งของพ่อแม่เป็นแรงผลักดันในการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ด้วยการได้รับแง่คิดในการพลิกวิกฤติให้เป็นโอกาสจากรีวิวของภาพยนตร์ หนังสือต่าง ๆ เพื่อที่จะทำให้ตนเองมีความมั่นคงสมดุลงขึ้นจากการที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังมองว่าปัญหาของพ่อแม่เป็นคนละส่วนกับการประพฤติตนของลูก ซึ่งไม่ควรที่จะปฏิบัติตนให้มีปัญหาเมื่อมีปัญหาครอบครัว โดยผู้ให้ข้อมูลยังรับรู้ถึงการได้รับความรักและการดูแลของพ่อแม่ การได้รับการปลุกฝังจากโรงเรียน และการได้รับแนวคิดจากเพื่อนในการรักตนเอง ไม่กระทำในสิ่งที่จะก่อให้เกิดปัญหาต่อตนเอง



### ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10 (ID10)

วัยรุ่นหญิง อายุ 20 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่สอง ในรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัวได้ตอบว่าใช่ จำนวน 3 ใน 4 ของข้อคำถาม

ผู้ให้ข้อมูลเล่าเกี่ยวกับครอบครัวว่าพ่อต้องทำงานต่างจังหวัด ซึ่งจะกลับมาหาบ้างเป็นครั้งคราว โดยที่พ่อกับแม่อังยังมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน แม้จะมีความเห็นที่ไม่ตรงกันหลายเรื่อง จนเมื่อพ่อกับแม่ได้ทำธุรกิจร่วมกันก็ได้มีความขัดแย้งกันมากขึ้น อย่างการที่แม่ไม่ชอบที่พ่อนำญาติฝ่ายตนมาดูแล แล้วต่อมาก็โดนญาติฝ่ายนั้นโกงและยังประสบปัญหาทางการเงินมากขึ้นทำให้มีความตึงเครียดระหว่างพ่อแม่มากขึ้น จนกระทั่งพ่อหายหน้าไปเป็นเวลาสองปีแต่ก็กลับมาในช่วงที่สถานะทางการเงินดีขึ้น ซึ่งแม่อังก็มีความไม่พอใจอยู่บ้างแต่ก็ยอมกลับมาอยู่ด้วยกัน ต่อมาก็มีประเด็นที่เหมือนพ่อกับแม่มีผู้หญิงคนอื่นทำให้ความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่อังรุนแรงขึ้นอีกครั้ง จนผู้ให้ข้อมูลคิดว่าพ่อกับแม่อังถึงขั้นแยกทางกันจริง ๆ แต่พ่อกับแม่อังมีการปรับความเข้าใจกันและกลับมาอยู่ด้วยกันได้อีกครั้ง ในการรับรู้เรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่แม่อัง โดยส่วนใหญ่ผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้จากการรับฟังแม่ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็พยายามหลีกเลี่ยงการรับรู้เรื่องราวให้มากกว่านั้นเพราะมีความรู้สึกอึดอัดตึงเครียดที่ได้รับรู้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ และมีความรู้สึกแง่ลบกับชีวิตของตนเองที่ต้องประสบกับการที่พ่อแม่มีปัญหากันครั้งแล้วครั้งเล่า จนไม่อยากที่จะทำอะไรในช่วงระยะเวลาหนึ่ง แต่ก็มีความคิดในแง่บวกมากขึ้น เมื่อเวลาผ่านไประยะหนึ่งว่าตนก็คงจะผ่านพ้นปัญหาไปได้อีกเช่นที่เคยผ่านมาได้ นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลยังเคยมีความไม่พอใจจากการคิดว่าพ่อกับแม่ไม่นึกถึงตนเองและครอบครัว แต่ต่อมาก็มีการคิดทำความเข้าใจถึงเหตุผลในการกระทำของพ่อและไม่รู้สึกในแง่ลบกับพ่อแล้วเมื่อพ่อกับแม่กลับมาปรับความเข้าใจกันได้ ในการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่แม่อัง ผู้ให้ข้อมูลได้รับฟังแม่ที่พูดเล่าระบายเรื่องราวให้ฟัง แต่ไม่ได้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสถานการณ์ความขัดแย้ง โดยปล่อยให้พ่อกับแม่ได้จัดการกับปัญหาตนเอง ส่วนช่วงที่ครอบครัวประสบปัญหาทางการเงินผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะทำงานพิเศษเพื่อที่จะได้ไม่ต้องพึ่งพาที่บ้านมาก

เมื่อผู้ให้ข้อมูลมีความเครียดกับเรื่องปัญหาของพ่อแม่ก็ใช้วิธีพูดระบายปรึกษากับเพื่อนสนิทที่ช่วยให้สบายใจขึ้น อีกทั้งผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อที่จะไม่คิดมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ ถึงแม้ว่าความเครียดที่มีต่อการรับรู้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่จะส่งผลกระทบต่อการใช้คะแนนการสอบลดลงจากมาตรฐานของผู้ให้ข้อมูลที่เคยได้ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็มีความตั้งใจที่จะพยายามทำคะแนนในครั้งต่อไปให้ดีขึ้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมีเป้าหมายในการเรียนให้ได้คะแนนสูงเพื่อที่จะสามารถเรียนต่อระดับปริญญาโทได้และทำให้แม่สบายใจที่ตนเรียนได้ดีในคณะที่เลือกเอง โดยผู้ให้ข้อมูลมองว่าตนได้รับแนวคิดในการตั้งใจพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จจากการเห็นแม่เป็นแบบอย่างที่สามารถพยายามแก้ไขปัญหาค่าครอบครัวได้ อีกทั้งยังมองว่าการเลี้ยงดูที่ให้อิสระในการ

ตัดสินใจ แต่คอยให้คำแนะนำสนับสนุน ก็มีส่วนช่วยให้ตนเองสามารถตัดสินใจสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ตั้งแต่ที่ย้ายมาเรียนระดับมัธยมศึกษาที่กรุงเทพเพียงลำพัง

## ส่วนที่ 2 ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถอธิบายประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ใน 3 ประเด็นหลัก ดังนี้

### 1. ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

#### 1.1 การรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

##### 1.1.1 สถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

###### 1.1.1.1 ลักษณะที่แสดงถึงการมีความขัดแย้งของพ่อแม่

###### 1.1.1.2 สถานการณ์ความขัดแย้งในปัจจุบัน

###### 1.1.1.3 การรับรู้ถึงช่วงเวลาที่มีความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ไม่ได้ขัดแย้งรุนแรง

##### 1.1.2 สาเหตุของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

###### 1.1.2.1 ประเด็นความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่

###### 1.1.2.2 ปัจจัยที่ทำให้ความขัดแย้งขยายเพิ่มมากขึ้น

##### 1.1.3 การจัดการของพ่อแม่ต่อความขัดแย้ง

###### 1.1.3.1 การพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกันของพ่อแม่

###### 1.1.3.2 การพยายามยุติการทะเลาะกันของพ่อแม่

###### 1.1.3.3 การกลับมามีความสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกันของพ่อแม่

#### 1.2 ผลกระทบจากความขัดแย้งในครอบครัว

##### 1.2.1 สภาวะจิตใจจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่

###### 1.2.1.1 อึดอัดตึงเครียดเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

###### 1.2.1.2 กลัวในความรุนแรงของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

###### 1.2.1.3 รู้สึกแสบต่อตนเองจากการที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน

###### 1.2.1.4 รู้สึกไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่

###### 1.2.1.5 ห่วงใยครอบครัว

###### 1.2.1.6 ทำใจยอมรับได้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่

##### 1.2.2 ปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกับพ่อแม่

###### 1.2.2.1 การเกิดช่องว่างระหว่างตนกับพ่อแม่

###### 1.2.2.2 การตอบสนองต่อความขัดแย้งกับพ่อแม่

### 2. การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

#### 2.1 การมุ่งแก้ปัญหาที่ตนเอง

- 2.1.1 การทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 2.1.1.1 การเข้าใจถึงเหตุผลที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน
  - 2.1.1.2 การเข้าใจถึงความยากที่จะแก้ไขปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 2.1.1.3 การเข้าใจการตัดสินใจของพ่อแม่ต่อการจัดการปัญหาความขัดแย้ง
  - 2.1.1.4 ยอมรับกับการมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่
- 2.1.2 การคิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์
  - 2.1.2.1 การไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 2.1.2.2 การปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 2.1.2.3 การเลือกมองสถานการณ์ครอบครัวในมุมบวก
- 2.1.3 การให้ความสนใจในสิ่งที่ตนให้คุณค่า
  - 2.1.3.1 การแยกเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่จากการดำเนินชีวิตส่วนอื่น
  - 2.1.3.2 การมุ่งมั่นทำตามเป้าหมายของตนเอง
  - 2.1.3.3 การทำกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด
- 2.2 การปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่
  - 2.2.1 การหลีกเลี่ยงที่จะยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์
    - 2.2.1.1 การหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียด
    - 2.2.1.2 การหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 2.2.2 การพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง
    - 2.2.2.1 การพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่
    - 2.2.2.2 การช่วยพูดไกล่เกลี่ยเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาให้พ่อแม่
    - 2.2.2.3 การเข้าไประงับการทะเลาะกันของพ่อแม่
    - 2.2.2.4 การประพุดิตนในแนวทางที่มีส่วนช่วยเหลือพ่อแม่
- 3. ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้
  - 3.1 การเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต
    - 3.1.1 สิ่งที่ได้รับจากการอยู่ร่วมกับครอบครัว
      - 3.1.1.1 การเลี้ยงดูปลูกฝังของพ่อแม่
      - 3.1.1.2 การเกื้อกูลจากสมาชิกในครอบครัว
    - 3.1.2 การได้รับมิตรภาพจากเพื่อน
    - 3.1.3 การได้รับแรงคิดจากรื่องราวเหตุการณ์ที่เผชิญ
  - 3.2 การสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม
    - 3.2.1 การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

- 3.2.1.1 การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- 3.2.1.2 การเคารพความคิดของผู้อื่น
- 3.2.1.3 การปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น
- 3.2.1.4 การจัดการกับความไม่ลงรอยโดยไม่ให้เกิดปัญหารุนแรง
- 3.2.2 การดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์
  - 3.2.2.1 การพัฒนาตนเองด้วยเห็นว่าชีวิตมีคุณค่า
  - 3.2.2.2 การควบคุมตนเองในการทำตามแนวทางที่ตั้งใจ
  - 3.2.2.3 การมีความคิดที่เป็นเห็นเหตุเป็นผล
  - 3.2.2.4 การเลือกมองมุมบวกในสิ่งที่ได้ประสบ
  - 3.2.2.5 การเลือกกระทำสิ่งดีงาม
- 3.2.3 การเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่
  - 3.2.3.1 การปฏิบัติตนที่ไม่ให้เกิดความขัดแย้งในสัมพันธภาพ
  - 3.2.3.2 การไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความรุนแรงเมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น
  - 3.2.3.3 การมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่

### ประเด็นที่ 1 ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

ผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์ตรงในการอยู่ร่วมกับพ่อแม่ที่ขัดแย้งกัน และได้รับรู้ถึงสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ รวมถึงมองเห็นที่มาของความขัดแย้งของพ่อแม่ ตลอดจนวิธีการที่พ่อแม่และแม่พยายามใช้ในการจัดการกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ทั้งนี้จากการรับรู้ความขัดแย้งดังกล่าว มีผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลในฐานะลูกที่อยู่ท่ามกลางความสัมพันธ์ที่ขัดแย้ง แม้จะมีความรู้สึกที่เป็นเชิงลบต่างๆ ต่อความขัดแย้ง หากก็มีความห่วงใยต่อครอบครัว และรู้สึกทำใจยอมรับได้ต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในการอยู่ร่วมกับพ่อแม่ นั้น ผู้ให้ข้อมูลมีความไม่ลงรอยกับพ่อแม่ด้วยความคิดเห็นที่แตกต่างไม่สามารถสื่อสารให้พ่อแม่เข้าใจได้ และไม่เห็นด้วยกับพฤติกรรมบางประการของพ่อแม่ โดยรายละเอียดของแต่ละประเด็นมีดังต่อไปนี้

#### 1.1 การรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

ผู้ให้ข้อมูลได้รับรู้ถึงความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันของพ่อแม่ โดยการรับรู้ถึงสถานการณ์ที่พ่อแม่มีการแสดงพฤติกรรมในลักษณะของการมีความขัดแย้งต่อกัน ซึ่งสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่นี้ได้มีการทอดยาวมาจนถึงปัจจุบัน หากแต่ระดับของความรุนแรงมีทั้งที่เบาบางลงและยังคงขัดแย้งรุนแรง ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลก็ได้กล่าวถึงสาเหตุของความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ที่ตนรับรู้ โดยสาเหตุของความขัดแย้งนั้น มีทั้งสาเหตุที่เป็นประเด็นของความไม่ลงรอยกันและสาเหตุที่เป็นปัจจัยในการทำให้ความขัดแย้งขยายเพิ่มมากขึ้นอีกทั้งผู้ให้ข้อมูลก็ยังรับรู้ถึงวิธีการที่พ่อแม่ได้ใช้ในการจัดการต่อความขัดแย้งที่เกิดขึ้น

### 1.1.1 สถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

การอยู่ร่วมในครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ โดยผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดได้รับรู้ถึงการมีพฤติกรรมก้าวร้าวโต้เถียงกันระหว่างพ่อแม่ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนรับรู้ถึงการทำร้ายร่างกายเกิดขึ้นร่วมกับการโต้เถียง และพ่อแม่ของผู้ให้ข้อมูลบางรายมีการตัดสินใจที่จะแยกทางกันหลังจากมีความขัดแย้งเกิดขึ้น สำหรับสถานการณ์ปัจจุบันของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ นั้น ผู้ให้ข้อมูลบางก็รับรู้ว่าการลดลงของความขัดแย้ง บ้างยังคงมีความขัดแย้งรุนแรงเกิดขึ้นอยู่ และส่วนหนึ่งก็รับรู้ถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ไม่ใช่ลักษณะความสัมพันธ์ดั้งเดิมของพ่อแม่หลังจากแยกทางกัน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 1.1.1.1 ลักษณะที่แสดงถึงการมีความขัดแย้งของพ่อแม่

ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงการมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างพ่อแม่จากปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อกันในลักษณะของการโต้เถียงกัน ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งยังเล่าถึงการมีการทำร้ายร่างกายเกิดขึ้นร่วมด้วย และผู้ให้ข้อมูลจำนวนหนึ่งก็รับรู้ถึงการเลือกแยกทางกันของพ่อแม่จากการเคยมีความขัดแย้งกันเกิดขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลได้เล่าถึงสถานการณ์ที่มีการโต้เถียงกันของพ่อแม่ว่าเป็นการทะเลาะกันบ่อยครั้ง มีการขึ้นเสียงใส่กัน และมีการตำหนิต่อว่าอีกฝ่าย ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ก็ความสัมพันธ์ก็ เหมือนกับ ไม่ ไม่ค่อยดีอะครับ ก็คือ เหมือนกับตอนเด็ก ๆ ก็ทะเลาะกันบ่อยอะไรอย่างเงี้ยอะฮะ อ้อ แล้วก็ขึ้นมา ต่อเนื่อง จนประมาณช่วงผม ก็คือตอนช่วงแรก ๆ ตอนที่ผมเด็ก ๆ อะ จะค่อนข้างทะเลาะกันบ่อย แล้วก็ค่อนข้างแบบรุนแรง ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“คือ คำเรียกอะไรอะ จะใช้คำว่าทะเลาะกัน ทะเลาะกัน หนูไม่รู้คำว่าทะเลาะ limit คำว่าทะเลาะแบบ ที่เถียงกันจนถึงคำว่าทะเลาะ limit มันคือขนาดไหน แต่แบบบ้านหนูนี่คือเค้า เค้าเถียงกันแบบ เถียงกันแบบ บ่น ๆ ๆ ๆ ทั้งสองฝ่ายแต่ว่ามันก็ไม่ได้ร้ายแรงถึงขั้น อู๊ย แต่ไอที่แบบโกรธ ๆ ซ้ำวันอะไรอย่างเงี้ย มันก็แบบมี แต่นาน ๆ ครั้งเลย แต่ที่เถียงกันบ่อย ๆ ทะเลาะกันทุกวันนี้แบบ มันก็มีอะ บ่อยด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็คือก็เหมือนกับว่าตอน ตอน ตอนเด็ก ๆ ไซ้มัย พวกเค้า เอาก็อยู่ อยู่กับ กับพ่อแม่แม่เหมือนกัน ปกติแล้วก็ เหมือนกับว่าเค้าก็ทะเลาะกันบ่อย ก็ทะเลาะกัน ก็แบบมีปากเสียงกันประจำอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“รุ่นแรงมั๊ยก็ เหมือนมะม๊าจะเป็นคนที่ชอบเถียง ๆๆๆ อยู่แล้วใช้มั๊ยพี่ แบบจืด ๆ ๆๆๆ อะไรเงี้ย เหมือนหนูก็พูด ๆๆๆ อะไรเงี้ย เออแล้ว ก็รุ่นแรงเหมือนกันนะ เหมือนกะว่า เหมือนมะม๊าจะชอบเป็นคนเริ่มก่อนมากกว่าเหมือน เออ พอพูดกันซัก พักก็จะเริ่มเถียงกันละอะไรอย่างเงี้ย... ป้าก็จะ เป็นคน พ่อจะเป็นคนเงียบ ๆ ขริม ๆ อะไรอย่างเงี้ย แล้ว เออถ้าโกรธก็คือน่ากลัวมากอะไรอย่างเงี้ยคะ เออแต่ก็ไม่ได้ลงไม้ ลงมืออยู่แล้ว ก็ไม่ได้อะไรอย่างเงี้ยอยู่แล้วอะ แต่ว่า เออก็ทะเลาะกันตั้งแต่เด็ก ๆ แล้วเรื่องอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“แล้วก็ทะเลาะกันแบบ เค้าชอบทะเลาะกันตอนกลางคืนเพราะว่า แม่จะต้องขาย ของแล้วปิดร้านประมาณเที่ยงคืนแล้วแบบก็จะต้องเข้าบ้านมาอะไรอย่างเงี้ยแล้วป้า จะไปลื้อคบ้านไม่ให้เข้า ก็คือ แล้วพอลื้อคบ้านไม่ให้เข้าก็แม่จะต้องโทรมาหาหนูให้ แบบมาเปิดกุญแจให้อะไรอย่างเงี้ยคะ เออแล้วก็คือตอนกลางคืนก็เลยจะต้อง ทะเลาะกันเสียงดังวุ่นวายมาก ไซ้แล้วก็แบบ เป็นอยู่ประมาณซักระยะ คือมันจะเป็น ช่วง ๆ คือช่วงไหนที่เหมือนเค้าโดนยุมาอีก เค้าก็จะเป็นอีกอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ก็เลยทำให้ เวลา เวลาที่มีเรื่องพูดกันบางทีก็เรื่อง เป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ตาม ประสาแฟนอะครับที่แบบไม่เข้าใจกันก็ทะเลาะกันหนักบ้าง แต่ส่วนมากก็จะมีแค่ ขึ้นเสียงกัน ว่ากันอะไรไม่ ๆ ไม่ค่อยมีทำร้ายร่างกายกัน แต่ตอน ตอนที่ผมเด็ก ๆ อะนะครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“โอะอันนี้บ่อยคะ แต่มันจนบ่อยจนกลายเป็นเรื่องธรรมดาแล้วอะ คือบ้านหนูก็ ทำงานแบบ อย่างเงี้ยคะแบบ พ่อก็มีลูกน้องมีบริวารมากมาย แล้วลูกน้องก็ เคารพ แม่แล้วก็พ่อด้วยอะไรอย่างเงี้ยคะ มันเป็นอารมณ์เหมือน เป็นผู้นำทั้งคู่อะคะ แล้ว เหมือนกับแบบเวลาต่อกันก็แบบ... แม่ก็จะแบบ มึง อี จุดจุดจุด อะไรอย่างเงี้ยคะ แต่ก็ ก็ไม่ได้มีอะไรมากไปกว่านั้นนะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

ผู้ให้ข้อมูลบางส่วนรับรู้ถึงความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ที่มีความรุนแรงมากถึงมีการทำร้ายร่างกายเกิดขึ้นร่วมกับการโต้เถียงกัน ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“พอโตมาที่ผมมาตีกว่าใช้ ใช้ปะที่เป็นอันนั้นก็ ครั้งนั้นเหมือน ผมไม่อยู่บ้าน ในบ้าน มีแค่ พ่อแม่แล้วก็ น้องสาว ผมจำไม่ได้จริง ๆ นะครับว่าอันนี้ไม่ได้ไม่อยากจะเล่านะ แต่ว่าจำไม่ได้จริง ๆ ว่า เกิดอะไรขึ้นบ้าง แล้วผมก็ไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์ด้วย พอผม กลับมาก็ อยู่ดีที่ ที่บ้านก็ร้องไห้กันไม่รู้เกิดไรขึ้น พ่อก็หัวเสียมาก ก็เข้าไป เข้าไปคุย กับแม่ เพราะว่าพ่ออารมณ์ร้อนอยู่แล้ว คุยกับแม่ดีกว่า ก็ถามว่าเป็นไงบ้าง แม่ก็บอกว่า เกิดไรขึ้น ถามว่าเกิดไรขึ้น แม่ก็บอกว่า ก็ทะเลาะกันแม่ พ่อเค้าตีแม่ ทำอะไรมแม่ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ก็คือตอนผมเด็ก ๆ ก็ ก็ ก็เห็นเลยว่าเค้า เออก็มีทะเลาะกัน มีใช้ความรุนแรงกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เท่าที่หนูเคย เคยเห็นนะคะ ก็เห็นแค่นี้ก็ครั้งหรือคะ มี มีตอนที่จำได้เลยคือ หนู นั่งดู มู่หลานอยู่ แล้วพ่อก็หยิบ รีโมทปาหัวแม่เลยอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

จากความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่มีต่อกันในบางครอบครัว พ่อกับแม่ก็เลือกที่จะแยกทางกัน โดยเป็นการแยกกันอยู่จากการที่ฝ่ายหนึ่งเลือกที่จะหายไปจากครอบครัว หรือการตกลงใจของทั้งสอง ฝ่ายที่จะหย่าร้างกันซึ่งบางรายก็แยกทางกันชั่วคราวแล้วกลับมาอยู่ร่วมกันอีกครั้ง แต่บางรายก็ไม่ได้ กลับมาอยู่ร่วมกันอีก

“เพราะว่ามันทำให้มี ช่วงนึงมีปัญหาเรื่องเงี้ยแล้ว แล้วเหมือน ช่วง ช่วงที่มี ปัญหาเรื่องเงี้ยเป็นช่วง ที่หนูเข้าปีหนึ่ง กำลังช่วงเอนทรานซ์แล้วก็ เหมือนทางบ้านมี ปัญหาเรื่องเงี้ยด้วย ครอบครัวด้วย ก็เลย แม่กับพ่อเค้าก็เลย ไม่ได้คุยกันสองปี ก็ เคย ก็เลยแบบ คือจากที่อยู่แยกกันอยู่แล้วแต่ว่า จะมีการโทรหากันหรือว่ามา พ่อจะ แวะกลับมาที่บ้านทุกเดือนอะไรอย่างเงี้ย แต่พอช่วงนั้นนะถึงตอนหนูขึ้นปีสอง ตั้งแต่มอหกปลาย ๆ ขึ้นปีสอง พ่อเค้าหายไปเลยสองปี ก็คือ ไม่ได้คุยกับที่บ้าน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แล้วเหมือนกับว่า อ่า เหมือนพอช่วงหลังเศรษฐกิจมันเริ่มไม่ดีแล้วใช้มัยคะ พอมากขึ้นเงี้ย เราก็เลยต้อง มีการย้ายไปที่อื่น พอย้ายไปที่อื่นปั๊บ กลายเป็นเหมือนกับ หนู ระหว่างเนี้ยคะ พ่อแม่ก็จะไม่ได้อยู่กับหนูและ หนูจะย้ายไปอยู่อีกที่หนึ่งคือไม่ได้อยู่ที่ เดิมที่ขายของ คือร้านขายของแต่ก่อนหนูอยู่ที่นั่นอะคะ แล้วที่นี้พอ ย้ายไปอยู่ที่อื่น ปั๊บ หนูก็ยังอยู่ที่นั่นอยู่ อยู่แถว ๆ เนี้ยคะ แล้วเหมือนกับว่าแม่ก็เห็นว่า ร้านมันเริ่มไม่

ค่อยดีและ คือเริ่มแบบ แม่ไม่ยอมให้พ่อมาอยู่กับหนูแล้วอะคะ คือเริ่มรู้สึกว่ ไหน ๆ เค้าก็ไม่ได้ช่วยเงินเราแล้ว คือเค้ารัก ยังรักก็จริงแต่เค้าไม่ช่วยอะไรเราเลยจ้ะ เรา ก็ควรจะ แยกกันเลยดีกว่า หนูก็เลย หนีอ้อย ไม่ ไม่เรียกหนี แม่ก็เลยพาหนูจากตรงนี้ ไปอยู่อีกที่นึงโดยที่พ่อไม่รู้ว่ที่นั่นคือที่ไหนอะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“เค้าแยกไปประมาณ เจ็ดแปดปีครับ ตั้งแต่ผมประมาณอนุบาลสองอนุบาลสาม แหละ น่าจะ ปอหนึ่งต้น ๆ นะที่เกิดเค้าเล็กเค้าแยกกัน แบบ แยกกันแบบเป็นทางการ เพราะว่าเหมือนกับเค้าก็ไม่คุยกัน ไม่ค่อยได้คุยกันถ้าเกิดเค้าทะเลาะเค้าก็ไม่ได้คุยกันอยู่แล้วอ้อ แต่เหมือนกับถ้าเกิดแยกกันแบบเป็นทางการก็ประมาณ น่าจะแบบ ปอหนึ่งอะครับ แล้วก็เพิ่งมาคืนดีประมาณมอสอง ก็ประมาณเจ็ดแปดปี”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เอา ๆ ที่เคยเห็นได้มัยคะแบบ ก็มีแบบว่าเค้าก็ทะเลาะกันอะไรอย่างเงี้ย เออแล้ว เค้าก็มีทำร้ายร่างกายกัน เนี่ยที่หนูเห็นก็ เนี่ยแหละประมาณสามสี่ขวบอะคะ เออ แล้วแบบ พ่อกับแม่เค้าก็เลิกกันตอน หนูน่าจะอนุบาลสองคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

### 1.1.1.2 สถานการณ์ความขัดแย้งในปัจจุบัน

การรับรู้สถานการณ์ความขัดแย้งในปัจจุบันนั้น ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งรับรู้ว่พ่อแม่มีความขัดแย้งลดลงจากช่วงอดีต โดยมีทั้งในลักษณะที่ลดลงจากการมีเหตุการณ์ความขัดแย้งที่เบาบางลง และการลดลงของความขัดแย้งจากการแยกทางกันของพ่อแม่ สำหรับผู้ให้ข้อมูลอีกส่วนหนึ่งนั้น รับรู้ว่ความขัดแย้งของพ่อแม่ยังคงมีเกิดขึ้นอยู่คล้ายเดิม โดยผู้ให้ข้อมูลที่รับรู้ว่มีเหตุการณ์ความขัดแย้งลดลงในความถี่หรือความรุนแรงของความขัดแย้ง เป็นไปดังข้อมูลต่อไปนี้

“ตอนนี้ก็ไม่ ๆ ไม่มีพวก แบบไม่มีความรุนแรงหรือไม่มีความขัดแย้งกันมากเท่าไรแล้ว ก็เหมือนกับ อย่างมากก็ คุยก็เถียง ถ้าเกิดเถียงกันก็คือเถียงเรื่องแบบทัศนคติ ไม่ ไม่เท่าไม่ตรงกันอะไรอย่างจ้ะ เหมือนกับคุย ทะเลาะกันปกติแต่ว่าไม่ได้แบบ ใช้คำหยาบหรือว่อะไรแล้ว ก็เหมือนกับ ก็ปรับตัวกันได้อย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“กลับไปบ้านแล้วก็แบบ อ้อ โอเค ไม่ค่อยเถียงกันเลยดู ดู น่ารักขึ้นทั้งคู่เลยนะ ก็แบบ แต่ หนูเวลากลับบ้านแต่ละทีหนูก็ชอบถามน้องบ่อย ถามทุกครั้งเลยทีกลับไปบ้านว่ ที่ผ่านมามาหนึ่งเดือนเนี่ย หนึ่งเดือนสามอาทิตย์ที่ผ่านมา ที่เค้าไม่ได้กลับบ้าน



ปากกับแม่ทะเลาะกันแรงปะ หรือเถียงกันทุกวันปะ น้องมันก็จะบอกว่าแบบ อ้อ ก็ไม่ค่อยเท่าไรแล้วมั้งหรืออะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“คือตอนนั้นมันนาน มันนานแล้วอะครับ ตั้งแต่สมัยเด็ก ๆ ไปแล้ว แต่ปัจจุบัน พอมอปลายอย่างงี้ก็ไม่มีอย่างงี้แล้วอะครับ คงจะแบบ ทะเลาะเบาเบาะแว้งกันแบบตามสามีภรรยาที่อยู่กันนานมั้ง ผมก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน ก็แบบไม่ได้หนักเท่าเมื่อก่อนแล้วอะครับ เมื่อก่อนคงจะหนักมากอะ แต่ว่าตอนนี้ก็ไม่หนักขนาดนั้นแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“แต่ตอนนี้หนูว่ามันก็โอเคแล้วนะ หมายถึงว่า เหมือนพ่อเค้าก็กลับบ้านมาบ่อยแบบเดือนละสองสามครั้งอะไรอย่างเงี้ย มีชื่อของมาให้ชื่อนุ่นมาให้อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

ในกรณีที่ความขัดแย้งลดลงจากการแยกทางกันของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลได้รับรู้ถึงความสัมพันธ์ของพ่อแม่หลังแยกทางกันว่าเป็นความสัมพันธ์ที่ไม่ใช่ลักษณะของคนรักเหมือนเดิม และมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันเกิดขึ้นน้อยครั้งเฉพาะสถานการณ์ที่มีเหตุให้มาพบเจอกัน

“คือ เค้าก็เจอกันบ้างคะ แต่เค้า ไม่ มัน มันก็ไม่ได้ มันไม่เหมือนเดิมอะ เออ มันก็เหมือนเค้าเป็นเพื่อนกันมากกว่าคะ แม่เค้าก็ไม่ได้ แม่เค้าไม่ได้โกรธแล้วอะคะ แม่เค้าไม่ ไม่อะไรเลยอะ ใช่ แม่เค้าสงสารด้วยซ้ำ พ่อเค้า กินเหล้าเยอะอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“ตอนนี้หนูคิดว่าไม่น่าจะเจอแล้วคะ แล้วแบบ พ่อก็เอารถไปด้วยนะคะ เอารถไปด้วย แล้วตอนนี้แม่ก็ให้คนไปเอาคืนมาแล้ว (หัวเราะ) ก็เป็นในลักษณะเนี่ยคะ ก็ไม่ได้มีอะไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

ผู้ให้ข้อมูลส่วนที่รับรู้ว่ายังคงมีความขัดแย้งที่รุนแรงเกิดขึ้นอยู่ โดยไม่มีแนวโน้มว่าจะลดลงหรือไม่เกิดขึ้นอีก ได้เล่าถึงสถานการณ์ในปัจจุบันของความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ไว้ดังนี้

“มันไม่หายอะพี แต่เค้าก็ไม่ได้ทะเลาะกันทุกวัน อะไรอย่างเงี้ยพี เค้าก็มีแบบ นาน ๆ ครั้งทีแบบรุนแรง (หัวเราะ) แต่เรื่องแบบ กระแนะกระเหนอะไรอย่างเงี้ยม๊ากก็ทำทุกวันอยู่แล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ผมคิดว่า ก็น่าจะเหมือนครอบครัวทั่วไปนะครับ เพราะว่าแบบ ก็รักกันแต่ก็แบบก็มี  
กระทบกระทั่งกันบ้างครับ เวลาแบบ เครียดออกไปข้างนอกหรือพูดคุยไม่เข้าใจกัน  
ครับก็ มีขึ้นเสียงบ้าง... มันก็เป็นอย่างงี้ ก็ไม่บ่อยนะครับ แต่มันก็เกิดขึ้นเรื่อย ๆ  
แหละ เป็นพัก ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ก็จะเป็นอย่างงี้ มันจะมีก็ มันก็เป็นเหมือนกับ ดำเนินไปเรื่อย ๆ บางทีก็ บางทีก็มี  
ความสุขกันมาก ๆ เหมือนเดิม เหมือนกับไม่เคยทะเลาะกัน เหมือนจะกลับ เหมือน  
จะกลับมารักกันอยู่ดี ๆ ก็ พอมีเรื่องมาก็ทะเลาะกันจน ไม่คุยกันอีกและ คุยกันไม่ได้  
และ งอนกัน ก็เป็นอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ อะครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 1.1.1.3 การรับรู้ถึงช่วงเวลาที่มีความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ไม่ได้ขัดแย้งรุนแรง

แม้ผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ถึงการมีความขัดแย้งกันเกิดขึ้นระหว่างพ่อกับแม่ แต่ในบางกรณีผู้ให้  
ข้อมูลก็รับรู้ถึงพ่อกับแม่ไม่ได้มีแต่ช่วงเวลาที่มีความสัมพันธ์ขัดแย้งกันเสมอไป หรือรับรู้ว่ามี  
ความสัมพันธ์อันดีต่อกันในอดีตดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แต่ถ้าถ้าเรื่องความสัมพันธ์ สัมพันธ์ระหว่างพากับแม่ ไอมุมที่เค้าเฉย ๆ เค้าไม่  
ทะเลาะกัน เค้าก็ เค้าก็น่ารักดีนะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“เค้าทะเลาะกัน แต่บางมุมเค้าก็ดีกันอะไรอย่างเงี้ย เออ ก็จะมีมุมแบบ คุย ๆ ตลก  
หัวเราะกันสองคนอะไรก็มี ก็มีมุนั้นอะไรอย่างเงี้ย เออ ไม่ได้ว่าแบบ เจอหน้าแล้ว  
แบบ ทะเลาะกันทุกวันอะไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็มีพูดได้เหมือนกัน ก็ถ้าเกิดพูดกันตรง ๆ ได้มันก็แบบ เคลียร์เร็วกว่าที่ผมจะ  
เข้าไป (หัวเราะ) กำกับด้วยซ้ำ เพราะเหมือนว่าเข้าใจได้ตรงกันเลย เพราะว่าแบบไม่  
ต้องผ่านตัวกลางอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ตั้งแต่อดีตหรือครับ ก็ นิวเป็นคนชอบดูรูปภาพ ก็เด็ก ๆ แม่จะชอบเอาอัลบั้มมา  
เปิดให้ดู ก็จะดูตลอดก็เห็นว่า พ่อแม่ก็มี มีรูปถ่ายคู่กันบ้างนะแล้วก็ดู ก็ดูสุดใส่ว่าจริง  
ก็ดูรักกันดี ก็ยังเป็น คู่สามีภรรยาที่ ที่รักกันและมีแหวกกันมีเล่นกัน อือฮือ อานน้ำก็

อาบกันทั้งครอบครัวสนุกเหมือน ตั้งแต่ตอนเด็ก ๆ อะนะครั้บก็ยังเป็น เป็น ครอบครัวที่พูดว่า ก้อบอุ่น อบอุ่นระดับหนึ่งเลยแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“อย่างเช่นสมมติว่า ที่บ้านเคย คือพ่อกับแม่รับราชการทั้งสองคน แต่ว่า สภาพ ครอบครัวที่บ้านคือ คือก็รักกันดีแต่ว่า คุณพ่อจะต้องทำงานอยู่ที่ต่างจังหวัดตลอด เพราะงั้นก็เลย โดมากับที่เราอยู่ที่บ้านกับแม่และก็น้อง แล้วก็พ่ออยู่ต่างจังหวัด ตลอด แต่ว่าก็คือจะมีกลับมาหาบ้าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

### 1.1.2 สาเหตุของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

ในการรับรู้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลได้มองเห็นถึงสาเหตุที่เกี่ยวข้องกับการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ โดยมีทั้งสาเหตุที่เป็นประเด็นของความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่และสาเหตุที่เป็นปัจจัยในการทำให้ความขัดแย้งขยายมากขึ้น ซึ่งประเด็นความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่ นั้น ได้แก่ การมีความน้อยใจต่ออีกฝ่าย การมีพฤติกรรมทางลบที่ยากจะยอมรับ การมองอีกฝ่ายในแง่ลบจากคำพูดของบุคคลภายนอกครอบครัว และการมีรูปแบบการใช้ชีวิตที่ไม่สอดคล้องกัน ส่วนปัจจัยที่ทำให้ความขัดแย้งขยายเพิ่มมากขึ้น คือการสื่อสารที่ไม่เข้าใจกัน และการมีอารมณ์ร้อน โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### 1.1.2.1 ประเด็นความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่

การอยู่ร่วมกันของพ่อแม่ได้มีประเด็นที่นำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างกัน คือ การมีความน้อยใจต่ออีกฝ่าย การมีพฤติกรรมทางลบที่ยากจะยอมรับ การมีบุคคลภายนอกเข้ามาส่วนให้เกิดความขัดแย้ง และการมีรูปแบบการใช้ชีวิตที่ไม่สอดคล้องกัน โดยความน้อยใจต่ออีกฝ่ายเป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดปฏิสัมพันธ์ที่มีความขัดแย้งต่อกันได้ง่ายเมื่อมีเรื่องราวที่กระทบต่อความรู้สึกน้อยใจที่ต้องการได้รับบางสิ่งจากอีกฝ่ายให้มากขึ้น อย่างการให้ความสำคัญ หรือการให้ความเข้าใจที่มากขึ้น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“โตขึ้นมา แม่ก็เคยมาถามแบบ พูดแบบน้อยใจว่า ทำไมต้องกลับแต่บ้านป่าบ้านย่าตลอดเลยนะ ทำไมถึงไม่กลับบ้าน บ้านแม่บ้างอะไรประมาณเนี่ยแม่ก็น้อยใจ แต่ แม่เค้าก็แบบ ก็เตรียมใจแล้วแหละไม่เป็นไรเพราะว่าแต่งเข้าบ้าน ผู้ชายฝั่งเงินมันก็ต้องยอมรับว่าต้องสละอะไรหลายอย่าง หนูก็ดูแล้ว อ้อ หนูก็เพิ่งมาคิดว่าแบบ มันก็จริงนะ ตั้งแต่เราอยู่ม่า กลับไปหาตากับยายนี้แบบนับครั้งได้เลย แต่ว่าไปบ้านย่านี้แบบหยุด งานเทศกาลไหนก็กลับแต่บ้านย่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“เหมือนแม่ก็น้อยใจประมาณว่า เหมือนการทำงานที่บ้านอะไรก็ยังไม่ได้เงินเดือน ะไรอย่างงี้ก็ แต่มาไม่เห็นมีเงินเดือนเลยอะไรอย่างงี้ เออแล้วมะมีาก็เคยทะเลาะ กับป้าเรื่องแบบพวกเงิน ๆ เนี่ย แล้วป้าบอกว่าเนี่ยทุกวันนี้หีบไปใช้เมื่อไหร่แบบ ป้าก็ไม่เคยว่าอะไรอย่างงี้ เออแล้วแบบ นี้จะอะไร จะมาขอแบบบางที่ เหมือน เหมือนปะป้าเค้าไม่ยอมมาให้เงินมะมี เพราะกลัวมะมีจะไปทำแบบ ทำนู่นทำนี่ แบบ ไปที่แบบเค้า เค้าไม่ เค้าไม่พอใจ อย่างเช่นแบบเอาไปทำบุญหมด อย่างเช่น สมมติว่าเอาไปซื้อที่ ซื้ออะไรที่แบบ ที่นั่งสมาธิที่ขอนแก่นอะไรอย่างงี้ ซึ่งแบบป้าก็ เลยจะ ไม่ให้เงินเป็นก้อน ๆ อะไรที่แบบว่า มะมีเหมือน เหมือนมะมีพยายามแบบ ทำทุกอย่างที่แบบให้ตัวเองแบบอยู่ได้ถ้าสมมติไม่มีลูกไม่มีฝัวอะไรเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็คือเป็นความสัมพันธ์ที่ไม่ได้หวาน ในครอบครัวแต่ก็คือก็ มีความเป็นห่วงกันอะไร อย่างเงี้ยคะ เวลาออกไปกินข้าวก็จะ คือเวลากินข้าวส่วนใหญ่จะกินไม่ตรงกันคะ เพราะแม่จะขายของจะทำงาน ส่วนป้าก็จะ อีก อีกช่วงเวลานึง หนูก็จะไปกินข้าว กับป้าบ่อย ก็จะเป็น เหมือนเวลากิน ๆ อยู่ก็กินเสร็จก็ ป้าจะพูดมา จะซื้อไปฝาก แม่มีหรืออะไรอย่างเงี้ยคะ หนูก็จะรู้ตรงนี้แต่คือแม่ หนูก็จะไม่ได้ไปบอกแม่ว่า เอ้ยป้า ถามถึงอะไรก็ไม่ได้พูดก็ไม่ได้อะไรคะ ก็รับรู้ ส่วนทางแม่ก็จะ เป็น ก็ เหมือน พ่อไปไหนอะไรเงี้ยคะก็บอกพ่อมีไปไหนอะไรอย่างเงี้ยก็มีถามบ้างอะไรอย่างเงี้ยคะ แต่คือหนูอะ เป็นลูกไข่ม้อยคะ รับรู้จากทั้งสองฝ่าย ทั้งสองฝ่ายเค้าก็ไม่ได้รู้ว่าเออ มี มี เป็น มีเป็นห่วงกันนะอะไรอย่างเงี้ยคะ... แล้วก็มีเหมือนก็คุยกับแม่เหมือนกันว่า เออ จริง ๆ แม่ก็พูดมาเหมือนเออแบบป้าไม่รักอย่างงั้นอย่างงี้อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“เค้าก็เหมือนกับว่าแบบ พูด ๆ ประมาณก็เหมือนการน้อยใจ ว่า ว่าอีกฝ่ายนึงว่า เป็นอย่างงั้นอย่างงั้นอย่างงี้ ทำไม่ไม่เข้าใจเค้า อีกฝ่ายนึงก็แบบ ก็พูดกลับกันแต่ว่า คนละเหตุผลเท่านั้นเอง มันเหมือนกับ มันไม่ลงตัวกัน มันไม่แก้กัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

พฤติกรรมทางลบบางประการที่ยากจะยอมรับได้สำหรับอีกฝ่าย เช่น การใช้ความรุนแรงเมื่อ ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พฤติกรรมที่สร้างความเดือดร้อนทางการเงินของครอบครัว และการมี ความสัมพันธ์เชิงชู้สาวกับผู้อื่น ก็เป็นอีกสาเหตุของการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของผู้ให้ข้อมูล จำนวนหนึ่ง เนื่องจากพฤติกรรมทางลบของฝ่ายหนึ่งนั้น สร้างความรู้สึกไม่พอใจแก่อีกฝ่ายเป็นอย่างมาก คำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“หนูว่าด้วยความที่ฤทธิ์นี้เลยพี่ แอลกอฮอล์ซัวร์ เพราะว่าพ่อเค้าจะกินเยอะ ก็แบบ เมามาก็เนียแหละ เพราะคนเมากะอย่างเงี้ยคะ ชอบทำร้ายอะไรอย่างเงี้ย หนูก็ว่า เนียแหละคือ ก็คงเป็นเรื่องแนว ๆ เนีย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“ที่นี้เหมือนกับว่า พอหลังจากมอสองเงี้ยคะ ตอนนั้นเศรษฐกิจก็ไม่ค่อยดีเท่าไรอะ ค่ะ คือ บ้านหนูแต่ก่อนขายเครื่องใช้ไฟฟ้า ก็คือค่อนข้างจะดีเลย มีรถมีอะไร มากมาย แต่เหมือนกับว่าพอตอนหลังเนียเศรษฐกิจไม่ค่อยดี พ่อก็จะแบบว่า บางทีก็ จะเอาเงินจากส่วนที่ขายเนีย คือเป็นธุรกิจรวมเงี้ยคะ พ่อกับแม่ทำด้วยกัน แต่ เหมือนกับว่าเวลาแม่ไม่อยู่เงี้ย พ่อก็จะมี จี๊บบ้าง เล็กขโมยน้อยอะไรอย่างเงี้ยคะ... บางทีก็เอาไปให้ภรรยาอีกคน นิ่งบ้างอะไรอย่างเงี้ยคะ จนบางทีแม่หนูก็รู้สึก ว่า พ่อไม่ได้ดูแลหนูเลย คือ รัก แต่ว่าไม่เคยให้เงิน หรือไม่เคยอะไรอย่างเงี้ยเลยคะ คือ จะเป็นแม่ตลอดที่จะให้ทุกอย่าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“แต่ว่า พอช่วงปลายปีที่แล้ว ก็เหมือนเค้าก็ทะเลาะกันเรื่องว่าแบบ เหมือน พ่อเค้า ทำงานที่นู่นอะแล้วก็เหมือนมี มีผู้หญิงที่เค้า ผู้หญิงอะเค้า ส่งรูปมาทางเฟสแม่แล้ว เหมือน ผู้หญิงคนนั้นเค้าอยู่บนรถพ่อ ก็เลยแบบ (ร้องไห้) พ่อกับแม่ก็เลยทะเลาะ อันเนียเป็นอันที่พ่อกับแม่ทะเลาะกันหนักที่สุดอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แล้วเหมือนพ่อกี นิวไม่เคยคุยเรื่องนี้กับพ่อนะครับเพราะว่าแม่ ที่แม่รู้มาเพราะแม่ ไป แอบดูมือถือพ่อ ดูไลน์ดูอะไรเงี้ยคุยกับผู้หญิง แม่ก็มาเล่าให้นิวฟัง เล่าให้น้องฟัง แล้วก็ นั่นแหละ ก็เลย ทำให้แบบเค้าก็ เริ่มห่างกันผู้หญิงก็ แม่เป็นผู้หญิงที่รับไม่ได้ เรื่องนอกใจอยู่แล้ว อ้อ ก็เลย ก็เลยทำให้แม่ไม่ ไม่อยากคุยกับพ่อเข้าไปอีก ก็ น่าจะ จบตรงนั้นแหละ เรื่องที่คิดว่าจะทำไว้ มันก็เลยสถานการณ์ก็แค่กลับมาเป็น เหมือนเดิมที่แค่บอกว่า พยายามไม่คุยกัน เพราะตอนนี้จะเริ่ม จะเริ่มแปลกที่ว่า กลายเป็นฝั่งแม่และที่เงาะพ่อที่จะแบบ รู้สึกไม่พอใจที่เวลา ที่เห็นหน้าพ่อก็รู้สึก ว่า เออทำไมผู้ชายคนนี้ไม่ดีกับเราเลย ไม่ซื่อสัตย์ ทำร้ายเรา พุดไม่ดีกับเราอะไรเงี้ย อ้อแม่ก็จะ พักหลังก็จะบ่นว่าแบบ มันเป็นกรรมของแม่ใช้มัยที่ ไม่เจอผู้ชายดี ๆ อะไรอย่างเงี้ย แม่ว่าแม่ก็แค่อยากจะมีซึกคนที่ ดูแล ที่รักแม่จริง ๆ แค่นั้นแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

ผู้ให้ข้อมูลบางรายยังเล่าถึงการที่บุคคลภายนอกครอบครัวมีส่วนในการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ โดยการรับฟังคำพูดของบุคคลภายนอกครอบครัวที่ทำให้มองอีกฝ่ายในแง่ลบมาพูดต่อว่าอีกฝ่าย ทำให้ฝ่ายที่ถูกต่อว่าเกิดความไม่พอใจที่อีกฝ่ายเชื่อคำพูดของคนภายนอกมากกว่าที่จะรับฟังจากตนเอง ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เรื่องที่ทะเลาะกันก็มีครั้งหนึ่งที่เหมือน มีคนอื่นนะ คือ ป้าจะชอบเหมือนเป็นยังใจอะจะ ใจกว้าง เค้ายเรียกว่าหน้าใหญ่อะไอย่างงี้ (หัวเราะ) ก็เลี้ยงคนอื่นนะคะ เหมือนเลี้ยงเปียร์เลี้ยงเหล่าเลี้ยงคน เพื่อนข้างบ้านอะไอย่างเงี้ยคะ พวก คนข้างบ้านที่ เค้ายก็เหมือนอยากได้ของฟรีอะไอย่างเงี้ยก็จะมา ก็เหมือนพูดเอาใจ ประจบอย่างงั้นอย่างงี้อะไอย่างเงี้ยเค้ายก็ชอบบให้อะไอย่างเงี้ย แล้วก็ มี บ้านอยู่บ้านหนึ่งที่เหมือน ก็เริ่มจะมาตีสนิทกับป้าหนูแหละ และคือบ้านนั้นนะหนูเห็นแล้วว่า เค้ายเป็นตากับยายแล้วก็มีลูก ลูกมีหลาน หลานมีลูกอีกทีคือเป็นบ้านที่ ไมโอเคในสายตาเรา แต่คือตาก็เหมือนมาตีสนิทกับป้าอะไอย่างเงี้ยคะ เออแล้วเหมือน มี ครั้งหนึ่ง ตาเหมือนพยายามจะชอบบยุแยะ เออว่าแม่อะ แบบไม่ตัวอย่างงั้นอย่างงี้ อะไอย่างเงี้ยก็คือมาคุยกับป้า คือตอนแรกหนูไม่รู้ว่าจะเค้ายูใจ แคเห็นว่ เค้ายสนิทกันเฉย ๆ อะไอย่างงี้ เพิ่งมารู้ทีหลัง ตอนที่ทะเลาะกันแล้ว แล้วแม่ก็เหมือน ใคร ใครพูดคือป้าชอบไปฟังคนอื่นนะ ฟังคนอื่นเพราะเห็นว่าสนิทกัน ฟังเค้ายแล้วก็เชื่อ แล้วก็มาว่าแม่อะไรก็คะ แล้วเหมือนคง ขณะที่เค้ายทะเลาะกันเค้ายก็คงจะพูดประมาณว่า แม่เอาข้าวมาจากไหนอะไรเงี้ยก็ทะเลาะไปทะเลาะมาแล้วป้าเค้ายก็ไม่ได้พูด เค้ายจะไม่ใช้เป็นคนที่ไม่เหมือน เอมมาจากคนนี่คนนี่ คือเค้ายจะไม่ได้พูดให้ ให้คนนั้นเดือดร้อนอะไอย่างเงี้ยแต่คือก็ เจาะลึกกันไปเรื่อย ๆ จนรู้ว่าเออบ้านนี้เป็นคนปล่อยข่าวมาอะไอย่างเงี้ยคะ อีก็เลยทะเลาะกันเรื่องนั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“แล้วก็เลยเหมือน ก็ทะเลาะกันเรื่องวัดด้วย เพราะมาบางทีมาไปวัดไปนุ่งไปนี่อะไอย่างงี้แล้วแบบ กลับมาเกลี้ยกล่อมปะป้ามาก ๆ ให้แบบ เนี่ยตัวเองไม่บริจาคเงินบ้าง เนี่ยมีเนี่ยเพราะไม่ยอมทำบุญบ้างเงินก็เลยมีปัญหาเนี่ยอะไอย่างเงี้ย กลายเป็นว่าเหมือนป้าแบบว่า เออเนี่ยอยากทำก็ทำเอง ไม่ต้องมาพูดมาก ๆ อะไอย่างเงี้ย เออเหมือนปะป้าก็มีบริจาคข้าวสารนุ่งนี่บ้างแต่ว่าเหมือนมีก็ เนี่ย เออตัวเองแบบไม่ยอมทำตรงนี้ตรงนั้นตรงนี้อะไอย่างเงี้ย กลายเป็นแบบ หลาย ๆ เรื่องอะที่รวมกันทำให้ป้าแบบ ไม่อยากยุ่งกับมะมีอะไอย่างเงี้ย แบบ เปื่อมาก ป้าบอก เปื่อมากทุกวันนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

รูปแบบการใช้ชีวิตที่แตกต่างกันก็เป็นอีกประเด็นที่นำไปสู่การเกิดประเด็นความขัดแย้งของพ่อแม่ด้วยการมีความคิดเห็น ลักษณะนิสัย ความต้องการ หรือการให้ความสำคัญกับแต่ละสิ่งที่ไม่ตรงกัน อันนำไปสู่การเกิดความรู้สึกไม่พอใจในพฤติกรรมของอีกฝ่าย โดยมีรายละเอียดตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“บางทีก็มี บางทีก็ เหมือนกับว่า มีเรื่องหนึ่งแหละที่ทะเลาะกันตลอด คือเรื่อง เรื่องการทำงาน ก็ตำรวจกับพยาบาล มันก็เป็นอะไรที่ เท่าที่นิว มุมที่นิวรับรู้มันจะคนละซั้วกันเลยเพราะว่า แม่ขยันทำงานมาก แม่ทำงานแบบ แม่มองว่าการทำงานของแม่เป็นข้าราชการทำเพื่อประชาชน ทำให้ แม่ชอบที่จะเห็น แม่รัก แม่รักในการทำงานตัวเองต่อให้ทำงานหนักขนาดไหน เงินเดือนก็ได้ไม่ได้ ไม่ได้เท่าของพ่อแต่ว่า ก็น้อยกว่ากันเยอะแหละ แต่แบบแม่รู้สึก แม่ภูมิใจที่ได้ทำงานเต็มที่ ได้ใช้ภาษีของประชาชนที่แบบ เค้าอุตสาหกรรมเหนื่อยมาแล้วก็ไปทำให้ คนที่เค้าต้องการความช่วยเหลือให้เค้ามีความสุข ให้เค้ามีรอยยิ้มแม่ แม่ภูมิใจที่ทำตรงนั้น ส่วนพ่อเนี่ยพ่อกับจะมองว่า การหาเงินในครอบครัว การหาเงินให้ครอบครัวมันสำคัญ พ่อทำทุกอย่างที่จะ คอยเอาเงินมาซัพพอร์ตครอบครัว พ่อไม่ได้ทำ ไม่ได้ พ่อไม่ได้ ไม่ได้เป็นตำรวจอย่างเดียวพ่อ ไปเหมือนกับ ไปช่วยดูงานของ เอ่อ เค้าเรียกผู้รับเหมาด้วยอะไรเงี้ยเหมือนกับว่าทำหลาย ๆ อย่างทำให้พ่อ ไม่ได้ทำหน้าที่ตำรวจเต็มที่ใช่ปะครับ... พ่อบอกว่าดูซิทำไมแม่ทำงานหนักจะตายเงินเดือนได้แค่นี้ก็นั่น ก็จะเริ่มทะเลาะกันและ ซึ่งเป็นเรื่องที่แบบ พุดก็ครั้งก็ต้องทะเลาะกันทุกทีแล้วก็ห้ามกันไม่ได้ เพราะว่าจุดยืนของแม่ก็คือ ขึ้นทำงานเพื่อ ประชาชน แต่พ่อก็คือ ขึ้นทำงานหาเงินแบบ เพื่อครอบครัวแล้วก็ไม่ต้องทำเต็มที่ก็ได้ ทำที่แบบ เออทำให้มันทำแล้วก็ได้ตั้งค์ ให้ได้ตั้งค์เยอะ ๆ ทำน้อย ๆ ได้ตั้งค์เยอะ ๆ อยู่กับครอบครัวมาก ๆ นั่นคือพ่อ แต่ส่วนแม่ไม่ใช่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เหมือนเค้าแต่งงานกันมานานมากแต่ดูเหมือนนิสัยส่วนตัวของมะมาที่แบบว่า เอ่อเหมือนอารมณ์ชอบแบบ เหมือนปะป้าทำอะไรก็ไม่ถูกใจอะไรอย่างเงี้ยคะพี่... แล้วพ่อกับเหมือน เหมือนเวลาพ่อกับจะแบบลงทุนทำอะไรกับ กะบางอย่างอะไรอย่างเงี้ย แล้วแม่ก็ชอบขัดเหมือนกับว่า ซื้อทำไมอย่าไปซื้ออะไรอย่างเงี้ย เหมือนกับว่าซื้อจะซื้อที่ตรงนี้ก็บอกว่า ไม่ให้ซื้ออะไรอย่างเงี้ย ชอบขัด ขัดไปหมดเลย แล้ว พ่อก็เลยเล่าให้ฟังว่า เออเนี่ยแบบป้าก็เลยแบบ ไม่รู้จะทำยังไงอะไรอย่างเงี้ย เหมือน คือก็อยากแบบทำนู่นทำนี่เพื่อสร้างฐานะอะไรอย่างเงี้ยคะพี่แล้วก็ อ่า มะมาชอบขัด”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“แต่เหมือน ก็คงจะเป็นแบบ ทางในฝ่ายแม่เป็นแบบ มองในมุมที่เหมือน ทนกับหลาย ๆ เรื่องอะไรอย่างเงี้ยคะ ก็คือทำงานเลี้ยงลูก แล้วก็แบบ ทำงานบ้านอะไรอย่างเงี้ย ในขณะที่ป้าก็จะเป็นเหมือนผู้ชายที่แบบ โคนเลี้ยงมาอย่างสมัยก่อนที่ตัวเองไม่ต้องทำงานบ้าน กินข้าวเสร็จ วางไว้ อะไรอย่างเงี้ย ก็คือ ผ่าก็เออเค้าซักผ้าเองแต่ว่า เหมือน คืองานบ้านหลาย ๆ อย่างก็คือจะเป็นฝ่ายที่แบบเออโยนให้แม่ทำอะไรอย่างเงี้ย คือเค้าเป็นคนจีนที่เหมือนแบบ แล้วแม่เป็นคนไทยแล้วมันก็จะอารมณ์เหมือน ตัวเองต้องแบบ เหมือนโดนเลี้ยงมาว่า ผู้หญิง ผู้หญิงที่เป็นภรรยาเนี่ยต้องแบบ คอยรับใช้หรืออะไรอย่างเงี้ย แล้วเหมือนแม่เอาก็เหมือนทนกับข้ออะไรอย่างเงี้ยมานานแล้วพอถึงวันที่ทะเลาะกันนะ ใจถึงเก่า ๆ เหล่าเนี่ยมันก็เหมือนระเบิดออกมาอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ผมมุมมองผม แม่กับพ่อมัน แทบจะไม่ ไม่ค่อยเหมือนกันอยู่แล้วอะ เหมือนกับแบบ เค้า พ่อกับแม่ก็คนละไลฟ์สไตล์กันเลยอะ ผมว่าเงี้ย เหมือนเค้าก็มีเรื่องแบบ ไม่เข้าใจกันบ่อย เถียงกันบ่อย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เหมือนแบบว่า พ่อกะแม่เค้าก็จะ มีความเห็นที่ไม่ตรงกันอยู่แล้ว หลายเรื่อง เค้าก็เลย เค้าก็เลยแบบจะทะเลาะกัน... แบบเวลาทำธุรกิจพ่อกับแม่เค้าก็จะมีปัญหากันตลอดอย่างเช่นแบบว่า เหมือนพ่อเค้าก็พยายามเอาญาติฝ่ายพ่อเค้ามาดูแลให้ แต่แม่เค้าก็จะว่า ไม่แบบ ไม่ ไม่ชอบที่ให้พ่อมาทำอะไรอย่างเงี้ยแล้วแม่เค้าจะบ่นแล้วก็มีทะเลาะกันบ้างเหมือนแบบว่า แม่เค้าไม่ชอบญาติทางฝ่ายนั้น แล้วแบบพ่อกับแม่เค้าก็ชกพัก ญาติฝ่ายนั้นเค้าก็โกงเรา เหมือนมันก็เลยทำให้ทั้งคู่เครียดแล้วเค้าก็ทะเลาะกันอีก แล้วก็เหมือนอะ พอ ๆ พอทั้งบ้านผ่านเรื่องนี้ไปได้บ๊อบ ชักพัก ก็คือก็เหมือนโดนลูกน้อง ทะเลาะเอ๊ยลูกน้องแบบโกงมาอีก ทีนี้เหมือนเค้าก็เครียดอีกรอบแล้วเค้าก็เหมือนเถียงกันว่า จะ ยังคงร้านนี้อยู่ไว้รีเปลา... ตอนแรกพ่อเค้าก็เป็นคนผ่อน แต่ต่อมาอะเหมือนพ่อเค้าไม่ผ่อนแล้วแม่เค้าเลยต้องไปผ่อน แม่เค้าก็เลยเหมือนทะเลาะกับพ่อไปด้วยเรื่องนี้แบบ เรื่องเงิน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“เหมือนกับแบบว่าเค้าให้ความสำคัญกันคนละอย่างคนละด้านประมาณนั้นนะฮะ ในเรื่องนี่ ๆ อะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4



### 1.1.2.2 ปัจจัยที่ทำให้ความขัดแย้งขยายเพิ่มมากขึ้น

เมื่อมีประเด็นความขัดแย้งเกิดขึ้นแล้ว ลักษณะหรือพฤติกรรมบางประการของพ่อแม่ก็มีส่วนในการเพิ่มความรุนแรงหรือความถี่ในความขัดแย้งให้มากขึ้น ซึ่งคือการมีวิธีการสื่อสารที่ไม่เข้าใจกัน และการมีอารมณ์ร้อนเวลาที่มีความขัดแย้งกัน โดยการสื่อสารที่เป็นการขยายความขัดแย้งให้มากขึ้น นั้นได้แก่การไม่ยอมรับในความเห็นของอีกฝ่าย ตลอดจนการกล่าวโทษอีกฝ่าย ซึ่งการสื่อสารดังกล่าว ไม่ได้ก่อให้เกิดความเข้าใจต่ออีกฝ่ายมากขึ้น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แต่เรื่องทะเลาะขึ้นเสียงกันก็ค่อนข้างเยอะหน่อยเพราะว่าไม่ยอม เค้าเรียกว่าอะไร คือะ แต่ละฝ่ายก็มี มีสิ่งที่ตัวเองเชื่อแล้วก็ไม่ยอม ไม่ยอมที่จะปรับความเข้าใจกันกับอีกฝ่ายมั้งครับ บางทีแค่เรื่องแค่แบบว่า อะไรนะ เออ ทำไมต้องเค้าให้ฟังก็ทะเลาะกันได้แล้ว ก็ไม่รู้ทำไมเหมือนกัน เพราะว่าด้วยความที่มัน ไม่ชอบกันมาตั้งแต่ตอนนั้นมั้งครับ ตอนที่ทะเลาะกันรุนแรง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ก็รุนแรงอยู่แบบ ค่อนข้างรุนแรงเพราะว่าเค้าอะ ปากกินเปียร์ด้วย... และทุกครั้งที่เค้าทะเลาะก็จะเป็นเพราะว่าเนี่ย เค้ากินเปียร์ อือเค้ามาอะไรอย่างเงี้ยคะ เพราะถ้าเวลาปกติที่มีสติเค้าก็ ก็จะไม่ว่าแล้วพอเมาก็แบบ เออก็ทะเลาะกันแล้วก็จะไม่ฟัง เหตุผลอะไรอย่างเงี้ยคะ ก็เสียงดัง แล้วก็ไม่สน ไม่สนใจใครแบบ ลูกนอนอยู่ที่ตื่นมาอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ก็บางทีอะครับเวลาเค้าไม่ได้อยู่ เค้าก็รู้สึกวุ่นวาย ก็โทษกัน คนละฝ่ายโทษอีกฝ่ายนี่ไม่ดี อีกฝ่ายนี่อย่างเงี้ย ทำไมไม่เข้าใจเค้าอย่างงั้นอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ส่วนใหญ่ อือ มะมีก็แบบบางทีปากก็ฟังนะ ฟังแล้วบางทีก็แบบ เออก็เอาไปแก้อะไรบ้างอย่างเงี้ย แต่มะมีจะมีวิธี คือโมหนุคิดว่า เหมือนมะมีมีวิธีการพูดที่ทำให้แบบ คำพูดของมีมันดูไม่น่าฟังอะไรอย่างเงี้ย ทั้ง ๆ ที่ สิ่งที่มีมาพูดบางทีมันก็เออจริงด้วยอะไรอย่างเงี้ย เออ แบบสิ่งที่แบบ ปะป้าลิมคิดไปอะไรอย่างเงี้ย เออแต่แบบเวลามีมาพูดแล้วมันดูกลายเป็นว่า เหมือนมาด่าว่าป้าทำไม่ดี อะไรอย่างเงี้ย อือ หนูคิดว่าอย่างงั้นนะ เวลาฟัง ๆ แล้วเออรู้สึก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

การที่พ่อแม่มีอารมณ์ร่อนง่ายเวลามีประเด็นความขัดแย้งเกิดขึ้น ทำให้ยากที่จะควบคุมตนเองในการโต้ตอบกลับไป ยังผลให้เกิดการทะเลาะกันที่บ่อยครั้งและรุนแรง

“ถามว่ารุนแรงมั๊ย ก็ค่อนข้างรุนแรงนะเพราะว่าพ่อแม่ผมค่อนข้างแบบ เป็นคนอารมณ์ร้อนทั้งคู่อะครับ แล้วแบบชอบใช้อารมณ์ทั้งคู่เหมือนกัน อ้อ ครับผม”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เหมือนกับว่าแบบ ก็พ่อเป็นคนอารมณ์ร้อน ๆ อย่างเงี้ยเมื่อก่อน สมัยก่อนก็แบบเป็นคนอารมณ์ร้อนก็แบบ ยังไงดี ก็ ๆ ก็ทะเลาะ ทะเลาะกันบ่อย ก็แทบ ก็น่าจะเป็นทุกวันเลย ใช่ว่า ประมาณ ก็ประมาณนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“แล้วแบบมะมีอารมณ์อย่างเงี้ยพี่ ขึ้น้อยใจ ผู้หญิงผู้หญิง แล้วก็ ก็เลยทะเลาะกันบ่อยแล้วแบบ มะมีก็แบบ ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้เวลาเหมือน ทะเลาะกันอะไรอย่างเงี้ย ก็แบบ เออเอาเลยอะไรอย่างเงี้ยแบบ เออแบบ คำเรียกว่าอะไรพี่แบบ เหมือน ๆ ด่า ๆ ๆ ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็เหมือนที่บอกแหละครับ มันก็ ขึ้น ๆ ลง ๆ บ้าง ก็อารมณ์มัน มันห้ามกันไม่ได้ อยู่แล้วอะครับ... ก็เลยทำให้ครอบครัวนี้ก็อย่างที่เบ็นก็ขึ้น ๆ ลง ๆ ตามอารมณ์ ส่วนมากจะอยู่ที่อารมณ์พ่อมากกว่า ถ้าพ่ออารมณ์ดีมาก ที่บ้านก็มีความสุขมีแฮปปี้ พ่อเป็นคนอารมณ์ขึ้นอยู่แล้ว แต่อารมณ์ร้อนด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 1.1.3 การจัดการของพ่อแม่ต่อความขัดแย้ง

นอกจากการรับรู้ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกันระหว่างพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ถึงความพยายามของพ่อแม่ในการคลี่คลายความขัดแย้งโดยการพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกัน การพยายามยุติการทะเลาะกัน และการกลับมาความสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกันหลังจากการทะเลาะกัน

#### 1.1.3.1 การพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกัน

การพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกันของพ่อแม่ เป็นการที่พ่อแม่ไม่อยากจะทะเลาะกันอีก จึงพยายามหลีกเลี่ยงการพูดคุยที่จะนำไปสู่การทะเลาะกัน หรือการที่พ่อแม่ไม่ต้องการให้ลูกเห็นการทะเลาะกันของพ่อแม่จึงพยายามไม่ทะเลาะกันต่อหน้าลูก ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“พ่อเค้าก็หยุดค่ะ... เพราะเค้าเห็นเราไงคะ แต่ ตอนที่เค้าเดินมาหยาบรีโมทหนูไม่รู้ ว่า เค้าไม่เห็นหนูหรืออะไรอย่างเงี้ย (หัวเราะ) ใช่ เพราะถ้าเกิดจริง ๆ เป็นคนทั่วไปก็ไม่ ควรทำให้ลูกเห็นถูกมั๊ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“จน จนหลัง ๆ มาก ก็เริ่มที่จะ ทั้งบ้านก็เริ่มที่จะโอเคที่เป็นอย่างงี้แล้วมั้งครับ เหมือนกับว่า เสาร์อาทิตย์แม่ก็จะกลับบ้านต่างจังหวัด พ่อก็จะกลับมาดูผม ผมอยู่ ที่นี้แล้วใช่ปะ ก็จะไม่ค่อยห่วงน้องสาว พ่อกับแม่อยู่บ้านเดียวกัน จันทร์ถึงศุกร์พ่อไป ทำงาน ที่ต่างอำเภอ ก็ต้องไปอยู่ที่โรงพัก ส่วนแม่ก็อยู่บ้านดูน้อง ทำกับข้าว พอเสาร์ อาทิตย์ปุ๊บ แม่ก็จะกลับบ้านต่างจังหวัด ก็จะพ่อก็จะกลับมาดูน้อง ก็จะสลับกันไม่ ค่อยได้ เหมือนกับแม่เค้าพยายาม เลี่ยงที่จะไม่ให้เจอกันให้มากที่สุดเพราะว่า ถ้าเจอ ไปก็ทะเลาะกัน คุณกันไม่ได้ก็เลยเป็นอย่างงี้ดีกว่า ก็ประมาณนี้แหละครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่ตอนนั้นเค้า ปากกับแม่เค้าคงจะเห็นหนูเป็นเด็กด้วยแหละ เพราะทะเลาะแบบ พอหนูเริ่มเงี้ย เค้าก็คงจะ ไปคุยกันที่อื่นอะไรประมาณเนี้ย แต่พอเริ่มโตขึ้น มอต้น ประถมปลายอะไรประมาณเนี้ยคะ ที่แบบพอจะรู้เรื่องบ้างอะไรอย่างเงี้ย เค้าก็ หนู เห็นเค้าก็ ทะเลาะกันเหมือนเดิม”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

### 1.1.3.2 การพยายามยุติการทะเลาะกัน

ผู้ให้ข้อมูลระบุว่าทั้งพ่อและแม่หรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีการพยายามปรับเปลี่ยนหรือยับยั้ง ตนเองเพื่อให้ไม่ได้เถียงกันต่อไป ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“คือเหมือนกับ เค้าก็พยายามปรับตัวแบบ พยายามไม่ทะเลาะกัน ถึงจะปัจจุบัน ถึง จะชอบหยิบเรื่องเล็กนู่นนี่นั่นอะไรมา เก็บมา แล้วก็มาพุดมาแบบ อะไรคืออะ เหมือนกับคิดเล็กคิดน้อย หรือว่ามาเก็บ เก็บเป็นอารมณ์แต่ก็ แต่ก็ก็จะเบากว่า เมื่อก่อนเยอะอะครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“แต่ว่าเหมือนกับ น่าจะเป็น อายุเยอะขึ้นด้วยแหละ มันอาจจะผ่านอะไรมาเยอะ อารมณ์มันก็เย็นลงทั้งคู่อะ แบบมีความ อดทนเยอะขึ้นต่อการเถียงอะไรอย่างเงี้ย พอเถียงกันชกพาก็แบบยก ก็เอาก็ห่างกันก่อน และก็เดี๋ยวก็ ก็เคลียร์กันได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“อ้อก็อย่างเงี้ยมีเรื่อย ๆ มีเรื่องเรื่อย ๆ พอมีเรื่องอะไรก็แบบ มะม๊าาก็จะแบบ ว่าป้าอะไรอย่างเงี้ย เนี่ยตัวเองไปทำไมไม่ทำอย่างจูน้อย่างเงี้ยอะไรอย่างเงี้ย แล้วเหมือนก็จะทะเลาะกันแล้วป้าก็บอกว่าเออหยุด ๆๆ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เค้าก็แค่แบบ เหมือน ต่างคนต่างขึ้นเสียงอย่างเงี้ย แค่นี๊ ไซ้ แล้วพอเค้าก็จะเดินหนี แค่นี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่10

“แต่พอจะไม่ ไม่ด่าแม่ นะคะ จะแบบพูดดีตลอด... เพราะว่ามันก็เป็นเรื่องจริงแล้ว พ่อก็ยอมรับด้วยดีว่า เออทำจริงก็ทำโมอะ (หัวเราะ) อะไรแบบเนี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 1.1.3.3 การกลับมาที่มีความสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกันของพ่อแม่

นอกจากการพยายามยุติการทะเลาะกันแล้ว ในเวลาต่อมาพ่อแม่ยังมีการคลี่คลายความตึงเครียดที่มีต่อกัน โดยการกลับมาปฏิบัติสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกัน ซึ่งอาจเป็นในรูปแบบที่ปล่อยปัญหาความขัดแย้งให้ผ่านไป หรือการกลับมาพูดคุยทำความเข้าใจกันหลังจากอารมณ์เย็นลงแล้ว และในรูปแบบที่มีการยุติความขัดแย้งลงหลังจากเหตุการณ์ลูกถามจนเกือบจะแตกแยกกัน

“เค้าเล่าให้ฟังนะครั้นว่า ทะเลาะกันมาตั้งแต่ เอ่อ ก่อนจะแต่งงานตอนที่คบเป็นแฟนแล้วแหละก็ ทะเลาะด้วยกันบ่อย พูดแบบ เค้าเรียกว่าอะไรอะ เอ่อปรับความเข้าใจกันไม่ค่อยได้ ก็ต้องแบบ ส่วนมากก็ปล่อยให้ปัญหามันผ่านไปอะไรอย่างเงี้ย ให้อันลึม ๆ กันไป”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“สุดท้ายเค้าก็แก้ แล้วมาอีกทีก็ อาจจะมีภาวะตึงเครียดหลง หลงเหลืออยู่บ้าง แบบไม่ค่อยกันแบบซึกพัก แต่สุดท้ายเค้าก็ปรับให้มาเป็นเหมือนเดิม แล้วเราก็แบบ เออ ก็เหมือนเดิม ก็ไม่มีอะไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็ ๆ เวลาเถียงกันก็เหมือนกับ เพราะความคิดเห็นไม่ตรงกันมากกว่า ซึกพักก็กลับมาคุยกันดี ๆ ปกติว่าแบบ เออตอนเย็นก็กินข้าวป้าอะไรอย่างเงี้ย เพราะเหมือนกับตอนนั้นก็แบบ คนเถียง เเถียงกันเพราะ ไม่เข้าใจกันมากกว่า อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“มันเหมือนกับต้องให้เค้าหาย อารมณ์โกรธอะไรอย่างเงี้ย แล้วเค้าก็จะค่อย ๆ มาคุยกันเอง รู้สึกจะเป็นแบบนี้บ่อยครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“แต่ว่า ก็เหมือนกับว่าแบบถ้าเกิดฝ่ายหนึ่งยอม ก็เหมือนจะเงียบไปอะครับ แล้วก็ค่อยมาเคลียร์กันทีหลังว่าแบบ เป็นยังไง ทำไมมันถึงไม่เข้าใจกัน สุดท้ายก็เคลียร์ได้ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“หนูไม่รู้ว่ามันยังงอะแต่พอปีใหม่ผ่านมาเหมือนพอกับแม่เค้าเคลียร์กันยังงก็ไม่ได้รู้แล้วเหมือนเค้าก็ โอเคอยู่ด้วยกันได้อะ หนูก็ไม่กล้าถามเค้าว่า เออเค้าคุยกันไปยังงหรือว่าสรุปแล้วเรื่องมันเป็นยังงอะ แต่ว่า แต่ว่าตอนเนี้ยเค้าอยู่ด้วยกันหนูก็เลยโอเคที่จะอยู่อย่างงี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“สุดท้ายเหมือน แม่ สุดท้ายแม่ก็เหมือนแบบจะ จะเป็นฝ่ายออกไปเองอะไรอย่างเงี้ย คือแบบ จะไปอยู่บ้านยาย ก็คือหนูแบบ ก็คือตรงจุดนั้นนะคะที่เหมือนทำให้ต้องแบบ เหมือนทุกคนนะ ต้องมา มาแบบ ยังงอะ เข้า เข้าหากันอย่างจริงจัง จากที่เมื่อก่อนแบบ ป้าแบบ โกรธปุกก็หาเรื่องมาลงนู่นนี่นั่นแต่พอถึงแบบจุดที่แบบ เออแม่จะไปจริง ๆ แล้วนะอะไรอย่างเงี้ย เออก็เหมือนบอกว่าเออแล้วบ้านที่อยู่ตรงนี้จะเอายังงต่ออะไรอย่างเงี้ยคะ นั่นแหละ เค้าถึงแบบ หลังจากเหตุการณ์วันนั้นก็คือสงบลงเลย ก็คือไม่ ไม่มีเป็นแบบนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

## 1.2 ผลกระทบจากความขัดแย้งในครอบครัว

ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงผลกระทบทั้งทางด้านจิตใจของตนเอง และด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้ข้อมูลกับพ่อแม่ ซึ่งเป็นผลที่เนื่องมาจากการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันของพ่อแม่ โดยด้านสภาวะจิตใจนั้นเป็นการมีความรู้สึกในแง่ลบต่าง ๆ ต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ ความรู้สึกห่วงใยที่มีต่อครอบครัว และการทำใจยอมรับได้กับความขัดแย้งของพ่อแม่ ส่วนผลกระทบด้านการมีปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกับพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าถึงประเด็นของความขัดแย้งและปฏิกิริยาตอบสนองต่อความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับพ่อแม่อ้างมีรายละเอียดต่อไปนี้

### 1.2.1 สภาวะจิตใจจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่

การรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่มีผลต่อสภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูล โดยผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกในแง่ลบต่าง ๆ อันได้แก่ ความรู้สึกอึดอัดตึงเครียดเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

ความรู้สึกกลัวเมื่อรับรู้ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ความรู้สึกแกลบต่อตนเองจากการที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน และความรู้สึกไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่ แต่ถึงแม้จะมีความรู้สึกทางลบผู้ให้ข้อมูลก็ยังมีความรู้สึกในลักษณะที่เป็นความห่วงใยที่มีต่อครอบครัว และความรู้สึกในแง่การทำใจยอมรับได้ถึง ความขัดแย้งของพ่อแม่อีกด้วย

### 1.2.1.1 อีตอัดตั้งเครียดเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

การอยู่ท่ามกลางความขัดแย้งของพ่อแม่ซึ่งมีบรรยากาศความตึงเครียดที่พ่อแม่มีต่อกันนั้น ก่อให้เกิดความรู้สึกอีตอัดไม่สบายใจต่อผู้ให้ข้อมูลและยังอาจการเกิดความกดดันตึงเครียดจากการรับรู้สถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยความอีตอัดไม่สบายใจเมื่อรับรู้บรรยากาศความขัดแย้งของพ่อแม่ เป็นดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ใช้ชีวิต ส่งผลมัย ก็ คงจะส่งผลกับการ ตอนอยู่บ้าน สมมติถ้าเค้าไม่ได้ทะเลาะ ถ้าเค้าทะเลาะกันแล้วเค้า วันต่อมาเค้าก็บูดบึ้งกันไม่ค่อยกันอะไรอย่างงี้ ผมก็โอ้ คง ๆ ไม่สบายใจที่อยู่ในบรรยากาศอย่างงี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“คือมันก็ มันรู้สึกอีตอัดอะแบบว่า เวลาที่ ที่บ้านทะเลาะกันเงี้ยหนูก็จะ แบบไม่อยากรกลับบ้านเลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แค่แบบเวลาอยู่บ้านก็จะ ก็จะไม่ แรก ๆ ก็จะไม่ ไม่ชอบบรรยากาศของครอบครัว ที่มีอยู่ รู้สึกว่า ไม่ควรอยู่ ไม่อยากอยู่ที่นี้ อยากจะ ไปข้างนอก อยากจะไปอยู่กับเพื่อน ที่มันไม่ต้องมา ทนกับบรรยากาศแบบนี้อะไรเงี้ย อันนั้นจะมีบ้าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เวลาแบบ ในกรณีที่แบบนานมาแล้วที่ทะเลาะกันรุนแรงมากอะครับ ก็แบบ ตื่นเข้ามา ก็แบบเรียก เวลาผมเป็นครอบครัวคนจีนอะครับ เวลาตื่นเข้ามาจะเรียกปะป๊า มะม้ามารุณสวัสดิ์ทักทายครับ เวลาเรียกแล้วเค้า ตอนที่เค้าช่วงทะเลาะกันอยู่ก็แบบ ไม่ค่อยตอบรับอะ มันก็เลยแบบรู้สึก ห่างขึ้นมาดิหนึ่งแล้วเวลาแบบ เค้าเวลาเค้ามาเดินอยู่ อยู่ใกล้กัน หรือว่าเดินสวนกัน ผมก็รู้สึกแบบ หนาวสั่นหลัง (หัวเราะ)... ผมก็เลยแบบ ทำตัวเกร็ง ๆ ขึ้นมาดิหนึ่งนะอะ ก็เป็นอย่างงี้ช่วงพักนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

การรับรู้ถึงสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ยังมีผลต่อการเกิดความเครียดกดดันของผู้ให้ข้อมูล จากความกังวลใจถึงสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ หรือการมีความยากลำบากในการดำเนินชีวิตอย่างการอ่านหนังสือ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ต่อไปนี้

“เรารู้ว่าแบบตอนเด็ก ๆ มันกดดันนะ มันเป็นมันโดนอย่างงี้มันก็ เด็กมันก็แบบ ไม่ใช่เด็กไม่เครียดนะ เด็กมันก็กลัว ก็อะไรเงี้ย ผมเลยรู้สึกว่ เออถ้าเกิดว่าเราเห็นครอบครัวทะเลาะกันอย่างเงี้ย เราก็รู้สึกสงสารเด็กแทนมากกว่า มันเหมือนกับเรา เคยเป็นเด็กมาก่อน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เพราะเหมือนเราฟังแล้วเราก็ ยังคิดแล้วเราก็จะ จะยิ่งเครียดอะ แล้วหนูก็รู้สึกว่า บางทีหนูก็คิดมาก คิดมากกว่าคนที่เค้าเจอ คิดมากกว่าแม่อะไรอย่างเงี้ย เออแบบไม่ ยากค่อย ไม่ยากค่อยรับรู้เท่าไรมันจะ ไม่งั้นหนูก็จะเศร้าเกินอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ตอนเด็ก ๆ ก็เครียดอะไรอย่างเงี้ย ร้องไห้ เคยไปนั่งคุยกับพี่สาวแล้วร้องไห้กันสอง คน ตลกมาก เนี่ยทำไมปะป๊าแม่มาต้องทะเลาะกัน เค้าจะเลิกกันมัย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็เลยแยเลย ก็ค่อนข้าง ค่อนข้างอึดอัดอยู่เหมือนกันที่แบบว่า เราก็เป็นลูก ๆ เรา สมมติว่าถ้ามันเกิดอะไร ร้ายแรงมากกว่านี้ต้องแยกทางกันอยู่เราก็ต้องเลือกไข่ม้อย ครบว่าจะไปอยู่กับใคร เราก็เคยคุยกับน้องเหมือนกันว่าจะทำยังไงดี น้องเค้าสนิทกับ แม่อยู่แล้ว แต่ผมก็ไม่อยากทิ้งพ่อ ไม่อยากมาอยู่กับแม่ทั้งหมด อีกร้อยอย่างก็ มันก็จะ เป็นภาระของแม่ด้วย ต้องดูแลทั้งสองคน เงินเดือนฝั่งพ่อก็เยอะกว่าของแม่อยู่แล้ว ก็ ก็เครียดอยู่เหมือนกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เพราะว่าตอนเช้าต้องไปโรงเรียน แล้วคือพอตอนกลางคืนเสียงดังก็จะแบบ เออมา โรงเรียนไม่ได้แต่พอถึงช่วงที่ เหมือนทะเลาะกันหนัก ๆ ทุกวันอะ ก็จะมีรู้สึกเหมือน ปวดหัวแบบว่าเหี้ย ปวดหัวแบบเอี้ยเอาอีกแล้วหรืออะไรอย่างเงี้ยคะ... เครียด เหมือน ก็ไม่รู้เพราะอะไร แต่ว่า เครียดเหมือนทำไมแบบ เออทะเลาะกันทำไมมันคือ ความรุนแรงอะคะคือทะเลาะกันอะไรอย่างเงี้ยคะ แบบใช้คำหยาบหรืออะไร อย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“มันส่งผลมัย มันส่งผลนิตนึ่ง มันคงทำให้ผมเครียดบ้าง แบบจะอ่านหนังสือ ทำไมต้องทะเลาะกันวะ ผมจะอ่านหนังสือ เดียวคะแนนก็ไม่ดีหรอก เดียวคะแนนไม่ดีแบบ แล้วมาโทษผมคะแนนไม่ดีเพราะพวกคุณทะเลาะกันจนผมอ่านหนังสือไม่ได้ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 1.2.1.2 กลัวในความรุนแรงของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

การรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่มีการนำไปสู่ความรู้สึกกลัวของผู้ให้ข้อมูล เป็นความตกใจกลัวเมื่อเห็นพ่อแม่ทะเลาะกันรุนแรง หรือความกลัวว่าความขัดแย้งของพ่อแม่อาจจะมี ความรุนแรงเพิ่มขึ้นอีกต่อไปได้ ตลอดจนความกลัวว่าพ่อแม่จะมีความขัดแย้งที่รุนแรงจนแตกแยกกัน ดังที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ต่อไปนี้

“ตอนที่ ตอนเด็ก ๆ นี่คือ ก็แค่แบบ เจ็บ ตกใจ แต่ไม่ได้คิดอะไร แบบ หึยะทะเลาะกันแล้วแบบ... พอเริ่มโตขึ้นมาเรา เราจะรู้สึกกลัว กลัวจิงเลยเวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเริ่มเสียงแข็งขึ้นมาอะ ประมาณแบบ อะเริ่มตึงแล้วเราก็ก๊แบบ ในใจเรา อีกคนนึ่งก็แบบ อ้อยอ่า อย่าเพิ่งขึ้นพร้อมกันนะอะไรประมาณเนี้ยเพราะว่าแบบ กลัวจิง ไม่ หนูไม่ชอบให้คนเสียงดังใส่กันอยู่แล้วว้าแบบ ทำไมต้องพูดอย่างงี้ด้วยอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็คงจะกลัว ตอนที่เค้า ตอนที่เค้า รุนแรงกันอะไรอย่างเงี้ยเราก็กง เราคงจะกลัว โหยแม่ง จะถึง บาดเจ็บ อะไรอย่างงี้กันรีเปล่าแบบ ทำเออ แบบมีทำร้ายข้าวของ อะไรอย่างเงี้ย อาจจะเป็นแบบ เค้าจะถึงขั้นฆ่ากันรีเปล่าหรืออะไรอย่างเงี้ยแบบก็คงจะเป็นกลัวแบบ ตอนเด็ก ๆ สะเทือนใจอะไรพวกนี้มากกว่า ร้องไห้ก็กลัวอย่างนั้นมากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“บางทีก็เคยนะที่มีแบบ เมสเซลมาในมือถือพ่อแล้วแบบ เหมือน เหมือนไม่รู้ว้าแบบ เหมือนเป็นผู้หญิงอะไรอย่างเงี้ย ส่งมามีถือพ่อแล้วแบบ เจ็บเปิดเจออะไรอย่างเงี้ย เจ็บอกว่าเนี้ยป้าแอบมีคนอื่นรีเปล่าวะมึง (หัวเราะ) เออแล้ว ป้าก็แบบ อ้อ เค้าส่งผิต เค้าส่งผิต อะไรก็แบบ เอี้ยอะไรวะ อะไรอย่างเงี้ย เออก็เคยมีเหมือนกัน ก็ ก็กลัว ก็กลัวเหมือนกันนะแบบ ว่าป้าจะไปมีคนอื่นมัยอย่างเงี้ยแบบเห็นแม่เป็นแบบเนี้ยอะไรเงี้ย อ้อ แล้วป้าเคยพูดว่าเนี้ย เออป้าไม่คิดจะไปมีแบบ ไปอะไรอยู่แล้วอะไรอย่างเงี้ย ป้าเคยพูดว่าแบบ ไม่ จะไม่ทำอะไรอย่างงี้แล้วแบบ ไม่มีเมียน้อยไม่มีอะไรอยู่แล้ว



เออ แต่ก็กลัว เราสองคนก็แบบใครจะไปรู้วะไข่ม้อย อ้อผู้ชายก็ยังเป็นผู้ชายปะ เออ แต่ก็ไว้ใจพอในระดับหนึ่ง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ถ้าเกิดมันช่วงรุนแรงมากก็คือแบบเค้าตะโกน แบบพูดจาไม่ดีใส่กัน... รู้สึกไม่ดีมาก ๆ เลย มันเหมือนกับว่า จะแยกจากกันแล้วหรือ (หัวเราะ) ประมาณนั้นนะเพราะ ก็อยู่ด้วยกันมาตลอดตั้งแต่เด็กนะอะ พ่อแม่ลูก พี่น้อง ก็เป็นครอบครัวใหญ่อะอะ มีคุณน้าด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ก็ บางทีก็เหนื่อยนะ ไม่รู้ว่า จะเป็นยังไงต่อไปอีก กลัวจะ กลัวจะเป็นเด็กมีปัญหา มั้งครับ กลัวครอบครัวต้องแตกแยก กลัว กลัวเราจะไม่ได้เจอ พ่อหรือกับแม่อยู่ พร้อมหน้าพร้อมตาเหมือนเดิม เวลา เวลารับฟังปัญหาแม่นะครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 1.2.1.3 รู้สึกแง่ลบต่อตนเองจากการที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน

การรับรู้ว่าครอบครัวของตนเองมีพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งกันก่อให้เกิดความรู้สึกแง่ลบต่อตัวผู้ให้ข้อมูล อันเป็นการเกิดความรู้สึกด้อยที่ตนมีครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน หรือความกังวลว่า จะถูกประเมินทางลบจากผู้อื่นหากพวกเขารับรู้ถึงครอบครัวของตนเองมีความขัดแย้งรุนแรงและความรู้สึกผิดที่ไม่ได้ช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง โดยความรู้สึกว่าตนเองด้อยนั้น มาจากการมีขัดแย้งในใจของผู้ให้ข้อมูลว่าตนอยู่ในครอบครัวที่ไม่ดีเท่าคนอื่น ๆ เมื่อมองเปรียบเทียบกับครอบครัวอื่น หรือมาจากความคิดว่าชีวิตของตนแย่ที่ต้องประสบกับการที่พ่อแม่มีปัญหาความขัดแย้งกัน ดังที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ต่อไปนี้

“เรา เราด้วย อ้อ เราคาดหวังให้ครอบครัวเป็นครอบครัวที่ดีด้วยแหละมั้งครับมัน มันคงไม่มีใครหรอกที่อยากให้ครอบครัวตัวเองเป็นครอบครัวที่ แตกแยก ทะเลาะกัน ไม่รักกันอะไรอย่างเงี้ย ก็คงเป็นความรู้สึก ที่เกิดจาก ทำไมเราต้อง ต้องเกิดมาใน ครอบครัวแบบนี้ เคยคิดนะ เราแม่งโงคร้ายวะ ที่พ่อแม่ไม่รักกัน รู้สึก ออยาก ออยากจะให้ ครอบครัวตัวเองดีกว่านี้ อาจจะมีอีกคนอื่นมั้งที่มีครอบครัวที่ดี ที่เราจินตนาการไปเองอะนะ เลยทำให้รู้สึกแย่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ส่งผลมัย เมื่อก่อนผมเป็นเด็ก ผมก็ ผมก็คิดนะเหมือน ๆ คล้าย ๆ เหมือน conflict ในใจว่า พ่อแม่คนอื่นเค้าเป็นอย่างงี้ปาววะ ทำไมเค้าถึง เค้าถึงแบบต้องทะเลาะกัน

แล้วพ่อแม่คนอื่นเค้า แล้วลูกเค้าละ แบบคนอื่นอะ พ่อแม่เค้าเป็นแบบนี้ข้างรีเปล่า ะไรอย่างเงี้ยครับ ก็แบบรู้สึกเหมือนกับ เหมือนกับ มันจะว่าปมด้อยมัย ก็คิดนึ่งอะ อะ รู้สึกว่าเอ๊ะทำไมเค้าต้องทะเลาะกันแบบนี้ บ่อย ๆ ะไรอย่างเงี้ยครับ อ้อ ประมาณนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“แต่ตอนเด็ก ๆ หนูรู้สึกเลยว่าแบบ ทำไมบ้านเราต้องเป็นแบบนี้ ทำไมป้า ป้ามาต้อง ทะเลาะกัน ทั้ง ๆ ที่แบบ พ่อแม่เพื่อนไม่เป็นอะไรอย่างเงี้ย เออก็รู้สึกน่ะพี่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“มันแบบ มันรู้สึกเหมือนแบบว่า เหมือนแบบว่า เหมือนเราทำอะไรผิดอะ ทำไมถึงมี แบบ เรื่องแยะ ๆ เข้ามาในชีวิตตลอดเลยอะไรอย่างเงี้ยแบบ เวลาที่ทุกอย่างแบบ กำลังจะดีขึ้นอย่างเงี้ยมันก็จะกลับมาแย่งลง แล้วเราก็จะรู้สึกแบบ ไม่ค่อยอยากทำ อะไรต่ออะไรอย่างเงี้ย แบบรู้สึกแยกับชีวิตไปด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

ความกังวลว่าจะถูกประเมินทางลบจากผู้อื่นในการมีครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลไม่ต้องการที่จะเล่าให้ผู้อื่นรับรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ความขัดแย้งในครอบครัวของตน ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ที่โรงเรียนอะไรก็ไม่ ไม่มีเรื่องนี้ ไม่พูดเรื่องนี้ให้ใครฟัง ไม่ พยายามทำให้คนอื่นรู้สึกว่า ครอบครัวเราก็ ไม่ ให้เค้ารู้สึก คนอื่นรู้สึกว่า เรามาจากครอบครัวที่ขาดความอบอุ่นเรา เอ่อ ยังไงดีอะ ก็เป็นคนปกติธรรมดาคนนึงมั้งที่ยังมีความสุขอยู่อ้อ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ไม่อยากจะเล่า ก็หนึ่งคือมันก็รู้คือว่า ถ้าเกิดเรา เล่าให้เพื่อนฟัง พ่อเคยตีแม่ แม่ ทะเลาะกับพ่อนะอะไรอย่างเงี้ยมันก็รู้สึกว่า เออเค้าจะประเมินเรา เป็นยังไงรีเปล่า หรือว่าแบบ แบบครอบครัวเพื่อนเค้าปกติเค้าจะแบบ โหครอบครัวนี้แหม่ อย่างจี้รีเปล่า เอ็กซ์ตรีมจิงเลยอะไรอย่างเงี้ย ก็คงเหมือนกับว่า ก็ไม่ค่อยอยากจะเล่า เรื่องดี ๆ เรื่องไม่ดี ข้างในก็ไม่อยากจะเล่าให้คนอื่นรู้อยู่แล้ว อะไรอย่างเงี้ยครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เพราะว่าเหมือน มีด้วย มีแบบเพื่อนห้องอื่นด้วยที่เหมือน แบบ เค้าหน้าตาดีมาก เค้าเป็นเด็กใหม่ย้ายมา หน้าตาดีมากก็ทุกคนแบบ เป็นที่สนใจ หน้าตาดี เป็นผู้ชาย อย่างเงี้ย เป็นที่สนใจทุกคนแต่ว่าแบบ หลัง ๆ เริ่มเกรเรเริ่มแบบ ไม่เข้าเรียนโดดเรียน

แบบ เข้าฝ่ายปกครองนู่นนี่นั่น แล้วทุกคนก็จะแบบ เฟ่งเข้าไปว่าแบบ เนี่ยเป็นอะไรที่บ้าน อ้อที่มันเป็นอย่างนี้เพราะที่บ้านมันแบบมีปัญหาว่าพ่อแม่มันไม่รักอะไรอย่างเงี้ย ก็เหมือน เออแบบ ถ้าทำ พ่อเห็น เออเราเห็นอย่างนั้นแบบ พ่อพ่อแม่ไม่รัก คุณจะต้องทำตัวแบบ มีปัญหาเข้าฝ่ายปกครองหรืออะไรอย่างเงี้ย มันรู้สึกแบบ เออมันก็ไม่ใช่แล้วก็จะแบบ คนอื่นอีก คนอื่นอีกเยอะแยะที่ไม่ได้รู้จักตัวตนของคนนั้นจริง ๆ ว่าจริง ๆ แล้วเหตุผลของคุณคืออะไร คนอื่นก็ไม่รู้แต่คนอื่นก็แบบมาที่ไปแล้วอะไรอย่างเงี้ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งยังเล่าถึงความรู้สึกทางลบที่มีต่อตนเองว่า มีความรู้สึกผิดที่ไม่ได้อยู่ช่วยเหลือในเหตุการณ์ความขัดแย้งที่รุนแรงของพ่อแม่ ซึ่งเล่าไว้ดังนี้

“ถ้าจำไม่ผิดจะโทษตัวเองด้วยมั้งที่ไม่อยู่ ถ้าเรายู่ก็คงคิดว่านี่ เพราะน้องเป็นผู้หญิง น้องทำอะไรไม่ได้อยู่แล้ว แต่นิวไม่รู้นิวไปไหนนิวไปเที่ยวมั้ง ถ้าไม่ ไม่ใช่ ไปเรียนหรือไปเที่ยวเนี่ยแหละครับนิวจำไม่ได้เพราะว่าตอนนั้นนิวไม่อยู่ในเหตุการณ์จริง ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

#### 1.2.1.4 รู้สึกไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่

การทะเลาะกันระหว่างพ่อแม่เป็นสิ่งผู้ให้ข้อมูลไม่ต้องการที่จะให้เกิดขึ้น เมื่อเกิดเหตุการณ์ความขัดแย้งจึงมีความรู้สึกไม่ชอบที่พ่อแม่เลือกการทะเลาะกันเกิดเป็นความรู้สึกหงุดหงิดรำคาญใจหรือโกรธเวลาที่รับรู้ถึงการทะเลาะกันของพ่อแม่ และความไม่พอใจในพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงในความขัดแย้ง ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ก็จะเคยมีที่แบบ แต่อันนี้คือไม่ได้หมายความว่าผมจะช่วยนะ แบบบางที่เค้าทะเลาะกันจนผมก็รู้สึกหงุดหงิดอะ ผมก็แบบ ผมก็หงุดหงิดขึ้นมาบ้าง ก็มีครับ แบบว่าทำไมต้องทะเลาะกันอะ ทำไมแค่นี้คุยกันไม่ได้อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ตอนนั้นก็รู้สึกแบบ รำคาญแบบอ้อๆเอาอีกแล้วหรือ ละคือ เหมือนเรารู้ว่ามันไม่ได้เกิดจากตัวตน แต่มันเกิดจากแอลกอฮอล์อะไรอย่างเงี้ย เกิดจากคนอื่นแบบ ลิ่งภายนอกที่เราควบคุมไม่ได้ค่ะ ก็เลยรู้สึกแบบ อ้อๆอีกแล้วอะไรอย่างเงี้ยก็เหมือนรู้สึกเราควบคุมอะไรไม่ได้เลยเงี้ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“คือ ตอนทีรู้ว่า พ่อแม่เค้าทะเลาะกันใหม่ ๆ แล้วเรารู้สึกกลัว เรารู้สึกกดดัน ไม่ ๆ ไม่ใช่กดดันมากมายแบบเรารู้สึกแบบเอ๊ะ ทะเลาะกันเสียงดังจังเลย ไม่ชอบ รู้สึกไม่ชอบว่าที่เค้าต้องทะเลาะกันเราก็แบบ อ้อ ไม่ชอบ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“แต่เห็นแนวว่าเค้าทำร้ายอะไรอย่างเงี้ย แต่ถามว่าโกรธมั้ยหรือ ถ้าตอนนั้นหนูก็โกรธนะ... โกรธแบบ โกรธแบบทำไมต้องทำอะไรอย่างเงี้ย คือเป็นเด็ก ๆ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“ก็ นิ่วจำความรู้สึกตอนนั้นไม่ได้ แต่ว่า ถ้าจำได้ตอนนั้นก็รู้สึก รู้สึกโกรธพอนะ เพราะว่า สิ่งที พ่อสอนมาตลอดคือการ ให้เป็นสุภาพบุรุษการไม่ ไม่ทำร้ายผู้หญิง นิ่วไม่ นิ่วไม่ค่อยแตะตัวผู้หญิงเลยนะ ถ้าแบบไม่ ไม่จำเป็นหรือว่าต้องทำกิจกรรมอะไรจริง ๆ นิ่วถือว่าเป็นการให้เกียรติเค้า ซึ่งพ่อก็สอนมาตลอด เวลาเดิน เวลาเดินบนถนนก็ให้เดินฝั่งซ้ายที่มันติด ๆ ถนนใช้ปะครับ ผู้หญิงก็ต้องเดินทางขวา พ่อบอกให้ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ แต่สิ่งที่พ่อทำมัน นิ่วมองว่ามัน มันแยเองอะ มันไม่ ไม่ควรทำมากที่สุดแล้วจะสำหรับการเป็นสุภาพบุรุษหรือการเป็นแค่เป็นผู้ชายที่ดีก็ไม่ควรจะทำแบบนั้นนะ ถ้าจำไม่ผิดคงโกรธพ่อมากเลยแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 1.2.1.5 ห่วงใยครอบครัว

แม้การรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่จะทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกโดยส่วนมากเป็นไปในทางลบ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็มีความรู้สึกในแง่บวกซึ่งเนื่องมาจากสายใยของครอบครัวที่มีความสำคัญต่อผู้ให้ข้อมูล นำไปสู่ความรู้สึกเห็นใจพ่อแม่รวมถึงสมาชิกในครอบครัวคนอื่นที่อยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง และความรู้สึกห่วงใยที่ไม่อยากให้ความขัดแย้งเกิดขึ้นอีกในครอบครัว โดยความรู้สึกเห็นใจคนในครอบครัวนั้น เป็นในลักษณะของความสงสารพ่อแม่รวมถึงสมาชิกในครอบครัวที่อยู่ร่วมกันซึ่งมีความไม่สบายใจจากความขัดแย้งที่เกิดขึ้น หรือความเจ็บจากการโดนทำร้ายร่างกายในการมีความขัดแย้งระหว่างกัน และความห่วงใยที่ไม่อยากให้น้องมีความรู้สึกทางลบอย่างที่ตนเองเคยประสบ ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ก็แบบ ก็สงสารพ่อ ส่วนใหญ่รู้สึก ๆ แล้วแบบ รู้สึกว่าแบบเหมือนป้าก็อดทนมากแบบ บางทีฟังอย่างเดียวแบบเงี้ย ๆ แบบป้าไม่ก็ไม่ได้ตอบอะไรอย่างเงี้ย ก็รู้สึกแบบรู้ว่า ว่า ป้าคิดยังไง แต่ป้าไม่อยาก ทะเลาะให้มันเป็นเรื่องขึ้นมาอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“อย่างแรกนิวสสารแม่นะ แต่นิวก็ไม่ว่างจะทำยังไงนิว จริง ๆ มันก็ มันก็ไม่ใช่ ความผิดของพ่อที่พ่อกจะมีใหม่เพราะว่า แม่ก็พูดมาตลอดว่า ไม่ได้รักกันแล้ว จะไปมีใหม่ก็มี เออ คือพูดเล่น ๆ กันตลอดว่าแบบ เออมีไวนะเอามา เอามาที่บ้านเลยก็ได้ เอามาทำกับข้าวมาถูบ้านอะไรเงี้ย เออ แล้วก็ ก็สิ่งทุกอย่างที่ ที่คู่รักที่ตีปฏิบัติให้กัน พ่อกับแม่ก็ไม่ได้ทำแล้ว คือแบบ อยู่ด้วยกันแค่ว่า เป็นเพื่อนกันมาตั้งนานแล้วอะ แล้วพอ แค่มแม่ มันบังเอิญที่แม่ ช่วงที่แม่กำลังจะ พยายามกลับมาให้เป็นเหมือนเดิม พ่อเค้าก็ ไปมีใหม่ แต่ไม่รู้ว่ามีแบบแค่นั้น มากมัย ไม่รู้เหมือนกัน เพราะว่า คุณไม่ได้อยู่แล้ว ถ้ามไม่ได้อยู่แล้ว ไม่งั้นก็ รู้ได้ไง ใครบอกมาอะไรเงี้ย ซึ่งพ่อเองเค้าก็ไม่อยากให้รู้หรอกไม่งั้นเค้าคงบอกไปแล้วแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“คือเรารู้ว่า แม่ต้องเจ็บใจอะ อ้อตอน ตอนเด็ก ๆ อะ เรารู้ว่าแม่ต้องเจ็บอะไรอย่างเงี้ย แล้วแบบพ่อกำลังทำอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“มันก็เหมือนกับว่าแบบ ไม่ให้เค้า เค้าเครียดกับเรื่องนี้มากแล้ว แล้วต้องมาลำบากกับเรื่องผมอีก (หัวเราะ) ต้องมานั่งเครียดกับเรื่องกับเรื่องที่เป็นแบบ เอออยู่ข้างนอกเป็นยังไง จะเป็นอะไรเปล่า มันก็แบบ มันก็รู้สึกไม่ค่อยดีอะ ก็เลยแบบ ทำตัวให้เค้าสบายใจขึ้น โดยไม่ต้องกังวลเรื่องผมก็โอเค”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“เพราะว่า น้องสาวก็ยังเล็กอยู่ ก็เลยแบบ ดังนั้นเรารู้เรื่องสุดเราก็ควรจะวางตัวแบบนี้ ไม่งั้นน้องก็จะแบบ อ้ออะไรอีก อะไรอย่างเงี้ยมันก็จะเหมือนกับหนูตอนเด็ก ๆ ที่แบบ ทะเลาะกันอีกแล้ว กลายเป็นความกลัวปากกับแม่ไปอะไรอย่างเงี้ย แค่ว่า เค้าเรียกอะไรการควบคุมการเรียนอะไรอย่างเงี้ยมันก็ดูอึดอัดมากพออยู่แล้ว ถ้ายังจะมาแบบแบกรับเรื่องที่เค้าทะเลาะกันอีกมันดูแบบ หนูไม่อยากให้น้องเป็นอย่างนั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

จากการรับรู้ถึงแง่ลบของความขัดแย้งที่มีต่อครอบครัว ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกห่วงกังวลที่ไม่อยากความขัดแย้งยังคงมีอยู่หรือเกิดขึ้นซ้ำอีก อันมีส่วนต่อการที่ผู้ให้ข้อมูลพยายามช่วยเหลือให้สถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่คลี่คลายลง ดังมีรายละเอียดของข้อมูลต่อไปนี้

“ก็ถ้าเกิดว่า ตอนนั้นก็คงรู้สึกดีนะเพราะว่า เพราะว่าตั้งแต่เกิดมาก็ ก็บอกแม่ว่าแบบ เออก็ไม่เคยเห็นเค้าคุยกันดี ๆ กันอะไรอย่างเงี้ย พ่อเค้ามาคุยกัน ก็อยากรู้ว่า

เค้าจะคุยยังไงอะไอย่างเงี้ย แต่ก็กลัวว่า ไปทะเลาะกันรีเปล่า อะไอย่างเงี้ย ถึง ก็เลยตอนแรกก็กังวลนิดนึงว่าที่เค้าจะไปคุยนี่คือยังไง อะไอย่างเงี้ย แต่พอเห็นเค้าคุยกันดี ๆ ก็ถือว่าก็ ก็โอเค”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“ปกตินะ แคว่เวลา เวลาโทรคุยกับพ่อกับแม่ก็ต้อง ต้องลุ้นนะว่า เทียมันจะเกิดอะไรขึ้นมาบ้างวะมัน จะยังเป็นเหมือนเดิมมัยหรือว่า เหตุการณ์แย่งนะ ก็ต้องมาคิดใหม่แหละว่าจะทำยังไงถ้ามันเกิดอะไรขึ้นมา”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ก็มีหวั่น ๆ ว่า ตอนเค้าไปอยู่ด้วยกันเท่านั้นเองว่าแบบจะเคลียร์กันรีเปล่า แค่นั้นเองอะ แล้วนอกนั้นช่วงอื่นก็คือ อ้อไม่ได้มี ไม่ได้คิดอะไรอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“กลายเป็นว่า ที่เราแบบ ที่เรากล้าขึ้นที่จะไป บอกเค้าว่า ที่ทำแบบนี้ไม่ดี แบบช่วยแก้ปัญหาอะไรประมาณเนี่ย เป็นเพราะว่า หนูรู้สึกว่ หนูเป็นห่วงเค้าทั้งสองคน แล้วก็ห่วงคนในบ้านมากกว่าที่แบบ ในเมื่อเป็น มันเป็นสิ่งไม่ดี ก็ไม่ควรที่จะให้มันเกิดขึ้น ๆ ต่อไปจนตลอดชีวิตหรืออะไอย่างเงี้ยดีกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็ กลัวพ่อ ก็ไม่ เหมือนเราพูดเพราะว่าแบบ ไม่อยากให้มันเกิดขึ้นอย่างเงี้ยก็อะ ไม่อยากให้แบบมะมาไปพูดอย่างเงี้ยไม่ได้ พอเดี๋ยว หนูเตือนเพราะคิดว่าเออ ให้แม่ไปคิดบ้างว่าแบบ สิ่งที่แม่พูดมันก็ได้ว่าแบบถูกหมดนะแบบ เออที่มันเถียงไปมันไม่ได้ทำให้ดีขึ้นอะไอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

#### 1.2.1.6 ทำใจยอมรับได้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่

เมื่อผู้ให้ข้อมูลรับรู้ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นของพ่อแม่มาระยะหนึ่ง แล้วได้มีการพยายามทำความเข้าใจและทำใจยอมรับในความขัดแย้งของพ่อแม่ เกิดเป็นความรู้สึกชินกับการเห็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นบ่อยครั้ง หรือความรู้สึกวางเฉยกับการแยกทางกันของพ่อแม่ ซึ่งความรู้เคยชินกับความขัดแย้งของพ่อแม่ มาจากการเข้าใจว่าความขัดแย้งว่าความขัดแย้งที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ ไม่ได้รุนแรงมาก และการเข้าใจถึงการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ จึงยอมรับได้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่ที่เกิดขึ้นในครอบครัว ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“หนูก็แบบ ประมาณว่า ก็ในเมื่อเห็นเค้าก็ เห็นบ่น ๆ ทะเลาะ ๆ กันมาตั้งแต่เด็ก หนูก็ เริ่มรู้สึก ว่า เหมือนคล้าย ๆ แบบ ก็ชินแล้ว นิดหน่อยอะคะ ซึ่งเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เค้าก็เถียงกัน นิดนึง แต่สุดท้ายเค้าก็ปล่อยให้ผ่านไปอะไรอย่างเงี้ย ไม่ได้ร้ายแรงอะไรมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“นานแล้วอะ คง สงสัยเป็นเพราะว่าเค้าทะเลาะกันบ่อยจนผมชิน ผมเลยรู้สึกว่า ผม จึงแบบจนชินมั้ง เป็นไปได้มัย (หัวเราะ)... ก็แค่รู้สึก เอออีกแล้วเหอ แต่ก็รู้สึกไม่ ตีอะครับ อ้อ แต่ผมอาจจะ คือตอนนั้นมันนาน มันนานแล้วอะครับ ตั้งแต่สมัยแบบ เด็ก ๆ ไปแล้ว แต่ปัจจุบัน พอผมปลายอย่างงี้ก็ไม่มีอย่างงี้แล้วอะครับ คงจะแบบ ทะเลาะเบาแวงกันแบบตามสามีภรรยาที่อยู่กันนานมั้ง ผมก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน ก็ แบบไม่ได้หนักเท่าเมื่อก่อนแล้วอะครับ เมื่อก่อนคงจะหนักมากอะ แต่ว่าตอนเดี๋ยวนี ก็ไม่หนักขนาดนั้นแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“นิ่วพยายามีกะครับ นิ่วว่าไม่นะ นิ่วว่าปัญหาครอบครัวไม่ ไม่ค่อยส่งผลกระทบต่อ นิ่วเท่าไรเลย เพราะว่ามัน มันยังหนักด้วยแหละมั้งครับ มันยัง มันอยู่แบบนี้มา จน จนชินแล้วมั้ง ก็เพราะว่าตั้ง ตอนนั้นนิ่วยังอยู่ นิ่วจำเวลาไม่ได้แฮะ มอ น่าจะเป็น ช่วงมอดันหรือไม่กี่ประมปลายเนี่ยแหละครับที่ ที่เริ่มรุนแรงกันแล้วก็ ไม่คุยกัน มัน ก็เป็นเวลา ที่ค่อนข้างนานมาก ๆ และ อ้อ มันก็เลย ไม่ค่อยส่งผลกระทบต่อเท่าไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ตอนเนี่ยเหอ ตอนเนี่ยก็เริ่มชิน ๆ แล้ว เออพอเหมือนโตขึ้นก็มอง มองอะไร เปลี่ยนไป อย่างงั้นว่าแบบ ก็ เหมือนยอมเริ่มยอมรับมากกว่าว่า เออคุณแม่ก็เป็น แบบนี้ คุณพ่อก็ บางทีก็เข้าใจนะที่ เข้าใจความ ความคิดของทั้งสองคนว่า เออ ทำไมมาถึงคิดงี้ ทำไมป้าถึงคิดอย่างงี้อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

ผู้ให้ข้อมูลที่พ่อแม่มีการแยกทางกัน มีความรู้สึกที่วางเฉยต่อการรับรู้ถึงการแยกทางกันนั้นได้ ด้วยเพราะผู้ให้ข้อมูลสามารถยอมรับการเลือกตัดสินใจของพ่อแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลมองว่าการแยกทางกัน ของพ่อแม่ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อตนเองมากรวมถึงยังมีการรับรู้ว่าคุณตนได้รับความรักและการดูแล จากพ่อแม่อยู่ อีกทั้งก็มองว่าการแยกทางกันเป็นหนทางที่ทำให้พ่อแม่มีความสุขมากกว่าการอยู่ ด้วยกันแต่มีความขัดแย้งกันดังเดิม ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ว่า

“เอาจริงก็เฉย ๆ นะ เพราะว่าเหมือนกับว่า ตอนนั้นมันก็ หนึ่งก็คือถ้าเกิดตอนเค้า ทะเลาะกันก็รู้สึกว่าเขา ก็แยกกันอยู่ก็ได้ เพราะว่าจะได้แบบ ไม่ต้องอะไร เพราะว่า หนึ่งคือเหมือนกับพ่อเค้าทำงานต่างจังหวัดบ่อย ก็เหมือนกับ เวลาเค้าไปทำงาน ต่างจังหวัดอะไรอย่างเงี้ยเค้าก็ เหมือนกับไม่ ๆ ไม่อยู่ในบ้านอยู่แล้วไง การแยกกัน อยู่ก็เหมือนกับเค้าก็ไม่ได้อยู่ในบ้านอยู่แล้วอะ ก็เลยเหมือนกับว่าความต่างมันไม่มาก เท่าไหร่ เพราะส่วนใหญ่เรากี่ แปตลิสเปอร์เซ็นต์เราอยู่กับแม่อยู่แล้ว ก็เลยเรากี่เลย แบบเออถ้าเกิดแยกกันอยู่ก็ไม่ได้ลำบากอะไรมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“ลำบากมัยหรือคะ พ่อเค้า เค้าให้เงินนะคะ มันก็ เฉย ๆ อะ (หัวเราะ) ไม่รู้ไม่ ไม่ เท่าไหร่อะไรอย่างเงี้ย อ้อ งานวันพ่อหรือ หนูก็ เฉย ๆ อะ (หัวเราะ) หนูเป็นคนแบบ ไม่รู้จะหนู หนูรักแม่ไง หนูก็แบบ นี่ไงแม่ไง แม่ก็พ่อไง อะอะไรอย่างเงี้ย หนูก็ ไม่อะไร เท่าไหร่ เพราะแบบ ไม่รู้ดิ มันเฉย ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“หนูก็มองว่า หนูเฉย ๆ อะ หนูก็ไม่รู้เหมือนกันนะว่าทำไมหนูถึงรู้สึกได้ขนาดนี้ แต่ แบบว่า ถ้าอย่างเพื่อนหนูอย่างเงี้ยคะ เค้าจะค่อนข้างเซนซิทีฟกับเรื่องครอบครัว มาก คือแค่ทะเลาะนิดเดียวเค้าก็แบบ รับไม่ได้แล้วอะคะ หรือว่าลูกพี่ลูกน้องหนูก็จะ เป็นแบบเนี้ย แต่หนูมองว่าแบบ แม่ก็ให้เราทุกอย่างอะคะ คือแม่ก็เป็นทั้งพ่อได้คือ เหมือนแม่ดูแลเราดีมากกว่าพ่อของเราเสียอีกอะคะ หนูก็เลยไม่ได้รู้สึกว่าตัวเองขาด หรืออะไรอย่างเงี้ยคะ อ้อ ประมาณนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 1.2.2 ปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกับพ่อแม่

การเผชิญกับสถานการณ์ครอบครัวที่พ่อกับแม่มีความสัมพันธ์ที่ความขัดแย้งกัน นอกจากจะมีผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลแล้ว ยังมีผลกระทบในความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้ข้อมูลกับพ่อแม่อีกด้วย ได้แก่การมีช่องว่างที่มาจากความแตกต่างทางความคิดระหว่างกัน การไม่สามารถสื่อสารให้เกิดความเข้าใจตรงกันได้ และการไม่เห็นด้วยกับความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยเมื่อเกิดความไม่ลงรอยกับพ่อแม่แล้ว ผู้ให้ข้อมูลมีการแสดงการตอบสนองต่อความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างตนกับพ่อแม่ ด้วยการโต้ตอบกลับทางลบ การตอบสนองที่ไม่รุนแรง และการพยายามประนีประนอมกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกับพ่อแม่ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้



### 1.2.2.1 การเกิดช่องว่างระหว่างตนกับพ่อแม่

เมื่อลักษณะบางประการของพ่อแม่ที่มักจะนำไปสู่ความขัดแย้ง เช่น การแสดงออกที่ต้องการให้อีกฝ่ายเป็นตามความคิดของตน ได้มีการแสดงออกในปฏิสัมพันธ์กับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นลูกด้วย จึงทำให้เกิดความไม่ลงรอยระหว่างตัวผู้ให้ข้อมูลกับพ่อแม่ โดยอาจเกิดช่องว่างจากการที่ผู้ให้ข้อมูลมีความคิดเห็นที่แตกต่างจากพ่อแม่ การรับรู้ว่าคุณไม่สามารถสื่อสารให้พ่อแม่เข้าใจได้ และการไม่เห็นด้วยกับความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยความแตกต่างทางความคิดเห็นที่กลายเป็นประเด็นความขัดแย้งกับพ่อแม่ มาจากความคาดหวังของพ่อหรือแม่ที่อยากจะให้ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นลูกเป็นไปตามที่ต้องการ เช่น อยากให้ลูกมีทัศนคติตามความเชื่อของพ่อแม่หรืออยากให้ลูกประพฤติตนตามแนวทางความคิดของพ่อแม่ อันส่งผลต่อความตึงเครียดหรือกังวลจากความคาดหวังของพ่อแม่ที่มีต่อผู้ให้ข้อมูล แต่ในขณะเดียวกัน พฤติกรรมบางอย่างของพ่อแม่ก็ส่งผลต่อความรู้สึกไม่พอใจของผู้ให้ข้อมูล ตามคำบอกเล่าต่อไปนี้

“แต่มันจะมีช่วงหนึ่งที่ ช่วงประมาณมอดัน มอปลายนั้น คือผมจะทะเลาะกับแม่บ่อยมาก เพราะว่าเหมือนกับแนวคิดแม่ผมเค้าจะค่อนข้าง พุดยังงี้ดีละ ค่อนข้างแบบ ๆ อนุรักษ์นิยมนิดนึง ซึ่งผิดกับเพื่อนผมเลยที่แบบค่อนข้างแบบเสรีมาก ๆ ซึ่งผมก็ได้แนวคิดเพื่อนผมมา ผมไปถกกับแม่ แม่อันไหนผมไม่เห็น แม่ผมไม่เห็นด้วย แม่ผมเค้าก็จะแย้ง แล้วผมก็จะไม่เห็นด้วย แต่ผมก็จะแย้ง ซึ่ง คือซึ่งแบบ แม่ผมเค้าเป็นคนอารมณ์ร้อนอยู่แล้ว พอ ๆ ผมไม่เห็นด้วยปึบ แม่ผมเค้าจะมีอารมณ์ แล้วแบบไม่เห็นด้วย แล้วจะพยายาม พยายามพูด ๆ ๆ ว่ามันอย่างจี้มันไม่ใช่ ยังไงแม่ก็ไม่เห็นด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“มันก็มีบ้างแหละบางเรื่อง ที่มัน แย่จริง ๆ เช่นแบบ อะไรคือะ เรื่อง เรื่องผิดซ้ำซากอะไรเงี้ยก็จะโดน โดนว่าบ่อยหน่อย ตื่นเช้ามากวาดขยะรียัง อาโดนอีกและ ลืมทำไม่ลืม เอ้ยไม่ใช่ทำไม่ไม่ทำ บอกมันหน้าที่เราต้องทำทุกคนตอนเช้า ทุกคนมีหน้าที่กันก็จะโดนบ่นยาวหน่อยก็จะ เซ็ง ๆ นิด ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“อึดอัดบ้าง แต่ก็ควบคุมได้อยู่ในระดับที่รับได้ครับ เพราะผมก็รู้สึก ว่าทำตามที่ได้กำหนดให้ ผมก็ ไม่ได้ถึงกับ รู้สึกตืดตันในใจขนาดว่า รับไม่ได้แบบนั้นอะครับ ก็ ก็ทำตามได้แล้วก็รู้สึกดีด้วยกะมัน เพียงแต่ว่าบางครั้งมันก็ตึงเกินไปนิดนึงเท่านั้นเอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“มันทำให้หนูรู้สึกว่า ถ้า ถ้าแบบเค้าเรียกอะไร ก็ตอนนี้ก็ยังพอเป็นอยู่นะแบบ ประมาณแบบว่า กลัวที่จะ แสดงความคิดหรือว่าขออะไรซักอย่างเพราะว่า เราเห็นแล้วเวลาที่ปากกับแม่เค้าโกรธแล้วถ้าเค้าไม่ให้เค้าอารมณ์เสียเค้าเป็นยังไง หนูก็เลย

แบบ ยิ่งเกร็ง ๆ อย่างบางครั้งแบบ ปิดเทอมกลับบ้านอยากจะขopakกับแม่ไป เกี่ยว กับเพื่อนอะไรอย่างเงี้ย หนูเห็นบ้านคนอื่นเค้า เอ๊ยไปก็ได้อะไรอย่างเงี้ยคือแบบ ขอ พ่อขอแม่เค้าแป็บเดียวก็ได้ แต่อย่างเราเนี่ยแบบ จะต้องมึเหตุผลต้องมี เวลาชัดเจนไป กับใครต้องมีข้อมูลเตรียมพร้อมแล้วมีเหตุผลให้เค้าฟัง เพราะว่า เคยเหมือนกันที่ แบบ ขอลอย ๆ แบบ หัยป่า เดี่ยวจะไปนุ่นนะไปหา เพื่อน แล้ววิ่งออกไปเลยอะไร อย่างเงี้ย กลับมาบ้านก็ โดนเค้า เรียกมาคุยว่าแบบ ทำแบบนี้ไม่ถูกนะ ปากกับแม่เป็น ห่วงนะอะไรประมาณเนี่ยก็แบบ กลัวแล้วเค้าก็โกรธ อะไรประมาณเนี่ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ตอนแรกแม่เค้าก็ไม่โอเคนะแบบ แบบตอนนั้นก็ทะเลาะกับแม่เหมือนกันแบบ อือ แต่ว่า พอเหมือนมาเรียนได้ซักพักอะ เหมือน พอแม่เห็นเราเค้ามีความสุขกับสิ่งที่เรา เลือกลงแม่เค้าก็โอเคไปด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ตอนแรกคุณแม่เป็นคนแบบซีโมโหมากตั้งแต่เด็ก ๆ อะไรอย่างเงี้ยแล้วก็ หนูก็เลย แบบอารมณ์ก้าวร้าวด้วยมั้ง หนูไม่แน่ใจว่าแบบ ตอนเด็ก ๆ อะ เหมือนมะมีก็แบบ หยิกอะไรอย่างเงี้ย หยิกแก้มก็แบบซ้ำเป็นวง ตี ๆ ๆ อะไรอย่างเงี้ยก็แบบว่า เออชอบ คำชอบ อารมณ์แบบคุณแม่ใจร้ายอะ มากเลยแล้วหนูก็แบบ เออไม่ชอบเลยอย่าง เงี้ย... หนูก็เลยแอบมีแบบ ไม่ชอบคุณแม่มาแล้ววันนึงด้วยอยู่แล้วอะเออ เหมือนที่ บ้านแบบพี่น้องอะไรอย่างเงี้ยก็แบบว่าเออ ใครทนมะมีไหวก็ทนม ทนคนได้ทั้ง โลก (หัวเราะ) เออแบบ แต่แบบเยอะอะ ซึ่บแบบอารมณ์ผู้หญิง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“บางทีก็แอบน้อยใจนิดนึงแบบ ตอนปีแรกที่ย้ายออกมาอะคะไข่ม้อยคะ ที่ไม่ได้เจอ ละ พ่อก็ยัง เจอกับแม่อยู่ แต่พ่อไม่รู้แล้วว่าหนูอยู่ไหน เออ แล้วทีนี้ วันเกิดหนู พ่อก็ ส่งการ์ดมาให้ พ่อยังเขียนชื่อหนูผิดเลยอะ (หัวเราะ) แบบหนูก็แอบขำ เออแต่เราก็ ไม่ได้เก็บเอามาซีเรียลเท่าไรอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

การรับรู้ว่าคุณไม่สามารถสื่อสารความคิดความรู้สึกของตนกับพ่อแม่ได้ก็เป็นอีกประเด็นของ การมีช่องว่างระหว่างตนกับพ่อแม่ ด้วยความไม่กล้าที่จะสื่อสารตามที่ตนเองคิดหรือรู้สึก การไม่สามารถทำให้พ่อแม่ยอมรับฟังพูดคุยด้วยเหตุผลกับตนได้ หรือการไม่สามารถควบคุมตนเองในการไม่ โต้เถียงกลับไปได้ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แล้วแบบ เวลาอยู่ในครอบครัวนี้คือ ปากก็ต้องเป็นผู้นำ รองลงมาก็เป็น แม่ แล้วก็ถึง เป็นหนูแล้วก็น้องสาว จะเรียงกันแบบเนี้ยคะ แล้วก็ต้องฟัง คำเรียกอะไรฟังคำสั่ง หรือ คำเรียกว่าปฏิบัติตามแบบคนสูงสุด จะแบบสั่งอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“คือส่วนใหญ่ผม ผม ส่วนใหญ่พ่อผมอะเค้าจะแบบไม่ ไม่ยอมเลย แต่พอผมจะ ผม รู้สึกจะคุยกับแม่ได้มากกว่า คือแม่มักจะเป็นฝ่ายที่แบบ เหมือนคุยด้วยเหตุผล มากกว่าพ่ออะ เพราะผมรู้สึกว่าพ่อผมแบบ ไม่ไหวอะ คือคุยกันแบบแทบ แบบจะให้ ยอม จะคุยอะไรด้วยเหตุผลพ่อผมแทบไม่ใช้เหตุผลอะไรเลย ก็แบบยากอะ รู้สึกผม จะคุยกับแม่มากกว่าที่แบบ อะไรอย่างเงี้ย คือแม่ผมจะเป็นฝ่ายที่แบบเข้าใจอะไร มากกว่า คุยด้วยเหตุผลมาก ได้มากกว่าเมื่อเค้าอารมณ์เย็นลงแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“มันก็ นิวพูดกับ ตอนแรกเคยลอง ลองปรึกษาพ่อกับแม่ แต่ว่าเวลา ทุกเรื่องแหละ ครบไม่ใช่แค่เรื่องครอบครัวอย่างเดียวเราก้ ลองปรึกษาพ่อแม่ว่าเป็น ว่า ะ ไหนลอง ดูดีว่า คุยกับพ่อกับแม่จะดีมัยสุดท้ายก็ ไม่รู้เรื่อง คนละ คนละความคิดกัน แล้วก็ แบบ เอ้ยเค้าน่าจะช่วยเราไม่ได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“คุยกับแม่อย่างเดียว คือ เหมือนคุย ถ้าคุยกับป้าก็เหมือน อาจจะไม่รู้เรื่อง เพราะว่าปกติก็ไม่ค่อยได้คุยกันเรื่องอะไรแบบ เรื่องทั่วไป อะไรอย่างงี้อยู่แล้วคะ ก็ จะคุยแค่เหมือนแบบ วันนี้เรียนก็โมง กินข้าวรียัง ไปไหนมาหรืออะไรเงี้ยคุย คุยแบบ กิจวัตร แต่อาจไม่ได้คุยเรื่อง เหี้ยวันนี้เรามีเพื่อน เพื่อนเรานั้นอย่างงั้นอย่างงี้อะไรก็ คือจะไม่ได้คุยแบบสนิทอย่างงั้นแต่คือ ถ้ากับแม่ก็จะแบบ ก็เล่าทุกเรื่องอะไรอย่าง เงี้ย เล่าเรื่องที่โรงเรียนเรื่องอะไรอย่างเงี้ยคะ ก็เลยจะเข้าทาง เข้าทางแม่มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ก็มีเหมือนกันพี ถึงตอนนี้ยังแบบ เหมือน เหมือนบางทีเวลาเราเล่าให้ใครฟังอะ เหมือนแม่ ก็แบบเอ้ย เกออย่าไปเถียงแม่อะไรอย่างเงี้ย แล้วเหมือนเราก็จะ อารมณ์แบบ เหี้ยแกต้องลองเป็นชั้นดูอะไรอย่างงี้ เออ เหมือน เหมือนพี่สาวพี่ชาย เค้าจะนิ่งกว่าหนูอะไรอย่างเงี้ย เค้าจะแบบ เนี้ยโมมิงอย่าไปเถียงมาอะไรอย่างเงี้ย เออก็รู้มะมาอะไรอย่างงี้ก็เงียบ ะ ไว้อะไรอย่างเงี้ย แต่หนูจะเป็นคนที่แบบ ไม่ได้ทน ไม่ได้ก็จะแบบ พูดเลยอะก็จะโต้กลับอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

การทะเลาะกันของพ่อแม่ก็เป็นอีกประเด็นที่ผู้ให้ข้อมูลมีความเห็นที่ไม่ลงรอยกับพ่อแม่ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมองว่ามีวิธีทางอื่นที่ดีกว่าที่ทำได้ในเวลาที่มีประเด็นความขัดแย้งเกิดขึ้น จึงมีความไม่เห็นด้วยกับพฤติกรรมที่มีต่อความขัดแย้งของพ่อกับแม่ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“นั่นแหละก็ควร ควรจะคุยกันดี ๆ ก่อนปะแบบ เออไม่ใช่มาแบบ ทะเลาะแล้วก็ทำร้ายกันเลยอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“แต่นิวก็พูดไม่ได้ว่าแม่สมควรโดน เพราะไม่ใช่อยู่แล้วมัน นิวเชื่อว่าวิธีอื่นที่มากมายที่ ที่จะปรับพยายามเข้าใจกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เข้าใจนะว่าทำไมต้อง ว่าทำไมถึงทะเลาะ แต่ไม่เข้าใจว่า สาเหตุแค่นี้ทำไมถึงต้องพาให้ความสัมพันธ์มันไม่ถูกกัน อะไรอย่างเงี้ยครับ... มันไม่ควรจะนำพาไปสู่การทะเลาะกันอะครับ ครับ ประมาณนั้นครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ก็จะคิดว่าแบบ ทำไม ทำไมเค้าถึงทำแบบนี้กับเราอะไรอย่างเงี้ย... ไม่เชิงเหมือนแบบว่า ทำไมเค้าถึงทำแบบนี้ เค้า ไม่ได้นึกถึงเราหรือ หรือนึกถึงครอบครัวบ้างเลยหรือเปล่าอะไรอย่างเงี้ยแบบ แล้วเราก็จะรู้ ไม่รู้แน่แต่ว่ามันก็ รู้สึกแยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

#### 1.2.2.2 การตอบสนองต่อความขัดแย้งกับพ่อแม่

เมื่อเกิดประเด็นความขัดแย้งกับพ่อแม่ บางครั้งผู้ให้ข้อมูลก็มีการแสดงพฤติกรรมตอบสนองทางลบ เช่น การโต้เถียงกลับ บางครั้งก็เป็นการตอบสนองในลักษณะพยายามหลีกเลี่ยงจากความขัดแย้ง บางครั้งก็เป็นความพยายามประนีประนอมระหว่างความคาดหวังของพ่อแม่กับความต้องการของตนเอง โดยการโต้เถียงกลับเป็นไปตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“เถียง ก็เถียงซะ บางครั้งเหมือนผมทนไม่ไหวผมก็เถียง ที่แบบผม ผมไม่เห็นด้วยมาก ๆ เลยแนวคิดนี้ ทำไมมันเป็นอย่างเงี้ยแล้วมันไม่เป็นเหตุเป็นผลเลยนะ มันเหมือนกับใช้ประสบการณ์ส่วนตัวมาตัดสินนะ แต่มันไม่ได้คิดเป็นเหตุเป็นผลเหมือนกับประสบการณ์ส่วนตัวอาจจะ อาจจะแต่ละคนแบบ อาจจะที่เจอมามันเป็นแบบนี้ แต่ความจริงอาจจะแต่ละคนไม่เหมือนกันก็ได้อะไรอย่างเงี้ย แต่แม่ผมจะตัดสินว่าแบบ มันเป็นอย่างเงี้ยนะ เรา อาจจะเป็นอย่างเงี้ยอะไรอย่างเงี้ยครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ก็ตอนหลัง ๆ ก็ยังมีนะทุกวันนี้ก็ยังมีแบบ ม้าก็ยังซึ่งนอนอะไรอย่างเงี้ย แบบสั่งอาหารอะไรอย่างเงี้ย สมมติ อ้อตอนนั้นหนูก็พูดแรง ๆ ตอนกลับปิดเทอมหนูก็พูดแรง ๆ ขึ้นมาตอนกินข้าวว่า เหมือนพี่ชายเค้าว่า สมมติว่าปลากะพงเจ้านี้อร่อยมากเลย เราก็สั่งมาอะไรอย่างเงี้ย แล้วมะม้าก็จะบอก นี่หรืออร่อยของมึงแล้วอะไรอย่างเงี้ย ก็พูดกับเฮีย นี่หรืออร่อยของมึงแล้ว แล้วโมก็โมโหมากแบบ ทุกครั้งเวลา เวลาไปกินอะไรอย่างเงี้ย ม้าก็จะชอบเหมือนติดอาหารขึ้นมาทั้งที่แบบเรากินอยู่ด้วย เรา รู้สึกแบบ เออ ถ้าไม่อร่อยก็เจียบ ๆ ไว้ ไม่ต้องพูดอะไรอย่างเงี้ย คนอื่นเค้าจะได้แบบไม่ต้องอะไร นี่แบบพูดติ ๆ ๆ มาก ๆ แล้วรู้สึกเราไม่อร่อยกับการกินแล้วอะ อะไรอย่างเงี้ย เออ แล้วหนูก็เลยบอกว่า เนี่ย ม้าเจียบ ๆ ได้มัย ม้าจะพูดทำไม ไม่อร่อย อร่อยม้าก็เก็บไว้ก่อน มะม้าจะแบบ จะพูดจะติทุกอย่างลงไปคนอื่นเค้าก็ไม่อร่อยไปด้วยอะไรอย่างเงี้ย ก็จะเป็นแบบว่าแรง ๆ อย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

การตอบสนองที่ไม่ให้เป็นไปในลักษณะที่รุนแรง เป็นการที่ผู้ให้ข้อมูลพยายามไม่ได้เถียงกลับด้วยการมองว่าเป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำต่อพ่อแม่ หรือการพยายามหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้าและพูดคุย เพื่อไม่ให้เกิดการทะเลาะกัน และการพูดบอกเชิงที่เล่นที่จริงถึงพฤติกรรมที่อยากให้พ่อปรับเปลี่ยน ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“ผมก็บอกโอเคไม่เป็นไร จ๊นแม่ไม่เห็นด้วยไม่เป็นไร แต่ผมคิดอย่างจ๊นนะ โอเค จ๊นประเด็นนี้แบบจบไปนะ โอเคเรามีความคิดของ ๆ ผมมีความคิดของผม แม่มีความคิดของ ของแม่นะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“กลายเป็นเหมือนกับว่า พอมะม้าเป็นนิสัยจ๊นมาเรื่อย ๆ ทำให้แบบ ไม่อยากอยู่ใกล้อะพี่ แบบ เหมือนหนูอะทะเลาะอยู่กับแม่แล้วหนูทะเลาะทุกทีเลย แบบเหมือนหนูมาเรียนกรุงเทพอย่างเงี้ย หนูเป็นคนต่างจังหวัดไข่ม้อยคะ แล้วก็แบบ เออรู้สึกว่าเป็นแบบ พอไม่ได้คุยกับแม่แล้วรู้สึกทำบาปน้อยลง คือเหมือนหนูเสียดายมากแล้วแบบ แบบโต้ตอบแบบเถียงบางทีก็แบบรู้สึกผิดอะ เนี่ยแบบก็เลยบางที มีครั้งนึงเคยพูดว่า เนี่ย มะม้าทำตัวอย่างจ๊นระวังปะป้าไปมีเมียน้อยนะพูดอย่างจ๊นเลยอะ แล้วมะม้าก็แบบ ขึ้นไปร้องไห้บนห้องอะ อู้อแล้วแบบหนูก็แบบโอ้ยตายแล้วพูดอะไรออกไป”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เหมือนเค้าโทรมาด้วย แล้วหนูก็ไม่ได้รับไป แล้วเค้าไลน์มาอย่างเงี้ย หนูก็ ตอนแรกก็คิดว่าจะตอบหรือว่าไม่ตอบดี แต่ก็ แต่ชักพักหนูเหมือน หนูอะตอบเค้าไปว่า ยังไม่

พร้อมจะคุยเรื่องนี้ ะไรอย่างเงี้ย แล้วก็เลยแบบ ไม่ค่อยจะคุยกัน คุยกันอีกทีก็ ตอน  
ที่แบบเหมือนเคลียร์กันไปแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ตอนแรกมันก็ไม่อยากทำอะไรหรอก มันก็รู้สึกว่าย่ำแย่แม่งบ่นมากอะ เหย็นี่ไปอยู่  
กับเพื่อนอะไรอย่างเงี้ยก็พยายาม ตอนเช้า เพราะว่า อ่อนิวต้องไป ต้องไปบ้านแฟน  
ทุกวันเสาร์ด้วยแหละก็เลยเพราะงั้นวันที่อยู่ที่คือ ก็เหลือแค่วันอาทิตย์ ก็เลยรู้สึกว่าย่ำ  
มัน มันก็ไม่ได้มากมาอยู่บ้านนิกก็เล่นแต่เกม ไม่ต้องคุยอะไรเยอะแยะ บางทีก็ไป  
เล่นบาสอีกก็ โอโหตั้งแต่เช้า เช้าเล่นเกมกับเพื่อน ๆ บางที บางทีก็ไปเที่ยวกับเพื่อน  
ใช้ปะ วันอาทิตย์ก็เล่นเกมทั้งเช้า ช่วงบ่ายก็เล่นบาส ค่า ๆ ก็กลับมากินข้าวกัน ดูทีวี  
นิดหน่อยก็ นิกก็ไปเล่นเกมต่อและอะไรเงี้ยมันก็เลยทำให้ บทสนทนามันก็ไม่ได้เยอะ  
ช่วงที่เป็นวัยรุ่นนะ วัยรุ่นแบบใหม่ ๆ เลย กำลังหัว ๆ เลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่ก็จะมีเหมือนแบบว่าป้าเหมือนกันว่าแบบเออ แบบกินเบียร์นู่นนี่นั่นอะไรก็มี  
เออมีบ้างเหมือนกัน เรื่องหรือไม่ว่า เออให้เงียบ ๆ อย่าเสียงดัง หรืออะไรอย่างเงี้ยคะ  
แต่ช่วงหลัง ๆ มาเนี่ยคือ ถ้าเหมือนแบบมีโอกาสก็จะ จะพูดเหมือนเล่น ๆ ว่า  
แบบ เหมือนถ้าอย่าง ป้าเล่นลือตเตอร์ถูก แบบไม่ถูกหวยอะไรก็บอก ก็เลิกเล่นดิ ก็  
แบบก็เลิกเอาเงินไปซื้อเบียร์อะไรอย่างเงี้ยก็มีพูดแบบลอย ๆ มาอะไรอย่างเงี้ยคะ  
แต่ก็มีแบบ มีหลาน มีหลานมาที่บ้านเหมือนกันอะไรอย่างเงี้ย แล้วป้าก็แบบคนแก่ก็  
จะแบบเออรักหลานอะไรอย่างเงี้ย คำเหมือน ก็พูดถึงแบบ เหย็ดเดียวจะส่งไปเรียน  
พิเศษค่าเทอมหรืออะไรอย่างเงี้ย ก็เหมือน นึกถึงว่าแบบเออ จะแบบ จะเลี้ยงหลาน  
ยังเงอะอะไรอย่างเงี้ยก็ หนูก็พูด หนูก็พูด คำ คำก็บ่นมาก่อนว่าแบบ โอ้ยเด็ก ค่าเรียน  
มันแบบเข้าเนอสเซอรี่ที่แบบ ตรงแถวบ้านตรงนี้ก็แบบก็แพงอะไรอย่างเงี้ย หนูก็  
บอก ก็เลิกกินเบียร์เนี่ย เหลือ เหลือเพื่อเงินนะเออถ้าเกิดหักเงินอะไรอย่างเงี้ย ก็  
คือเหมือน ก็มีพูดให้เค้ารู้ว่าแบบ เออเราไม่ชอบให้เค้ากินเบียร์อะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“แต่หนูจะชอบบ่นคะว่าแบบ ไปเจอกัน คำก็จะแบบ ออกอดหน่อยซิวอะไรอย่างเงี้ย  
หอมแก้มหน่อยแต่ตอนเด็ก ๆ อะไรอย่างเงี้ยคะ ค่ะแล้วหนูก็จะแบบ ไม่พอเหม็น  
เหล้า หนูก็จะแบบตลก ๆ ค่ะ แล้วก็แบบ เนี่ยกินอีกแล้วใช้ปะอะไรอย่างเงี้ย เงินนะ  
มีก็กินแต่เหล้าอะไรอย่างเงี้ย ก็บ่น คำก็เฉย ๆ ค่ะ ไม่มีอะไร ตลก ๆ มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

การตอบสนองอย่างประนีประนอมในความขัดแย้งระหว่างความคาดหวังของพ่อแม่กับความ ต้องการของตนเอง มาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงความห่วงใยและปรารถนาดีของพ่อแม่ และไม่ ต้องการให้พ่อแม่มีความรู้สึกทางลบต่อตนเอง ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“น่าจะเป็นเหตุผลหลักอะครับที่แบบพยายามทำตัวให้เป็นแบบ เด็กดีในสายตาเค้า เพราะว่าแบบ เออทำจริง ๆ มันก็แบบมันก็ส่งผลดีกับตัวผมด้วย ผมก็เลยเลือกที่จะ ทำเพราะมันก็สอดคล้องกันดี แต่บางครั้งเค้าก็รู้สึกว่ามัน มันตึงไปนิดนึง อะไรแบบนี้ เหมือนกับว่าแบบ บางทีผมก็อยากจะแบบ ลั่นลาบาง (หัวเราะ) แต่ก็แบบเค้าก็แบบ พยายาม อยากให้ ยังคงแบบตอบสนองอย่างเดิม ก็แบบ บางทีก็แบบนิดนึง เค้าก็ แบบ อาจะบ่น ๆ หน่อยก็แบบ ก้มหน้ายอมรับ (หัวเราะ) อะไรแบบนี้แล้ว ก็ แบบ อากี้โอเคก็ทำตามได้ ก็มีแบบ ออกมานิดนึงเสร็จแล้วก็แบบกลับมาเข้าเส้นใหม่ อย่างเจี๊ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ทำยังไงให้ไม่เครียดหรือ ก็แบบพอบอก พอเรียนไปเรื่อย ๆ มันก็เออ ก็โอเคอะพี ก็ เลยบอกมีว่าเออ ที่นี้ก็โอเคแล้วมีแบบ การโรงแรมค่อยไปต่อก็ได้อะไรอย่างเจี๊ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“แต่ก็ โอเคก็ไปทำ บางทีนิวกี่เป็นอย่างนี้แหละชอบให้ ชอบให้บ่นก่อนแล้วค่อยทำ ไม่นั้นรู้สึกว่ามันขาดแรงจูงใจในการทำมันครั้ง แต่มันก็ได้ไม่ มันไม่ใช่ปัญหาใหญ่ แล้วอะสำหรับ ครอบครัว ไม่สำหรับ สำหรับนิว ระหว่างพ่อกับแม่อะไรอย่างเจี๊ย เหมือนกันนะ อ้อ ก็โดนบ่นบ้าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

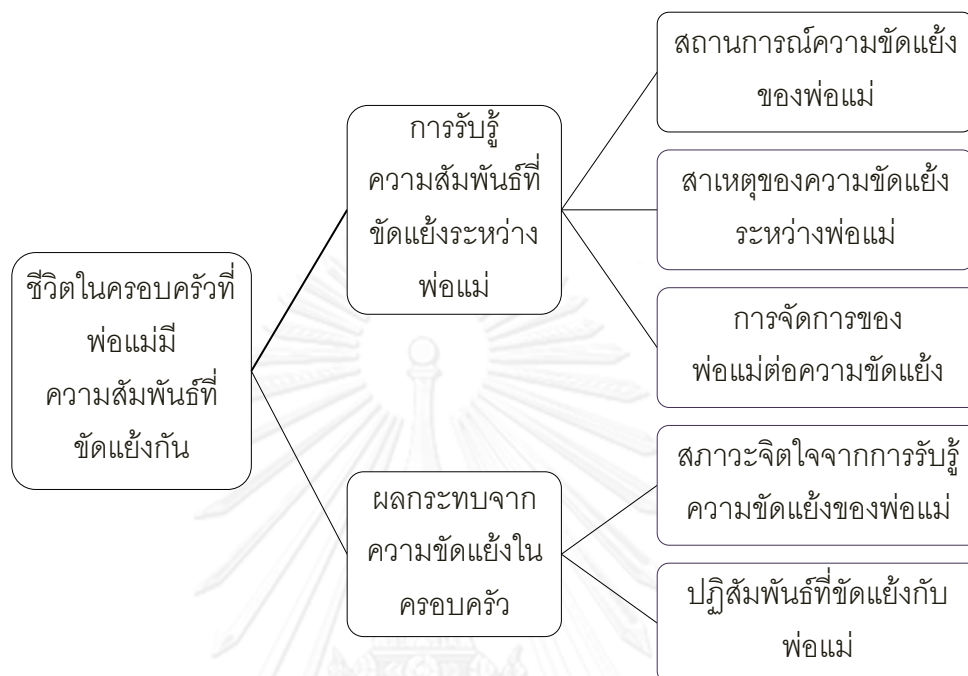
“หนูก็แบบ มัน ๆ มันไม่ดีเลย หนูไม่ค่อย หนูไม่ค่อยชอบให้ใครมาโกรธหนู หนูก็เลย แบบส่ง เพราะเพราะว่าแบบพอเห็นว่าเค้าทะเลาะกันแล้วเราก็แบบ อ้อ เราไม่อยาก ไปเป็นคนทะเลาะกับเค้านะ อะไรประมาณนี้ เราแบบอยู่ตรงนี้ของเราดีกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“นอกเสียจากว่าผมบอกว่าโอเค มันตรงนี้มันแบบไม่ได้นะ ก็บอกว่าเออไม่ต้องดีกว่า อะไรเจี๊ยกรับ เวลาเค้าเสนออะไรให้ผม ถ้าผมรู้สึกว่ามัน มันไม่โอเค หรือว่ามัน มัน ๆๆ เสียเปล่าอะไร ผมจะเออไม่ต้องละกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

จากประเด็นที่ 1 ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันดังกล่าวมาทั้งหมดนี้ สามารถสรุปได้ดังแผนภาพที่ 3



ภาพที่ 3 ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

## ประเด็นที่ 2 การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

ในการเผชิญกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลรับมือต่อผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตัวของผู้ให้ข้อมูล ด้วยการมุ่งแก้ปัญหาที่ตนเองเพื่อให้สามารถอยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้งได้อย่างไม่ส่งผลเสียต่อตนเองมาก โดยการจัดการทางความคิดของตนเอง การทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ และการมุ่งสนใจในการทำสิ่งอื่นที่ตนให้คุณค่า นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลก็มีการปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยการไม่ยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์ และการพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในการแก้ไขความขัดแย้ง ซึ่งมีรายละเอียดของแต่ละประเด็นดังต่อไปนี้

### 2.1 การมุ่งแก้ปัญหาที่ตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลพยายามที่จะจัดการทางความคิดของตนเอง เพื่อให้ตนดำเนินชีวิตอยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้งอย่างไม่ยากลำบากนัก ซึ่งเกิดจากการตระหนักว่าตนเองไม่ได้เป็นผู้เกี่ยวข้องหลักในความขัดแย้ง โดยผู้ให้ข้อมูลพยายามทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ คิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์ และมุ่งสนใจในส่วนอื่นของชีวิต



### 2.1.1 การทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่

ผู้ให้ข้อมูลได้พยายามทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่มีการเกิดขึ้นและดำเนินไปอย่างไร โดยมีการทำความเข้าใจถึงที่มาของความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ การเข้าใจถึงความยากที่พ่อแม่จะแก้ปัญหาคความขัดแย้งกันได้ การเข้าใจในการตัดสินใจของพ่อแม่ และการสามารถยอมรับกับการเกิดขึ้นของความขัดแย้ง ด้วยความเข้าใจและยอมรับนี้นำไปสู่การที่ผู้ให้ข้อมูลมองว่าความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ได้เป็นปัญหาของตนเอง

#### 2.1.1.1 เข้าใจถึงเหตุผลที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน

การทำความเข้าใจถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำของพ่อแม่ที่ส่งผลต่อความขัดแย้งระหว่างกัน ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความเห็นใจพ่อแม่มากกว่าที่จะมองพ่อแม่ในทางลบ ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เริ่มแบบมองอะไรเป็นเหตุเป็นผลมากขึ้นอะไรอย่างเงี้ยพี่ว่าแบบ เออ เพราะเค้าทำไมเค้าถึงพูดแบบนี้ เค้าต้องมี เค้าคิดอะไรอยู่อะไรอย่างเงี้ย พยายาม พยายามคิดให้ว่า ถ้าเป็นมะม้า ม้าคิดอะไร ป้า ป้าคิดอะไร เออพยายามคิดแทนว่าแบบ ด้วยอย่างเงี้ย ป้าต้องคิดแบบประมาณนี้ ป้าต้องรู้สึกแบบนี้ ม้าต้องรู้สึกแบบนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็เลยแบบ พยายามทำความเข้าใจว่า ที่เค้าต้องพูดกันมากขึ้น ที่เค้าทะเลาะกันมันก็มีเหตุผลตรงที่เค้าผัดใจกันนะ แล้วก็ด้วยแบบ อายุอาจจะมากขึ้น เรื่องอะไรอย่างเงี้ย เอามาประกอบกันก็เลยแบบ ไม่ได้คิดตรงนี้มากกว่า จะมาเป็นปัญหากับตัวเรา”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“มันก็เป็นในทำนองแบบ เฉย ๆ อะคะแบบ บอกไม่ถูกอะ แต่อันนี้ในมุมมองหนูนะคะคือเหมือนกับว่า สมมติมันมีร้านเดียว แล้วมีสามคนเงี้ยคะ ก็คือพ่อแม่แล้วก็หนู เงินมันก็เหมือนกับว่า พ่อจะจิกไปส่วนนึงเลย ซึ่งกลายเป็นหนูกับแม่ก็จะได้น้อยอย่างเงี้ยคะ แต่ถ้าเกิดเราแยกออกมาแล้วไปทำธุรกิจอื่นเงี้ยคะ คือพ่ออะก็ทำอันนั้นไป เค้าก็จะได้ตรงนั้นไป ส่วนเราก็มามาทำอีกทางนึง แล้วตรงเงินตรงนี้ก็จะเป็นของเรา เราจะไม่เกี่ยวข้องกัน แม่คิดว่าทางนี้นันน่าจะดีกว่า อันนี้คือที่หนูคิดนะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“แต่นิวเป็นคน แต่ก็ มันก็ทำไม่ได้ปะครับว่าแบบ เหยยเราจะ โทษพ่ออย่างเดียว เพราะว่า นิวก็ นิวก็รักพ่อมากเหมือนกัน ก็ต้อง เพราะว่านิวไม่รู้จริง ๆ ว่าตอนที่ทะเลาะเค้าเกิดอะไรขึ้น... แต่ว่า แม่ก็อาจจะมีส่วนผัดบังที่แบบ อาจจะพูดอะไรไม่

คือออกไป อาจจะ ขึ้นเสียงใส่ เพราะว่าถ้าผู้หญิงแ้วด ๆ ผู้ชายก็ไม่ชอบเหมือนกันใช้  
ปะครึบ ก็เลย ไม่รู้ว่าอะไรเกิดขึ้นก็ได้แต่ ก็พยายามบอกตัวเองว่า ก็ ผิดทั้งสองคน  
แหละ แล้วก็ แต่ว่าพ่อผิดมากกว่าที่ลงมืออย่างนั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 2.1.1.2 เข้าใจว่าปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ยากที่จะแก้ไขได้

นอกจากการทำความเข้าใจถึงเหตุผลของการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่แล้ว ผู้ให้ข้อมูล  
ก็ยังทำความเข้าใจถึงเหตุผลที่ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่เป็นสิ่งที่ยากจะแก้ไขได้ จากการมองว่าการ  
ที่พ่อแม่ของตนจะเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่พวกเขาเคยเป็นและทำมาอย่างยาวนาน เช่น นิสัยส่วนตัว หรือ  
พฤติกรรมการแสดงออก ให้เป็นในอีกรูปแบบที่จะไม่ทำให้เกิดความขัดแย้งเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก  
รวมถึงการมองว่าเป็นการยากที่ตนเองจะทำให้พ่อแม่รับฟังการเสนอแนะแนวทางในการช่วยแก้ไข  
ความขัดแย้งของพ่อแม่ ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“มันก็เหมือนกับเป็นเหมือนลักษณะนิสัยส่วนตัวครับ ที่แบบ ที่แบบจะเรียกว่าแก้  
ได้มัย คือผม ผม ๆ ไม่สามารถแก้ไขเค้าได้อะ คือ ผมเชื่อว่า นิสัยคนอะ มันไม่มีใคร  
ที่จะเปลี่ยนเค้าได้อะ นอกเสียจากเค้าจะพยายามเปลี่ยนด้วยตัวเอง ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ตอนนี้ก็เหมือนเดิม (หัวเราะ) ก็ยังก็เป็นก็ มะม๊า ก็คือยังนิสัยเหมือนเดิมซึ่งโมคคิดว่า  
มันเปลี่ยนไม่ได้แล้วจริง ๆ อะ ที่แบบว่า นิสัยแบบ ชอบใส่ไข่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เหมือนมันเป็นนิสัยไปแล้วอะคะ เหมือนคนติดเหล้าอะ รู้ว่ามัน ก็ไม่ตีอะแต่ก็ ก็กิน  
ไปแล้วอะแล้วก็ชอบที่จะกินด้วยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“เพราะรู้สึกว่ามันก็ เถียงไปมันก็ยัง มันก็เหมือนเดิมเพราะว่าแบบ ทุกคนที่ตั้งจุดไว้  
แล้วว่า ตัวเองมีมุมมองอย่างเงี้ย ไม่ยอมแบบ ปรับเปลี่ยนกันอยู่แล้วถ้าเกิดว่าเค้า มี  
มุมมองด้านนั้นรุนแรงอะไรอย่างเงี้ย ครับผม”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เพราะว่า ยังไงมันก็เป็นเรื่อง เรื่องในอนาคตแล้วเราก็ ไม่รู้เลยว่า พอถึงเวลาจริง ๆ  
แล้วมันจะเกิดรูปแบบไหน เราจะมีโอกาสได้คุยกับเค้าอยู่มัย หรือเค้า ทะเลาะกันจน  
ไม่ฟังและไม่ฟังและ ก็ต้องไปและเราก็ทำอะไรไม่ได้อยู่ดี นึกว่ามัน มันก็เกินไปสำหรับ  
สำหรับเราที่จะทำอะไรคือบ้านนิวเค้าก็ ก็ค่อนข้างซีเรียสเรื่องอาวุโสนะ ยังไงนิวก็

“เป็นเด็ก เด็กกว่าเค้าอยู่ดิอะ พุดอะไรเค้าก็ เค้ารู้มากกว่าอยู่แล้วอะ เค้าก็คงไม่ฟัง มากหรือก็เลย เออเราก็เตรียมไว้ แคนี่ละกัน แล้วก็ที่เหลือจะเป็นยังไงก็ว่ากันอีกที ประคองกันไปเรื่อย อย่าไปคิดถึงอนาคตให้มันเยอะเกิน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 2.1.1.3 เข้าใจการตัดสินใจของพ่อแม่ต่อการจัดการปัญหาความขัดแย้ง

อีกประเด็นที่ผู้ให้ข้อมูลได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับความขัดแย้งของพ่อแม่ คือการเข้าใจพ่อแม่ ถึงเหตุผลในการตัดสินใจเลือกหนทางจัดการกับปัญหาความขัดแย้ง ซึ่งรวมถึงการเลือกแยกทางกัน ของพ่อแม่ ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ไม่ว่าปะป๊าที่ทำถูกแล้วนะ เพราะว่าเหมือน ไม่รู้นะพี่ ไม่ก็อยากให้เป็นแบบ เหมือน อารมณ์ เหมือนแม่ไม่ เหมือนอารมณ์แบบยังงี้อะ เหมือนปรับยากแล้วอะที่แบบจะ มานั่งคุยกัน ฟังกัน เหตุด้วยเหตุผล อารมณ์อย่างงั้นนะ อ้อ เหมือนมะม๊าที่จะมี เหตุผลของมะม๊าที่แบบ ป๊าที่จะมีเหตุผลของปะป๊าที่แบบ เออคิดกันคนละมุมแล้ว แบบ เออแล้วปะป๊าที่จะแบบ ไม่ค่อยยอมให้แม่มาแบบ มีผลในการตัดสินใจอะไร อย่างเจ็ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ตอนแรกก็คิดว่า ทำไมพ่อเค้า ไม่ส่งเงินมาให้เราบ้างอะไรอย่างเจ็ยแต่พอกคิดว่า เออ พ่อเค้าก็ความจริงตอนนั้นพ่อเค้าก็ เหมือนได้ย้ายงานไปที่ไม่ค่อย ไม่ค่อยได้เงินด้วย แหละ พอเราคิดถึงจุดนี้เราก็เออเข้าใจแหละว่าเค้าคงไม่มีเงินจริง ๆ เราก็เลยถึงได้ แบบ ไปเริ่มหาเงินเองบ้างอะไรอย่างเจ็ย ช่วงนั้นก็เลยผ่านมาได้เหมือนกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แล้วไม่ใช่แค่คนนี้นะคะ อีกหลาย ๆ คนเลยอะคะที่เป็นแบบนี้ แต่เหมือนกับว่าบาง คนนะ พ่อ แม่ก็จะยอมพ่อเจ็ยคะแบบ พ่อหาเงินได้มากกว่า ก็ต้องแบบว่า ยอม ๆ อะไรอย่างเจ็ยคะ ซึ่งหนูมองว่าแบบ มันไม่ยุติธรรมอะ คือแบบ ทำไมอะ เราก็ออยู่ ด้วยตัวของเราได้ ทำไมเราต้องยอมเค้าต้องโดน ค่าโดนพ่อค่า คืออันนี้คือของ ครอบครัวคนอื่นนะคะ คือแบบ เป็นหนู หรือว่าเป็นแม่หนูก็คงไม่ยอมอะคะ คือต่าง อยู่ ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างหาเลยดีกว่า อะไรอย่างเจ็ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“ความคิดหนูไม่เคย ไม่เคยมีความคิดเลยนะคะ ที่จะให้พ่อกับแม่กลับไปอยู่ด้วยกัน หนูไม่เคยคิดเลย เพราะว่าแบบ เรา เราเห็นนะคะว่าแบบ อ้อแม่เค้าก็มีความสุขดีใน

แบบของเค้าอะไรอย่างเงี้ย ส่วนพ่อเค้าก็ มีใหม่เลย ค่ะ ก็เลยคิดว่า เค้าคงมีความสุข แล้วแหละอย่างงั้น (หัวเราะ) อยู่กับเหล่าแล้วก็แฟนใหม่อะไรอย่างเงี้ย... แต่พ่อเค้า เคยมาขอคืนดีกับแม่ค่ะแต่ว่า แม่เค้าก็ไม่ หนูก็รู้สึก ว่า ไม่เออะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

#### 2.1.1.4 ยอมรับกับการมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

จากการเข้าใจเหตุผลของการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ก็นำไปสู่การยอมรับและ สามารถอยู่กับความเป็นจริงของสถานการณ์ครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน รวมถึงการแยกทาง กันของพ่อแม่ ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เค้าก็แค่เป็นมมหนึ่งที ความคิดเค้าขัดแย้งกันอะไรอย่างเงี้ย เออแต่พอเหมือน บางที บางเรื่องป้าก็ยังคุยกับมาอะไรอย่างเงี้ย บางทีดูข่าวก็ยังคุยหัวเราะกันสองคนอะไร อย่างเงี้ยมันก็แบบ เออมันเป็นปกติอะ อ้อ ที่จะแบบ ทะเลาะกันบ้างอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“อ้อเอาไปคิด เอาไปเก็บไปเป็น ว่าเรามัน ว่าเราแบบ อะไรนะ เป็นครอบครัวที่ เค้า เรียกว่าอะไร ขัดแย้งกัน ครอบครัวล้มเหลวอะไรก็ไม่ต้องคิดว่ามันเป็น ว่ามันคือ อะไร แต่ว่ามันคือคนสองคนที่ไม่ได้ช่วยกันไม่ได้มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“อยู่กับครอบครัวหรือ นึกว่าคงไม่มีอะไรช่วยได้หรอก มันอยู่ที่ว่า มันจะเป็นไปยังไง แค่นั้นแหละ เราก็ไม่รู้ว่พ่อเค้าจะ เลือกยังไงต่อ แต่นึกว่าพ่อคงไม่ทิ้ง ทั้งพวกนิวร ออก ส่วนแม่ แม่ก็ต้อง แม่ แม่ก็ไม่ทิ้งอยู่แล้ว แล้วก็แม่คงไม่มีคนใหม่ ถ้ามว่าถ้าแม่มี คนใหม่แล้วจะเป็นยังไงก็ ก็ไม่เป็นไร ก็ ค่อยว่ากันอีกทีนึ่ง นึกว่าไม่มีอะไรช่วยได้จริง ๆ นะ ต่อให้แม่มีคนที่ดีกว่าเดิมนิวก์ นิวก์ไม่มีความสุขหรอก เราก็เสียใจมัยก็ ก็ คงนิด ๆ แต่ก็ แต่ก็ทำใจได้เองแหละ พ่อก็เหมือนกัน มีแค่ ตัวเองแหละมั้งที่ต้อง ต้องอยู่กับมันให้ได้ ต้อง ทำใจยอมรับมันมั้ง อ้ออ้อ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ทำไมไม่ถาม อ้อ ไม่รู้สิคะ มันผ่านมาแล้วอะหนูก็เลยรู้สึกว่า จะไปพื้นทำไมอะ ก็ ก็ เลิกแล้วอะ แล้วเราก็เป็นแบบนี้ ก็โอเคแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

## 2.1.2 การคิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์

นอกจากการทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมองว่าความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ได้เป็นปัญหาของตนเองแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังมีวิธีการที่จะดำเนินชีวิตได้อย่างสบายใจมากขึ้น เมื่อการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ได้ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูล โดยการไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ การปล่อยวางเมื่อเห็นว่าตนไม่สามารถช่วยแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งได้ และการมองเห็นแง่มุมบวกที่มีในครอบครัว

### 2.1.2.1 การไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่

ถึงแม้ผู้ให้ข้อมูลจะมีความรู้สึกทางลบจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ แต่ผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะไม่คิดหมกมุ่นกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่จนส่งผลเสียต่อจิตใจ ซึ่งมาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลบางรายเห็นว่าไม่มีประโยชน์ที่จะคิดมาก หรือบางรายก็ซึมซับการไม่คิดมากจากคำบอกเล่าของแม่ ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เพราะว่าหนูรู้สึกว่าเขา เก็บมาคิดแล้วมัน ไม่ได้ช่วยอะไรอะคะ... หนูเป็นคนที่เป็นแบบ บางเรื่องถ้าไม่ได้อยู่ในเรื่องที่หนูสนใจแล้วหนูก็จะแบบ ก็มันไม่มีอะไรน่าสนใจเราก็คจะไม่เอาตัวเองไปผูกติดกับตรงนั้น ไม่ได้เก็บอะไรมาคิดซะทุกอย่างอะไรประมาณเนี่ย หนูก็แบบเออ คิดในเรื่องที่หนูจะสนใจ กับเรื่องที่จะต้องคิดแค่นั้นน่าจะนอกนั้นก็ไม่ได้คิดอะไรมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“เพราะหนูคิดว่ามันก็ จริง ๆ ชีวิตมันก็เป็นของเรา เราอยู่ตัวเราคิดอะคะว่า เรามีความสุขอยู่กับอะไร เราไปเอาเรื่องอื่นมาเป็น ความเครียดกับตัวเราเองรีเปล่า หรือว่า จริง ๆ หน้าที่ของเราตอนนี้มันคืออะไรมันควรจะมาเครียดเรื่องแบบนี้มั้ย หรือว่าเราควรจะต้อง เรียน เพื่อที่อนาคตจะได้ ดี ดี ๆ แล้วก็หาเลี้ยงแม่หรือบางทีอาจจะ พ่อด้วยก็ได้ ถ้าตอนนั้นหนูยังหาพ่อเจออะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“เก็บมาคิดมัย มันก็ ถามว่าเก็บมาคิดมัย เมื่อก่อนเป็นละครบ๊ก็แบบ แต่ไม่ถึงขนาดเก็บมาคิดแบบหมกมุ่นให้เครียดให้อะไรอย่างเงี้ยครับ ผมรู้สึกว่า คือผมสามารถเลือกได้อะ ว่าผมจะเครียดหรือไม่เครียด คือผม ๆ มีมุมมองว่า เครียดไปมัน การความเครียดมันไม่ใช่แนวทางการแก้ปัญหาอะ เพราะว่ามัน มันควรจะ เป็นเหตุเป็นผลแก้ไขด้วยเหตุผลมากกว่า มองว่าสาเหตุมันคืออะไรแล้วแก้ตรงนั้นน่าจะดีกว่า แบบไม่ต้อง ไม่อยากให้เรื่องส่วนตัวที่เป็นเรื่องเครียดอะมาปะปนกับชีวิตความ

“เป็นอยู่ที่ผมอยู่ปัจจุบัน ผมรู้สึกว่ามัน มันไม่ควรจะ ไม่ควรจะเครียดอะ ครับ ผมรู้สึกอย่างเจ็่มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“นิ่วว่า สำหรับครอบครัวที่มีปัญหามัน ไม่สิ นิ่วพูดถึงครอบครัวคนอื่นไม่ได้ นิ่วไม่รู้หรอกว่าคนอื่นเค้าจะเป็นยังไงแต่ว่าตัวนิ่วเองอะนิ่ว นิ่วไม่รู้สิกละเลยว่าจะมีอะไรที่จะช่วยให้นันดี นิ่วไม่รู้สิว่าการต้อง มาบอกมาเล่าให้คนอื่นฟังมันจะทำให้ นิ่วสบายใจขึ้นหรือว่า เล่าเรื่องครอบครัว เล่าเรื่องครอบครัวนิ่วก็ไม่ได้รู้สึกสบายใจขึ้น นิ่วรู้สึกว่าคุณคนอื่นจะมาช่วยแก้ปัญหาอะไรให้เรา ก็ ทำไมเล่าเข้าไปแล้วเค้าจะ จะพูดกับพ่อนิ่วหรือว่า เห็นคุณเป็นคนไม่ดีนะ คุณห้ามมีแฟนใหม่ นะต้องดูแลแม่ให้ดีอะ ไรอย่างเงี้ย เค้าก็ทำไม่ได้อยู่แล้ว มันก็เป็นเรื่อง ก็เป็นเรื่องภายในครอบครัวด้วยแหละที่แบบ ก็มีแค่คนในครอบครัวที่จะคุยกันได้ ต่อให้จะเป็นคุณตาคุณยายคุณปู่คุณย่ามาพูด พ่อแม่ก็ไม่ฟังหรอก มัน คนอื่นก็เป็นคนนอกกันทั้งนั้นแหละ เอาเป็นว่าก็ สิ่งที่เราทำได้ให้มันมีประโยชน์ต่อตัวเรา ก็ อย่าไปคิดถึงมันมากนัก หากความสุขจากสิ่งอื่น ๆ ให้เยอะ ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ถ้าช่วงที่แบบรู้สึกว่ามันยังไม่ ยัง ยังแบบไม่ได้คลี่คลายยังไม่โอเคขึ้นนะ แต่ว่าเรา กลับไม่ได้คิดปัญหานั้นนะอาจจะ เป็นเพราะว่าหนูอะ หนีปัญหาเองด้วยไม่ ไม่ต้องการที่จะคิดมัน แต่พอถ้าเป็นหลังจากที่ เหมือนเค้ามาคุยกันแล้วอะ ไรอย่างเงี้ย หนูก็อันเนี้ยเลิกคิดไปเองเพราะว่า เหมือนปัญหามันหายไปแล้วอะ ไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ตอนเด็กอะ คงไม่คิดอะไรมากนะ แต่ว่าเหมือนกับพูดบ่อย ๆ ผมก็ เวลาเค้าพูดอย่างงี้บ่อย ๆ ก็คง เราก็คงเหมือนซึมเข้ามาเองแหละมันก็ เราก็ไม่ได้ ซีเรียสเรื่องนี้เท่าไรว่าเราต้อง เรามีสปัญหาอะไรอย่างเงี้ย ก็ไม่ได้ ไม่ได้คิดเรื่องพวกนี้มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

### 2.1.2.2 การปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่

เมื่อผู้ให้ข้อมูลบางส่วนมองว่าการคิดเคร่งเครียดกับสถานการณ์ในครอบครัวมากเกินไปไม่ได้ช่วยทำให้ปัญหานั้นดีขึ้น จึงปล่อยวางแล้วหันมาสนใจที่จะทำสิ่งที่เกี่ยวข้องกับตนเองแทนการหมกมุ่นกับความขัดแย้งของพ่อแม่มากเกินไป หรือปล่อยวางหลังจากการคิดหาแนวทางในการรับมือกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“มันโอเคมัย คือ ถ้าถามว่าผม ผมอยากแก้ปัญหาการทะเลาะกันมัย มันแน่นอนครับ แต่ถ้ามันมีจุดหนึ่งที่ผมรู้สึกว่ามันแก้ไม่ได้เจีย ผมก็ต้องปล่อยเค้าไป ให้มัน ให้มัน เป็นไปตาม ให้มันเป็นเรื่องของเค้าเลยอะ ผมรู้สึกถ้าผมไม่สามารถแก้ได้ ผมก็จะต้อง ปล่อยให้เค้าไปแล้วผมก็มา เหมือนกับ ถ้าเค้ายังไม่สนใจอารมณ์ความรู้สึกของผมอะ ทำไม ผมต้องสนใจความรู้สึก ความรู้สึกของเค้าที่แบบ ขนาดผมพยายาม พยายาม ประนีประนอมให้ แต่แบบเค้าก็ไม่ฟัง ผมก็แบบ ผมมาสนใจความรู้สึกของตัวเอง ผม มา ผมมาแบบ พัฒนาจิตใจตัวเองไม่ดีกว่าเธอ อะไอย่างเจียครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เออเหมือน ถึงบอก ถึงบอกมาไป มะมัยก็ยงทำเหมือนเดิมอีกอะไอย่างเจีย ก็แบบ เริ่ม ๆ แบบปล่อย ๆ แล้วอะไอย่างเจีย เออเป็นเรื่องปกติที่ต้องทะเลาะกันอะไร อย่างเจีย ก็เลยไม่ ๆ ไม่อะไรมากแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“นิวเป็นพวกที่จะ ไม่รู้แปลก ๆ รีเปล่านะแต่เหมือนกับว่า ชอบจะจมดิ่งลงใน ความรู้สึกแบบนั้นซักพักมากกว่า คือจะ จะอยู่ในมู้ดนั้นไป ซักพักเลยที่เราเริ่มคิดว่า เหย้มัน อาจจะมีเวลาที่ เค้าต้องแยกกันแล้วนะ เราจะทำยังงดี เราจะบอกน้อง ยังง นิวจะจมอยู่กับนั้นซัก ซักพักก็ลองคิดกับตัวเองดูว่า มันจะเป็นไปยังงได้บ้าง สุดท้ายก็ไม่เคยแก้ปัญหา มัน พอจบแล้วมันก็ มันก็ปล่อยให้มันลิม ๆ ไปมัยครับ เหมือนกับว่า เออเราก้ พอมีคำพูดหรือมี แนวทางที่เรา เตรียมไว้บ้างนิดหน่อยว่า ถ้า พ่อแม่ ถามว่าถ้าแยกกันได้มัย เราจะตอบว่าอะไร เออเราจะแสดงความรู้สึกยังง เราจะไปทางไหน แล้วคิดไว้แค่นั้นนะแล้วเราก้จะปล่อยให้มันผ่านไป อย่าไปคิดถึง มันดีกว่า ส่วนมากจะทำอย่างงั้น ก็คิดตรงนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 2.1.2.3 การเลือกมองสถานการณ์ครอบครัวในมุมมอง

การเลือกมองสถานการณ์ครอบครัวในมุมมอง เช่น การมองว่าความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ได้ ร้ายแรงมาก จากการเห็นว่าความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่สามารถคลี่คลายลงได้ในเวลาต่อมา หรือ การมองว่าความขัดแย้งไม่ได้รุนแรงมากจนพ่อแม่อดทนในการอยู่ร่วมกันไม่ได้อีกต่อไป ซึ่งการเลือก มองมุมมองนี้ก็ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลมีความสบายใจขึ้น ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เวลาเกิดขึ้นมันก็สามารถแก้ไขได้... กลับมาปกติเหมือนเดิมเลย แบบถ้าเกิดเคลียร์ แล้ววันต่อมารุ่งขึ้นก็แบบปกติทุกวัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“อยากให้เค้าอยู่ด้วยกัน เออ แต่เค้าก็คงไม่ถึงกับชั้นเล็กอยู่แล้วแหละ เพราะมัน มัน เป็นเรื่องที่แบบ ต่างคนต่างรู้ว่าแต่ละคนเป็นยังไงแล้ว เวลาทะเลาะกันก็รู้ว่า มัน ยังไงอะ มันไม่ใช่ปัญหาที่แบบว่า เหมือนโมคิดว่าป้าก็ยังทนไปได้อะไรอย่างเงี้ย เออ ถ้าทนกับนิสัยมาได้แบบทนมาลัยบิกว่าป้าแล้วก็ต้องทนได้ (หัวเราะ) หนูว่า เออก็นิสัย เดิม ๆ แบบ แค่แบบอารมณ์แบบ เปื่อ เซ็ง ไม่อยากพูดด้วยอะพี เอออย่างงั้น มากกว่า แต่ถามว่าแบบ เลิกมั้ย โมคงว่าไม่อยู่แล้วอะไรอย่างงี้ อ้อ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“มันก็จะค่อย ๆ ดีขึ้นเอง ชักพักเราก็จะแบบ ไม่ค่อยคิดถึงมันหรือแบบว่า มองมัน เป็นแค่เรื่องแบบ เรื่องธรรมดาแล้วเดี๋ยวมันแบบ เดี่ยวเรา เดี่ยวเราก็ก้าวมันไปได้มัน เป็นแค่ปัญหาอย่างหนึ่งในชีวิตเราอะไรอย่างเงี้ย เดี่ยวมันก็มีสิ่งแบบดี ๆ อย่างอื่น ให้เราแบบได้พบได้เจออะไรอย่างงี้ อ้อ แบบทุกอย่างมันก็จะดีขึ้น จากแบบ ตอนแรก ที่หนูคิดว่าแบบ ที่บ้านแย่มากแล้ว เหมือนจะแยกทางกันแต่สุดท้ายอะ มัน ๆ ก็ดีขึ้น เองได้เหมือนกัน มันดีขึ้นได้... เหมือนเราต้องอดทนกับมันชักพักนึงอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แต่ก็ ไม่รู้สิ ก็ได้แค่บอกตัวเองเสมอว่า เหย้เค้า เค้าคงไม่ทิ้งกันหรอก เค้าคงไม่ได้ ไม่รักกันขนาดนั้น ไม่งั้นก็ เค้าก็ ถ้าเค้าอยากทำจริง ๆ เค้าก็ทำตั้งนานแล้วแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

### 2.1.3 การให้ความสนใจในสิ่งที่ตนให้คุณค่า

แม้จะเกิดเรื่องราวความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ แทนที่ผู้ให้ข้อมูลจะจมอยู่กับปัญหาความขัดแย้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลก็สามารถให้ความสนใจในสิ่งอื่นโดยที่ไม่เอาความขัดแย้งของพ่อแม่มารบกวนจิตใจในขณะที่ทำกิจกรรม เช่น การเรียน การพักผ่อน หรือการอยู่กับเพื่อน ด้วยการแยกแยะเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่จากการดำเนินชีวิตในส่วนอื่นได้ การมุ่งมั่นในการทำตามเป้าหมายของตนเองและการทำกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด

#### 2.1.3.1 การแยกเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่จากการดำเนินชีวิตส่วนอื่น

การแยกแยะเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่จากการดำเนินชีวิตในส่วนอื่น เป็นการที่ผู้ให้ข้อมูลยังสามารถตั้งใจเรียนได้ หรือทำกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ ซึ่งทำให้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ส่งผลกระทบต่อการศึกษาและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้



“แต่ว่า พอได้เริ่มเรียนก็ จะตัดโหมตเข้าสู่ว่าเราก็ต้องเรียน อะไรประมาณเนี่ย คือ ต้องแยกให้ออกอะคะ เพราะว่า ไม่รู้ว่าหนูไม่เคยเอามันมา ผสมกับเรื่องเรียนเลย หนู หนูคิดว่ามันเป็นเรื่องคนละเรื่อง มันไม่น่าเอามาปนกันได้ แค่ว่าทำให้เรารู้สึกว่า นอยด์ ๆ แค่นั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“หนูรู้สึกว่ เออหนูแยก หนูแยกอะหนูไม่ ไม่ค่อยเอามาแบบ แบบ วันนี้เรียนไม่รู้ เรื่องเลยป้ามาทะเลาะกัน ไม่ใช่อย่างงั้นนะ เออ จะแบบว่า ก็ไม่รู้จะเดี๋ยวนี้นูมอง แบบ ปะป้ามาทะเลาะกันเป็นเรื่องแบบ ไม่ได้เครียดขนาดนั้นแล้วอะพี่ เป็นเรื่อง ที่แบบว่า เป็นเรื่องเดิม ๆ ที่เรา ดูมานานอะไรอย่างเงี้ยพี่ เหมือนกับเรื่องราวที่เรา แบบ เราเห็นบ่อยจนเราแบบ ไม่ได้เอาเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตเรามากขนาดนั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ส่วนใหญ่ก็จะ คือแบบ เวลาผมออกมาข้างนอกก็คือแบบจะไม่อะไร ก็กลับไปบ้าน เหมือนกับ ก็ไปดูสถานการณ์ในบ้านอีกทีหนึ่ง ส่วนใหญ่แบบมันก็จะ ทะเลาะกันในบ้านก็คือเกี่ยวกับเรื่องในบ้าน พอออกไปข้างนอกก็คือไม่เกี่ยวอะไรแล้ว เรียนก็คือ กลับมาเรียนก็เรียน เล่นก็คือเล่น (หัวเราะ) ก็คือ ส่วนใหญ่ก็คือแบบ ไม่ ไม่ค่อย ส่งผลกระทบเท่าไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“อะไรที่ทำให้ไม่คิดมากหรือคะ (หัวเราะ) หนูคิดไม่ออกจริง ๆ นะพี่เพราะว่ามันเด็ก ๆ แล้วอะ คือพ่อเค้า กับแม่เค้าเลิกช่วงเด็กโขมัยคะ ไม่ได้เลิกช่วง ช่วงที่เราโตแล้ว อะไรอย่างเงี้ย อ้อ ก็เลยแบบ อาจจะไม่ค่อยรู้เรื่องมั้งคะ แบบ เออแล้วแบบช่วง นั้นแบบ แค่อนุบาลสองเองอะ เราก็เจอเพื่อนอะไรอย่างเงี้ย ไปโรงเรียนเจอเพื่อนเรา เรียนหนังสือเล่นกับเพื่อนอะไรอย่างเงี้ย มันก็คง ไม่คิดอะไรมาก โตขึ้นมาหน่อยหนูก็ หนูก็เรียนอะพี่ หนูก็ไม่ได้คิดเลยอะ อ้อ จริง ๆ หนูแบบ เด็กเรียน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“แต่ว่าก็ยังมีความ ความเป็นนิวมเหมือนเดิมก็ยัง ไม่ ไม่ได้กระทบมาก นิวม นิวมแบ่ง แยกถูกละว่า เวลานี้ควรทำอะไร เวลาไหนควรทำอะไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่คือเหมือน จะไม่ จะไม่ได้เอาไปพาลใส่คนอื่นอะคะ ก็เหมือน ก็จะทำตัวปกติ เนียน ๆ ไป (หัวเราะ) เพราะว่า มันจะมีทั้งเพื่อนที่ เราสนิทที่คุยได้ทุกเรื่อง กับเพื่อน

ที่ บางทีเราก็ไม่ได้สนิทมาก ถ้าเกิดเราไปทำตัวแบบ เหมือนแบบ ยังไงอะ แบบทำตัวแบบเออเดินมีน ๆ ลอย ๆ หรืออะไรให้เค้าต้องเข้ามาถามอะไรอย่างเงี้ย แล้วเราต้องต้องไปเล่าเรื่องให้เค้าฟังว่าแบบ เหี้ยมันก็ ก็ไม่ใช่อะ เพราะทุกคนมันต้องมี ความอยากรู้อยากเห็นอยู่ในตัวอยู่แล้วอะไรอย่างเงี้ย เราก็แบบ ก็ปกติของเราอะไรอย่างเงี้ย ไม่ ไม่ทำตัวให้ เออดูเป็นจุดเด่นเป็นปัญหา”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

### 2.1.3.2 การมุ่งมั่นทำตามเป้าหมายของตนเอง

การมุ่งมั่นในการทำตามเป้าหมายของตนเอง คือ ผู้ให้ข้อมูลมุ่งมั่นที่จะทำตามเป้าหมายของตนเองที่ตั้งไว้ เช่น การเรียนหนังสือ ชีวิตอนาคตของตนเอง หรือการทำให้ผู้อื่นมีความสุข ความมุ่งมั่นนี้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่นำเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่มารบกวนจิตใจตนเองจนกระทบต่อการทำตามเป้าหมาย ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“หนูก็ เพราะว่าตอน เหมือน ช่วงเด็ก ๆ เรื่องการที่ เค้าเรียกอะไรอะ ความทรงจำ หนูเกี่ยวกับ ว่าเค้าปฏิบัติต่อกันยังไงหนู ไม่ค่อยได้มองเห็นนะอะ เพราะว่า โฟกัสไปเรื่องเรียนมากกว่า เพราะว่าสิ่งที่เค้าบอกกับหนูก็คือ ให้หนูตั้งใจเรียน หนูก็ไม่ค่อยได้สนใจ อย่างอื่นซักเท่าไร เค้าก็ ส่วนมากจะคุยกันในครอบครัวตอนเด็ก เด็ก ๆ ก็คือเรื่อง การเรียนซะมากกว่า เขาค่อนข้างโฟกัสเรื่องนี้ หนูก็เลยไม่รู้ ว่า ตอนเด็ก ๆ ช่วงที่ผ่านมาเค้า มีอะไร ความสัมพันธ์เค้าเป็นยังไงบ้างอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ไป แต่ไปเรียนมันก็เป็นหน้าที่ของเราอยู่แล้วมันแบบ อยู่ดี ๆ อยู่ดี ๆ จะไม่เรียนมันก็ไม่ใช่อะคือ คือหนึ่งอาจจะเป็นเพราะว่า ไอที่เราเรียนอยู่เนี่ยมันเป็นที่เราชอบด้วยแหละ มันก็แบบ มาเรียนมันก็ทำให้รู้สึกดีนะ แค่อือ (หัวเราะ) ในเวลาห้องเรียนเฉย ๆ แต่ว่า จริง ๆ แล้วก็คือแบบ ชอบที่อยู่อย่างเงี้ยอะไรเงี้ย หมายถึงว่าชอบวิชาเรียน มันก็เป็นสิ่งที่ชอบเหมือนกันแหละ เราก็เลยแบบไม่ได้คิดที่จะแบบเลิกเรียนไปเลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แต่ว่าตอนนี้หนูก็ โตขึ้นมาแล้วอะมันก็ ถ้าถามว่า เข้าใจเหตุผลที่เค้าทำมัย หนูก็ไม่เข้าใจหรอก ว่าทำไมเค้าต้องทำร้ายแม่แต่แบบ อือ มันหายไปแล้วยังไงอะดิ (หัวเราะ) หนูก็ไม่รู้เหมือนกันนะ เพราะหนูก็เป็นคนอย่างเงี้ย หนูไม่ค่อยคิดอะไรมากเท่าไรอะ เพราะแบบ ส่วนใหญ่หนูจะคิดแต่แบบ การเรียนมากกว่า เรื่องเรียนอะไรอย่างเงี้ย อือ ตอนนั้นแบบเข้าบอหนึ่ง ก็ ก็ไปเรียน (หัวเราะ) ก็เฉย ๆ ไม่มีอะไรเลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“เพราะหนูคิดว่ามันก็ จริง ๆ ชีวิตมันก็ ชีวิตมันก็เป็นของเรา เราอยู่ตัวเราคิดอะคะ ว่า เรามีความสุขอยู่กับอะไร เราไปเอาเรื่องอื่นมาเป็น ความเครียดกับตัวเราเองรีเปลา หรือว่า จริง ๆ หน้าทีของเราตอนนี้มันคืออะไรมันควรจะมาเครียดเรื่องแบบนี้มั้ย หรือว่าเราควรจะต้อง เรียน เพื่อที่อนาคตจะได้ ดี ดี ๆ แล้วก็หาเลี้ยงแม่หรือ บางทีอาจจะ พ่อด้วยก็ได้ ถ้าตอนนั้นหนูยังหาพ่อเจออะคะ แต่คือตอนนี้ก็ยังไม่รู้จะคะว่าเค้าอยู่ไหน แต่ก็ไม่ได้แวะไป แม่ก็ไม่อยากแวะไป อะไอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“เพราะไม่งั้นมันจะ มันก็ต้องขัดกับสิ่งที่นิวตั้งไว้เป็น เค้าเรียกอะไรนะคติพจน์ ประจำใจตัวเองมั้งที่แบบต้องให้ผู้อื่นมีความสุขใช้ปะ ถ้าเรา มัวแต่ว่า เทียมมันยังเป็น ปัญหาใหญ่ของชีวิตเราอะ เรา เราจะเป็น เออคนที่เฮฮาไม่ได้ถ้าเรา แก้ปัญหาตรงนี้ไม่ได้ก่อนหรือว่า ครอบครัวเราไม่ตีอะไอย่างเงี้ย มันไม่ได้เป็น นิวไม่อยากให้ ต่อให้ทุกคนรู้ว่าบ้านนิวไม่รักกันนิวก็ไม่อยากที่จะไปเป็นปัญหาใหญ่ที่ทำให้รู้สึก ว่า นิวแย เพราะ เออที่บ้านไม่รักกันอะไอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่ปัจจุบันก็ ปัจจุบันผมก็ไม่ได้สนใจอะไรตรงนั้นแล้วอะ ผมรู้สึก ว่า ปัจจุบันอนาคตอะไอย่างเงี้ยเหมือนกับ สงสัยผมคงแบบมีเป้าหมายในชีวิต ทำโน่นทำนี่อะไรเงี้ย ผมคง ผมเลยไม่ได้แบบสนใจตรงนั้นแล้วอะครับ ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 2.1.3.3 การทำกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด

วิธีการหนึ่งที่ผู้ให้ข้อมูลเลือกทำเพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดหรือทำให้รู้สึกสบายใจขึ้น จากการรับรู้สถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ คือการทำงานอดิเรกที่ตนเองสนใจ ซึ่งยังอาจช่วยให้สามารถคิดแก้ปัญหาเกี่ยวกับความขัดแย้งของพ่อได้ดีขึ้นเมื่อมีความผ่อนคลายมากขึ้น ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“เรื่องที่หนู สนใจด้วยคะแบบ หนูชอบที่จะทำอะไรอะ เวลาที่แบบ รู้สึกเหนื่อย ๆ เครียด ๆ มันก็มีส่วนที่ทำให้เราอารมณ์ดีขึ้นด้วยนะคะ แล้วแบบ ได้อยู่กับตัวเองนะ คะ แบบเวลาได้ทำอะไรที่ ตัวเองชอบแล้วได้อยู่ คนเดียว ได้คิด ก็มีสวนช่วยที่แบบ ให้เราได้แบบ ใจสงบขึ้น อาจได้ข้อคิดขึ้นมาบ้าง อะไรประมาณเนี้ยแบบ เหมือน เปิดความคิดตัวเองได้ด้วยตัวเอง ณ จุดนั้นด้วยเหมือนกันแบบ อย่างหนู ชอบแบบ วาดรูป อ่านหนังสือ อะไรประมาณเนี้ย หนูก็บางครั้งก็แบบ อยู่คนเดียววาดรูป ก็ได้ นั่งคิดทบทวนว่า อะไรที่เราเอาแบบ เอามันมาเป็นปัญหา แล้วเพราะอะไร เราก้

คิด คิด คิดทบทวนไปแล้วแบบ ทำไมเราไม่ ลองคิดหลาย ๆ แง่หลาย ๆ มุมอะไร ประมาณเนี้ยคะ มันก็แบบ พออยู่คนเดียว มันก็ได้ลองคิดอะไรหลายอย่าง ทบทวน เกี่ยวกับตัวเองมันก็พอช่วยได้ อย่างน้อยก็แบบ ได้เตือนตัวเองว่าแบบ อ้อ ทำอย่างนี้นะอะไรประมาณเนี้ยคะ เหมือนจัดระบบความคิดตัวเองไปในตัว มันก็พอช่วยได้ บ้าง ถ้าได้ ถ้ามีเวลาแบบเป็นส่วนตัว ได้คิดทบทวน อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“เพราะว่าผมเป็นคน คือผมเป็นคนนะ ชอบทำให้ตัวเองยุ่งอยู่แล้วไม่รู้เป็นอะไรแบบ ผม คือผมเป็น ผมเป็นคนชอบทำกิจกรรมนู่นนี่นั่นอะไรอย่างเงี้ยครับ ตอนเด็ก ๆ คือ ถ้าตอนเด็ก ๆ ผมก็ชอบเล่นเกม ผมก็เล่นเป็นบ้าเป็นหลัง ก็เล่นเกมอะไรอย่างเงี้ย ครับ ไม่ก็แบบไปเล่น เล่นกับเพื่อน แบบก็จะมีเพื่อนแบบสนิทก็เล่นด้วยกันอะไร อย่างเงี้ยครับ อ้อ ก็แบบเหมือนหาอย่างอื่นทำ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“มัน พอเหมือนชักพอกะเราก็ เราก็เลิกคิดอะ มันไม่รู้มันเลิกคิดไปเองอะพอดผ่านไป ชักพอกะ เพราะว่ามันอาจจะจะมี อาจจะมีความอื่นมาให้เราทำด้วยเพราะว่าแบบ เรา พยายามอยู่กับเพื่อนด้วยอย่างเงี้ย พอเราใช้เวลาแบบคุยกับเพื่อนเงี้ยเรา ช่วงนั้นเรา ก็จะไม่ ช่วงเวลานั้นเราก็จะไม่ต้องคิดเรื่องพวกนั้นอะไรอย่างเงี้ย แล้วหนูก็จะแบบ เหมือนช่วงนั้นหนูก็แบบ ไปออกกำลังกายมั่ง ไปดูหนังมั่งอะไรอย่างเงี้ย ทำให้เรา แบบ มีเวลาว่างน้อยที่สุด เพราะว่าถ้าเกิดเราว่างขึ้นมาเราก็จะเผลอไปคิดอะไรอย่าง เงี้ย แต่พอเราทำกิจกรรมเยอะ ๆ ไปเงี้ย ชักพอกันก็เลยแบบเลิกคิดไปเองเลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แต่แบบมัน อย่างช่วงพอห้า อันนี้ที่หนูจำความได้เลยนะคะ ปอสลามปอสี่พอห้าเนี้ย อันนี้ก็คืออยู่บ้านหลังเดียวกันเลยนะคะ ก็ หนูก็เฉย ๆ อะ หนู ไม่รู้อะมันทำไมหนู เป็นแบบนี้หนูก็ไม่เข้าใจเหมือนกัน อาจจะเป็นอย่างที่หนูมีสิ่งอื่นที่มันดึงดูดความ สนใจไปมากกว่าตรงนี้ก็ได้อะ... ก็ถ้าสำหรับหนูนะคะ ก็คือ อย่างแรกอาจจะ ตัว ชีวิตหนูเอง ความสุขของชีวิตหนู อะ และในความสุขนี้ก็แยกย่อยออกมาเป็น เรื่อง ของแบบ อาหารการกิน ดูการ์ตูน เล่นเกมเล่นคอมพิวเตอร์เน็ต หรือว่าเพื่อน อะไร อย่างเงี้ยคะ คือ หนูรู้สึกว่าจะอยู่กับมันก็อยู่ได้ด้วยเหมือนกันนะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“ไม่ ออกไม่ได้ บ้านนิวห้ามออกจากบ้านหลังพระอาทิตย์ตกดิน เค้าถือกันอย่างนั้น เลยต้องหาอะไรทำที่แบบ ไม่ต้อง ตอนเด็ก ๆ นะครับจะหาอะไรทำที่มันไม่ต้อง

ปฏิสัมพันธ์กันเยอะ หาของเล่นกับน้องอะไรเงี้ย นั่งต่อโลกให้มันเวลามันผ่านไป  
เล่นคอมอี้อี้อี้อ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

## 2.2 การปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

ในช่วงเวลาที่เกิดสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลมีการปฏิบัติตนหลาย  
ลักษณะ ไม่ว่าจะเป็น การไม่ยุ่งเกี่ยวในความขัดแย้งของพ่อแม่ หากเมื่อผู้ให้ข้อมูลเห็นว่าควร  
หลีกเลี่ยงสถานการณ์ความขัดแย้งในขณะนั้น หรือการพยายามช่วยเหลือปัญหา เมื่อเห็นว่ามีโอกาสที่  
จะสามารถเข้าไปมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือได้

### 2.2.1 การหลีกเลี่ยงที่จะยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์

การเลือกไม่ยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ มาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลไม่สบายใจ  
ในการรับรู้เหตุการณ์ความขัดแย้ง จึงหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียด หรือผู้ให้ข้อมูลไม่รู้ว่  
ตนในฐานะลูกจะเข้าไปช่วยเหลือในสถานการณ์ความขัดแย้งนั้นอย่างไร รวมถึงมองว่าพ่อแม่จัดการ  
ปัญหาได้เหมาะสมกว่าตน จึงหลีกเลี่ยงที่จะมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้ง

#### 2.2.1.1 การหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียด

การเลือกใช้วิธีหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างพ่อกับ  
แม่อย่างการไปทำกิจกรรมอย่างอื่น เป็นการที่ผู้ให้ข้อมูลไม่ต้องการมีความรู้สึกอึดอัดจากความตึง  
เครียดที่พ่อแม่มีต่อกันดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ก็อย่างถ้าสมมติว่า ตอนมัธยม ตอนที่ ใช้วิธีการแบบเลี่ยงดีกว่า ไม่ยุ่งดีกว่า อะไร  
ประมาณเนี้ย ก็ ตอนนั้นคือ เราแค่เอาตัวเราหนีออกมาจากสถานการณ์ที่ตึงเครียด  
เฉย ๆ อะคะ ถามว่าพอออกมาแล้วเราคิดมั๊ย... ก็คิดตอน ณ ตอนนั้นก็คิดว่า มันเป็นเรื่องที่  
ที่ปากกับแม่ เค้าต้องจัดการ ด้วยตัวเอง ในเมื่อเค้าเลือกที่จะเลี่ยงและคือเลี่ยงใส่  
กันดังนั้น เค้าต้องจัดการ แล้วเค้าก็ทำให้เห็นว่าเค้าก็จัดการ ได้ว่าคือ เดี่ยวเค้าก็คืนดี  
กันอะไรประมาณเนี้ย หนูก็แบบ อือโอเค หน้าทีของเราคืออะไรดังนั้นเรา ไปทำอัน  
นั้นดีกว่า ก็ให้เค้าจัดการเองเหอะ ก็ตอนนั้นคิดว่า มันก็เป็นเรื่องของผู้ใหญ่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“แต่ผมเหมือนกับ ผมก็พยายามหลีกเลี่ยงบรรยากาศนั้นอะก็แบบ ไปทำอย่างอื่น  
อะไรเงี้ยครับ พยายามไม่ให้ ให้ตัวเองอยู่ในบรรยากาศอย่างงั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“อาจจะไม่มากแล้วนะ เพราะว่า อาจจะเพราะว่าหนูไม่ค่อยแบบยอมรับรู้ด้วยแหละ เหมือนพอรับมาเท่านี้หนูก็ แค่นี้มันก็ทำให้หนูแบบไม่ค่อยอยากทำอะไรแล้ว หนูก็เลยแบบไม่ค่อยได้รับรู้อะไรเพิ่มเติมอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

### 2.2.1.2 การหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

การที่ผู้ให้ข้อมูลเลือกหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้ง ไม่ได้มาจากการไม่สนใจที่จะช่วยเหลือในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ แต่เป็นเพราะผู้ให้ข้อมูลได้พิจารณาว่าการให้พ่อแม่จัดการความขัดแย้งกันเองเหมาะสมกับสถานการณ์ในตอนนั้น ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า

“เลือกไม่ถูก ไม่รู้จะเอาของใครมาอธิบายให้เค้าลงตัว ก็มีวิธีแก้ก็คือ ปล่อยให้เรื่องมันซาซึกพัก ให้อารมณ์เค้า นิ่ง ดีขึ้น แล้วเค้ามาพูดคุยเคลียร์กันเอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“คือตอนแรกที่เค้าทะเลาะกันหนูก็แบบมองว่า มันเป็นเรื่องของคนสองคน เป็นเรื่องของผู้ใหญ่แล้วเราก็อยุเฉย ๆ อะไรอย่างเงี้ยมันเป็นชีวิตเค้าอะไรเงี้ยคะ ก็ปล่อยเค้าเคลียร์กันเอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“คือหนูเองก็ได้จริง ๆ แล้ว ไม่ได้เป็นคนแก้ปัญหาเลยอะ อันนี้คือ แล้วก็ไม่ได้มีความพยายามที่จะแก้ปัญหาด้วย อะไรอย่างเงี้ยหนูก็ รู้สึกแค่ว่าอยากให้มันจบ ๆ ไป อะไรอย่างเงี้ย หรือไม่ก็แบบ ปล่อยผ่าน ปล่อยไปอย่างเงี้ยเรื่อย ๆ ไม่ต้องไปยุ่งกับมันอะไรอย่างเงี้ยไม่ค่อยอยากยุ่ง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“เหมือนกับแม่เค้าจะบอกว่า พยายามอย่าไปยุ่งมากกว่า เหมือนกับว่า ไม่ได้ ไม่ใช่แบบให้เราไป เรา เราก็ไม่ได้เหมือนกับว่าปล่อย แต่ว่า เหมือนเค้าประมาณว่า เค้าไม่อยากจะให้เราไปยุ่งเกี่ยวมากกว่า เพราะว่าเค้ารู้สึกเป็นความขัดแย้งคนสองคน แต่ว่า ถ้าเกิดว่าเรา เข้าไปยุ่งม๊าย เราก็รู้สึกว่าเราก็ไม่ค่อยอยากจะเข้าไปยุ่งกับ ความขัดแย้งของคนอะไรอย่างเงี้ยมากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

## 2.2.2 การพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง

แม้จะมีการใช้วิธีหลีกเลี่ยงการยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ แต่เมื่อมีโอกาส ผู้ให้ข้อมูลก็มีการพยายามที่จะเข้าไปช่วยเหลือ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีความต้องการที่จะเห็น สถานการณ์ความขัดแย้งเป็นไปในทางที่ดีขึ้น โดยอาจเป็นการพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่ การช่วยพูดไกล่เกลี่ยเสนอแนะแนวทางการแก้ปัญหาความขัดแย้ง การเข้าไปช่วยให้พ่อแม่รับภาระ ทะเลาะกันและการประพุดติตในแนวทางที่มีส่วนช่วยพ่อแม่ในสถานการณ์ครอบครัว

### 2.2.2.1 การพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่

การพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่มาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงความไม่สบายใจที่พ่อแม่มี ต่อเหตุการณ์ความขัดแย้งที่ได้เกิดขึ้น จึงต้องการช่วยให้พ่อแม่มีความสบายใจขึ้นเมื่อได้ระบาย ความรู้สึกในใจออกมา ดังที่ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าไว้ต่อไปนี้

“บางทีก็แบบให้เค้า อย่างน้อยให้เค้าได้ระบายแบบ ให้เค้าได้พูดว่าแบบ อะไร อย่างเงี้ยแบบ อย่างน้อยก็ช่วยเค้าให้ เหมือนกับได้ปลดปล่อยอารมณ์บ้างแบบที่ ทะเลาะกันอะไรอย่างเงี้ย มันอึดอั้นนั่นนี่นั่นอะไรซักอย่างอะไรเงี้ยครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ได้แต่รับฟัง ให้เค้ารู้สึกแบบ อารมณ์เค้าซอพท์ลงแล้วเค้าไปคุยเคลียร์กันเอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“พ่อก็เล่าให้ฟังว่าแบบ เนี่ย ตั้งแต่แบบ เหมือนระบายความ ความในใจอย่างเงี้ย เพราะว่าเหมือนป้าก็ไม่ค่อยมีที่ระบาย ก็แบบ ก็ทำงานอยู่แต่บ้านอะไรอย่างเงี้ยที่ เออ แล้วก็แบบเออ เนี่ยป้าทมาตั้งยี่สิบกว่าปีแล้วนะเนี่ย แล้วแบบ เคย ๆ เล่าด้วย มั้งว่า จริง ๆ ป้าไม่ได้อยากแต่งงานกับม๊าอะไรอย่างเงี้ย แต่ว่าตอน ตอนนั้นเหมือน จริง ๆ ป้าอยากจะแต่งงานกับอีกคนแต่ว่า เหมือน พี่ชายอะไรกันกันรู้จักกันอะไร อย่างเงี้ย แล้วก็ต้องแต่งงานอะไรอย่างเงี้ย เออ อ้อ อะไรประมาณนั้นนะ แล้วก็ จะเหมือนป้าพูดประมาณว่าแบบเหมือน เหมือนเลือกคนผิดอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“พยายามแบบ ในเมื่อเค้าขึ้น เค้าขึ้น บางครั้งพอเค้าเสร็จแล้วเค้าก็แบบอ้อ เงียบ แล้วเค้าก็แบบถอนกัน แยกกันคนละทางอย่างเงี้ย อย่างน้อยถ้ามีคนใดคนหนึ่งมาคุย กับเรา ก็ยังมีคนที่ปกติที่แบบเย็น ๆ ไม่แบบ ไม่ค่อยมาซ้ำเติม หรือไม่คอยไปจี้จู้ดให้ เค้าขึ้นอีก แบบให้เค้ามาคุยกับเราแล้ว รู้สึกธรรมดาหรือให้เค้า ดาวน์ลงอะไรอย่าง

เจ็ย หนูก็แบบพยายามจะ ทำตรงเนี่ย ในบ้าน เพราะว่า น้องสาวก็ยังเล็กอยู่ ก็เลยแบบ ดั่งนั้นเรารู้เรื่องสุดเราก็คงจะวางตัวแบบนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็บอกแม่ว่า เวลาคุยก็จะ ก็มีโอกาสมันก็ อยู่ดี ๆ มันก็มีอารมณ์ที่อยากจะให้มาคุยกันมั้งครับ ตรงไหนก็ได้ ห้องนั่งเล่นก็คุยได้ อยู่นั่งดูทีวีก็นั่งคุยกันก็มีเหมือนกัน ส่วนมากจะเป็นหลังเหตุการณ์ที่แบบทะเลาะกันมากกว่า แม่ก็จะมีอารมณ์มาอีกและไม่ ไม่เอาแล้วนะอะไรอย่างเจ็ยนิวก๊อบอก นิวก๊อบอก แม่ก็ชอบพูด อ้อก็ ส่วนมากเราก็คแค่รับฟังแหละครับแล้วก็ไม่ค่อยได้พูดอะไรหรอก สุดท้ายแม่ก็จะพูดเองว่า เอออดทนมาตลอดแล้ว ก็อดทนต่อไปนิดนึงไม่เป็นไรอะไรอย่างเจ็ยแล้ว ก็ก็ต้องให้กำลังใจแม่ไปเรื่อย ๆ อ้อก็ขอ ขอบ้างอะไรที่ขอได้ ผมขอให้แม่อดทน เพราะว่าขอพ่อไม่ได้อยู่แล้ว พูดพ่อกับพ่อพูดยากก็บอกขอให้แม่อดทน ขอให้อย่าพูดอะไรเก็บเอาไว้แล้วก็มาระบายกับนิวก๊อบอกอะไรอย่างเจ็ยที่เวลาพูดกัน จะเป็นอย่างนี้ซะมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่ถ้าแม่เล่าให้ฟังก็ฟังเพราะว่า เหมือนแม่เค้าก็ไม่ จะเล่าให้ใครฟัง เราก็คงต้องฟังเค้า เค้าก็จะได้สบายใจด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

### 2.2.2.2 การช่วยพูดไกลเกลี่ยเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาให้พ่อแม่

การพยายามเข้าไปช่วยแก้ไขความขัดแย้งของพ่อแม่ ด้วยการพูดคุยกไกลเกลี่ยให้พ่อแม่มีความเข้าใจกันมากขึ้น และการเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งของพ่อแม่ ซึ่งบางกรณีผู้ให้ข้อมูลรับรู้จะสามารถช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้นได้แต่บางกรณีก็รับรู้ว่าจะไม่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ดังนี้

“พอโตขึ้นก็มีแบบว่า พุดกับม้าบ้างอะไรอย่างเจ็ย เหมือนบางที ป้าพูด ๆ เหมือนบางทีแบบป้าระบายให้ฟังเจ็ย เราก็คงบอกอ่า เออไม่หรอกป้าอะไรอย่างเจ็ยมาเค้าเป็นห่วงนู่นนี่ก็แบบพยายามพูด เพราะให้แบบ เห็นด้านดีของแม่ให้พ่อฟังอะไรอย่างเจ็ย อ้อ พอมะม้าอะไรอย่างเจ็ย พอมะม้าบางทีไปเถียงป้าเจ็ย พอ พอจบการทะเลาะกันอะไรอย่างเจ็ย โมก็ไปคุยว่าเออเนี่ยมะม้าพูดอย่างงี้กับป้าไม่ได้ ป้าเค้าเสียใจอย่างงั้นอย่างงี้อะไรอย่างเจ็ย ก็มีเหมือนกันว่าแบบ เนี่ยถ้ามี ถ้ามีคนมาพูดกับม้าอย่างงี้แบบไม่ได้ มันก็ไม่ได้แบบ เนี่ยปะป้าทำทุกอย่างเพื่ออะไรอย่างเจ็ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3



“นิว นิวก็เลยอยากให้ผิดทั้งสองคน เพราะว่านิวจะได้ จะได้มีกำลังใจ เพราะว่าถ้าให้ นิวคุยกับพ่อฝั่งเดียวอะ นิว นิวทำไม่ได้แน่ ๆ แต่ว่าถ้าให้คุยกับแม่ก็ได้ให้บอกว่า ให้ นิวบอกตัวเองว่าแม่เค้าผิดด้วยนะ ต้องคุยกับแม่ด้วยให้แม่ช่วยทำอะไรให้มันเกิด กำลังใจนิวบอกแม่ เออแม่ยอมปรับตัวเองแล้วนะเพื่อแบบ ทำบางสิ่งบางอย่างที่ไม่ เอ้ย แม่ยอมปรับตัวเองที่ไม่ทำบางสิ่งบางอย่างที่พ่อแม่ชอบอะไรเงี้ย เออตอนนั้นให้ แม่ แม่จะไม่ทำแล้วก็จะรู้สึกว่าย เทียบครอบครัวเราแบบ ยังมีโอกาสเว้ย ยัง ยังเป็นไป ได้ นะอะไรเงี้ย อือฮือ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แต่ก็แบบ สุดท้ายเค้าก็ ไม่ได้พยายามจะเคลียร์กันเองแต่เค้าอะ จะพยายามมาลงที่ ลูกว่าแบบ ไปอยู่กับฝั่งนี้สิ ไปอยู่กับฝั่งนี้สิอะไรเงี้ยอะเหมือนจะโทษว่าแบบรักใคร มากกว่าอะไรอย่างเงี้ยอะ ก็เลยแต่หนูก็เลยสุดท้ายแล้วก็เออ ก็เข้าไปบอกให้เค้ารู้ ว่า เอออันนี้ ๆ นะอะไรอย่างเงี้ย แต่แม่ก็เหมือนแบบ ไม่ใช่หรอก ไม่ใช่อะไรอย่าง เงี้ย คือเหมือน เพราะแม่ก็ไม่ได้ไปเห็นในมมนั่นอะไรอย่างเงี้ยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ส่วนใหญ่ก็คือแบบ จะคอยมองดูอยู่ห่าง ๆ อะครับว่าแบบว่าเป็นยังไง ถ้าเกิดแบบ เค้ายัง แรงแปลกกันอยู่อย่างเงี้ย ผมก็คือแบบ ผมจะไม่พยายามเข้าไปยุ่งเท่าไรครับ ก็ คือแบบ เวลาคุยกับแบบ คุยกันคนละฝั่งกันก่อน (หัวเราะ) เสร็จแล้วก็แบบ พอเค้า เจียบลงแล้ว เบาลงแล้วก็แบบ ก็ค่อยแบบพูดถึงอีกฝ่ายนึง ถามว่าเป็นยังไง ทำไมมัน ทำไมถึงทะเลาะกันหรือ ก็แบบ ออยากรู้เหตุผลอะนะ แล้วก็เลย พูดเหมือนกับว่าให้ พ่อหรือแม่เนี่ยได้ จุกคิดละมั้ง ว่าแบบ อีกฝ่ายอาจจะ เค้าอาจจะไม่ได้แบบ คิดแบบ นั้นหรือว่าสื่อความหมายมาแบบนั้น แต่ว่าเค้าอาจจะแบบ ออยากพูดอย่างนั้น มากกว่า ก็เลยแบบ ตอนหลังก็ค่อยแบบ จับมือ จูงมือมาจับกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“คือตอนนี้ก็แบบ บางครั้งเค้าเถียงกันเค้า ทะเลาะกัน เริ่มคุยเรื่องบางเรื่อง แล้วเรา โตเริ่มรู้เรื่องละ แล้วเราก็แบบ ถามฝั่งแม่ว่าเป็นยังไง ถามฝั่งป๊าว่าเป็นยังไงแล้วก็ แบบ แล้วก็มาคิด ในฐานะที่เราเป็นคนมอง คนแบบ เออมองปัญหาของทั้งคู่ว่า เค้า เเถียงกันเพราะอะไรเราก็ มีความคิดยังไงเราก็บอกเค้า ทำไมไม่ทำอย่างงี้ละ ทำไมไม่ ทำอย่างงี้ละ ด้วย ด้วยความที่เราโตขนาดนี้อยู่มหาลัย เค้าก็หยุดฟังเรา แล้วเค้าก็ อือ ๆ ๆ เค้าก็ เออใช่ แล้วก็แบบเค้าก็เย็นลงทั้งสองฝ่ายแบบ ได้ระดับนึง แล้วเค้าก็

แบบ อีก็มิแอบ กัดกันนิดนึ่ง แต่เรื่องมันก็แบบ หนูก็แบบบางเรื่อง บางสถานการณ์ ก็ทำ หนูก็สามารถทำให้แบบ เค้ายุค ณ ตรงนั้นได้ หนูก็เออ ก็ดี”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็แบบว่าทำไมถึง จุดเริ่มต้นมันเกิดจากอะไรแล้วเป็นไง อะไรยังไง อะไรแบบนี้ ครบ แล้วเราจะมีทางไหนที่แบบ ที่ทำไมถึงต้องทะเลาะ ทำไมถึงแบบ คือพยายาม ทาสาเหตุว่าเอ้ยมันทะเลาะกันแล้วแบบ แล้วที่จริงแล้วมัน มันได้อะไรขึ้นมา ผม พยายามจะให้เค้าคิดให้ได้ว่าที่จริงมันทะเลาะกันมันได้อะไรขึ้นมา อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 2.2.2.3 การเข้าไปจัดการทะเลาะกันของพ่อแม่

ผู้ให้ข้อมูลบางรายเมื่อเห็นว่าความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่กำลังมีความรุนแรง ทางการ พุดคุยโต้เถียงที่กำลังจะยิ่งไม่เข้าใจกันมากขึ้น หรือการที่พ่อกำลังทำร้ายแม่ ก็ได้เข้าไปช่วยเหลือเพื่อ ระวังการทะเลาะกันของพ่อแม่ ด้วยการทำให้สองฝ่ายแยกห่างจากกัน หรือการเบี่ยงเบนให้พ่อแม่ ผ่อนคลายความตึงเครียดที่มีต่อกันดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ก็เหมือนกะแบบ เหมือนจะพูดทะเลาะกันอยู่ก็เหมือนกับแบบ ดุเรียกอีกฝ่าย แบบมีเรื่องจะพูดด้วย (หัวเราะ) อย่าเพิ่งทะเลาะกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“แบบบางทีก็แบบ ถ้าเกิดพอเห็นว่า ถ้าเกิดปัจจุบันเนี้ย เห็นเค้าเริ่มเถียงกันแบบ หู เริ่ม เริ่ม เริ่มดุเดือดก็แบบ เหยย ก็เหมือนกับบอกเค้าก็แบบ ก็ ก็ไม่ต้องพูดกันแรง ๆ อะไรอย่างเงี้ยก็แบบพอ ก็ไม่ต้องพูดแล้วก็ ก็แยกกันสิ อะไรอย่างเงี้ยก็แบบ อย่างนี้ มากกว่า เพราะตอนนี้อยู่กันแล้วเรารู้สึกว่าเราก็มี เสียงนึ่งได้อะไรประมาณเนี้ย อะไรอย่างเงี้ย ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“เค้าก็ ส่วนมากก็ทะเลาะกันหนักนะครับถ้า ถ้าหนีอยู่ด้วยแต่แค่แบบ นินารู้สึกว่ามัน ยังไงคืออะมัน มันอยู่ในสายตาของเราอะเรา เรายังพอควบคุมได้ว่าเอออย่างน้อยก็ไม่ได้ให้ว่ากันมากเกินไปจนอย่างน้อยบอกเออ ให้แม่ แม่ไป แม่ไป ขึ้นไปที่ห้อง หรือว่าบอก ให้พ่อใจเย็น ๆ อะไรเงี้ยก็เหมือนกับว่าเรา เรายังพอทำอะไรได้บ้าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ถ้าสมมติว่า เค้าไม่ได้ทะเลาะอะไรกันจริงจัง มาก หนูก็แบบพูดตลก ๆ ให้เค้าขำ ๆ อะ สุกท้ายแล้วแบบ เหยยมันนู่นนี่แบบแซว ๆ สุกท้ายเค้าก็แบบบ้ำจี้ทั้งคู่ แล้วเค้าก็

ยิ้มออกมาทั้งคู่อะไรอย่างเงี้ยว่าแบบ กลายเป็นว่าโ้ย้ เกียงกันเล็ก ๆ น้อย ๆ หน่อย ๆ หน่อย ๆ  
นี่ เค้าก็แบบเออก็จริง พอเค้าก็หัวเราะแล้วเค้าก็ลืมนะว่าเค้าเกียงอะไรกัน อะไร  
ประมาณเนี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็ร้องไห้คะ ก็ดัง ๆ แม่อย่างเงี้ย แบบพ่อย่าทำอย่างเงี้ย... ห้ามคะแบบ ดิงแม่  
อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

#### 2.2.2.4 การประพฤตินในแนวทางที่มีส่วนช่วยเหลือพ่อแม่

นอกจากการเข้าไปมีช่วยเหลือในสถานการณ์ความขัดแย้งข้างต้นแล้ว ผู้ให้ข้อมูลบางรายก็มี  
การประพฤตินในแนวทางที่จะมีส่วนช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ครอบครัว ด้วยการดูแล  
ช่วยเหลือพ่อแม่ตามที่ตนเองจะสามารถทำได้ ช่วยแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ หรือพยายามสร้าง  
บรรยากาศผ่อนคลายในครอบครัว เพื่อช่วยให้พ่อแม่มีความสบายใจขึ้น ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“เค้าทะเลาะกันก็แบบ ผมก็จะแย้ ผมก็รู้สึกไม่ได้อยู่แล้ว ในบ้านก็รู้สึกมันตึงไปช่วงหนึ่ง  
ก็เลยแบบ ทำตัวเป็นเด็กดีให้ อารมณ์เค้าดีขึ้นนิดหนึ่งก็ดีชะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“เค้าก็คงไม่ได้ลำบากอะไรมากแต่เรารู้สึกว่า มีเค้าอยู่คนเดียวไงคะ แต่ว่า พ่อเค้าก็  
ช่วยบ้างไม่ช่วยบ้าง เรื่องของเค้า ก็คือ เค้าก็ต้อง เค้ามีภรรยาของเค้าไงคะ เราจะไป  
พูดอะไรกับเค้ามากก็ไม่ดีอะไรอย่างเงี้ย... ถ้าเราทำได้ เรายังควรทำคะ ก็คิด อย่าง  
ตอนนี้นู๋ก็ไม่ได้ขอเงินเค้าเลย นู๋ก็ทำงานของนู๋เอง ค่าเทอมก็ กยส. ค่ะ”

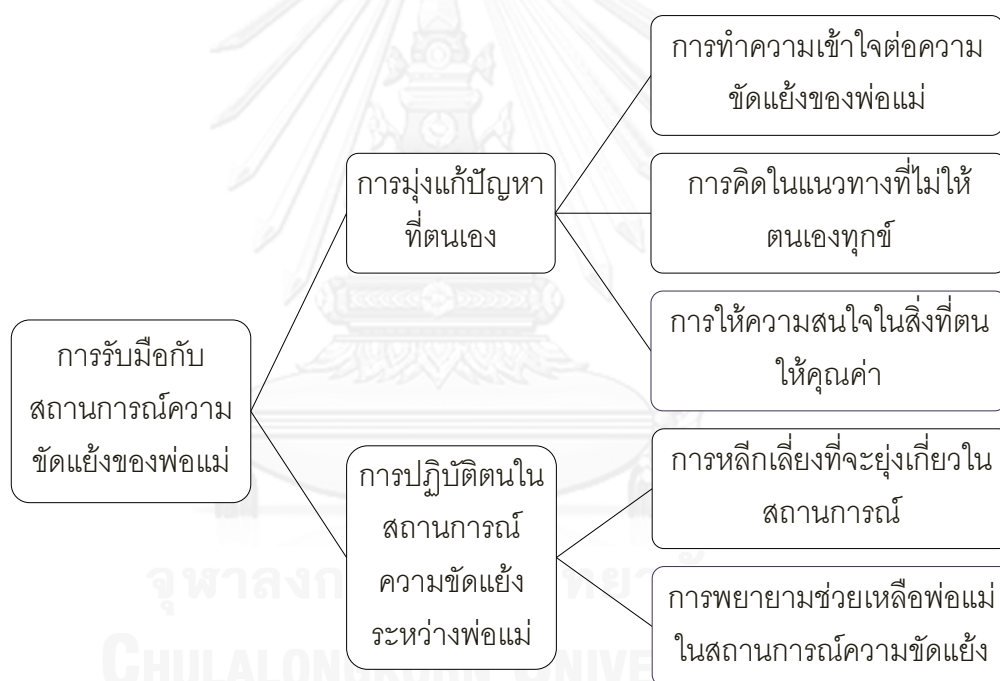
ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“นิ่วรู้สึกจะทำแบบนี้มัน สำหรับนิ่วนะมันดีที่ที่สุดแล้วอะ นิ่วเคย นิ่วเคยลอง เป็นแบบ  
อื่นดูว่า มันจะมีผลต่อ มันจะมีผลดีต่อครอบครัวมั๊ยที่แบบ เป็นคน หุ่ยช่วงนั้น ช่วง  
นั้นแย่มากอะเป็นคนที่เป็นแบบ รับความผิดทุกอย่าง นิ่วจะชอบพูดว่านิ่วผิดเองไม่ว่า  
อะไรจะเกิดขึ้นนิ่วก็จะบอกว่านิ่วเป็นคนผิดเอง นิ่วจะไม่ ไม่สนเลยว่าอะไรจะเกิดขึ้น  
เช่นแบบ นื่องทำงานแต่ทำอะไรอย่างเงี้ยนิ่วก็บอก เออนิวผิดเองนะ ไม่อยากให้ รู้สึก  
ว่าพอ พอ เหมือนกับว่าพอมมีปัญหาเกิดขึ้นใช่ปะแล้วไม่มีคนยอมรับผิดชอบ มันก็เลย  
รู้สึกแบบ มันก็ไม่จบซักทีอะ นิ่วจะบอกเออนิวผิดเองจน พูดจนแบบ จนที่บ้านรู้สึก  
ว่า นิ่ว อันนี้นิ่วก็เพิ่งรู้ทีหลังนะว่าเค้า เค้ารำคาญนิ่วที่แบบมีคนพูดอย่างนี้เพราะมัน  
มันไม่จริงใช่ปะแล้วเหมือนกับว่าแบบ มีอะไรดีอะ พอคนที่มันสารภาพดู ๆ

เหมือนกับว่า เป็นคนที่หนีปัญหามากกว่าจะงั้นนะ เป็นคนที่แบบ ไม่อยากให้เรา จะแก้ไขปัญหายังไงไม่อยาก คือเป็นคนแค้ เป็นคนหนีปัญหาจริง ๆ อะ เออบอกเออ นินวดีเอง นินวดีเอง ก็แค้อยอมรับโทษแต่เราก็ไม่ได้สนใจว่า เราจะแก้ปัญหานี้ยังไงเรา จะ ทำยังไงให้มันดีขึ้น อือ กลายเป็น สร้างบรรยากาศแย่ ๆ ครอบครัวยังอีกชะงั้นนะ ก็เลยใช้วิธีที่แบบ สร้างเสียงหัวเราะดีกว่า ไม่ต้อง จะได้ไม่ต้องแบบ ไม่รู้สิมัน พอบรรยากาศมันดีมันก็ไม่ ไม่อยากทะเลาะกันนะ ไม่ พอคนอารมณ์ดีมันก็ พุดอะไร เหมือนแซวนิดแซวหน่อยมันก็คงไม่โกรธกันหรอกมั้ง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

จากประเด็นที่ 2 การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ดังกล่าวมาทั้งหมดนี้ สามารถสรุปได้ดังแผนภาพที่ 4



ภาพที่ 4 การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

### ประเด็นที่ 3 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้

แม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ถึงการมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ แต่ก็ยังสามารถดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ โดยมีสิ่งที่จะช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล ได้แก่ การเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต ซึ่งมีทั้งประสบการณ์ในครอบครัว กลุ่มเพื่อน และสภาพแวดล้อมอื่น ๆ ที่มีส่วนช่วยสนับสนุนการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล อีกทั้งยังมีอิทธิพลด้านบวกต่อผู้ให้ข้อมูลด้วย ซึ่งอีกสิ่งหนึ่งที่ทำให้ผู้ข้อมูลมีการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ ก็มาจากตัวของผู้ให้ข้อมูลเองที่สามารถดำเนิน

ชีวิตได้อย่างเหมาะสม ด้วยการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์ และการเรียนรู้จากความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งของพ่อแม่ ดังมีรายละเอียดของแต่ละประเด็นต่อไปนี้

### 3.1 การเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต

การที่ผู้ให้ข้อมูลได้มีประสบการณ์จากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัว ไม่ว่าจะเป็น ครอบครัว เพื่อน และอื่น ๆ ต่างมีผลต่อการช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปรับตัวได้ ทั้งสิ่งที่ได้รับจากประสบการณ์ในครอบครัวที่อยู่ร่วมกับพ่อแม่รวมถึงสมาชิกครอบครัวอื่น ๆ มิตรภาพจากเพื่อนที่มีอิทธิพลต่อผู้ให้ข้อมูลในการดำเนินชีวิตในทางสร้างสรรค์ และประสบการณ์อื่น ๆ ที่ผู้ให้ข้อมูลได้พบเจอ แล้วนำมาเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้เพื่อปรับใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลต่อไป

#### 3.1.1 สิ่งที่ได้รับจากการอยู่ร่วมกับครอบครัว

การอยู่ร่วมกับครอบครัว นอกจากการมีส่วนของความขัดแย้งของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลก็รับรู้ว่ามีแง่มุมอื่น ๆ ในครอบครัวที่ช่วยส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล ทั้งที่มาจากพ่อแม่หรือสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัว ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้รับอิทธิพลในการหล่อหลอมลักษณะของตัวผู้ให้ข้อมูล แล้วก็ไปเป็นแหล่งพึ่งพิงต่อผู้ให้ข้อมูลในการเผชิญกับอุปสรรคในชีวิต

##### 3.1.1.1 การเลี้ยงดูปลูกฝังของพ่อแม่

แม้ว่าผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่ในประสบการณ์การอยู่ร่วมกับพ่อแม่ หากก็ยังสามารถได้รับแง่มุมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล โดยการได้รับการปลูกฝังหล่อหลอมคุณลักษณะต่าง ๆ การเลี้ยงดูที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และการรับรู้ถึงความรักความปรารถนาดีของพ่อแม่ ซึ่งการปลูกฝังหล่อหลอมคุณลักษณะต่าง ๆ จากการอบรมสั่งสอนและการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตนให้เหมาะสมของพ่อแม่เป็นตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“เออจริง ๆ ก็แบบ เออตอนเด็ก ๆ โอ้ก็แบบ ไม่เคยคิดเลยแบบ ว่าแบบ เหมือนการกินอาหารอะไรอย่างเงี้ยจะแบบ มาส่งผลถึงโอขนาดนี้ที่แบบว่า เออแบบอนามัย เรื่องกินในสิ่งที่ดี ๆ แบบ เป็นแบบเหมือน ทุกอย่างที่แม่ทำคือแบบ มัน มันดีกับตัวเรามากอย่างเงี้ย แต่เราแบบ เหมือนตอนเด็ก ๆ เราก็บ่น ๆๆ ว่าจะกินนู่นกินนี่อะไรอย่างเงี้ย แต่แบบ พอโตขึ้น เราก็เลยแบบ เอรูรู้ว่าเออแบบ จริงด้วยมันเหมือนปลูกฝังมาตั้งแต่เด็กว่าแบบ สิ่งนี้ไม่ควรทำ สิ่งนี้ไม่ควรทำอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“คือทำให้เข้มแข็ง เพราะว่าแม่ผมจะชอบบอกเสมอว่า คือโตขึ้นไปมันต้องแบบ มันต้องเข้มแข็งนะ เราต้องยืนด้วยตัวของตัวเองนะ อะไรอย่างเงี้ยครับ ก็ ก็คือ คำนี้ก็มีส่วนหนึ่งที่ทำให้ผมแบบ ค่อนข้างเป็นคนแบบเข้มแข็งอดทนด้วยอะไรอย่างเงี้ย

แบบ ไม่กลัว ไม่แบบไม่อ่อนกับ กับเรื่องอะไรที่แบบ ที่มันเป็นแบบ แบบไม่ถูก หรือ ว่า อะไรที่มันแบบอย่างเงี้ยครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“ก็เลยแบบกลายเป็นว่าส่งให้หนูแบบ ส่งผลให้หนูแบบรู้สึกว่ เวลาจะทำอะไรซัก อย่าง ต้องคิดและมีเหตุผลให้เค้าฟังอะไรอย่างเงี้ย เพราะว่า เค้าค่อนข้างจะมีเหตุผล ต้องแบบขอฟังหน่อยว่า เพราะอะไร อะไรอย่างเงี้ยให้เราคิดไม่ใช่แบบ ตามใจ มากมาย ก็เป็นอยู่ตอนนี้แต่ว่าหลัง ๆ ก็เริ่ม เพราะว่าเราโตขึ้นด้วยแหละค่ะ แล้ว แบบ พอจะรับผิดชอบได้ เค้าก็เลยแบบ เวลาจะไปไหนมาไหนอย่างเงี้ย แจงเขา อาจจะไม่ค่อยละเอียดเหมือนเมื่อก่อน แต่เค้าก็แบบ อ้อเห็นเราโต เค้าก็ ผ่านให้บ้าง อะไรอย่างเงี้ย ไม่เก็บมาคิด”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็น่าจะเป็นเรื่องแบบ เรื่องความอดทน ความพยายามอย่างเงี้ยแบบ แล้วก็เรื่องพึ่ง ตัวเองสูงอะ แม่เค้าจะไม่ค่อยพึ่งใครเงี้ยแบบ ที่บ้านมีปัญหาแม่เค้าก็หาเงินของเค้า เองเลย แบบทำงานไอนี้ไอนั้น แล้วแบบ พอตอนนั้นที่บ้านมีปัญหา หนูก็เลยถึง ตัดสินใจแบบ ลองทำงาน สอนพิเศษ หาเงินด้วยตัวเองไม่ต้อง จะได้ไม่ต้องพึ่ง ครอบครัวมากอะไรอย่างเงี้ย ก็ทำให้เราแบบ เออเป็นคนแบบ ชอบพึ่งตัวเอง มากกว่า แล้วแบบมีความอดทน พยายาม”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ว่าการเลี้ยงดูของพ่อแม่มีส่วนช่วยเอื้อต่อการดำเนินชีวิต จากการที่พ่อแม่ ไม่ขยายความขัดแย้งมาสู่ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นลูก และการที่พ่อแม่ให้อิสระแก่ผู้ให้ข้อมูลในการเลือกใช้ชีวิต ในแบบของตนเอง ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“คือแม่ก็พูดบ่อยแหละว่า อย่า ไม่ต้องเอาไป เอาเรื่องนี้มาคิดมาก เพราะว่า เหมือนกับว่ามันก็ได้มากกระทบ กระทบเรา เท่าไหร่ เพราะเค้าบอกว่าที่จริง แม่ เค้าเหมือนกับเป็นคน แบบมองโลกในแง่ดีด้วยแหละเอาจริง ๆ ก็คือเหมือนกับ เค้า ประมาดว่าที่จริงพ่อเค้าก็แบบ เค้าก็ เค้าเรียกอะไรอะ เค้าก็ดูและลูก แต่เค้าแค่ว่า ไม่ เข้าใจกับแม่ แค่นั้นเอง เราก็เลยไม่ได้คิดตรงนี้มากเท่าไร เพราะเค้าก็ไม่ แม่เค้าก็ ไม่เคยแบบ เค้าเรียกว่าอะไรนะ ใส่ร้ายเพิ่ม อะไรอย่างเงี้ย ไม่ได้ใส่ แบบพ่อก็ไม่ได้ พ่อ พ่อก็ไม่ได้คุยกันมากอยู่แล้วเพราะว่าไปทำงานต่างจังหวัด แต่เหมือนกับแม่เค้าก็ ไม่ได้พูดว่า พ่อเกลียด หรือว่าอะไร เพราะว่า เค้าบอกเค้าไม่ได้ เค้าทะเลาะกันสอง คน แต่ว่าเค้าไม่ได้เกลียดลูก อะไรอย่างเงี้ย ผมก็เลยไม่ได้เอามาคิดตรงนี้ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“หนูไม่ค่อยคุยแบบเรื่องนี้กับที่บ้านอยู่แล้ว ที่บ้านเค้าจะไม่ค่อย เหมือนจริง ๆ แล้วที่บ้านจะไม่ค่อยได้สอนว่า ต้องอะไรยังไง เป็นยังไงอย่างเงี้ย... แล้วพอเราคิดจะทำอะไรแม่เค้าก็แค่จะคอยดูว่า และสนับสนุนให้เราทำรีเปลา หรือว่ามันโอเครีเปลาที่ จะทำอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ก็ค่อนข้างปล่อยนะหนูคิดว่าแบบ เหมือนพอมารู้เพื่อนเงี้ยก็แบบเห็นว่า โอ้ย แบบ แม่เพื่อนโทรเข้าเที่ยงเย็นเลยอะไรอย่างเงี้ย เทียบแบบแม่เราไม่เป็นอะ อาทิตย สองอาทิตย์คุยครั้งเดือนครั้งคุยครั้งอะไรอย่างเงี้ย เออแบบ รู้สึกว่าเออแม่มีก็ปล่อยนะ ทั้ง ๆ ที่แบบ มีมาดูจะแบบเข้มงวด คือรู้ว่ามันเป็นห่วงแต่มีก็รู้ว่าเรา ดูแลตัวเอง ได้ อ้อ ก็ค่อนข้างปล่อย ปล่อยเหมือนกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“หนูว่ามีนะคะ ก็คือเนี่ยแหละคะ แม่หนูก็ค่อนข้างเป็นคนที่เป็นคนที่เป็นแบบ เด็ด ขึ้นอยู่ได้ พ่อก็เหมือนกันก็ ขึ้นอยู่ได้ แล้วก็แบบไม่คิดมากเท่าไรอะไรอย่างเงี้ยคะ คือเหมือนกับว่าเราก็น่า หนูคิดว่าหนูก็คงได้รับในส่วนเนี่ยมาคะ ว่าแบบ อ้อเราก็อยู่แบบเป็นอิสระต่อกันได้เราไม่จำเป็นต้องมาผูกมัดตัวเอง แล้วก็ต้องมาเคร่งกับสิ่งที่เราไปผูกมัดด้วย หรืออะไรเงี้ยคะ แต่เราเลือกที่จะแบบ แอ่ออกมาแยกกัน เราก็มักมีความสุขดีอะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

แม้ว่าพ่อแม่จะมีความขัดแย้งกัน หากผู้ให้ข้อมูลก็ยังรับรู้ว่าคุณได้รับการสนับสนุนด้วยความรักและปรารถนาดีจากพ่อแม่ ซึ่งทำให้มีพลังใจที่จะเผชิญกับอุปสรรคที่มีในชีวิต และนำไปสู่การมีความต้องการที่จะดำเนินชีวิตให้ดีเพื่อตอบแทนการดูแลสนับสนุนที่ผู้ให้ข้อมูลได้รับจากพ่อแม่เรื่อยมา ดังคำกล่าวต่อไปนี้

“เหมือนแบบ ถึงแม่เค้าจะมีเรื่องทะเลาะกันแต่ก็ยังเห็นถึงแบบ เค้าก็ยัง ซื้อแบบ เลี้ยงลูกดีแบบ ซื้อข้าวมาฝากหรือไม่สบายก็จะแบบ เอ้ย กินยาที่ยัง เตรียมยามาให้ หรืออะไรอย่างเงี้ยมันคือแบบ มันคือความรักความห่วงใยที่แบบเออก็ยัง มีให้กัน แบบในครอบครัวเรารู้สึกว่าเขียมนมาก ถึงแม่แบบ บางทีตัวเราเองแบบ อาจจะไม่ช่วยทำงานบ้าน ไม่ช่วยทำอะไรด้วยซ้ำเหมือน เป็นลูกที่แบบก็เป็นลูกจริง ๆ ตื่นมากก็กินไปเรียน กลับมานอนอะไรอย่างเงี้ย คือแบบอยู่ อยู่แบบ ไม่ได้สร้างประโยชน์

อะไรเท่าไร แต่ก็แบบ เออเค้าก็ยังไม่แบบดูแลเรา มันก็คือเหมือน รู้ว่าแบบ เออ มัน ๆ มัน มันมีความรักอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“แต่ก็รัก รักลูกมาก ๆ อะไรอย่างเงี้ย ก็รักลูกมาก ๆ แบบ แบบดูแลสุขภาพทำทุกอย่างแบบให้ได้ลูกได้ดีอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ส่วนตัวนิกก็ไม่ได้โกรธพ่อนะ อ้อ เพราะว่า ยังไงพ่อก็ยัง ถึงพ่อกจะไปมีคนใหม่พ่อกก็พ่อกไม่รักแม่อยู่แล้วแหละตั้งแต่แรกแต่ว่าพ่อกก็รักนิกกับน้องเหมือนเดิม พ่อกยังดูแลครอบครัวเราเหมือนเดิม ยังมาหา ยัง โทรมาถามไถ่สารทุกข์สุกดิบยังส่งตังค์มาให้ยัง ก็ยังเป็นพ่อกคนเดิมที่แค ไปมีผู้หญิงเพิ่มใหม่เพราะว่า เค้าหาสิ่งเหล่านั้นไม่ได้มาจากแม่แล้ว เค้าเป็นครอบครัวที่มี กับแม่มันไม่สมบูรณ์จริง ๆ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เริ่มสังเกตเห็นแล้วก็แบบว่าแบบ ถามด้วยแหละอะแบบ เออเป็นอะไรไปเล่าสิ เครียดอะไร อะไรแบบเนี่ยแล้วแบบ ก็จะทำให้ความสนใจ เพิ่มขึ้นนะอะแบบว่า เป็นเป็นอะไร มีอะไรไปเล่า มาเล่าให้ฟังได้นะ อะไรแบบเนี่ยอะ ก็จะพยายามช่วยกันนะ อะ ผมช่วยเค้า เค้าก็ช่วยผม ต้องบอกว่าผม เค้าอะช่วยผมมาตลอดต่างหากละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“คือเค้าก็เห็น คือผมได้แสดงให้เค้าเห็นหลาย ๆ อย่างว่า ผมตั้งใจ ผมจะแบบทำให้มัน ให้มันสำเร็จให้ได้ ในหลาย ๆ เรื่องที่เค้าเห็นแล้วแบบเออ ผมก็ ผมทำได้จริง ๆ นะ อะไรอย่างเงี้ยครับ เค้าก็เลยแบบมีความไว้วางใจมากขึ้น เวลาผมขออะไร เค้าก็มักจะให้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เราก็ไม่ได้ลืมพ่อแม่หรืออะไรเงี้ยนะคะเราก็ยังแบบ อ้าเราก็ยังมีพ่อแม่ที่เค้าคอยดูแลเรา อ้า ถ้าอย่างตอนนี้ก็เหลือแม่ไข่ม้อยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“แต่รู้สึกแค่ว่าแบบ ก็แม่เค้าก็รักเรา แม่เค้าก็ ทำให้เราทุกอย่าง เราอยากได้อะไร อะไรอย่างเงี้ย เค้าก็ให้อะไรอย่างเงี้ย เออ เพราะฉะนั้นสิ่งที่เราจะตอบแทนเค้าก็คือเรื่องเรียน อะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6



### 3.1.1.2 การเกื้อกูลจากสมาชิกในครอบครัว

การอยู่ร่วมกับครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน สมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ อย่างญาติพี่น้องของผู้ให้ข้อมูลก็มีส่วนช่วยสนับสนุนในการเผชิญกับความขัดแย้งของพ่อแม่ รวมถึงการได้รับแนวคิดแนวทางการใช้ชีวิตของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งการได้รับอิทธิพลจากสมาชิกครอบครัวต่อการเผชิญกับความขัดแย้งของพ่อแม่ มาจากการได้รับการดูแลสั่งสอนจากญาติที่เป็นผู้ใหญ่ หรือการเรียนรู้ซึมซับในการอยู่ร่วมกันดังรายละเอียดต่อไปนี้

“ช่วยแบบ ที่จริงผมคิดว่า ถ้าเกิดทั้งสองคน พ่อแม่ทะเลาะกันเงี้ยแบบ น้ำก็ช่วยแบบ ไกล่เกลี่ยให้ด้วยแหละครับ ระหว่างคุณพ่อคุณแม่ด้วยกัน เสร็จแล้วก็แบบว่า ก็เหมือนกับบอกกับพวกผมกลาง ๆ เหมือนกันแหละแบบ อย่าทำให้เค้าเครียดกว่านี้นะ แบบ ตอนนี่เค้าก็ทะเลาะกันอยู่แล้วแบบ จะให้โมโหเรื่องเร่อีกหรือ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“แต่ไม่ว่าโมโหคดีมากที่ เออได้เกิดมาในครอบครัวนี้นะ เหมือน เหมือนคือที่บ้านนะที่บ้านจะแบบเฮฮาแล้วเหมือน เหมือนเวลา เหมือนเวลาไปเที่ยวกับอ่าอย่างเงี้ย ก็จะเรียนรู้ว่า อย่างเช่นอ่าต่อของยังงี้ อะไรยังงี้ เหมือน เหมือนชีวิตประจำวันทีเค้าใช้ชีวิตยังงี้เราก็จะเรียนรู้จากเค้า เอออะไรอย่างเงี้ยอะพี”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เพราะว่าย่าอะคะเค้าจะมารับไปเที่ยว ไปหาพ่ออย่างเงี้ย ทุก ๆ ทุกอาทิตย์อะคะ อ้อ จนถึงบอหกละ อ้อ หนูก็ไป ยังเจอพ่ออยู่เรื่อย ๆ แต่ว่าตอนนี้แบบ ไม่ได้เจอ เพราะว่า หนูอยู่นะอะไรอย่างเงี้ย ถ้าเกิดว่าหนูอยู่ที่บ้านเงี้ยหนูก็อาจจะไปเยี่ยมได้ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“เพราะว่าน้องอะ น้องสาวชอบเลียนแบบนิว แล้วซึกพักมันก็ อยู่ดี ๆ มันก็เริ่มกลายเป็นคนอย่างงั้น เฉยเลย ไซ้แล้วรู้สึกว้า เขี่ยแม่งน่ารำคาญวะ อะไรเป็นไรเนี่ย เป็นอะไรของมันเนี่ย เออเราก็ค่อยเริ่ม เริ่มเข้าใจพ่อแล้วว่าทำไมพ่อรำคาญแม่ รำคาญเรา เราก้เห็นภาพ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

การมีสมาชิกในครอบครัวที่สามารถพูดคุยปรึกษาได้ในเรื่องของความขัดแย้งของพ่อแม่ หรือเรื่องราวอื่น ๆ ในชีวิต ก็มีหน้าที่ช่วยผู้ให้ข้อมูลในการผ่านพ้นปัญหาหรือความยากลำบากต่าง ๆ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“น่าจะพี่น้องด้วยกันด้วยแหละ เพราะแบบ เวลาแบบ พ่อแม่ออกไปข้างนอก เหลือกันพี่น้องกันสามคนก็จะคุยกันได้ เพราะแบบไม่มีผู้ใหญ่อยู่แล้ว (หัวเราะ) ก็แบบพูดในสิ่งที่ตัวเองคิดได้เต็มที่ ปริกเหมือนก็ปรึกษากันระหว่างพี่น้องด้วยแหละ เพราะจริง ๆ แล้วอะ ถ้าเกิดพ่อแม่ทะเลาะกันยังไง ทั้งพี่ทั้งน้องก็รู้สึกไม่ดีทั้งคู่ด้วยแหละ ก็เหมือนกับแอบปรึกษากันว่าจะเอาอย่างไร ทำอย่างไร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ปัญหาของเราแล้วอะไรมาแก้ได้ ไม่ให้คิดมาก หนูว่า คนรอบข้างก็มีส่วนช่วยด้วย ค่ะ อย่างถ้าตอนอยู่ที่บ้าน อย่างมัธยมปลาย มหาลัยอย่างนี้ เราได้พูดเล่นได้พูด กับน้อง กับป้า กับแม่ตอนเค้าอารมณ์ดี ๆ อะไรอย่างเงี้ย ก็ช่วยได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“อันนี้คือแบบ มีอามีอะไรให้คุยอย่างเงี้ย บางทีเหมือนป้ามาทะเลาะกันอะไรอย่างเงี้ย ก็ไปคุยกับอ่าอย่างเงี้ย ก็มีเหมือนกันว่า เออ แล้วแบบ แล้วอาก็จะพูดว่า อើ ทะเลาะ เค้าทะเลาะกันอะปกติ เค้าไม่ทะเลาะกันเนี่ยเรื่องใหญ่เลย เออก็จะกลายเป็นมองเป็นเรื่องแบบ อันนั้นไปอะพี่ เออก็ทำให้เราแบบ เหมือนมี มีที่พึ่ง มีแบบมีอาที่คุยได้อย่างเงี้ย โอ้ยเค้าทะเลาะกันมาตั้งยี่สิบปีเค้ายังไม่เลิกกันเลย (หัวเราะ) อะไรอย่างเงี้ย ก็จะช่วย ๆ ว่าแบบ ก็ปกตินะพี่ เราก็คูเรียด ๆ เราก็คูไปพูดกับอ่า เนี่ยมะมา มาไปพูดอย่างเงี้ยให้ป้าอีกแล้ว ก็ไปเม้าท์ ๆ บ้าง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

### 3.1.2 การได้รับมิตรภาพจากเพื่อน

นอกจากการอยู่ร่วมกับครอบครัวแล้ว ผู้ให้ข้อมูลส่วนหนึ่งมองว่าการอยู่ร่วมกับเพื่อนก็มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล ในการช่วยให้มีมุมมองความเข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่ที่ขัดแย้งกัน โดยส่วนหนึ่งมาจากการได้รับฟังเรื่องราวของเพื่อนที่คล้ายคลึงกับตน ทั้งจากเพื่อนที่สามารถก้าวผ่านเรื่องราวมาได้แล้ว และกำลังเผชิญกับเรื่องราวปัญหาอยู่ ตามที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ดังนี้

“เหมือนได้ ได้เห็นจาก จากเค้า เค้าเหมือน เทียชีวิตมันก็แบบ โหยถ้าเป็นเราไปอยู่ในสภาพแวดล้อมแบบนั้นเราคงจะแบบ อาจจะไม่โดนหล่อหลอมจนไปกลายเป็นคนไม่ดีก็ได้ แต่มันยังแบบ มันก็ยังเป็นเพื่อนที่ดีของเรา ในสายตาของเราว่าแบบ เออ มันก็เป็นเพื่อนที่ดี ที่แบบ ก็เป็นคนที่มีความรับผิดชอบ มีนุ่เนี่ย ที่แบบ เออที่ดีอะ อยู่ในระดับนี้ ทำให้เรารู้ว่าแบบ สภาพแวดล้อมมันไม่ใช่แบบ มันอยู่ที่ตัวคนนะค่ะ

เหมือนแบบ สภาพแวดล้อมอาจจะแบบ เออมี ผลกระทบบ้างแต่ถ้าเกิด ตัวเราจะเลือกที่จะแบบ ไม่ ไม่ไหลไปตามนั้นแล้วก็เลือกได้อะไอย่างเงี้ยคะ ก็เหมือนเห็นเห็นจากมันว่าแบบ เออมันก็แบบ ยัง ยังอยู่ได้อะไอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“มีคนนึงก็คือ แฟนคนแรก อดีตแฟนที่เคยคบกัน อือฮือ ก็ ก็เค้าก็มีปัญหาแต่บ้านเค้า เลยจนไปกระทั่ง แยกกันอยู่แล้ว ซึ่งบ้านนิวกี่แค่ทะเลาะกันนิวกี่แบบ บางทีก็ แลกเปลี่ยนกันบ้างว่า เออเป็นอย่างนี้นะ ทำยังไง นิวกี่พยายามศึกษาจากเค้าว่า ตอนพ่อแม่แยกกันอยู่เอะ เค้าเป็นยังไงบ้าง เค้าดีมั๊ยหรือว่า เค้าเจออะไรให้เค้าเล่าให้ฟัง อย่างน้อยจะได้แบบ เตรียมตัวของเราด้วย ซึ่งเค้าก็ เค้าก็ค่อนข้างเข้าใจเรา เพราะว่า เค้าก็ประสบปัญหาแบบนี้มาตั้งแต่เด็ก ๆ จนต้องแยกกันอยู่ ก็ ก็น่าจะรุนแรงกว่าของนิวกี่อีกแหละ ก็รู้สึกว่าจะเอาก็ยังมีเค้านะที่ ที่เข้าใจเราที่ ที่คุยกันได้ ที่แบบ เออนิวลื้มเค้าไปเลยแฮะ เวลา พ่อแม่ทะเลาะกันจนนิวกี่ไม่ไหวแล้วบางทีนิวกี่ไปเล่าให้เค้าฟัง เค้าก็ปลอบมันก็ มันก็ดีขึ้นเยอะเลยนะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“มันก็ทำให้เราได้คิดมากขึ้น เพราะว่าประสบการณ์ ที่ดีของเค้าที่เค้าเอามาแชร์ให้เราฟัง เราก็แบบอาจจะฟังแล้วแบบ ทำไมเค้าดูน่ารักจังเลย เค้าทำยังไงนะอะไรประมาณเนี้ย ทำไมเค้า เออ ดูแล้วแบบ ใช้ชีวิต ไม่เครียดดี มีวิธีการยังไง แต่ จากอีกบุคคลนึงอาจจะแบบ ประสบการณ์ที่แบบ ไม่ดีเลย เลวร้าย ดูแบบ เครียดจัง แต่ เค้าก็ยังอยู่ ณ จุด ๆ เนี้ย ยังเป็น เค้ายังปกติ เค้ายัง เป็นเพื่อนเรา เป็นคนที่เรารู้จัก เป็นคนที่เราไวใจ แสดงว่าเค้าก็ต้องมีแนวคิดที่สามารถจัดการกับ อารมณ์และ ความคิดเค้าได้เหมือนกัน แล้วเราก็เรียนรู้จากสิ่งตรงนี้ที่เค้าแชร์มาให้เราฟัง หรือเราสามารถจับจุดได้ว่าเอ๊ะ เพราะเค้าทำอย่างงี้เอง ว่าแบบ ทำ ทำให้เค้ายังอยู่ตรงนี้ได้ แบบไม่ได้ไหลไปกับปัญหาที่ เค้าเคยเจอมาอะไอย่างเงี้ยคะ ก็แบบ ทุกสิ่งทุกอย่างถ้า ถ้า ๆๆ ถ้ามองให้มันมีเหตุผล มองให้มันคิดได้ หนูว่ามันก็ เยอะเลยอะคะที่ ทำให้คิดได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“หนูว่า หนูก็ไม่นะคะ มันแบบ หนูอะ บอกไม่ถูกอะ หนูว่าหนูอะ เห็นชีวิตคนมาหลายแบบอะคะ ก็เลยรู้สึกว่าจะแบบ มันเป็นเรื่องปกติอะคะ อย่างเพื่อน ๆ หนูเงี้ยคะเหมือน บางทีเค้ารักกันดีมาก พ่อแม่ โอ้ยเป็นครอบครัวที่เราดูแล้วแบบ เราสัมผัสได้ถึงความอบอุ่นอะไอย่างเงี้ยคะ แต่เหมือนกับ พอวันนึงอะ ซึ่งแบบหนูก็ได้มีโอกาส

แซทกับเพื่อนคนนั้นอีกทีหนึ่งแบบ กลายเป็นครอบครัวก็แตกเหมือนกันนะค่ะ คือยังอยู่ด้วยกัน เหมือนจะมีความสุข แต่จริง ๆ เค้าไม่มีความสุขเลยค่ะ แล้วแบบ ตัวลูกนี่ก็แบบ เครียด เรียนก็ไม่ได้ต้องออกไปเรียนต่างประเทศเจ็ด้วยค่ะ คือเหมือนแบบ จากที่เป็นคนเก่ง ครอบครัวมีความสุข แล้วทำไมมันถึงเป็นแบบนี้ล่ะ แต่กับเราที่แบบ เราไม่ได้เอาเรื่องนี้มาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมากอะค่ะ เราก็อยู่กับมันได้อะค่ะ คือไม่ต้องถึงขนาดนั้นแล้วก็ไม่ ไม่เป็นแบบมีปัญหาหรืออะไรอย่างงี้ด้วยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

การอยู่ร่วมกับเพื่อนที่มีความปรารถนาดีและจริงใจ ซึ่งอยู่เคียงข้างรวมถึงรับฟังเรื่องราว ปัญหาที่ผู้ให้ข้อมูลนำมาปรึกษา ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลมีความสุขใจ อีกทั้งยังอาจได้ซึมซับเรียนรู้ ลักษณะในแง่บวกของเพื่อนที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตของตนเองอีกด้วย ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แค่เหมือนแบบ คำว่าเพื่อนเหมือนแบบ แค่อู่เป็นเพื่อนนะแบบบางทีแบบ ไม่ต้องทำอะไร แต่เหมือนอยู่เป็นเพื่อนกันมันก็ออู้รู้สึกว่ามี มีเพื่อนแล้วรู้สึกออเราไม่ได้คนเดียว เราไม่ได้โดดเดี่ยวแล้วก็เหมือน ในเวลาที่แบบ เหี้ยเราแบบ เราแบบดี ยินดีมันก็จะแบบ เออดียินดีด้วยไปกับเรา หรือถ้าเราเสียใจมันก็จะแบบ ก็จะอยู่ข้าง ๆ แล้วมันจะไม่ใช่แบบ ประเภทแบบปลอมเกินจริงหรืออะไรหรือถ้าเรื่องไหนที่แบบ เออมันอาจจะไม่เข้าใจ มันไม่อินมันก็ มันอาจจะปลอมไม่ได้มันก็แบบ ก็อยู่ข้าง ๆ เฉย ๆ โดยที่ไม่พูดไรก็ทำให้รู้ว่าแบบ มันคือความจริงใจ มันคือแบบ สิ่งดี ๆ บนโลกใบนี้ที่แบบเออยังมีอยู่อะไรอย่างเงี้ยค่ะ เหมือนให้รู้ว่าโลกนี้มันแบบ เหี้ยมันก็มีแบบ มีความรู้สึกแบบ เอน่าอยู่อะไรอย่างเงี้ยค่ะ”

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ก็เลยเวลามีปัญหาก็เลยค่อนข้างที่จะ ไม่ได้เก็บไว้นานนะค่ะ ถ้ารู้สึกอ้ายเก็บไว้นานมันเริ่มเครียดก็จะเริ่ม ลองหาคนที่ไวใจได้ หรือดูเค้าจะมีประสบการณ์ดูเค้าจะมีความคิดดี ๆ เราก็จะคุยกับเค้าแล้วเค้าก็จะ ลองอย่างงี้ อย่างงี้ซี อะไรประมาณเนี้ย เราก็จะ อู้ จริงด้วย แล้วพอลอง เราลองตัดสินใจ ลอง อะ ลองเชื่อลองทำตามดูซิ แล้วมันออกมาดีเรา ก็ อือ ปัญหาเราก็ แก้ได้ ไว ไม่ได้เก็บไว้นานแบบสะสมอะไรอย่างเงี้ย หนู หนูคิดว่า อือ หนูเห็น เพื่อนบางคนเวลาเค้ามีปัญหา เค้าเลือกที่จะแก้ได้ แก้ด้วยตัวเองมากกว่า แล้วเค้าก็ ก็ไม่รู้ว่าจะพูดกับใคร เค้าก็บอกอย่างเงี้ย หนูก็มัน เค้าเรียกว่าอะไร หนูรู้สึกเค้าดูทรมาณตัวเองจัง หนูไม่รู้ด้วยนิสัยหนู หนูเป็นคนแบบ เก็บเรื่องมีปัญหาอะไรแบบเนี้ยมัน เก็บไว้ได้ไม่นาน มันรู้สึกร้อนใจจังเลย ที่

แบบ หนูเป็น ไม่รู้จะหนูเก็บได้ไม่นาน ไม่เหมือนเพื่อนที่แบบ แค้ดูแค้ทุกซังเลย เราดูหน้าแค้ก็รู้ แต่แค้ก็ไม่ยอมพูดซังก็ แต่อย่างเราเนี้แบบ ทั้ยรู้สึกไม่ดีเลยอะ แล้วเราก้จะบ่น ๆ ๆ ๆ ให้แค้ฟังแล้วแค้ก็ เออมีความคิดอะไรแค้ก็พูดมาให้เราตรงนั้น แล้วอ๊ะ เราก้ก็แก้ ณ ตรงนั้น แล้วเราก้เสร็จ อะไรอย่างเงี้ย หนูไม่ค่อยชอบให้ตัวเอง เครียดเท่าไรอะคะ มันรู้สึกว่่า สูญเสียโอกาสที่จะไปทำอย่างอื่นเยอะถ้ามันเอา มั่ว แต่แบบมาจดจ่อกับเรื่องที โอยเครียด ไม่ได้ส่งผลดีกับตัวเองเลย มันดูเปลืองเวลาคะ ชีวิตมีอะไรให้ทำ มากกว่านี้เยอะเลย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ก็ชอบไปเล่าให้เพื่อนฟัง เอนี้แแม่ขึ้นทะเลาะกันแบบอย่างงั้นอย่างเงี้ยอะไรอย่างเงี้ย (หัวเราะ) ก็มีเหมือนกัน ก็เหมือน เหมือนเล่าแล้วสบายใจขึ้นก็พอแล้วอะไร อย่างเงี้ย ก็ไม่ได้ เครียดเก็บกดแบบ เก็บมากคิดกับตัวเองขนาดนั้นอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“มันก็ เหมือนคนรอบข้างเราด้วยนะ เหมือนแบบ พอมีเพื่อน เพื่อนเราคืออะไรอย่างเงี้ย มันก็เลยจะทำให้เราแบบ มีกำลังใจแบบว่า เรื่อง เรื่องที่บ้านเราอาจจะเยอะ แต่ว่าเรายังมีเรื่องดี ๆ ที ที่มหาลัยอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“คงเป็น สังคมมั้ง แบบว่า ตอนประถม ไซ้มัย ก็เหมือนกับ ก็พอขัดแย้งไปเราก้ไปโรงเรียน ไซ้มัย ก็เหมือนไปเจอเพื่อน ไปเจออะไรก็ รู้สึก ว่าเพื่อนก็สามารเติมเต็มได้นะ แบบว่า ไม่ได้ เราก้ไม่ได้เห็นความขัดแย้งไปตลอดชีวิตอะไรอย่างเงี้ย เราก้แบบ มีเพื่อนมี อะไรมีครอบครัวที่บ้าน มีแม่มีอะไรอย่างเงี้ย มีญาติ ที่ไม่ต้องแบบ เป็นพ่อกับแม่เท่านั้น พอเรามาอยู่มต้นก็เป็นเพื่อนสนิทกลุ่มเพื่อนอะไรอย่างเงี้ย ก็ไม่ได้ ก็ทำให้เรารู้สึกว่่า ไอความขัดแย้งนี้มันก็เป็นแค่คนสองคนจริง ๆ ไซ้ มันไม่ใช่แบบว่าเราต้องเอามาคิดว่า เออเรามีพ่อแม่ขัดแย้งกันแล้วเราจะส่งผลกับการที่ เราเราจะคบเพื่อนไม่ได้นะ อะไรอย่างเงี้ย พ่อแม่ เพื่อน พ่อแม่ เพื่อนเรารู้ว่่าพ่อแม่เราทะเลาะกันก็ไม่ได้หมายความว่าแค้จะเลิกคบเราอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“โชคดีที่มีเพื่อนดี ๆ ด้วยแหละมั้งครับก็เลย ก็เลยไม่ต้อง ไม่ต้องดิ้นรนเพื่อให้บรรยากาศมันดีเพราะเพื่อนก็ช่วย ๆ กัน เพื่อนแบบ ที่เจอก็เป็นเพื่อนพวกอารมณ์ขัน พวกขี้เล่นตลอดแหละไม่มี ไม่มีพวกแบบจิตตกหรือว่า อะไรรอ ๆ มา”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ก็แบบได้ฟังความคิดของเพื่อน ได้มากปัญหาหันแบบ เริ่มคุยโน่นคุยนี่จนแบบ เหมือน ๆ เค้าเป็นคนทำให้ผมเริ่มเปิดมากขึ้นนะ ทำให้ผมเริ่มมองอะไรที่แบบ ตั้งคำถามว่าทำไม ๆ ๆ อะไรก็มากขึ้นนะ จนผมมักจะตั้งคำถามบ่อย ๆ ขึ้นว่าแบบทำไม ๆ อะไรก็ และก็จะแบบ อย่างงี้มันจะดีกับเราหรืออะไรอย่างเงี้ยครับ มันจะดีกับ ไม่ใช่แค่เรารีเปล่าหรือว่า เรื่องทำให้ คือเหมือนทำให้ผมคิดในมุมที่กว้างมากขึ้นนะ ครับ อ้อประมาณนั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 3.1.3 การได้รับแนวคิดจากเรื่องราวเหตุการณ์ที่เผชิญ

การพบเจอประสบการณ์เรื่องราวที่มีส่วนเสริมสร้างมุมมองแนวคิดในการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล อาจมาจากประสบการณ์ในสภาพแวดล้อมหลาย ๆ อย่างเช่น โรงเรียนหรือวัดที่ให้การอบรมสั่งสอนผู้ให้ข้อมูล และสื่อต่าง ๆ อย่างหนังสือ บทความในอินเทอร์เน็ต ภาพยนตร์ ละครโทรทัศน์ หรือการ์ตูน ได้ร่วมกันส่งผลต่อตัวผู้ให้ข้อมูล หรือผู้ให้ข้อมูลเรียนรู้จากเรื่องราวความรู้หรือมุมมองการใช้ชีวิตของบุคคลอื่น แล้วนำมาปรับใช้กับการใช้ชีวิตของตนเอง โดยประสบการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าจะส่งผลต่อตนเองเป็นดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เรื่อง ก็น่าจะเป็นแบบเรื่องหนังสือ เรื่อง สิ่งที่เรียนมาก็ ไม่รู้แต่หนูรู้สึกกว่าแบบ สิ่งที่เรียนมาตอนเด็ก ๆ มัน ก็มีเป็นส่วนช่วยให้เราซึมซับมาว่าเราจะต้องแบบ เป็นคนดี หรืออะไรอย่างเงี้ยคะ แต่ไม่รู้เรื่องอะไร แล้วก็อาจจะแบบ ที่โรงเรียนก็มีออกไป ตอนเด็ก ๆ มีไปเรียนธรรมะ วันทุกวันอาทิตย์อะไรอย่างเงี้ยคะ และหรือว่าเวลาไป เข้าค่ายโรงเรียนก็จะแบบมีพระมาเทศน์หรืออะไรอย่างเงี้ย พระก็สอน คือตอนนั้นก็ ไม่รู้หรือกว่าแบบ เออ ก็ฟัง ๆ ไปโรงเรียนให้ฟังก็ไม่รู้หรือเอาแต่ถ้าตอนเนี่ยมอง ย้อนไปก็แบบ เออ มันก็มีส่วนในการเหมือน ปลูก ปลูกฝังให้เด็กเออเป็นคนดีได้ อะไรอย่างเงี้ยคะ คือถ้าเหมือนมองเทียบกับสมัยนี้ที่เหมือนเห็นเด็กแถวบ้านหรือว่าเห็น หลานที่แบบ เอ๊ยไปโรงเรียนแล้วแบบ รู้สึกสมัยนี้เค้าไม่มีเรื่องนี้กันนะคะ มีแต่แบบ แจกเกม แจกไอแพดหรืออะไรอย่างเงี้ย ซึ่งแบบ ถ้าเป็นรุ่นหนูก็จะมีโรงเรียนก็จะ แบบ เขี่ยมีพระมาหรือว่าทุกวันแม่จะแบบเปิดวิดีโอแบบแม่คลอตลูกหรืออะไร อย่างเงี้ยคะเหมือน มันเป็นการสร้างจิตสำนึกให้กับเด็ก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“คือเพื่อนไม่ใช่ ไม่ใช่อย่างเดียว คงจะเป็นแบบ นี่ผมก็ไม่รู้ว่ามื่ออะไรบ้าง แต่ว่า ประสบการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะแบบ ฟังบรรยาย ครู หรือว่าแบบ แนวคิดต่าง ๆ นานาอะครับ แบบอ่านนู่นอ่านนี่อะไรอย่างเงี้ยครับ อ้อ ก็คง ก็คงต้องมีผลบ้างแหละ

เพราะว่า เหมือนกับมันทำให้เราได้ถูกคิดอะไรบางอย่าง แล้วตั้งคำถามกับมัน ก็คง  
ผมว่ามันต้องมีส่วน มีส่วนเหมือนกันนะครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“มาจากไหนหรือ ไม่รู้อะพี่มัน พอมันโตขึ้นมันก็แบบ เออคิดอะไรแบบผู้ใหญ่ขึ้นมั้ง  
ถึงตอนนี้ก็ไม่รู้สิว่าเออมองอะไรแบบ มุมที่แบบเด็ก ๆ เราไม่ได้คิดแบบนี้อะไรอย่าง  
เงี้ย เออแบบว่า เหมือนเจอโลกมากขึ้นมั้งพี่แบบ เรียนมากขึ้นแบบ เจอว่า พ่อแม่  
เพื่อนเป็นยังไง อะไรยังไงแบบ รู้ ตูละคร ตูหนุ่มนี้ก็เลยแบบเริ่มแบบ เออ แบบมันก็  
เข้าใจเอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“อาจเป็นเพราะว่า พอมาอยู่มหาวิทยาลัย หนูก็เจอความคิดของคนหลาย ๆ คน  
แล้วหนูก็รู้สึกว่า ความคิดเราก็ก่เปิดขึ้นด้วย ปัญหา แบบปากกับแม่ที่ทะเลาะกันเรื่อง  
เล็ก ๆ น้อย ๆ กลายเป็นว่าแบบดูไร้สาระไปเลยเวลาที่ มาทำงานของมหาลัยที่เจอ  
งานที่ต้องเกี่ยวข้องกับคนอื่นที่ไม่ใช่คนที่ใกล้ชิดเรา เรายังพูดแก้ปัญหา บางครั้งให้  
เค้าได้เลย แล้วคนในครอบครัว ซึ่งอยู่กับเรามาตั้งนาน เราก็คงจะแบบ พูดกันได้ดี  
เราก็คงจะแก้ได้ดี ในเมื่อ เราอยู่กับเค้ามากกว่า คนพวกนั้นอีก อะไรอย่างเงี้ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ตอนนี้หรือ นินารู้ รู้สึกว่า ปัญหาเหล่านี้มัน มันเป็นเรื่องทั่วไปแล้วอะ เราเรียน  
จิตวิทยาด้วยแหละมั้ง เราก็ก็น่าได้เข้าใจหรอกแค่แบบว่า ก็ยอมรับแหละว่า เออมัน  
ก็ เป็นไปไม่ได้แล้วนะที่จะ กลับมาเป็นเหมือนเดิม เราก็ก็น่าได้แค่ อย่างที่บอก ก็  
ประคองต่อไป”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“แล้วมันก็มีความสุขด้วย ได้เจอเด็ก ๆ ที่เราไปสอนเงี้ยค่ะ แล้วอีกอย่างหนึ่งคือ เราได้  
เห็นบ้านของเค้าค่ะ คือแต่ละที่อะจะไม่เหมือนกันเลยอะค่ะ คือมีตั้งแต่ที่พ่อแม่ไม่  
สนใจลูกเลย มีทั้งแบบจ้างเราไปสอนแต่จริง ๆ คือเหมือนให้เราอยู่เป็นเพื่อนลูกเค้า  
มากกว่า หรือบางทีก็คาดหวังกับลูกมากเกินไปจนแบบ ลูกไม่ได้เป็นอิสระของตัวเอง  
เลยต้องมานั่งเรียนทุกวันจันทร์ถึงอาทิตย์เงี้ยค่ะ คือแบบเราได้เห็นหลากหลายมาก  
ค่ะ บางครอบครัวก็แบบ เลี้ยงลูกมาด้วยกันสองคนเป็นแฝดเงี้ยค่ะ แต่ทำไมนิสัยมัน  
แตกต่างกันขนาดนี้ บางคน อีกคนฉลาดมาก แต่อีกคนนึงกลับแบบ ไม่ได้เรื่องนี้  
เลยอะค่ะ คือแบบ เราได้เห็นชีวิตคนหลายอย่างอะค่ะ บางทีมันก็เป็นเรื่องที่แบบ

นำมาเป็นประสบการณ์แทนชีวิตเราเองก็ได้ที่แบบ เราอาจจะไม่ได้เจอแบบนี้ แต่เรา  
ได้เห็นของคนอื่นเจี่ยคะ มันก็เอามาปรับใช้ได้อยู่คะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

การเรียนรู้จากบุคคลต้นแบบที่ผู้ให้ข้อมูลชื่นชม ก็เป็นอีกสิ่งที่จะช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลมีแนวคิดการใช้  
ชีวิตและมีแรงบันดาลใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ดังคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“อาจจะเป็นเพราะเนี่ยแหละคะ อดออลทั้งหลายที่แบบว่า เหี้ยเค้าเก่งแล้วแบบดูดี  
เค้า สวย หรือว่าหล่อเท่าอะไรอย่างเจี่ยคะ คือมันเหมือนเป็นแรง บันดาลใจ แรง  
กระตุ้นว่าแบบ ถ้าเราทำได้ เอ้อ ก็ดีนะ เราไม่ต้องการให้ใครมาชื่นชมหรอก แต่  
เราอะ ภูมิใจในตัวเองอะคะ แบบเหมือน อะถ้าพูดให้ถูกก็คือ ชอบตัวเองอะคะที่  
แบบ เราเป็นแบบนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“วิธีคิดที่ คนที่เค้า ประสบปัญหาหนัก ๆ ที่ยิ่งกว่าเราแล้วทำไมเค้ายังประสบ  
ความสำเร็จได้คะ ว่าเค้ามีแบบ แนวคิดยังไงบ้างเจี่ย ทำไมเค้าถึงแบบ ใช้ชีวิตอยู่ได้  
แล้วดูเค้าแจ่มจิงเลยในสายตาเรา แบบอุโคตรประสบความสำเร็จเลย ทำไมเค้ายังแจ  
งอยู่ได้ เป็นเพราะว่าเค้าก็ เค้าก็เคยเสียใจ เค้าก็เคยเจ็บปวดจากสิ่ง ประสบการณ์  
เค้าเหมือนกันแหละ แต่เค้าก็แบบ มีแนวคิดของเค้าที่ว่า เค้าต้องทำตัวเองยังไง พอ  
เราไปอ่าน ณ จุดนั้นเราก็แบบ เอามาปรับใช้อะไรประมาณเนี่ย เรื่องบางเรื่องอาจจะ  
ไม่ตรงกับเราเลย แต่ก็ได้เห็นว่าแบบ อ้อ คน คนเราเมื่อเจอสิ่งไม่ดีแล้วเค้าจะมีวิธีคิด  
ยังไงได้บ้าง อะอะไรประมาณเนี่ยหนูก็แบบ อ่านแล้วมันก็ เอามาคิดได้ทีอะคะ  
แบบอย่างน้อยก็ทำให้เรารู้สึกว่า โชคดีจิงที่เราไม่ได้โชคร้ายขนาดเค้าอะไรประมาณ  
เนี่ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“อ้อแล้วก็มีหนังสือประมาณแบบ คนรวย ๆ ที่แบบประสบความสำเร็จ เค้าก็จะเล่า  
ว่าจิง ๆ เนี่ย ชีวิตเค้าไม่ได้รวย ไม่ได้ดีตั้งแต่เด็ก เพราะเค้าบางคนแบบ ทำออกมา  
ทำงานตั้งแต่แบบอายุแบบ เจ็ดแปดขวบ หรือบางคนแบบ ที่บ้านมีปัญหาแต่ เค้าตัด  
ตรงนั้นแล้วเค้าก็แบบเอาตัวให้แบบเออดี อะอะไรอย่างเจี่ยคะ ก็แบบเห็น เห็นหลาย  
ๆ คนแล้วแบบเหี้ย มาแล้ว (หัวเราะ) อะอะไรอย่างจี้ ของเราก็เออมีปัญหาเราก้แบบ  
ถ้าทำตัวดีอะอะไรอย่างเจี่ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9



“เหมือนอ่านหนังสือด้วยมั้งพี่ แบบพวกที่เค้าประสบความสำเร็จอะไรอย่างเงี้ย อ่านนุ่นอ่านนี่ ดูแบบ ดูคนที่เค้าเก่ง ๆ อะไรอย่างเงี้ย เออแล้วเค้าก็จะบอกว่า เออ เออ คุณ ถ้าคุณเป็นแบบนี้ คุณจะอะไรแบบ ไม่รู้จะหนุคิดว่าโลก สิ่งที่ได้เห็นในชีวิตประจำวันอะไรเงี้ยมั้งพี่ แบบ เออทำให้เราแบบ อยากจะพัฒนาตัวเองให้มันดีขึ้นเรื่อย ๆ อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ปัจจุัย ก็คงอาจจะเป็นพวกบทความจากอินเทอร์เน็ตด้วยอะครับ ก็แบบอ่านนุ่นอ่านนี่ ได้แนวคิดได้แบบ motivation ต่าง ๆ อะไรอย่างเงี้ยครับ ที่ว่าคนเราทำอย่างงี้ ทำไมเค้ายังทำสำเร็จเลยวะ อะไรอย่างเงี้ยครับ ผมก็แค่มองตัวเองว่า มันก็ไม่ต่างกันเลย เรายังแบบเหมือนกัน คนเราจะทำอะไรให้สำเร็จ เหมือนที่ผมบอกอะ ผมเชื่อเรื่อง ความพยายาม ถ้าเราพยายามจริง มัน มันน่าจะทำได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 3.2 การสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

ผู้ให้ข้อมูลสามารถดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้แม้พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน ปัจจัยสำคัญส่วนหนึ่งมาจากตัวของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นผู้เลือกแนวทางการใช้ชีวิตของตนเอง โดยในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ผู้ให้ข้อมูลมีความสามารถปรับตัวที่จะปรับตัวเพื่อให้สัมพันธ์ภาพเป็นไปในแนวทางที่เกื้อกูลซึ่งกันและกันมากกว่าที่จะมีปัญหาต่อกัน ในการดำเนินชีวิตของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลมีความพยายามที่จะใช้ชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์ทั้งเพื่อประโยชน์ต่อตนเองตลอดจนสังคมโดยรวม และในการอยู่ร่วมกับพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งกัน ผู้ให้ข้อมูลมีการเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินของตนเองอีกด้วย

#### 3.2.1 การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

ในการดำเนินชีวิตที่ย่อมต้องมีการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ผู้ให้ข้อมูลมีแนวคิดและแนวทางในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ อีกทั้งยังมีความยืดหยุ่นและเปิดรับประสบการณ์จากการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เคารพในการตัดสินใจของแต่ละบุคคล ปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น และจัดการกับความขัดแย้งที่ไม่ทำให้เป็นปัญหารุนแรง

##### 3.2.1.1 การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

การรับฟังผู้อื่นมาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลมองว่าความคิดเห็นของผู้อื่นอาจช่วยให้ตนมีมุมมองความคิดที่มีประโยชน์เพิ่มเติม หรือการไม่อยากโต้เถียงให้เกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น ดังนั้นเมื่อผู้อื่นพูด

สิ่งใดมา ผู้ให้ข้อมูลก็จะฟังเพื่อนำมาพิจารณาทำความเข้าใจแนวคิดของผู้อื่น โดยผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ ดังนี้

“ผมก็ไม่รู้เหมือนกัน มัน เหมือนพอคนอื่นพูดอะ ผมมักจะฟัง ผมก็ไม่รู้เหมือนกัน เวลาพูดปุ๊บ ผมจะแบบฟัง แล้วก็คิดทุกครั้งอะ มันเหมือนเป็นนิสัยแล้วครับ ถ้าเค้าถ้า ประเด็นที่เค้าพูดมา มันเป็นแนวทาง หรือเป็นแนวคิดใหม่ให้ผมได้มองมุมอื่นอะ ผม ก็มักจะฟัง ผมก็ไม่รู้เหมือนกัน เหมือนกับมันเป็น เป็นนิสัยไปแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เพราะส่วนใหญ่ผมคิดว่าผมเป็นพวก ค่อนข้างยอมตามคนอื่นนะอะ เป็นแบบชอบ ฟังมากกว่า แล้วแบบเวลาใครเค้าพูดอะไรผมก็จะแบบ เออรับฟังไม่ค่อยอยาก ไม่ค่อยอยากเถียงกลับเท่าไรอะครับ ก็แบบฟังแล้วเก็บไว้ เก็บไว้ เก็บไว้ก็แล้วแต่ ก็มี ได้ตอบกลับบ้าง แต่ก็แบบ ไม่บ่อยนักหรอก ถ้าเกิดมันไม่ใช่เรื่องที่เรารู้สึกขัดกันใจ มากจริง ๆ อย่างงั้นนะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“หนูเป็นคนที่เป็นแบบ อยากฟังความคิดเห็นของคน คนหลาย ๆ คนเยอะ ๆ เพราะว่า หนูคิดว่า ในเมื่อเรามีปัญหาอะ อย่างแรกเลยเวลาเรามองปัญหา เรามองด้วยตัวเรา เองอะ เรามองไม่ออก เราก็แบบ หงุดหงิดแล้วอะ ถ้าเรายังดันทุรังต่อไปอะ มันก็ยัง แก้ไม่ออกอยู่ดี หนูก็เลยแบบ หนูก็เลยต้องการใครซักคนหนึ่งที่แบบระบายให้ฟังแล้ว อยากฟังว่าเค้าจะคิด แบบมองปัญหาเรายังไง ในเมื่อเค้าเป็นคนมองเข้ามา เค้าย่อม เห็นอะไรมากกว่าเรา ก็อยากฟังว่า เออ เค้าจะแนะนำเราอย่างไรนะ บางทีแบบ คำแนะนำที่เค้าแนะนำ กลับมาให้เรา เราก็แบบ เออวะ เราคิดไม่ได้นะเนี่ย ทำไมเรา คิดยากจัง คิดแค่นี้ก็ได้ อะไรประมาณเนี่ย ก็กลายเป็นว่า เหมือนเปิดโอกาสให้ตัวเอง ได้เจอทางออกของปัญหา ที่เยอะขึ้น แล้วสุดท้าย เราก็จะเป็นคนเลือกเองว่าเราทำ วิธีไหน แล้วสบายใจ อย่างเงี้ยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

### 3.2.1.2 การเคารพความคิดของผู้อื่น

การเคารพความคิดของผู้อื่น เป็นการยอมรับความคิดของผู้อื่นที่แตกต่างจากตน ด้วยความ เข้าใจว่าแต่ละคนมีประสบการณ์ชีวิตที่ไม่เหมือนกันจึงมีความเชื่อและความคิดที่แตกต่าง และทุกคนก็ มีสิทธิ์ที่จะเลือกตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของเขาเอง โดยผู้ให้ข้อมูลไม่พยายามจะเปลี่ยนผู้อื่นให้เป็นอย่าง ความคิดของผู้ให้ข้อมูล และมองว่ายังสามารถเรียนรู้ความคิดใหม่จากผู้อื่นได้ด้วย ดังการบอกเล่า ต่อไปนี้

“อย่างหนึ่งที่ผมได้เรียนรู้เลยก็คือ เราไม่ควรจะพยายามบังคับคน หรือเปลี่ยนคน ผมรู้สึกว่าเป็นเพราะว่า ชีวิตส่วนตัวผมชอบโพสิทีฟที่แบบ คน แบบ individual ของแต่ละคนอยู่แล้ว เพราะว่า คือ คือ ผมไม่ชอบบังคับคนนะ การที่คนเราจะตั้งใจทำอะไรซักอย่างจริง ๆ อะ มันต้องเกิดจากตัวเค้า ซึ่ง ถ้า เราไปพยายามเปลี่ยนเค้ามาก ๆ อะ แล้วเค้า มันไม่เป็นสำเร็จอย่างที่เรากำลังการนะ เราก็ดูใจเปลว ๆ ผมเลยรู้สึกว่า ผมไม่ต้องการบังคับคน ผมไม่ต้องการแบบ ไปฟอร์มให้เค้าเป็นอย่างที่เราต้องการนะ ผมเลยรู้สึกว่า บางเรื่องถ้ามันไม่ได้อะ ถ้ามันไม่เกี่ยวกะเราอะ ผมก็ปล่อยไป มันไม่ มันไม่ใช่เรื่องของผม มันไม่ใช่หน้าที่ผมที่ต้องไปเปลี่ยนคน อีกคนนึงให้มาเป็นอย่างที่ผมต้องการ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“หรือว่ามันทำให้มันเป็นคนที่ เคารพกับจุดยืนของใครหลาย ๆ คนว่า เออเค้ามีจุดยืนแล้วเค้าไม่ต้องมาคิดเหมือนเราก็ได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“เราไม่แอนตี้ คือคุณจะทำก็ทำไปแต่ในใจเราก็ดูแบบ คิดว่าแบบ เพื่ออะไร อะไรอย่างเงี้ยคะ แต่บางทีถ้าเพื่อนไปเราก็ดูแบบ อะไปนั่งฟังเพลง อยู่กับเพื่อนอะไรอย่างเงี้ยคะ ก็แค่นั้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“แล้วก็เรื่องการ เคารพความคิดของคนอื่น เรื่องแบบเหมือนประมาณว่ารับฟังความคิดเห็นของคนอื่นคะ หนู หนูคิดว่าความคิดของคนอื่น ทุกสิ่งทุกอย่างที่เค้าพูดมา หรืออย่างเงี้ย สำหรับคนอื่น คนที่เค้าไม่เห็นด้วยกับความคิดของใครบางคนอะไรอย่างเงี้ย อาจจะมองว่าเป็นสิ่งไร้สาระหรือน่าเบื่อไม่น่าฟัง แต่หนูรู้สึกว่า ความคิดที่เพื่อนพูดมา คนอื่นพูดมา พี่พูดมา ถึงไม่ได้เกี่ยวกับตัวเราแต่ว่า มันทำให้เราได้เก็บมาคิดว่าแบบ เออ มันตรงจุดกับที่เราสนใจมันก็ ช่วยเปิดทัศนคติ ความคิดของเราไปอีกระดับนึงว่าแบบ เอ้อ เป็นอย่างงี้ อะไรอย่างเงี้ย เพราะว่าในเมื่อประสบการณ์ของแต่ละคน เค้าก็ไม่มีแบบเรา แล้วเรา เราก็ดูไม่มีแบบเค้าเหมือนกัน ดังนั้นเราก็ดู เรียนรู้จาก รู้จักเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่นด้วยอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

### 3.2.1.3 การปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น

การปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น เป็นการเปิดรับความคิดเห็นที่ผู้อื่นมีต่อผู้ให้ข้อมูล แล้วนำความคิดเห็นนั้นมาพิจารณาเพื่อที่จะปรับเปลี่ยนตนเองในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่นมากขึ้น โดยมาจากความเข้าใจถึงการที่ผู้อื่นได้รับผลกระทบจากการแสดงออกของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลจึงไม่อยากจะให้ผู้อื่นได้รับผลกระทบทางลบจากพฤติกรรมของตน ซึ่งอาจนำไปสู่ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งต่อกัน ดังที่ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าไว้ดังนี้

“ไม่รู้หนู เหมือน เหมือนหนูพยายามเหมือน พัฒนาตัวเองให้แบบ เป็นคนที่โอเคอะ พี่แบบ เหมือนบางทีแบบ เพื่อนบอกเราพูดตรงเงี้ย เราก็จะเริ่มแบบ คิดมากขึ้นเวลา พูดอะไรอย่างเงี้ย เออจะแบบ ไม่รู้หนูคิดว่าแบบ คนที่แบบ ปิดตัวเองคือคนโง่แบบ เออ ถ้าเราเปิดแบบ ยอมรับแบบ เหมือนมีว่าอะไรไม่ ไม่ตรงไหนไม่ด้อย่างเงี้ย โหมก็จะเริ่มมามองว่าจริงมัย จริงมัยอะไรอย่างเงี้ย เออแล้วก็จะเริ่มแบบ เหมือนบางทีเรา ไม่รู้ว่าสิ่งนี้มันไม่ดื้ออะ แบบในตัวเราที่แบบมันออกไปมันไม่ดื้ออย่างนั้นเราก็ลืม เหมือน มันเป็นนิสัยเงี้ย แต่หนูก็ค่อนข้างเปิดอะไรอย่างเงี้ย แต่หนูก็ไม่ได้ว่าทำได้ทุกอย่างที่ แบบว่า ปรับปรุงได้ทุกอย่างแต่ก็พยายามแบบ เออแบบฟังคนอื่นอะไรอย่างเงี้ย อ้อก็ แบบเออ แก้วยังงี้ พยายามแบบไม่ ไม่ ไม่เอา ไม่เอาใจตัวเองอะ ตอนเด็ก ๆ เอาใจตัวเองมาก เออแล้วพอโตขึ้นก็แบบ มันก็เปลี่ยน เปลี่ยนนิสัยก็เปลี่ยนไปนิดนึงอะไร อย่างเงี้ยพี่ อ้อ อาจจะไม่ได้ดีขึ้นก็ยังเป็นคนแบบ อารมณ์ร้อน พูดตรง ๆ บางทีก็ แบบ ก็ด่าตรง ๆ อะไรอย่างเงี้ย มันก็มีก็มี (หัวเราะ) แต่ก็แบบเออ พยายามแบบ พยายามเป็นคนดี (หัวเราะ) เออพยายามรู้ว่าอะไรถูกผิดแล้วแบบ เอออะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“บางทีเนี่ยยอมตามคนอื่นบ้างก็ไม่ใช่ว่าเรื่องเลวร้ายอะอะ ก็แบบถ้าเกิดเรายัง แบบ รู้สึกไม่ขัดกับมันมากนักอะอะ ก็แบบว่า ไม่ต้องแบบว่าตามใจเราอย่างเดียวตลอด เพราะว่าแบบ ยังไงเราก็ไม่ได้อยู่ด้วยตัวคนเดียวอยู่แล้ว ก็อยู่กับทุกคน แบบว่าถ้า เกิด ยังไงอยู่กับทุกคนมันก็ต้องมีปัญหาเกิดขึ้นบ้างอยู่แล้วเพราะฉะนั้นเนี่ย ถ้าเกิดว่า เราเนี่ยสามารถลด แบบความรู้สึกของตัวเองที่แบบว่าขั้นต้องเป็นที่หนึ่ง ต้องแบบ ต้องเอาตามใจขั้น เปลี่ยนจากเป็นยอมตามคนอื่นบ้างอะไรแบบเนี่ยครับ ผมจะรู้สึกว่า มันแบบ มันชวนให้กลมกลืนกันมากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“มันก็ มันก็ส่งผลแค่ตัวนิวเอ่อที่นิวเป็น เป็นคนที่ค่อนข้างยอมคนอื่น เป็น เอ่ออะไรก็ได้ เอ่อ นิวคิดอย่างนี้นะ คุณคิดอย่างนี้หรือก็ เออคล้าย ๆ แบบคุณแหละมั้ง ก็

พยายามปรับตัวเองให้เข้ากับคนอื่นได้เยอะ ๆ อ้ออ้อ นิวเรียนรู้ว่ามัน มันดีกว่าที่จะรู้สึกว่าย เทียเราคิดว่ามันเป็นกอกไก่ นายคิดว่าเป็นขอไข่ ไม่ ไม่ฟังนาย เราเป็นกอกไก่เหมือนเดิมอะไรรอย่างเงี้ย อ้อ สำหรับนิว นิวว่ามันไม่คီးะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ก็เอามาใช้ระยะเวลาแบบ เวลาเราปรับตัวอยู่กับคนอื่นอะไรรอย่างเงี้ย เราก็ต้องเหมือน เรื่องไหนที่เรา ยอมเพื่อนได้อะเราก็ยอมไป แต่เรื่องไหนที่รู้สึกว่ามันเกินไปกะเราอะ เราก็ พุดในสิ่งที่เราคิดออกไป พุดในสิ่งที่แบบ มันเป็นสิทธิ์ของเราอะ อย่างเงี้ยมันก็จะ ทำให้เราโอเค ทั้งเราทั้งเพื่อนอะไรรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

### 3.2.1.4 การจัดการกับความไม่ลงรอยโดยไม่ให้เกิดปัญหารุนแรง

การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นบางครั้งก็อาจมีสถานการณ์ที่เกิดประเด็นความไม่ลงรอยกันขึ้น แต่ผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะจัดการกับสถานการณ์นั้นโดยไม่ใช้การทะเลาะรุนแรง แต่ใช้วิธีการอื่นอย่างการพูดคุยด้วยเหตุผลให้อีกฝ่ายเข้าใจตนเอง และการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ให้ตอบโต้กลับด้วยความรุนแรง ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“ถ้าเกิดทะเลาะกับเพื่อนรุนแรงมีมัย แบบต้อยตี้ยก็ไม่ค่อยมีนะ ส่วนใหญ่แบบไปเล่นกับเค้าแล้วเหมือน เค้าอารมณ์โกรธขึ้นมาเค้าก็แบบ ผลักเราเงี้ยเราก็ไม่ได้แบบ สวนกลับอะไรรอย่างเงี้ยนะ เราก็รู้สึกว่ายแบบเออแบบเราก็ ก็ ก็หงุดหงิดนิดนึงแต่ว่าก็ไม่ได้แบบ ทำต้อยต้อยอะไรกับเค้าก็ไม่ได้ไม่มี ไม่มีเรื่องต้อย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“ไม่ได้ทำอะไรคะ คือตอนแรกคิด พอที่รู้ว่าแบบ ตาคคนนั้นแบบเออมาแยงก็คิดว่าเหมือนแบบ เทียจะต้องไปจัดการตอะไรนั้นแล้วแบบ อ้อก็ไม่ ก็เหมือน ให้มันเป็นแบบ เรื่องแค่นี้เกิดแคในแบบ เออครอบครัวเราก็พออะไรรอย่างเงี้ยคะ เพราะเหมือนรู้ว่าคน คนที่ไม่ดีซักวันก็ต้องแบบ ก็ต้องไม่ ก็ต้องแบบ เผยออกมาเองว่าแบบ ว่ามันไม่คီးะไรรอย่างเงี้ยคะ เออก็แบบ ก็ไม่ไปยุ่งกับเค้า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ยกตัวอย่างเช่นสมมติผม ผมมีปัญหาอะไรกับเรื่องงานหรือเรื่องกิจกรรมหรืออะไรอย่างเงี้ย ผมถกกับเพื่อนแล้ว แล้วผมก็มีอารมณ์ ผมก็พุด ผมก็ระบายอารมณ์ แต่ภายใต้ระบายอารมณ์นั้นนะ ถ้าเค้าพุดอะไรกลับมา ผมก็ ผมก็นิ่งฟัง แล้วก็ถกกันต่อถึงมีอารมณ์ผมก็พุด ๆ แบบใส่อารมณ์อะไรรอย่างเงี้ย แต่พอถกคุยกัน แต่คือมัน

บรรยากาศของการคุยกัน ผมมีอารมณ์ ไม่ได้หมายความว่าผมพูดจนผมแบบไม่ยอมฟังคนอื่น แต่พอเค้าพูดอะไรผมก็คุย ผมก็คุย ผมก็มานั่งพยายามแก้ปัญหาอยู่ดี คือเหมือนกับ ปล่อยให้อารมณ์ออกมา แต่พอถึงช่วงที่มันต้องหาปัญหาที่ใช้เหตุผล อะไรอย่างนี้มากกว่าครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“คือเหมือนแบบว่ามันก็ต้องนึกถึงอะที่เพื่อนเหมือนไม่พอใจเราแต่ว่า ช่วงนั้นนะเป็นช่วงที่มีกลุ่ม counseling ที่ที่บังคับเรียนอยู่แล้วต้องทำชั่วโมง หนูก็เลยเหมือน ใช้โอกาสได้บอกเค้า เราอะไม่ได้เล่าปัญหาให้เค้าฟังแต่ บอกให้เค้าเข้าใจว่า เนี่ยช่วงเนี่ยเราแบบมีปัญหาอะ เหมือนถ้าเรา ถ้า ถ้าแบบทำอะไรไม่โอเคอะ ก็ขอโทษไว้ก่อน ซึ่ง เพื่อนเค้าก็บอกว่า เอ๊ยเค้าก็รู้สึกกว่าแบบ ทำไมเดี๋ยวนี้เราเป็นอะไรก็ไม่รู้ แต่ว่า เอ๊ยพอเราบอกเค้าก็เข้าใจอะไรอย่างเงี้ย ก็เหมือน ได้ปรับความเข้าใจไปพอดีด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“แล้วหนูคิดว่าถ้าหนูอายุเกินยี่สิบแล้วก็น่าจะไม่จำเป็นต้องขอลายเซ็นพ่อแล้วค่ะ เพราะหนูก็สามารถทำได้ด้วยตัวเองอะไรอย่างเงี้ยค่ะ แต่ตอนไปขอพาสปอร์ตอะแบบ โหยุ่งยากมากเลยอะค่ะ อี้มีปัญหาเยอะ ต้องไปคุยกะไอ้ผู้บริหารทำพาสปอร์ตอะไรเนี่ย แต่แบบเราก็ต้อง อานิดนึง ให้เค้าเห็นใจ อี้ อะไรอย่างเงี้ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 3.2.2 การดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์

ผู้ให้ข้อมูลมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และไม่สร้างปัญหาความเดือดร้อนให้กับตนเองและผู้อื่น ในลักษณะของการทำในสิ่งที่เป็นการพัฒนาตนเองด้วยเห็นว่าคุณค่าชีวิตมีคุณค่า การควบคุมตนเองให้ทำในแนวทางที่ตั้งใจไว้ การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลในการเลือกกระทำการต่าง ๆ และการให้คุณค่าแก่การเลือกกระทำการที่พึงาม

#### 3.2.2.1 การพัฒนาตนเองด้วยเห็นว่าคุณค่าชีวิตมีคุณค่า

การพยายามพัฒนาตนเองด้วยเห็นคุณค่าในชีวิตตนเองของผู้ให้ข้อมูล มาจากการมองว่าตนเองต้องดำเนินชีวิตในแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ไม่ใช่ส่งผลเสียต่อตนเอง เพื่อการดำเนินชีวิตของตนเองในปัจจุบันและอนาคต ผู้ให้ข้อมูลจึงพยายามที่จะพัฒนาคุณลักษณะต่าง ๆ ให้มากขึ้น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“มันเหมือน ก็ปกติเป็นธรรมดาของชีวิตอยู่แล้วที่แบบเออเราอยากจะดีขึ้นแต่ ในสถานการณ์ที่เราแบบ ซิล ๆ อะ เราก็อาจจะแบบเออขี้เกียจก็ไว้ก่อนหรืออย่างเงี้ย

แต่เพราะอันเนี้ยเรารู้ว่า เทียสถานการณ่มันแบบ มันไม่มั่นคง เราก็เลยเหมือนแบบ อ้อ ก็ เหมือนพอสถานการณไม่มั่นคงเราก็เลยต้องพยายามจะแบบ ทำตัวเองให้แบบ ให้ดี ให้หนักแน่น ให้มั่นคงอะไรอย่างเงี้ยคะ มากขึ้น น่าจะเป็นอย่างงี้มากกว่า เหมือนชดเชยกัน เพราะถ้าเกิดเหมือน อะถ้าอันนี้แยแล้วเรายังไปทำตัวแยมันก็จะเหมือนแบบ มัน มันไม่ได้เกิดประโยชน์จากสิ่งนี้เลยอะคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ผมว่ามันหลาย ๆ ความคิดแนวคิด เพราะว่าโตไป พ่อแม่เราก็ไม่ได้เลี้ยงเราตลอด ชีวิตอะ โตขึ้นไปเค้าก็ต้องแบบ เค้าก็ต้อง เค้าก็ต้องแบบ ยังไงดีอะ ก็แก่ชราไปตาม เวลา แต่อากาศผมก็ต้องอย่าด้วยเท้า แบบยืนด้วยเท้า ลำแข้งของตัวเองอะไรอย่างเงี้ย ก็แบบ ถ้าผมไม่ทำให้ตัวเองให้ดี อากาศผม ต้องมา ง้อแบบไม่รู้เรื่อง ไม่มี ความสามารถ ผมก็ไม่เอาอะ อ้อ ครับ ผมเลยคิดว่า ผมพัฒนาตัวเองดีกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“บางทีแบบ ไม่รู้ ไม่รู้นะพี่พอมันโตขึ้นมันก็แบบ อยู่ดี ๆ ก็แบบว่า มานั่งบางทีก็นั่ง นิ่ง ๆ คิดเลยนะแบบ เออเรา เอออย่างงั้นเราไม่ดียังงั้นอะไรยังงั้น แบบนั่งคิดเลยเงี้ย เอออยากจะเป็นคนดีให้ได้เรื่อย ๆ ให้มากขึ้นมากขึ้นนะ แบบอยากพัฒนา ตัวเองปรับปรุงตัวเอง ก็แบบ ประมาณนี้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เป็นเพราะแบบว่า เห็นแม่ลำบากมั้งคะแบบ เลี้ยงเราคนเดียวอะ เออ แล้วแบบ หนูจะต้องแบบ ไม่ จะต้องไม่หยุดอยู่แค่นั้นอะไรอย่างเงี้ย ชั้นต้องเรียนแบบ ถ้าแม่มี แรงส่งแล้วเราก็ต้องเรียนให้สูงอะไรอย่างเงี้ย เออเค้าก็บอกอยู่เสมอว่าแบบ เนี่ยต้อง เรียนแบบสูง ๆ นะ อะไรอย่างเงี้ย อ้อ หนูก็แบบ อยู่แล้วอะไรอย่างเงี้ย เออแต่ก่อน หนูเรียนโรงเรียนวัดไงพี่แล้วแบบ มันมีโรงเรียนประจำจังหวัด หนูก็แบบ เออหนูจะสู้ เค้าได้มัยเนี่ยอะไรอย่างเงี้ย แต่สุดท้ายแบบ ก็อ่านทุกอย่าง ก็สอบเข้าได้อย่างเงี้ย แบบ มันต้องได้อะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“มันมาจากไหนหอรอ จริง ๆ อะ ตอนที่หนู ตั้งแต่เด็กเลยนะคะ ตอนเด็ก ๆ หนูคิดว่า เก่งหรือไม่เก่งไม่รู้อะ แต่ว่า พอย้ายโรงเรียนมาตอนช่วงปอสามอะคะ อันเนี้ย เหมือนกับว่า ตอนนั้นเป็นช่วงปรับตัวหนูก็ โง่มาก เรียกได้ว่าโง่เลยขนาดปอสามปอ สี่ปอห้ายังไม่ได้เกรดสี่อะคะ แล้วทีนี้พอมามอหนึ่ง ก็เริ่ม ก็ยังไม่ได้เกรดสี่อยู่อะ แต่ พอมามอสองเนี่ย หนูก็ไม่รู้เหมือนกันว่าเพราะอะไรแบบ อยู่ ๆ มันเหมือน มี

บางอย่างเกิดขึ้นในใจ เนี่ยคะคือมันเหมือนแบบ อยู่ ๆ เราก็สามารถทำหลาย ๆ สิ่งหลาย ๆ อย่างได้ดีขึ้นเลยอะคะ แบบจนเราก็แปลกใจในตัวเองอะคะ ทั้งที่เรา ก็ไม่ได้ เป็นคนที่แบบอ่านหนังสือบ้างอะไรขนาดนั้นนะคะ แล้วแบบ พอมาสอบสามก็เริ่มดีขึ้น แล้วทีนี้พอมาสั่งทำหกเนี่ยคะ คือแบบ อยู่ ๆ มันก็หนูก็ไม่รู้เหมือนกันนะ ว่าแบบ คณะหนูก็อยู่เป็นอันดับต้นเลยคะ คือไม่ที่หนึ่งก็ที่สองของห้องตลอดเลยคะ ซึ่งมันเป็นเรื่องแปลกใจมากทั้งตัวหนูเองและเพื่อนร่วมห้องด้วยคะที่แบบอยู่ด้วยกันมา ตั้งแต่มอต้น มอประถม แต่ไม่เคยเห็นนะคะ คือหนูก็เลยคิดว่า บางทีเนี่ย ถ้าเรา ตั้งใจอะ แบบแค่ตั้งใจ เอาแค่ก่อนสอบก็ได้อะ ถ้าเราตั้งใจอะ เราก็จะทำมันได้อะ มันอยู่ที่ความขี้เกียจของเราด้วยว่า เรามีมากน้อยแค่ไหน เพียงแค่ว่าเราตั้งใจอม สละเวลาสักวันนึง มาอ่านเงี้ย มันก็ต้องทำได้อะคะ คือมัน บางทีหนูก็ยังงงเลยนะคะ ว่าแบบ ทำไมคนที่เค้ากล้าทำอะคะ แบบไม่อ่านเลยเงี้ย คือเค้าทำอย่างนั้นได้ยังไงอะ แล้วแบบ คือถ้าเค้าอ่านก็ทำได้แล้วทำไมไม่อ่านละ เออ เราก็รู้ว่าถ้าเราทำตรงนี้บู้บ เราจะทำอีกอันได้ดี แต่ทำไมบางคนเลือกที่จะไม่ทำตรงเนี่ยอะคะ เป็นเพราะว่าเค้าขี้เกียจรีเปล่า อะไอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 3.2.2.2 การควบคุมตนเองในการทำตามแนวทางที่ตั้งใจ

แม้บางครั้งผู้ให้ข้อมูลอาจประสบกับอุปสรรคที่ทำให้ยากในการทำตามความตั้งใจของตน แต่ผู้ให้ข้อมูลก็มีการควบคุมตนเองให้ใช้ชีวิตในแนวทางที่ตั้งใจไว้อย่างเหมาะสม ด้วยการตระหนักถึงผลดี และผลเสียที่จะเกิดขึ้นตามมาในการเลือกตัดสินใจทำแต่ละทาง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็เลือกที่จะไม่ดำเนินชีวิตในทางที่ส่งผลเสียต่อตนเองรวมถึงครอบครัว ดังคำบอกเล่าต่อไปนี้

“มันไม่ใช่สิ่งที่แบบว่าเราทำอยู่ทุกวัน เป็นประจำตั้งแต่เด็ก มันรู้สึก ผิดด้วยละมั้ง แบบมันเหมือนกับมันนี่ก ก็นี่กย้อนมาเออทำไม ตอนเด็ก ๆ ก็ทำได้นี้แบบ เวลา กลับมาบ้าน ตอนเด็ก ๆ มีนิสัยจะแบบว่า กลับมาจากโรงเรียนก็แบบ เปิดหนังสือทำการบ้านเป็นอันดับแรก พอทำแล้วก็รู้สึกจะได้เล่นทุกอย่าง ตามที่แบบว่าอยากได้ เพราะคุณแม่อนุญาตแล้ว มันเหมือนเป็นข้อตกลงนะ ว่าแบบถ้าเกิดการบ้านเสร็จ แล้วจะแบบ จะได้ทำในสิ่งที่ชอบได้ แล้วพอแบบ ถ้าเกิดช่วงหลัง ๆ ที่แบบว่าเริ่ม ออกนอกเส้น คือแบบกลับมาบ้านแล้วแบบ เออ เบื่อไม่อย่างทำ โยน กลับมาบ้าน เสร็จวางหนังสือเสร็จแล้วก็แบบเล่นคอมพิวเตอร์อะไรแบบเนี่ย ก็แบบ ก็โดน พอ โดนคุณพ่อคุณแม่พุดอะ มันก็เหมือนกับว่าแบบ ชวนให้นี่กถึงนะอะว่า เออแต่ก่อน เราก็ทำได้ แล้วทำไมตอนนี้อะ จู้ ๆ แบบ ก็ทำไม่ได้ซะงั้นนะ ก็เลยแบบว่า ปรับใหม่ ให้แบบเข้าเส้นเดิม”



ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

“ผมก็พยายามตัด แต่ไม่ได้หมายความว่าทำได้ทุกครั้ง คือแบบ บางครั้งเราก็กึ่งแบบ เหมือนอยากจะทำนอกกรอบบางอย่างอะไรในเป้าหมายที่แบบ ที่สิ่งที่เราอยากทำ อีกอย่างหนึ่งอะ แต่ว่า ไอ้อย่างที่เรอยากทำอะไรอะ มันจะขัดเป้าหมายเราอะ คือผมก็จะ ออก ออกบ้างอะ แต่ว่า จะพยายามไม่ให้อะไร ให้มันน้อยที่สุด แบบอย่างน้อยแบบ ลับตาห้ละครั้งสองครั้งอะไรอย่างเงี้ย แต่ว่า ถ้า ถ้าเกินจากนั้นนะ ผมจะพยายาม แบบ ผมทำผมจะรู้สึกผิด ผมจะรู้สึกผิด แล้วแบบเอ๊ยทำไปแม่งรู้สึกผิดอะ ก็เลยจะ พยายามกลับมาให้มัน ให้เป้าหมายสำเร็จแทนมากกว่า แทนที่จะทำอะไรแบบที่มัน เป็นยับยั้งที่มันทำแล้วแบบ มีความสุขแป๊บเดียวแล้วแบบทำลายเป้าหมายที่เหลือ ผมจะพยายามไม่ให้อะไรมันเกิดขึ้นบ่อย ๆ ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เออโม้ก็คิดว่าถ้าในเรื่อง ในการที่แบบมะม้าปล่อยอย่างเงี้ย สมมติว่า ถ้าลูก ๆ แบบ ไม่รักดีอะ ไม่ หนูไม่ได้ว่าตัวเองรักดีนะ แต่แบบ ถ้าสมมติว่า จะเกิดอะไรขึ้นมามันก็ เสียเลย สมมติว่า ไปมีแฟนแล้วแบบไปอะไรอย่างเงี้ย คือพ่อแม่ก็จะไม่ได้อะไรมา แบบ รู้เห็นเลยอะ เออ แต่เหมือนเราต้องควบคุมตัวเอง เหมือน เหมือนเพราะคิดว่า เค้าไว้ใจเราเลย ต้องใช้ชีวิตให้ดีขึ้นอะ แบบที่ดีอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ก็ เพราะว่า จริง เพราะว่าจริง ๆ แล้ว หนึ่งก็คือหนูอะอยากเรียนนอกด้วย ตอนปอ โท ซึ่งมันก็ต้องใช้เกรดด้วยแหละอ้อ แล้วอีกอย่างหนึ่งก็คือ เหมือนตอนที่เลือกเข้า คณะเนี่ย แม่เค้าไม่ยอมให้เราเข้าเลย แล้วคะแนนเรามันไปถึงคณะที่มันแบบ ที่แม่ เค้าคิดว่าดีกว่าเนี่ย แล้วแต่ที่เรากลับมาเลือกคณะนี้ หนูก็เลยแบบ พอเข้ามาได้ก็ เลยอยากทำเกรดให้มันดี ๆ อะ เพื่อให้แบบ แม่เค้าเข้าใจว่า เอ๊ยเนี่ย มันเป็นเรื่องที่ ชอบสำหรับเราจริง ๆ พอเราชอบแล้วเราก็ก็น่าจะทำมันได้ดีอะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“หนูอะอยู่ในสังคมที่มันแบบ ไม่เลยอะพี มันไม่โอเคมากอะ สำหรับหนูอะ คือหนู เรียนโรงเรียนวัดอะคะที่ แล้วมันแบบ ด้วยความที่แม่เราไม่ได้มีเงินขนาดนั้นใช้มัยคะ เราก็ก็น่าเรียนโรงเรียนแบบนี้นี่มันก็โอเคแล้วใช้มะ แล้วเพื่อนมันก็แบบ เค้าก็ ดู หมดอะว่าใครเป็นยังไงบ้างอะไรอย่างเงี้ย ใครที่แบบ ถ้าเราอยู่ที่นั่นต่อไปมันจะแบบ ไม่และ มันไม่ใช่และ และด้วยความที่หนูแบบ เกิดหัวดีนิดนึงอะไรอย่างเงี้ยคะแบบ เออหนูก็คิดว่าหนูต้องไปได้ไกลกว่าเนี่ย และด้วยความที่เราแบบ เห็นแม่อะ แม่

ทำงานเยอะอะไรอย่างเงี้ยแล้วแบบ เค้าก็บอกทุกวันว่าแบบ เนี้ย มีตั้งค์ส่งนะอะไรอย่างเงี้ย ก็เรียนไปให้มันสูง ๆ อะไรอย่างเงี้ย เราก็บแบบ ไซ้ เราก็จะไม่หยุดแค่เนี้ย อ้อ มันก็เหมือนเป็นแรงผลักดันว่าแบบ ดูเพื่อนคนนี่ดี เป็นอย่างเงี้ย เราจะอยากเป็นอย่างเงี้ยหรือ เออ ไซ้เพราะแบบ มันจะมีแบบพวกเด็กซ์โซมัย เด็กติดยา เด็กอะไรพวกเนี้ย ก็แบบ โอไม๊ ๆ จะไม่หยุดอยู่แค่เนี้ย อ้อ แล้วมันก็เป็นจริง ๆ อะแบบ เพื่อนแต่ละคนไม่มีใครจบเลย ท้องอะไรอย่างเงี้ยแบบ แบบรู้สึกโชคดีมากที่แบบได้มาอยู่สังคมที่ดีกว่า ในโรงเรียนประจำจังหวัดอย่างเงี้ยอะ อ้อตอนมอหนึ่ง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“หนูก็ยังคิดแปลกใจนะคะที่แบบ ทำไมแบบ รู้ว่ามันไม่ดีอะ แต่ทำไมต้องทำกันด้วยอะ คือไม่เคยลองหรือ หรือว่าแบบ ไม่เคยที่จะแบบ คืออยากทำร้ายชีวิตตัวเองขนาดนั้นเลยหรือถึงได้ทำอะไรแบบนั้นอะคะ อ้อ มันก็เป็นเรื่องที่แบบแปลก อย่างตอนปีหนึ่งเงี้ยอะ เพื่อนก็ชวนไปแบบ เค้าเรียกว่าอะไรอะ หลังมอ ก็จะมีร้านเหล้าอะไรอย่างเงี้ย หนูก็แคไปเพื่อที่จะแบบอยากรู้ว่าแล้วที่นั่นเป็นยังไง ที่บ้านก็เห็นอยู่บ่อยและ อยากรู้ว่าที่นั่นเป็นยังไงอะ อะไรอย่างเงี้ยอะ เออแล้วเราก็จะไม่ได้รู้สึก แล้วพอได้ลองเงี้ย ไม่เห็นมันจะติดเลย ทำไมมันถึงได้ติดอะไรกันขนาดนั้น อร่อยก็ไม่อร่อย เราก็จะรู้สึกว่ามันทั้งไม่ดีและไม่อร่อย แล้วก็ไม่สนุกด้วย ทำไปทำไม อะไรอย่างเงี้ยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 3.2.2.3 การมีความคิดที่เป็นเหตุเป็นผล

การมีความคิดเป็นเหตุเป็นผลด้วยการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ในหลากหลายแง่มุม ซึ่งทำให้มีความเข้าใจอย่างรอบด้านมากขึ้น เป็นผลมาจากการมีวุฒิภาวะที่เพิ่มขึ้น ช่วยให้ผู้ใช้ข้อมูลสามารถเลือกกระทำในสิ่งที่เหมาะสมกับสถานการณ์ได้มากยิ่งขึ้น โดยไม่ใช่มุ่งทำตามแต่อารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“พอโตขึ้นก็เริ่มแบบ เริ่มแบบ เข้าใจมากขึ้นอะไรอย่างเงี้ยพี ตอนแรกก็ไม่คิดนะว่าแบบ เออพอโตขึ้นมาจะมองในมุมนี้อะไรอย่างเงี้ยอ้อ เมื่อก่อนเรามองมุมเดียวที่แบบ เหมือนเด็ก ๆ คิดแบบเด็ก ๆ อะไรอย่างเงี้ยมากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“แล้วก็เรื่องแบบไอที่แบบถ้ามีปัญหาแล้วเราควรจะทำยังไงอะไรอย่างเงี้ยคะ หนูรู้สึกว่าจะเราต้องเริ่มจากตัวเราเหมือนกันที่ต้อง ในเมื่อเราโตขึ้นทุกวัน เราก็จะจะมีการ ปรับความคิด ปรับทัศนคติของเราให้มัน สม่กับวัยเราด้วยอะ ไม่ใช่แบบ

บางคนเค้าก็อาจจะปิดกั้นตัวเองอยู่ในเด็กตลอดเวลา คิดอะไรเด็ก ๆ หรือว่าบางคน เค้าก็อาจจะคิด เป็นสเต็มเกินหน้าวัยไปอย่างเงี้ย หนูรู้สึกที่เราน่าจะเรียนรู้กับสิ่งที่ เราได้ก้าวไปทุก ๆ วัน แล้วก็รู้จักมอง แบบมองสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวแบบให้แบบ เหตุ เพราะอะไร ทำไม่มันถึงมีผลอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“เหมือนสมมติเกิดเหตุการณ์เอออย่างพ่อแม่ทะเลาะกัน แล้วเราเป็นอย่างนี้ เราก็ ลองนึกว่าถ้าเราเป็นคนอื่นแล้วมองตัวเองอะว่าเรา สมมติพ่อแม่ทะเลาะกันแล้วเรา จะทำตัวแบบ หลวมไหลไม่เรียนดำครูแล้วก็นึกถึงว่าถ้าเราเป็นคนอื่นแล้วมองเราที่ เราจะทำตัวไปดำครูหรืออะไรอย่างเงี้ย เราจะรู้สึกยังไง แล้วพอได้คำตอบ ว่าเหี้ยเรา รู้สึก เอ้ยมัน มันไม่โอ เป็นพฤติกรรมที่ไม่โอ เราก็จะไม่ทำ แล้วก็ทำยังไง ก็ คือทำตัวให้ดี เหมือนถ้าเป็นคนอื่นที่มามองก็ต้อง เออเห็นคนที่แบบเหี้ยทำตัวดี อะอย่างเงี้ย ก็รู้สึก โอเคกับเค้าอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“สิ่งที่มันตามมาจะเป็นยังไงอะอย่างเงี้ยครับ คือเราน่าจะมองล่วงหน้าได้ว่า ถ้าเรา เลือกลงทางนี้จะมีโอกาสยังไงเป็นยังไง อ้อ ครับ ไม่ใช่ว่าแบบทำอะไรตามอารมณ์แบบ ปู๊ปปู๊ปปู๊ก็ตามอารมณ์อะไรอย่างเดียวนะ ก็ มันเหมือนกับเป็นเหยื่อของอารมณ์ตัวเอง มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

### 3.2.2.4 การเลือกมองมุมบวกในสิ่งที่ได้ประสบ

ในการเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตอันรวมทั้งเรื่องราวปัญหาอุปสรรค ผู้ให้ข้อมูลเลือกที่จะมอง ในแง่บวกถึงสิ่งที่ตนเองได้ประสบ แทนที่จะมองแต่เพียงด้านลบซึ่งจะยิ่งทำให้บั่นทอนจิตใจของ ตนเอง โดยการมองเห็นถึงแง่บวกนั้น ก็ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความสุข ความสบายใจตลอดจนมีกำลังใจ ในการดำเนินชีวิตมากยิ่งขึ้น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เออมองเออจริงที่แบบ มองอะอย่างเงี้ยมันมากขึ้นแบบ แ่งบวกแง่ลบมากขึ้น อ้อ เหมือน เหมือนจะ เหมือนตอนเด็ก ๆ ก็แบบ ไม่ดีเลยอย่างเงี้ย ไม่ใช่อย่างเงี้ยก็ไม่ได้ อะอย่างเงี้ย เหมือนบางที่แบบ เหมือน เหมือนตอนตั้งแต่มัธยมมาเริ่ม เริ่มแบบ เริ่มคิดอะอย่างเงี้ยมันมากขึ้นนะ เหมือนเพื่อนบอกว่า โรงเรียนเราไม่ดีเลย อย่างเงี้ยนอ อย่างเงี้ยอย่างเงี้ยแล้วโม้ก็แบบ กลับมาคุยกับเพื่อนบางคนก็แบบ อ้าวแล้วที่ดี ๆ มันก็มีเยอะป่าววะแบบ เออที่แบบ มุมที่ดี ๆ ที่เค้า โรงเรียนอื่นไม่มี มีไม่เคยมอง อะอย่างเงี้ย เอออะอย่างเงี้ย จะมองแบบ จะแบบไม่ค่อย จะมองอีกด้านนี่มาก

บ้าง อะไรอย่างเงี้ย ทั้ง ๆ ที่แบบ เพื่อนบอกว่า โรงเรียนแม่งแบบงออย่างงุ่นอย่างงี้  
อะไรอย่างเงี้ย ครูก็ไม่ดีอะไรอย่างเงี้ย โหมก็บอกว่า เออแล้วแบบ มันก็มีหลาย ๆ  
อย่างมากมายที่แบบ โรงเรียนอื่นไม่มีที่แบบโรงเรียนเราแบบมีอะไรอย่างเงี้ย เออก็  
จะมองแบบ บวกลบมากกว่าพี”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“แล้วก็ต่อมา ก็เรื่องที่ว่า เรื่อง ในเมื่อ มันมีปัญหา เราจะมีวิธีแก้มันยังไงให้เราสบาย  
ใจขึ้นอะไรอย่างเงี้ยคะ แล้วก็เรื่องที่ว่า เรื่องการใช้ชีวิตให้มีความสุขอะไรประมาณ  
เนี้ยคะ ว่า ในเมื่อเรามองว่ามันเป็นปัญหา มันไม่ดี เรา ทำไมเราต้องทำในเรื่องที่ ทำ  
ให้เราทุกข์ใจ มันไม่ดี รู้สึกสุขภาพจิตเสียอะไรประมาณเนี้ยคะ เราก้ทำ มองชะว่า  
ให้มัน เค้เรียกอะไร เหมือนแบบทดสอบที่เราต้องแก้อะไรซักอย่างนึง แล้วพยายาม  
มอง โลกในแง่ดีขึ้นนะคะ อย่าไปมองว่าแบบ หนักหนาเหลือเกินก็มองแค่ว่าแบบ มัน  
ต้องมีวันแก่นะ มันต้องมีวันก้าวผ่านไปได้ แล้วเราก้แบบ ยังไงอะ ทำให้ตัวเองแบบ  
แฮปปี้อะ เหมือน เตรียมตัวเองให้พร้อมที่จะ รับความสุขในแต่ละวันมากกว่า คือ  
มอง ทุกวันนี้ก็พยายามจะมองว่าวัน ๆ นึงที่แบบมา แบบใช้ชีวิตมาเรียนอะไร  
ประมาณเนี้ย เราโชคดีอะไรบ้าง เรามีความสุข เราแบบ อู๊ย แจ็คพอตนู่นนี่ โชคดี  
บังเอิญได้นู่นได้นี้ แบบมีความสุขอะไรได้บ้าง ไม่ใช่ที่จะมองแบบ โห้ยวันนี้ พลาด  
MRT มองที่แบบ อะไรที่มันมาบั่นทอนความคิดที่ทำให้เราน้อยด์ ก็จะไม่มอง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“มุมมองเพิ่มเติมหรือคะ อ้อ ก็มองว่าเป็นแบบนี้ก็ดีแล้วเหมือนกันนะคะ อ้อ เพราะ  
แบบ มันก็ ก็ผ่านอะไรมาหลาย ๆ เรื่องอะคะแบบ เออหนูก็ อ้อก็สนุกดีคะ เหมือน  
เราก้ได้หลากหลายในชีวิตเหมือนกันอะไรอย่างเงี้ยคะ มีทั้งตั้งแต่ตอนที่ ไป ไปเที่ยว  
ด้วยกันเป็นครอบครัวแต่มันก็เป็นช่วงเวลาสั้น ๆ นะคะ แล้วก็แบบ ช่วงที่ไม่ได้อยู่  
ด้วยกัน ช่วงที่เราได้อยู่คนเดียวตรงนี้ หรืออะไรเงี้ยคะ ก็อ้อ หลากหลายดีคะ เป็น  
ประสบการณ์ชีวิต หนูอะ ก็เป็นคนคริสต์ศาสนาคริสต์นะคะ ก็คือ ความเชื่อของหนู  
ก็คือ เราจะเกิดแค่ครั้งเดียว หนูก็เลยอาจจะเชื่อว่าแบบ ไหน ๆ เกิดมาแล้ว เราก้  
อยากจะทำในสิ่งที่เราไม่เคยทำ ลองในสิ่งที่ไม่เคยลอง ไปในที่ที่ไม่เคยไป อะไร  
อย่างเงี้ยคะ หนูคิดว่ามันมีอะไรที่มากมายเกินกว่าที่ชีวิตนึงจะสัมผัสได้ เราก้เลยคิด  
ว่านี่ก็เป็นส่วนหนึ่งในสิ่งที่เราได้เรียนรู้มันก็ อ้อเป็นเรื่องราวที่ เข้ามาในชีวิตอะคะ  
(หัวเราะ) คิดไว้ว่าอย่างงี้ มันอาจจะดูแบบเพื่อฝันไปหน่อยแต่แบบว่า ไม่รู้อะ หนู  
เป็นคนแบบเนี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“เหมือนแบบ ไม่รู้ หนูเคยแบบชอบดูหนังหลาย ๆ เรื่องที่แบบ เวลาเค้าจะแบบ จะทำอะไรได้ดีซึ่ก้อย่างเค้าจะต้องแบบ เจอวิกฤตแล้วแบบเอี้ยเอาลิ่งนั้นมาทำให้ดีแล้ว ตรง เหย้อันนี้เราก็จะแล้วนะ อะไอย่างเงี้ยก็ทำให้มันเป็น เป็นแรงผลักดันให้มัน เป็นสิ่งที่ดี ๆ อะคะ เพราะเหมือนถ้าเกิดเราอยู่ในสถานการณ์ปกติ ชีวิตแบบ ปกติ เรื่อย ๆ เราก็จะอยู่แบบ ซิล ๆ แล้วก็เรื่อย ๆ อยู่อย่างนั้นไปเรื่อย ๆ อะไอย่างเงี้ยคะ แต่พอเหมือนมีตรงนั้นมาทำให้เรารู้ว่าแบบ ถ้าเราเรื่อย ๆ เหมือนเดิมอะ มัน มัน มันไม่ได้อะคะ อือเหมือนแบบ เราต้องดีขึ้นอะไอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ตอนแรกหนูก็เครียดนะแบบว่า ปกติหนู หนูอะ ไม่เคยตก mean เวลาเรียน จะตก แค่อ่านอังกฤษอย่างเงี้ย แต่ว่าเทอมเนี้ย หนูมีเรียนแก้ตัว แต่เหมือนหนูผ่าน mean แค่อ่านตัวอะไรเนี้ยแหละแบบ ตอนแรกหนูก็ตกใจอะ แบบว่า ไม่เคยเรียน แยะขนาดนี้มาก่อนอะไอย่างเงี้ย แต่ว่า แต่ว่า ด้วยความที่แบบไม่ได้เครียดเกรด ขนาดนั้นนะ คือ คืออยากได้เอก็จริงแต่แบบว่า ถ้าไม่ได้ก็ไม่เป็นไร หนูก็ ไม่ได้เครียด มากแต่ว่า ก็พยายามสู้กับไฟนอนละ พยายามตั้งใจอ่านหนังสืออะไอย่างเงี้ย แต่ว่า จะได้บีหรือว่าบิวกหรืออะอะไอย่างเงี้ยก็ ก็โอเคหมด ไม่แบบไม่ ๆ ไม่คิดถึงเกรด มากอะไอย่างเงี้ย ไม่งั้นหนูก็จะเครียดเกินไป เดียวเทอมอื่นมันก็ คิดว่าเดียวเทอมอื่น ก็มีให้เราแบบมาช่วยดึงเกรดอะไอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

### 3.2.2.5 การเลือกกระทำสิ่งดีงาม

การเลือกกระทำสิ่งที่ดีงามมาจากการที่ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงผลที่ตามมาจากการกระทำทั้ง ของผู้อื่นและตนเอง ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลเห็นคุณค่าในสิ่งที่ผู้อื่นได้มอบให้แก่ผู้ให้ข้อมูล จึงต้องการ กระทำในสิ่งที่ตนจะสามารถช่วยเหลือหรือตอบแทนการเกื้อหนุนที่ได้รับมานั้น และผู้ให้ข้อมูลยังเห็น คุณค่าในการกระทำสิ่งที่ดีงามที่สร้างสรรค์ต่อผู้อื่นตลอดจนสังคมโดยรวมว่าเป็นแนวทางที่พึงกระทำ จึงเลือก ที่จะประพฤติตนในแนวทางที่ไม่สร้างความเดือดร้อนต่อผู้อื่น โดยการเลือกกระทำสิ่งดีงามยังทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองอีกด้วย ดังคำบอกกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“แต่ถ้าแบบ เรื่องโตขึ้นมาแล้วแบบเห็นเค้าทะเลาะกันมาแบบสิ่งที่คิดได้มากขึ้นก็คือ รู้สึกว่าเราต้องดูแลเค้าแล้ว เพราะเค้าก็แก่แล้วเราก็โตเป็นผู้ใหญ่ คิดว่า มันถึง หน้าที่ ที่เราควรจะทำ จากป่าที่เค้าอาจจะเคยเป็นเสาหลัก เรียงลงมาเป็นแม่เป็นเรา ณ จุดนี้ เราอาจจะต้องแบบ ไปอยู่ข้าง ๆ เค้าทั้งคู่แล้วหรืออยู่ระหว่างกลางเค้าอะไร อย่างเงี้ย คอยช่วยเค้าทุกอย่าง ถ้าพอช่วยได้อะไรประมาณเนี้ยอะคะ ก็หนูคิดว่า ตอน ตอนเด็ก ๆ เคยคิดมาตลอดว่า พ่อกับแม่คือคนที่ต้องเข้มแข็งมากอะคะ แบบ

แก้ปัญหาได้ ที่ฟังของเรา แต่พอเราโต โตขึ้นมา หนูรู้สึกว่าคุณทุกคนย่อมมีมุมที่อ่อนแอ แล้วต้องการใครซักคน ที่เรามองว่าปากกับแม่เค้า เค้าเรียกอะไรเข้มแข็งจึงอยู่ด้วยกันมาตลอด อะไรประมาณแบบ อยู่ข้างเรามาตลอดอะไรประมาณเนี่ย ไม่เคย แบบไม่เคยจะอ่อนแอให้เราเห็นเลย อาจเป็นเพราะว่า ตอนนั้นเค้าก็คงจะคิดเหมือนเราว่า คนเป็นพ่อแม่เค้าก็คงจะต้องแบบเข้มแข็งให้ลูกเห็น เป็นเสาหลัก แต่พอเราโตขึ้นมาเรา เหมือนลบลบหน้าที่กันคะ เค้าก็เริ่มที่จะแบบ พุดในสิ่งที่เค้าต้องการ พุดในสิ่งที่เค้าสนใจให้เราได้ฟังบ้าง ส่วนเราก็โตเป็นผู้ใหญ่พอที่จะ ไปถามเค้าว่าแบบ ไม่สบายใจตรงไหนรีเปลาอะไรประมาณเนี่ยคะ คือแบบพร้อมที่จะรับฟังได้ เพราะว่าเราก็มีวุฒิภาวะส่วนนึง แล้วเราก็เป็นลูกเค้า คงจะดีถ้ามีคนในครอบครัวได้ถาม ได้ใส่ใจกันแบบเนี่ย เพราะว่ามันก็สนิทกัน ก็เป็นครอบครัวเดียวกันนะคะ ถ้าจะให้ไปพุดกับคนอื่นก็ คงจะอะไรอยู่ เราควรที่จะเป็นฝ่ายถามเค้า ในฐานะที่เราเป็นลูก ไม่ได้ทำตามหน้าที่ที่เราเป็นพี่สาวคนโตหรือว่า ในหน้าที่ลูกที่ต้องกตัญญูอะคะ แต่มันเป็นความรู้สึกที่ว่า เรา อยาก ใช้คำว่าอยากทำดีกว่า อยากดูแล อยากจะแบบ ถามเค้าว่ามีอะไรมั๊ย อะไรประมาณเนี่ย ในเมื่อ เราได้รับสิ่งที่เค้าทำแบบได้รับสิ่งที่เค้า ที่จะทำ ที่เราอยากทำให้เค้าเนี่ย เค้าทำให้เรามาตลอดตั้งแต่เด็กจน จุณนี้เราก็อยากทำให้เค้าบ้าง เพราะว่า มันก็พอทำได้แล้ว เราก็โตแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“พอเราโตขึ้นเราก็รู้สึกว่า เฮ้ยเรารู้สึกแย่ว่า เราต้องเป็นลูกที่ดีเราต้องทำให้พ่อแม่รักไม่งั้น ไม่งั้นก็ไม่ใช่เรา ไม่รู้สิ อยากให้ อยู่ ๆ เราก็คิดได้มั้งว่า เฮ้ยเราไม่ควรทำตัวแบบนี้เรา เราควรเป็นลูกที่น่ารัก อ้อ ก็กลับไปเชื่อฟัง เหมือนเดิม มันก็ แต่ว่า มัน ฮอริโมนมันก็หมดด้วยแหละมั้งครับมันก็ไม่ได้ หงุดหงิดอะไรก็เข้าใจก็พ่อเค้า บ่นเค้าก็หวังดีอะไรอย่างเงี้ยมันก็กลายเป็น วิธีคิดใหม่ที่เกิดขึ้นโดยที่เราไม่มีอารมณ์ไป หงุดหงิดหรือว่า เบื่ออะไรเงี้ยแล้วอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“ที่ที่แม่เค้าย้ายมาอยู่ใหม่เนี่ย ก็คือเป็นร้านอาหารคะ แล้ว เค้ามีที่พักอะไรอย่างเงี้ย ก็ไปอยู่ที่พักของเค้า แล้วก็ ว่างอะคะ เด็ก ๆ แถวนั้นก็จะมีเยอะมาก ค่ะ แต่เรารู้สึกว่า เราจะเล่นกันทั้งวันเลยหรือ (หัวเราะ) ก็เลยไปช่วยงานที่ร้านก๋วยเตี๋ยวเนี่ยคะ อ้อ เค้าก็ให้กินฟรีให้ทุกอย่างเลย แล้วก็ให้ตั้งค้ด้วย ก็ช่วยเค้าตั้งแต่เค้าโมงเช้าถึงสี่โมงเย็นคะ แล้วหลังจากนั้นเราก็เล่นกันได้ไงคะ ไข่ม้อย ก็ดีตลกกงลูกแก้วอะไรกันก็ว่าไป (หัวเราะ) อ้อ พวกเล่นอะไร อันนั้นอะคะ เด็ก ๆ อะคะ... แล้วคือ เค้าให้ที่อยู่เราไปคะพี่ เค้าไม่ได้เก็บตังค์อะไรอย่างเงี้ย เราก็ควรจะ ตอบแทนอะไรเค้าหน่อยอะไร

อย่างเจ็ย ค่ะ อ้อถึงเราจะได้ตั้งค์จากเค้าก็จริงแต่แบบ เค้าไม่ค่อยมีคนช่วยอะไรอย่างเจ็ย ลูกเค้าก็แบบ เฮ้อสุดจะบรรยายค่ะพี่ (หัวเราะ) แนว ๆ เหมือนเด็กวัดที่หนูเจอเลย เค้าไม่ช่วยเลยลูกเค้าอะ เออ แล้วหนู ก็ไปช่วยเค้าอะไรอย่างเจ็ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6

“หรือว่าถ้าต่อไปทำงานอาจจะไม่ได้เกี่ยวข้องกับตรงนี้โดยตรงหรือแบบ อะไรที่เรารู้ว่าแบบ เหย้มันไม่ดีแต่ถ้ามันมีกำไรเยอะ จะต้องมีสติว่า คือเหมือนพอโตขึ้นเราก็เริ่มเห็นความสำคัญของเงินเหมือนกัน เมื่อก่อนอดีตก็จะแบบ เงินไม่สำคัญแบบ แบบ ชีวิตจิตวิญญาณ (หัวเราะ) มันเป็นสิ่งที่สำคัญกว่าอะไรอย่างเจ็ย ตอนนี่แบบ เราก็รู้ว่าเงินมันสำคัญแต่ถ้าเกิดบางสิ่งบางอย่างที่ ทำ เหมือนอาจจะส่งผลไม่ดีต่อคน แต่ว่าได้เงินเยอะจริงนะ มันจะทำให้เราแบบเอาตระหนัก ตระหนักกว่าแบบ เหมือนมันสิ่งไม่ดีมันก็ได้ส่งผลต่อเราทางตรงแต่มันอาจจะส่งผลต่อเราทางอ้อมก็ได้ก็ อาจจะ ทำให้ตระหนักมากขึ้นว่าแบบ เวลาจะทำอะไรก็นึกถึง แบบเอาแบบ อย่างนึกถึงเงินเป็นหลัก นึกถึงความดี หรือนึกถึงแบบ สิ่งที่มีมันจะส่งผลต่อคนเข้าไว้อย่างเจ็ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“ก็แบบ ก่อนหน้านี้พ่อเค้าก็ ที่พ่อเค้าหายไป สองปีเจ็ยเค้าก็ไม่ ได้ส่งตั้งค์มาให้เลยอย่างเจ็ย แล้วแม่เค้าก็ เหมือนหาเงินคนเดียว เค้าก็แบบ ตอนนั้นก็คือจะมีปัญหาเรื่องเงินมากแบบ ไม่ค่อยมีตั้งค์ อะไรอย่างเจ็ย หนูก็ คือหนูเองก็ไม่มีอะ ที่บ้านส่งมาให้ไม่พอหนูก็แบบ หนูก็เลยแบบเหี้ยไปทำงานเพิ่มเพื่อจะหาเงินมาอะไรอย่างเจ็ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10

“ช่วยเราในการใช้ชีวิตหรือคะ (หัวเราะ) ก็คงการสอนพิเศษมั้งคะ ที่ทำให้เรามีตั้งค์แล้วก็แบบ ไม่ต้องใช้ตั้งค์ของแม่ก็คือเก็บเอาไว้เป็น เมื่อฉุกเฉินหรืออะไรอย่างเจ็ยค่ะ แล้วเรา ใสส่วนเนี่ยเราหามาได้เองไข่ม้อยคะ เราก็รู้สึกว่ ส่วนหนึ่งและ เราแบ่งเบาพ่อแม่และ เราถึงจะได้จากแม่มาอีก แต่ว่าก็ไม่ได้ขอเยอะ ก็นิด ๆ หน่อย ๆ แบบแม่ก็จะจริง ๆ แล้วไม่ได้ขอหรอกคะ แต่แม่ก็เหมือนกับว่าให้เราไว้เจ็ยค่ะ เป็นทุนเป็นอะไรเจ็ยค่ะ ส่วนตัวเราเองที่เราหาได้เองเจ็ย เราก็จะกล้าใช้โดยที่เราไม่ลังเลว่าอันนี้เป็นเงินแม่นะ แต่อันนี้มันเป็นเงินที่เราหาเองเราก็จะค่อนข้างที่จะแบบ ใช้ซื้อความสุขของเราได้ด้วย เล็ก ๆ น้อย ๆ ที่แบบไม่ได้มากมายแล้วเราก้ยังมีเหลือเก็บเอาไว้ใส่ธนาคารอย่างเจ็ยค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

### 3.2.3 การเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่

ผู้ให้ข้อมูลมีการเรียนรู้จากการอยู่ร่วมกับพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งกัน โดยการนำมาเป็น บทเรียนแก่การดำเนินชีวิตของตนในด้านการปฏิบัติตนที่จะไม่ดำเนินรอยตามอย่างพ่อแม่เพื่อไม่ให้ เกิดปัญหาความขัดแย้งในสัมพันธภาพของตนกับผู้อื่น การเรียนรู้ที่จะไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความ รุนแรงเมื่อเกิดประเด็นความขัดแย้งกับผู้อื่น และการมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากเรื่องราว ความสัมพันธ์ของพ่อแม่

### 3.2.3.1 การปฏิบัติตนที่ไม่ให้เกิดความขัดแย้งในสัมพันธภาพ

การนำเอาเรื่องราวความขัดแย้งของพ่อแม่มาเป็นบทเรียนในการปฏิบัติตนเพื่อไม่ให้เกิดความ ขัดแย้งกับผู้อื่น เป็นการเรียนรู้วิธีการสื่อสารที่ทำให้เกิดความเข้าใจกันมากขึ้น และหลีกเลี่ยงวิธีการที่ อาจก่อให้เกิดความขัดแย้งกันยิ่งขึ้น ซึ่งบทเรียนจากความขัดแย้งของพ่อแม่นี้ ส่งผลต่อการมีความ ตึงใจที่จะนำไปเป็นแนวทางในการมีครอบครัวของตนเองต่อไปในอนาคตหรือทำให้มีการเรียนรู้การ ปฏิบัติตนจากการอยู่ร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ดังการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เรียนรู้อะไรจากตรงนั้น ก็ได้เรียนรู้ว่า ได้เรียนรู้ว่าการจะ ให้ความสัมพันธ์มันได้ ดีอะ มันต้องเกิดจากการคุยกัน เปิดใจคุยกัน แล้วถกปัญหากันว่า ทำไมถึงไม่โอเค ตรงนี้ ทำไมถึง คือเหมือนต้องจูนกันอะครับ เหมือนกับว่า คนเรา ซักคนที่มันจะเป็น คู่ชีวิตกัน มันควรจะเข้าใจอะไรกัน ในหลาย ๆ เรื่องจน เรียกว่าทุกเรื่องก็คงว่า ได้ คงจะว่าได้ คือ ถ้าเราคุยกัน ถ้าเราเกิดปัญหาที่ขัดแย้งกัน แล้วเราคุยกันด้วยเหตุผล นะ ผมเชื่อว่ามัน มันต้อง ต้องนำพาไปสู่การแก้ปัญหาได้ ถ้า คืออย่างน้อยคุยกันแล้ว ก็จะทำให้ใจกันมากขึ้นอยู่แล้วอะ แทนที่จะใช้อารมณ์ซึ่งกัน แบบคุยกัน ประมาทนี่อะ ครับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1

“เรื่องป้ามาทะเลาะกัน โมก็รู้ คิดว่าเออมันก็เป็นแบบ บทเรียนให้เรานะว่า โตขึ้นเรา จะแบบ ไม่ควรอย่างเงี้ยอะไรอย่างเงี้ย ควรจะแบบ เออไม่ควรจะทำให้กลับกลายเป็น เหมือนแบบพ่อแม่เราอะไรอย่างเงี้ย ที่แบบว่า ทะเลาะแบบมะมาก็พยายามเอาชนะ อะไรอย่างเงี้ย เหมือนต้องแบบคุย ๆ กันด้วยเหตุผลมากกว่านี่อะไรอย่างเงี้ย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“เรื่องการทะเลาะกันของพ่อแม่ไข่ม้อย ก็คงมีแค่แบบว่า เวลาเค้าให้คิดถึงอนาคต อะไรอย่างเงี้ย ก็คงเราก็คงคิด ว่าแบบ ถ้าเกิดเรามีครอบครัวเราคงไม่อยากให้ทะเลาะ ให้ ทะเลาะกัน อะไรอย่างเงี้ยมากกว่า คือมีผลต่อการคิด เรื่องอนาคตเราว่าแบบ เราถ้า เกิดเราเป็นพ่อ เราก็คงจะไม่ ทำอย่างเงี้ยกับแม่นะ ถ้าเกิดเรา เรามีแฟนหรืออะไรอย่าง เงี้ย เราก็คงจะไม่ทำอย่างเงี้ยกับเค้า นะ หรือว่าแบบ เราก็คงจะไม่ ใช้ความ พยายามไม่ใช่



ความรุนแรง อย่างงี้กับเค้าอะไรเงี้ยคือ ก็เหมือนให้เราคิดว่า เออเราจะไม่เป็นอย่าง  
อย่างที่คุณของพ่อแม่เรา อย่างงี้มากกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“ก็เหมือน ให้ ให้เราเหมือนมีขอบเขตของตัวเองมั้งคะว่าแบบ อย่างการถ้าเกิดการ  
จะไปเลือกคนรักในอนาคตหรืออะไรเงี้ยจะเหมือน ต้องมีขอบเขตที่แบบชัดเจนว่า จะ  
แบบ จุดไหน คือถ้ามาจากแม่คือเหมือน แม่ ถ้าเกิดรู้สึกเอออาจจะมีรู้สึก เทียบเหนื่อย  
ทำงานหนักเกินไปกับการทำงานบ้านอะไรอย่างเงี้ย รู้สึกแต่แม่ก็ยังทำต่อหรืออะไร  
เงี้ย แต่คือถ้าสำหรับหนูคือแบบ ถ้าจะมีแฟน แฟนต้องทำงานบ้านเป็น ต้องช่วยล้าง  
จานต้องอะไรอย่างเงี้ยคือแบบ จะไม่ จะไม่ จะไม่เอาอะไรที่เหมือน เอี้ยหยวน ๆ ไป  
แล้วเราทำเองหรืออะไรเรา แล้วเราทำเองแล้วเรารู้สึกไม่พอใจ ถ้าเกิดเรารู้สึกไม่  
พอใจคือแบบ ก็จะเป็นเรื่องของการแบ่งขอบเขตให้ชัดเจนมั้งคะว่าแบบ เทียบเราทำ  
ได้แค่นี้ แค่นี้ แค่นี้ แล้วคุณต้องช่วยแบบนี้ แบบนี้ อะไรอย่างเงี้ย ก็คิดว่าต้องเป็น  
เรื่องของการแบบ การสื่อสาร เออมันคือการสื่อสารที่แบบ สื่อสารกันให้เข้าใจคะ  
ไม่ใช่ต่างฝ่ายต่างแบบ เออ คิดแบบนี้แต่ก็ไม่พูด คิดแบบนี้แต่ก็ไม่พูดออกมาอะไร  
อย่างเงี้ยคะ เป็นเรื่องของการสื่อสาร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“โอเรื่องที่มีปัญหาอะไรประมาณเนี้ย ประมาณแบบ ไม่ดีเลย มีปัญหาแล้วมันไม่ดี  
มันไม่ดีต่อเรา ไม่ดีต่อครอบครัว เราก็คงจะ ทำยังไงอะ เปลี่ยน หนูก็เลยแบบ  
เปลี่ยนตัวเอง ประมาณแบบ จากที่ เค้าเรียกอะไรอะ ตอนเด็ก ๆ ก็ฟังแต่ปากกับแม่  
รับคำสั่งอะไรประมาณเนี้ย ด้วยแบบ ด้วยแนวคิดหนูก็วัยรุ่นแบบใหม่หนูคิดว่าทำไม  
เรา ไม่ฟังเหตุผลของกันและกันแทนที่จะรับฟังคำสั่ง เพราะไอคำสั่งนี่รีเปลาเนี้ย ไอ  
ลำดับขั้นพ่อแม่ ลำดับเครือญาติในตระกูลนี่รีเปลาเนี้ยที่ทำให้ เรามีปัญหากัน เรา  
ต้องทะเลาะกันอะไรประมาณเนี้ย เราก็คิดว่าทำไมเราไม่คุยกันด้วยเหตุผลนะ ในเมื่อ  
เราก็คงครอบครัวเดียวกัน เราก็คงเหมือนกัน สำหรับบุคคลอื่น ถ้าเราคุยด้วยเหตุผล  
คุยด้วยความจริงใจมันก็น่าจะ แก้ปัญหาได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

### 3.2.3.2 การไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความรุนแรงเมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น

การเลือกที่จะไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความรุนแรงเมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่นของผู้ให้ข้อมูล  
เป็นผลมาจากการความรู้สึกไม่ชอบการโต้เถียงทะเลาะกันรวมถึงการใช้ความรุนแรงที่เคยเห็นจากพ่อ

แม่ และมองว่ามีวิธีอื่นที่เหมาะสมกว่าที่จะดำเนินการต่อความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ดังคำบอกกล่าวของผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้

“เหมือนกับ มันทำให้วิวกลายเป็นคนที่ ใส่ใจเรื่องความสัมพันธ์มั้งครับ นีวอยากให้ คน รอบตัวนีวมีความสุขทั้งหมด นีวจะไม่ จะไม่ทำร้ายคนอื่น จะไม่พูดจาแย่ ๆ ให้คนอื่นรู้สึกเสียใจ... มันทำให้วิวเป็นคน ที่ ค่อนข้างอดทนเวลาที่มีคนมา มาว่า มาด่า มาพูดจาร้าย ๆ ใส่เพราะรู้สึก ว่า ไม่งั้นก็ มันเพราะว่าเราเห็นมาตลอดอะครับว่า การ ทะเลาะกันไม่ใช่เรื่องดี ทำแล้วก็แย่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8

“หนูเห็นปากกับแม่เถียงกันในเรื่องทีอะไรก็ไมรู้ หนูก็เลยคิดว่า ในเมื่อเรามองมันไร้สาระ เวลาเราไปอยู่กับคนอื่น เราก็จะไม่เอาเรื่องนี้มาเถียงกันอะไรประมาณเนี่ยคะ ในเมื่อเราเห็นตัวอย่างแล้วแบบ โอ้ยเรื่องไร้สาระแล้วเอามาเถียงกันเป็นประเด็น แบบใหญ่ได้ มันยังมีมาเลย ปากกับแม่เราเนี่ยแหละทำ เราก็จะไม่เอาเรื่องนี้มาเถียงกันอะไรประมาณเนี่ยคะ ในเมื่อเราเห็นตัวอย่างแล้วแบบ โอ้ยเรื่องไร้สาระแล้วเอามาเถียงกันเป็นประเด็นแบบใหญ่ได้ มันยังมีมาเลย ปากกับแม่เราเนี่ยแหละทำ เราก็จะไม่ แล้วเราก็มีเหตุผล มีทางออกที่เราควรจะทำกับปัญหาที่กำลังจะเกิดการเถียงอย่างเงี้ยได้อย่างไร เราก็จะเสนอปัญหาให้คนอื่นได้ เอ้ย เสนอทางออกให้คนอื่นได้ เห็นว่า ทำแบบนี้ดีกว่า จะได้ไม่ต้องเถียงกัน นะ ประมาณเนี่ย ก็ กลายเป็นว่า เหมือนเราก็ ช่วยแบบ เหมือนเราเคยเจอปัญหามาก่อน เราก็เลยเอาประสบการณ์ของเรา มาให้คนอื่นเห็นว่า ทำแบบนี้ ปล่อยไปอะเดี๋ยวกก็เถียงกันแน่ ๆ เลย ควร จะจัดการแบบนี้ดีกว่า เพื่อให้เรื่องมันดำเนินไปเร็ว หรือว่ามันคลี่คลาย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

“ประเด็นหลักก็คือเหมือนกับ ก็อย่าใช้ความ ก็จะไม่ใช้ อย่าใช้ความรุนแรงกันในครอบครัวดีกว่า จะ ก็ไม่ ผมไม่ชอบเห็นคนทะเลาะกันอยู่แล้วไง มันอาจจะป็นฝั่งใจไปเลยว่าแบบ จะพอเริ่มเห็นคนทะเลาะกัน เริ่มจะรุนแรงกันนะ เราารู้สึกว่าเราไม่ชอบ เราเกลียดความรุนแรงไปแล้วอะ เพราะเรารู้สึกว่าแม่ มัน (หัวเราะ) มัน เรารู้สึกว่ามันแบบว่า มันก็ไม่ใช่ทางออกอะ มันก็ทำให้คนอื่นยิ่งเกลียดกันอะไรอย่างเงี้ย ก็ รู้สึกว่ามัน ไม่ ๆ ไม่ใช่ทางออก ทำให้เรารู้สึกว่าเราไม่ชอบความรุนแรง เท่าไหร่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5

“อย่าทะเลาะกันเลยดีที่สุด... แบบแรง ๆ อะอะ ถ้าเกิดไม่ชอบก็บอกกันได้ แต่ไม่ใช่แบบว่า หันหน้าพูดใส่กัน ไม่ฟังอีกฝ่าย อะไรแบบเนี่ยอะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4

### 3.2.3.3 การมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่

การมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากการได้เรียนรู้เรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่ คือ ผู้ให้ข้อมูลเห็นถึงความไม่สมบูรณ์แบบในครอบครัว ยอมรับถึงสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างที่เป็นจริง ไม่วาดฝันว่าความสัมพันธ์ของพ่อแม่ต้องไม่ขัดแย้งกัน ไม่มองความบกพร่องที่มีว่าเป็นปัญหาใหญ่ รวมถึงเห็นแง่มุมที่เป็นคุณภาพของครอบครัวที่แม้จะไม่ได้สมบูรณ์แบบแต่ก็มีส่วนสนับสนุนการดำเนินชีวิตของลูก ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวไว้ต่อไปนี้

“แต่พอโตขึ้นมันเหมือน เราคิดอะไรอีกมูมหนึ่งมากขึ้นแบบ เออมองอีกมูมหนึ่ง มองแบบ มองทุกอย่างแบบ อันนี้คือโลกแห่งความเป็นจริงที่แบบ ไม่มีทุกครอบครัวที่อบอุ่นแบบ ร้อยเปอร์เซ็นต์อยู่แล้วอะไรอย่างเงี้ย มันต้องมีเรื่องที่มีมันไม่โอเคบ้าง อะไรอย่างเงี้ย อ้อเหมือนหนูคิดว่าเออเหมือน แค่ว่าปะป๊าแม่หนูทะเลาะกันแต่บ้านอื่นอาจจะมามีเรื่องอีกเรื่องหนึ่งที่แบบ หนักกว่าหรือเบากว่า ที่มันไม่ใช่อะไรอย่างเงี้ย เหมือนก็ เออก็แบบมองแบบเข้าใจมากขึ้นมั้งที่ มอง มองโลกแบบ (หัวเราะ) ความเป็นจริงมากขึ้นแบบไม่ได้แบบ ในนิยายเหมือนตอนเด็ก ๆ ที่แบบว่าปะป๊าแม่มาต้องรักกันแบบตอนวาดรูปอะไรอย่างเงี้ย เออ เอออย่างนั้นมากกว่า แบบ เห็น เห็นละคร เห็นดูโน่นดูนี่ แล้วมันก็แบบซิมซิบอะไรอย่างเงี้ยที่ อ้อแต่ก็ไม่ได้ว่าแบบ เราเข้าใจหมดทุกอย่างก็ไม่ใช่อะพี”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3

“ถ้าได้เรียนรู้อะไร หนูคิดว่าคงจะเป็นในเรื่องของชีวิตคู่ค่ะ หนูคิดว่า ชีวิตคู่ที่สมบูรณ์แล้วเป็นรักแท้ไปจนวันตายเนี่ย หายากมาก ๆ เลยค่ะ แต่หนูก็ยังเคยเจอเนอะ ค่ะแบบ ที่มันแบบ เป็นอย่างนั้นจริง ๆ อะ แต่มันน้อยมากแบบแทบจะหนึ่งในล้าน เลยก็ว่าได้ในความคิดหนูนะคะเพราะแบบ ส่วนมากที่เจอกันก็จะแบบ อยู่ด้วยกัน แล้วก็ทะเลาะกัน ตบตีกันอะไรเงี้ย ซึ่งหนูมองว่าแบบ ถ้าจะ ถ้ารักกันนะ ต้องไม่ทำอย่างนี้สิ อ้อ แล้วถ้ามันเป็นอย่างเงี้ย ทำไมยังต้องไปยึดติดกับมันอีกล่ะ เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะคุณหาเงินเองไม่ได้รีเปลาหรือว่าเป็นเพราะว่ากลัวว่าลูกจะ คิดว่าถ้าพ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน ลูกจะมีปัญหา ก็เลยต้องทนเพราะอยากให้ลูกปกติ มีพ่อแม่ครบอะไรอย่างเงี้ย คือ แต่หนูกลับแบบ มองว่า มันก็อยู่ที่ตัวเด็กเนี่ยแหละค่ะว่าเค้าจะคิดได้มากน้อยแค่ไหนอะไรอย่างเงี้ยค่ะ เราก็ได้เรียนรู้ว่าแบบ ชีวิตคู่มันก็ไม่จำเป็นเสมอไปว่าที่เราต้องมีสองคน ค่ะ ชีวิตคู่อาจจะอยู่ที่คนคนเดียวแต่ว่า เป็นทั้งสองคนก็ได้ค่ะ คือก็ให้เรา ไม่ได้น้อยไปกว่าคนอื่น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7

“หรือว่าถ้าเกิด ถึงแม่พ่อแม่อาจจะแบบเอออาจจะไม่ได้ดีเป๊ะ ร้อยเปอร์เซ็นต์ทั้งคู่ แต่ถ้าเกิด สอนเด็กให้รู้จัก มีภูมิต้านทานหรืออะไรอย่างเงี้ยคะ ต่อไปในอนาคตถ้าเกิดเจอปัญหาอะไร แล้วเค้ามีภูมิต้านทานก็จะ ก็ผ่านไปได้ แน่แน่นอนทุกคนต้องเจอ ปัญหาแต่ว่า เจอแล้วผ่านไปได้ เออมันคือสิ่งที่ทำให้เป็นภูมิคุ้มกันมากขึ้นไปอีกอะคะ เพราะว่าเหมือน อย่างเห็นตัวอย่างจากบ้าน บ้านตานั่นด้วยว่า เค้าก็เป็นครอบครัว เหมือนกันแล้วแบบ มีลูก ตัวเองมีลูก ลูกตัวเองไปมีลูกมีหลานไปแบบ ทั้ง ๆ ที่แบบ อยู่ในรุ่นแบบ อายุน้อยกว่าหนูอีกด้วยซ้ำแบบมีลูกแล้ว คือเราเห็นถึงแบบ ครอบครัว มันไม่ใช่สักแต่ว่าเหี้ย มีสมาชิกใหม่เกิดแล้วเรียกว่าครอบครัวแต่มันคือการที่ เราอบรมสั่งสอนคนนั้นดีริยัง ให้เค้าโตมาเป็นคนที่ดีริยังอะไรอย่างเงี้ยคะ อ้อก็แบบจะไม่ จะไม่ต้องแบบให้ทำตัวเป็นปัญหาของสังคม คนในครอบครัวนั้นเค้าก็มีปัญหา ทะเลาะกัน ตอนนั้นทะเลาะกันเค้าก็จะแบบ แต่ละคนอาจจะมินิภัยที่แบบเออ แตกต่างกันไปจากการทะเลาะนั้นแล้วแบบ ไปเอฟเฟคครอบครัวคนอื่นอย่างตาไป เอฟเฟคครอบครัวหนูอะไรอย่างเงี้ยก็เหมือน ถ้าในอนาคตของเรา เราจะต้องไม่ทำ ให้ ถ้าครอบครัวเราถ้าจะมีลูกหรืออะไร ลูกเราจะต้องไปเอฟเฟคคนอื่นในทางที่ดี ไม่ใช่ไปแบบทำไม่ดีให้กับคนอื่นอะไรอย่างเงี้ยคะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9

“แล้วก็มันทำให้เรารู้สึกว่าเราโต เป็นผู้ใหญ่ขึ้นด้วยแล้วเรารู้สึกว่ามอง มองโลก อย่าง เข้าใจอะไรประมาณเนี้ยอะคะ ประมาณแบบ มันก็ มันก็ ทุกคนมันก็ต้องเคย ทะเลาะกัน แต่มันก็ขึ้นอยู่กับว่าเค้า ทะเลาะแล้วเค้ามีวิธีแก้ปัญหาก็จะทำให้เค้า อารมณ์ดีขึ้นยังงี้”

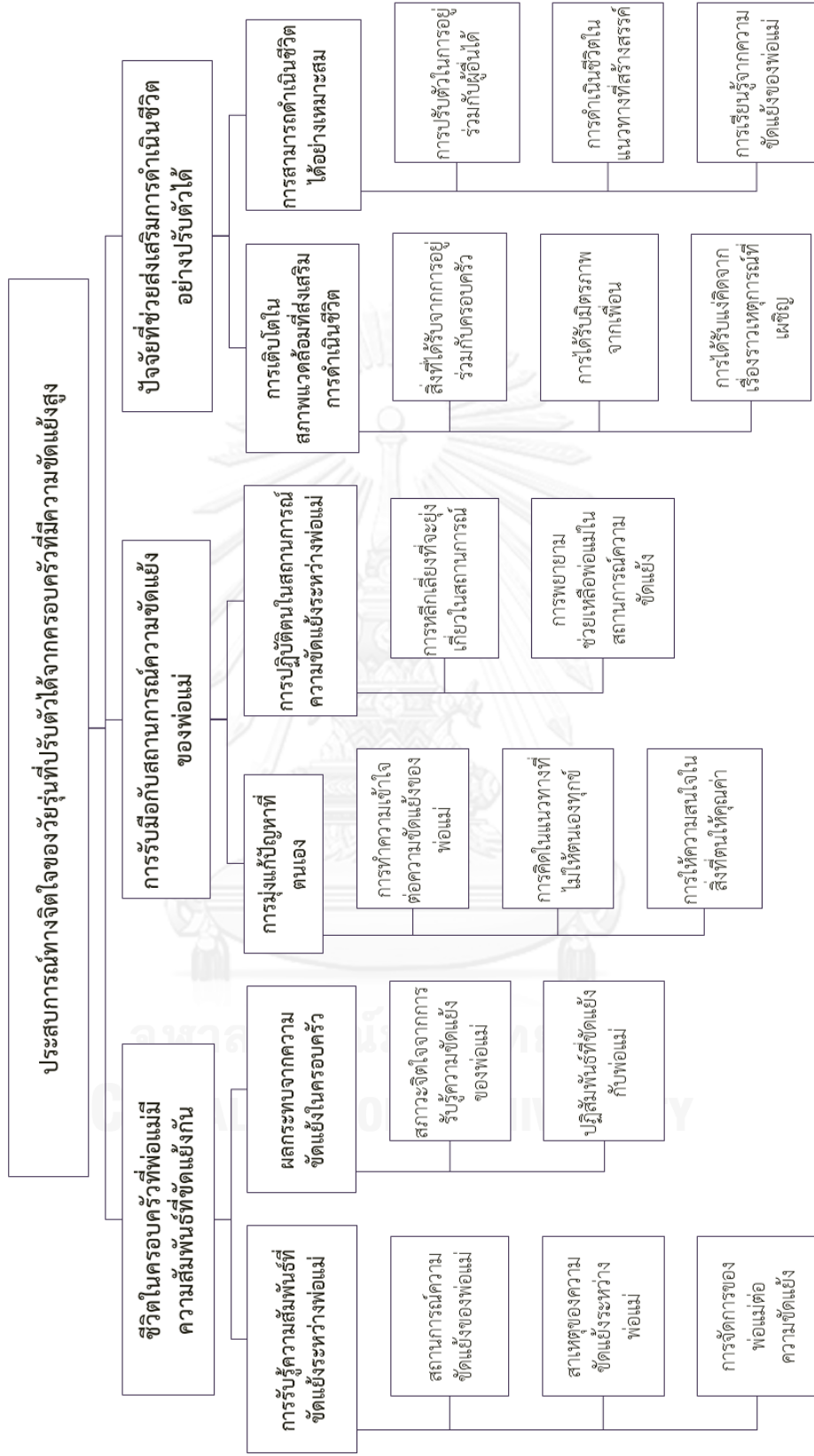
ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2

จากประเด็นที่ 3 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ดังกล่าวมาทั้งหมดนี้ สามารถสรุปได้ดังแผนภาพที่ 5



ภาพที่ 5 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้

ผลการวิจัยในส่วนของประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้จากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงทั้งหมดนั้น สามารถสรุปได้ดังแผนภาพที่ 6



ภาพที่ 6 ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา เพื่อศึกษาและทำความเข้าใจประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาภาวะทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง และศึกษาองค์ประกอบที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้แม้มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

#### ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ วัยรุ่นที่รู้ว่าพ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันค่อนข้างสูง ที่ผ่านเกณฑ์คัดเลือกคือ จากการตอบรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว และมีคะแนนการปรับตัวทุกด้านในระดับค่อนข้างดีจนถึงดีมาก จำนวน 10 ราย ซึ่งมีทั้งเพศชายและหญิง มีอายุระหว่าง 19 – 21 ปี

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งมีโครงสร้าง โดยมีการเตรียมแนวคำถามเบื้องต้นไว้ล่วงหน้า ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมได้ตามความเหมาะสมของสถานการณ์ในขณะนั้น และใช้เครื่องบันทึกเสียงเพื่อบันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายโดยใช้เวลาประมาณ 38 นาที ถึง 1 ชั่วโมง 34 นาที

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางของการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดความแบบคำต่อคำ (Verbatim) และตรวจสอบความถูกต้องด้วยการฟังเสียงบันทึกการสัมภาษณ์ซ้ำจากนั้นอ่านทบทวนบทสัมภาษณ์หลาย ๆ ครั้ง เพื่อทำความเข้าใจกับข้อมูลทั้งหมดในภาพรวม แล้วจึงถอดรหัสข้อความ (coding) โดยข้อมูลที่มีลักษณะเดียวกัน ให้นิยามรหัสของข้อมูลแบบเดียวกัน และนำรหัสที่ได้มารวบรวมเชื่อมโยงสร้างเป็นประเด็นหลัก (theme) โดยผู้วิจัยรวบรวมประเด็นหลักมาหาความสัมพันธ์เชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ แล้วจึงสร้างข้อสรุปจากประเด็นหลักทั้งหมด ซึ่งมีการนำผลการวิเคราะห์ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและการวิจัยเชิงคุณภาพ ช่วยตรวจสอบและให้ความเห็นเกี่ยวกับประเด็นที่ได้จากการวิเคราะห์

## ผลการวิจัย

ผลการศึกษาประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ สามารถวิเคราะห์ผลได้เป็น 3 ประเด็นหลักดังต่อไปนี้

### 1. ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

#### 1.1 การรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่

1.1.1 การรับรู้ถึงสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ประกอบด้วย ลักษณะที่แสดงถึงการมีความขัดแย้งของพ่อแม่ สถานการณ์ความขัดแย้งในปัจจุบัน และการรับรู้ถึงช่วงเวลาที่มีความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ไม่ได้ขัดแย้งรุนแรง

1.1.2 การรับรู้ถึงสาเหตุของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ อันได้แก่ การมีประเด็นความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่ และปัจจัยที่ทำให้ความขัดแย้งขยายเพิ่มมากขึ้น

1.1.3 การรับรู้ถึงการจัดการของพ่อแม่ต่อความขัดแย้ง ที่มีการพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกัน การพยายามยุติการทะเลาะกันหรือการกลับมาที่มีความสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกัน

#### 1.2 ผลกระทบจากความขัดแย้งในครอบครัว

1.2.1 สภาวะจิตใจจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ ซึ่งมีความรู้สึกทางลบอันได้แก่ อึดอัดตึงเครียดเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้ง กลัวในความรุนแรงของความขัดแย้ง รู้สึกแง่ลบต่อตนเองจากการที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน และรู้สึกไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่ นอกจากนี้ความรู้สึกในแง่ลบแล้วก็ยังมี ความห่วงใยครอบครัว อีกทั้งความรู้สึกในแง่ของการทำใจยอมรับได้ถึง ความขัดแย้งของพ่อแม่

1.2.2 ปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกับพ่อแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเกิดช่องว่างระหว่างผู้ให้ข้อมูลกับพ่อแม่ และการแสดงการตอบสนองต่อความขัดแย้งที่มีกับพ่อแม่

### 2. การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

#### 2.1 การมุ่งแก้ปัญหาที่ตนเอง

2.1.1 การทำความเข้าใจและยอมรับในความขัดแย้งของพ่อแม่

2.1.2 การคิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์ ด้วยการไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ การปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ รวมถึงการมองในแง่บวกถึงสิ่งที่มีในครอบครัว

2.1.3 การให้ความสนใจในสิ่งที่ตนให้คุณค่า ซึ่งเป็นการแยกเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ออกจากดำเนินชีวิตส่วนอื่น การมุ่งมั่นทำตามเป้าหมายของตนเอง หรือการทำกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด

#### 2.2 การปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่



2.2.1 การหลีกเลี่ยงที่จะยุ่งเกี่ยวในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ด้วยการหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียด หรือหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

2.2.2 การพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง โดยการพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่ การช่วยพูดไกล่เกลี่ยเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาให้พ่อแม่ การเข้าไประงับการทะเลาะกันของพ่อแม่ หรือการประพุดิตินในแนวทางที่มีส่วนช่วยเหลือพ่อแม่

### 3. ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้

#### 3.1 การเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต

3.1.1 สิ่งที่ได้รับจากการอยู่ร่วมกับครอบครัวอันประกอบด้วย การเลี้ยงดูปลูกฝังของพ่อแม่ และการเกื้อกูลจากสมาชิกในครอบครัว

3.1.2 มิตรภาพจากเพื่อน

3.1.3 การได้รับแรงคืดจากเรื่องราวเหตุการณ์ที่เผชิญ

#### 3.2 การสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

3.2.1 การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ด้วยการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การเคารพความคิดของผู้อื่น การปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น รวมถึงการจัดการกับความไม่ลงรอยโดยไม่ให้เกิดปัญหารุนแรง

3.2.2 การดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์ ซึ่งมีการพัฒนาตนเองด้วยเห็นว่าชีวิตมีคุณค่า การควบคุมตนเองในการทำตามแนวทางที่ตั้งใจ การมีความคิดที่เป็นเหตุเป็นผล การเลือกมองมุมบวกในสิ่งที่ได้ประสบ และการให้คุณค่าแก่การเลือกกระทำสิ่งดีงาม

3.2.3 การเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่ ซึ่งมีการปฏิบัติตนที่ไม่ให้เกิดความขัดแย้งในสัมพันธภาพ การไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความรุนแรงเกิดประเด็นความขัดแย้งกับผู้อื่น ตลอดจนการมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากร່วเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่

### อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งกันสูงและปรับตัวได้ด้วยระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์นิยม พบ 3 ประเด็นหลัก ได้แก่ ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ และปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ ผู้วิจัยได้อภิปรายข้อค้นพบในการวิจัยนี้ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 1. ชีวิตในครอบครัวที่พ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกัน

ในการอยู่ร่วมกับพ่อแม่ที่มีความขัดแย้งกัน ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ซึ่งได้มีการรับรู้ถึงสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ที่มีลักษณะการแสดงออกทั้งการโต้เถียง การตำหนิ ไปจนกระทั่งการทำร้ายร่างกาย โดยลักษณะของความขัดแย้งที่พบในประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลสอดคล้องกับลักษณะของความขัดแย้งในครอบครัวในงานวิจัยต่าง ๆ เช่น งานวิจัยของ Kramer และคณะ (2010) ที่พบว่า ครอบครัวที่มีความขัดแย้งอาจอธิบายได้ในพฤติกรรมภายนอก เช่น การโต้เถียงกัน การไม่เห็นพ้องกัน การตะโกนใส่กัน และ/หรือ ความรู้สึกแค้นใจหรือโกรธในระหว่างสมาชิกครอบครัว และยังสอดคล้องกับผลสำรวจของ 4Children (2012) (องค์กรการกุศลทางด้านเด็กและครอบครัว) ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นในความขัดแย้งของครอบครัวชาวสหราชอาณาจักร พบว่ามีการโต้เถียงกัน การตะโกนใส่กัน การด่าว่ากัน และการทำร้ายร่างกายกัน

นอกจากลักษณะของความขัดแย้งแล้ว ที่มาของความขัดแย้งที่พบในผลการวิจัย ยังพบถึงการรับรู้ในสาเหตุของความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่ของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งมีทั้งการมีความน้อยใจต่ออีกฝ่ายว่า อีกฝ่ายไม่ค่อยให้ความสำคัญ หรือไม่เข้าใจตนเอง เมื่อมีเรื่องราวที่กระทบต่อความรู้สึกน้อยใจนั้นก็เกิดการโต้เถียงกันระหว่างกัน ซึ่งการเกิดขึ้นของความขัดแย้งดังกล่าวสอดคล้องกับลักษณะการอ้างเหตุผลเชิงลบและการคิดแบบแยกส่วน (Negative Attributions and Dualistic Thinking) ซึ่งเป็นรูปแบบการคิดที่คู่สมรสยึดถือเหตุผลทางลบเกี่ยวกับอีกฝ่ายหนึ่ง จะทำให้เกิดการคิดแบบแยกส่วนที่ใส่ความฝ่ายนั้น และทำให้มองตัวเองเป็นเหยื่อหรือผู้ถูกกระทำ (Grych & Fincham, 1990 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) นอกจากนี้ในเชิงความคิดแล้ว ความไม่ลงรอยกันระหว่างพ่อแม่ยังอาจมาจากการมีพฤติกรรมทางลบที่ยากจะยอมรับสำหรับอีกฝ่าย เช่น การใช้ความรุนแรง พฤติกรรมที่สร้างความเดือดร้อนทางการเงิน และการมีความสัมพันธ์เชิงชู้สาวกับผู้อื่น ทำให้มีความรู้สึกไม่พอใจอีกฝ่ายอย่างมาก และทำให้สถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ยังคงรุนแรง เมื่อฝ่ายที่มีพฤติกรรมทางลบยังคงไม่ปรับเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมของตน ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะอารมณ์ทางลบที่รุนแรง (Strong Negative Affect) ที่เกี่ยวข้องกับการมีระดับที่สูงของความโกรธ ความเป็นปฏิกิริยา และความขัดแย้งที่แก้ไขไม่ได้ (Davies, Myers, Cummings & Heindel, 1999 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) นอกจากนี้ความคิดและพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ของผู้ให้ข้อมูลยังอาจมาจากบุคคลภายนอกครอบครัวเข้ามามีส่วนให้เกิดความขัดแย้ง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีระบบนิเวศน์ของครอบครัว (Ecological Theory) ที่พัฒนาโดย Bronfenbrenner (1979 อ้างถึงใน Gavazzi, 2011) ที่อธิบายว่า ครอบครัวมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งมีชีวิตและสิ่งแวดล้อม (ecosystem) โดยการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกครอบครัว เช่น เพื่อนบ้าน และชุมชน เข้ามามีส่วนในการเกิดความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ได้ ดังในผลการวิจัยที่พ่อหรือแม่ของผู้ให้ข้อมูลได้มีการรับฟังคำพูดของ

บุคคลภายนอกครอบครัวที่พูดถึงคู่สมรสอีกฝ่ายในแง่ลบ แล้วนำมาพูดต่อว่าอีกฝ่ายจนเกิดความพอใจกันและเกิดความขัดแย้งกัน และสาเหตุของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่อีกประการซึ่งคือประเด็นรูปแบบการใช้ชีวิตที่ไม่สอดคล้องกันนั้น ตรงกับการอธิบายความขัดแย้งในครอบครัวของ Witt (n.d.) ที่ว่า กระบวนการของความขัดแย้ง เป็นกระบวนการที่สมาชิกตั้งแต่สองคนขึ้นไปเจรจาต่อรองทางแก้ปัญหาถึงความเชื่อ ทศนคติ หรือค่านิยมที่ขัดแย้งกัน และความขัดแย้งจะพัฒนามากขึ้นเมื่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้รับการคุกคามด้วย และตรงกับนิยามความขัดแย้งในครอบครัวของ Kramer และคณะ (2006) ที่ได้ให้ความหมายว่า ความขัดแย้งในครอบครัว คือ ความตึงเครียดหรือการต่อสู้ระหว่างบุคคลสองคนขึ้นไป ซึ่งมีความคิด ค่านิยม ความต้องการ หรือประสบการณ์ที่ตรงกันข้ามกันหรือเข้ากันไม่ได้

แม้ผู้ให้ข้อมูลจะรับรู้ถึงการเกิดขึ้นของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ หากผู้ให้ข้อมูลก็ยังรับรู้ว่ามีพ่อแม่ของตนมีความพยายามที่จะจัดการกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น เพื่อให้ความขัดแย้งหยุดการขยายต่อไป โดยอาจเป็นในลักษณะการพยายามหลีกเลี่ยงการทะเลาะกันของพ่อแม่ การพยายามยุติการทะเลาะกันของพ่อแม่ หรือการกลับมามีความสัมพันธ์ที่เป็นปกติต่อกันของพ่อแม่ ซึ่งการพยายามจัดการกับความขัดแย้งของพ่อแม่ นั้น สอดคล้องกับการทำหน้าที่การแก้ปัญหาของครอบครัวจากทฤษฎีระบบครอบครัว (Family Systems Theory) อันหมายถึง ความสามารถของระบบครอบครัวในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น หรือจัดการกับสิ่งที่มาคุกคามความมั่นคงหรือความเป็นปกติสุขของระบบครอบครัวได้อย่างเหมาะสม ทำให้ครอบครัวนั้นสามารถทำหน้าที่ต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554) โดยการพยายามจัดการกับความขัดแย้งของพ่อแม่ผู้ให้ข้อมูลนั้น ก็เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึง สถานการณ์ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ไม่ร้ายแรงมากจนเกินไป

การรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ก็ได้ส่งผลกระทบต่อสภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูล โดยในส่วนของ การมีความรู้สึกในแง่ลบต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ที่เป็นความอึดอัดตึงเครียดเมื่ออยู่ท่ามกลางความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่ และความกลัวในความรุนแรงของความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ สอดคล้องกับผลกระทบจากลักษณะของการมีความขัดแย้งสูงระหว่างคู่สมรสในลักษณะสภาพแวดล้อมที่เป็นปฏิปักษ์และมีความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Hostile, Insecure Emotion Environment) ซึ่งเป็นลักษณะที่การสื่อสารทางลบที่แผ่ขยายยังคงเกิดขึ้นด้วยสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่เป็นมิตร โดยสภาพแวดล้อมนี้เข้าไปสู่การทำหน้าที่ต่าง ๆ ในครอบครัว และเป็นอันตรายต่อสวัสดิภาพของเด็ก (Buehler et al., 1994 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) ยิ่งไปกว่านั้น การกลัวในความรุนแรงยังสอดคล้องอย่างมากกับลักษณะย่อยที่เป็นการไม่มีความปลอดภัย (Lack of Safety) ซึ่ง Cummings และ Davies (1994 อ้างถึงใน Anderson et al., 2011) ได้อธิบายว่า ความขัดแย้งที่อยู่ในระบบครอบครัวมากขึ้นจะสร้างสภาพแวดล้อมทางอารมณ์ที่ไม่มีความมั่นคงปลอดภัยสำหรับเด็ก นอกจากนี้ ผู้ให้ข้อมูลยังมีความรู้สึกแง่ลบต่อตนเองจากการที่พ่อ

แม่มีความขัดแย้งกัน โดยเป็นผลกระทบที่มักมีความเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ในสภาพแวดล้อมภายนอกครอบครัว ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกด้อยที่ตนมีครอบครัวที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน เมื่อผู้ให้ข้อมูลนำความรู้ที่มีต่อครอบครัวของคนอื่นมาเปรียบเทียบกับครอบครัวของตน หรือมีความกังวลว่าจะถูกประเมินทางลบจากผู้อื่น หากพวกเขาเชื่อว่าครอบครัวของตนเองมีความขัดแย้งรุนแรง และการมีความรู้สึกผิดที่ไม่ได้อยู่ช่วยเหลือในเหตุการณ์ความขัดแย้งที่รุนแรงของพ่อแม่ ก็สอดคล้องการศึกษาของ Shelton และ Harold (2008) ที่พบว่า การตำหนิตัวเองของเด็กทำนายการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ในภายหลังที่เพิ่มขึ้น

นอกจากความรู้สึกโดยส่วนมากที่เป็นในแง่ลบแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังมีความรู้สึกในแง่ที่เป็นความหวังใยครอบครัว ที่มีความรู้สึกเห็นใจพ่อแม่รวมถึงสมาชิกในครอบครัวคนอื่นที่อยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง และไม่ยอมให้ความขัดแย้งเกิดขึ้นอีกในครอบครัว อีกทั้งยังมีความรู้สึกในแง่ของการทำใจยอมรับได้ถึงความขัดแย้งของพ่อแม่ ซึ่งความหวังใยครอบครัวและการทำใจยอมรับได้นี้ มีความเกี่ยวข้องกับการปรับตัวของผู้ให้ข้อมูล จากนิยามการปรับตัวของ Worchel และ Goethals (1989) ในส่วนที่กล่าวว่า การปรับตัวของบุคคลเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตัวเราเอง รวมถึงสังคมกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพของเรา และการไวต่อความต้องการและความหวังกังวลของผู้อื่น เพื่อที่ว่าจะสามารถมีส่วนร่วมในเชิงบวกกับชีวิตของผู้อื่นได้ด้วย โดยในผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีการทำความเข้าใจพ่อแม่เกี่ยวกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ซึ่งนำไปสู่การมีความเห็นใจพ่อแม่ และสามารถยอมรับกับความขัดแย้งของพ่อแม่ได้

ความขัดแย้งของพ่อแม่ยังมีผลกระทบมาถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้ข้อมูลในฐานะลูกกับพ่อแม่ที่มีความขัดแย้ง ซึ่งความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่กับผู้ให้ข้อมูลนั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gerard และคณะ (2006) ที่พบว่า เมื่อเกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้น จะมีอิทธิพลต่อลักษณะการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยมีความเป็นไปได้ที่พ่อแม่จะมีการเพิ่มขึ้นของความพยายามควบคุมบังคับและโต้เถียงกับลูก เมื่อผู้ให้ข้อมูลมีปฏิสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกับพ่อแม่แล้ว ก็ได้มีการรายงานถึงการแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อความขัดแย้งกับพ่อแม่ ซึ่งบางครั้งผู้ให้ข้อมูลก็มีการตอบสนองทางลบ เช่น การโต้เถียงกลับ โดยอาจอธิบายได้จากทฤษฎีระบบครอบครัว (Family Systems Theory) ที่ว่า ครอบครัวประกอบไปด้วยระบบย่อยของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งแต่ละระบบย่อยต่างมีความสัมพันธ์กัน พฤติกรรมของสมาชิกคนหนึ่ง ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรมของสมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554) พฤติกรรมของพ่อกับแม่ (สมาชิกในครอบครัว) จึงมีการส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของลูก (สมาชิกครอบครัวคนอื่น ๆ) โดยอาจมาจากการที่พ่อแม่ทำหน้าที่ของการสื่อสารและการควบคุมพฤติกรรมในครอบครัวไม่ค่อยดีนักตามทฤษฎีระบบครอบครัว (Family Systems Theory) ทั้งนี้ทั้งนั้น ผู้ให้ข้อมูลก็มีการแสดงการตอบสนองต่อความขัดแย้งกับพ่อแม่ในลักษณะพยายามหลีกเลี่ยงจากความขัดแย้ง และพยายามประนีประนอมระหว่างความคาดหวังของพ่อแม่กับ

ความต้องการของตนเองด้วย โดยส่วนหนึ่งเป็นเพราะผู้ให้ข้อมูลมองว่าการโต้เถียงกลับเป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำต่อพ่อแม่ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการด้านจริยธรรมของ Kohlberg (Colby & Kohlberg, 1987; Kohlberg, 1976, 1981, 1984 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) ที่ว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีจริยธรรมตามกฎเกณฑ์ (Conventional Level) ซึ่งมีการคำนึงถึงมุมมองของผู้อื่นและได้รับอิทธิพลมาจากความคาดหวังของกฎเกณฑ์ทางสังคม รวมถึงความต้องการที่จะได้รับการมองว่าเป็นคนดี

## 2. การรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่

เมื่อผู้ให้ข้อมูลได้เผชิญกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ ผู้ให้ข้อมูลมีการใช้กลวิธีที่หลากหลายเพื่อให้สามารถอยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้งได้ โดยลักษณะการรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ของผู้ให้ข้อมูลที่สอดคล้องกับแนวความคิดการปรับตัวของ Lazarus และ Folkman (1984) มีทั้งที่ตรงกับกลวิธีการเผชิญปัญหาในรูปแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) ซึ่งเป็นกลวิธีการเผชิญปัญหาที่บุคคลใช้เพื่อพยายามแก้ไขปัญหา เช่น การทำความเข้าใจปัญหาให้ชัดเจน การมองหาทางแก้ปัญหาต่าง ๆ พิจารณาน้ำหนักของข้อดีและข้อเสียของแต่ละทางเลือก และเลือกสิ่งที่จะนำไปปฏิบัติในการแก้ปัญหา โดยจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีการทำความเข้าใจต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ถึงเหตุผลที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน เหตุผลที่การแก้ไขปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่เป็นไปได้ยาก เหตุผลการตัดสินใจของพ่อแม่ต่อการจัดการปัญหาความขัดแย้งและยอมรับกับการมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ซึ่งด้วยความเข้าใจและยอมรับนี้นำไปสู่การไม่เห็นว่าเป็นปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่เป็นปัญหาของตนเองโดยตรง

ผู้ให้ข้อมูลยังมีการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาในรูปแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) ตามแนวความคิดการปรับตัวของ Lazarus และ Folkman (1984) ซึ่งเป็นกลวิธีที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการทางความคิดเพื่อการลดความเครียดทางอารมณ์ รวมถึงกลวิธีอย่างการหลีกเลี่ยง การลดการหนีห่าง การเลือกสนใจรับรู้ การเปรียบเทียบเชิงบวก และการยึดคุณค่าด้านบวกจากเหตุการณ์ทางลบ โดยในผลการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลมีการคิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งของการรับมือกับการมีความรู้สึกลบต่าง ๆ อันได้รับผลกระทบจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ หลังจากที่ผู้ให้ข้อมูลมองเห็นว่าการเคร่งเครียดกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่มากเกินไปไม่ได้ช่วยทำให้ปัญหานั้นดีขึ้น และมองว่าตนควรที่จะดูแลจิตใจตนเองเพื่อการดำเนินชีวิตที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง จึงไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ มีการปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ หรือมองในแง่บวกถึงสิ่งที่มีในครอบครัว

นอกจากนี้ นิสิตนักศึกษาผู้ให้ข้อมูลยังมีการมุ่งให้ความสนใจในสิ่งที่ตนให้คุณค่า แทนที่จะจมอยู่กับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยผู้ให้ข้อมูลมีการแยกเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ออกจาก การดำเนินชีวิตส่วนอื่น อันทำให้ปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ไม่ส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิต

โดยทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล และมีการมุ่งมั่นในการทำตามเป้าหมายของตนเองที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ของตนเองหรือผู้อื่น ซึ่งตรงกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบการทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work & Achieve) ที่ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) เสนอไว้ว่าเป็นวิธีการจัดการกับปัญหาโดยแสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความมานะบากบั่นในการทำงาน เพื่อให้ประสบความสำเร็จหรือเกิดสัมฤทธิ์ผลในงาน

ส่วนการที่ผู้ให้ข้อมูลหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ ก็สอดคล้องกับกลวิธีการไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the problem) ซึ่ง Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) เสนอไว้ว่าเป็น การตัดปัญหา หลีกเลี่ยงปัญหา และไม่ยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ตนเองรู้สึกดี อีกทั้งการหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียดยังตรงกับการจัดกลุ่มกลวิธีการเผชิญปัญหาของ ของ Ayers และคณะ (1996) ในลักษณะกลวิธีการหลีกเลี่ยง (Avoidance strategies) ซึ่งเป็นกลวิธีที่แทนลักษณะของการกระทำที่เป็นการหลีกเลี่ยงและการหลีกเลี่ยงทางความคิด ซึ่งเป็นความพยายามที่จะจัดการอารมณ์ด้วยการพยายามที่จะหลีกเลี่ยงหรือหยุดการคิดเกี่ยวกับปัญหาอย่างสิ้นเชิงด้วย และผู้ให้ข้อมูลยังมีการใช้กลวิธีการรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ที่ตรงกับกลวิธีการหันไปสนใจสิ่งอื่น (Distraction strategies) ซึ่ง Ayers และคณะ (1996) เสนอว่าเป็นกลวิธีที่แทนลักษณะของการผ่อนคลายอารมณ์ทางด้านร่างกาย และการกระทำในสิ่งอื่น โดยผู้ให้ข้อมูลมีการเลือกทำกิจกรรมที่ชื่นชอบเพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งหันเหความสนใจของพวกเขาจากคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา

จากผลการวิจัยประเด็นการรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ นั้น สรุปได้ว่านิสิตนักศึกษาซึ่งปรับตัวได้แม้จะมีพื้นฐานครอบครัวขัดแย้ง มีการใช้กลวิธีที่หลากหลายเพื่อให้สามารถอยู่ในสถานการณ์ความขัดแย้งได้อย่างไม่ส่งผลเสียต่อตนเองมาก โดยตามแนวคิดการปรับตัวของ Lazarus และ Folkman (1984) นั้นพบว่า นิสิตนักศึกษาผู้ให้ข้อมูลมีการใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้งในรูปแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) ในการทำความเข้าใจและยอมรับกับความขัดแย้งของพ่อแม่และการเลือกหลีกเลี่ยงที่จะมีส่วนร่วมในสถานการณ์ความขัดแย้งจากการพิจารณาว่าการให้พ่อแม่จัดการความขัดแย้งกันเองเหมาะสมกับสถานการณ์ในตอนนั้นและผู้ให้ข้อมูลยังใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาในรูปแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) ที่เป็นการคิดในแนวทางที่ไม่ให้ตนเองทุกข์ ด้วยการไม่คิดหมกมุ่นมากกับเรื่องความขัดแย้งของพ่อแม่ การปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ และการมองในแง่บวกไปถึงสิ่งที่มีในครอบครัวนอกจากนี้ นิสิตนักศึกษาผู้ให้ข้อมูลยังใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่ตรงกับการเสนอของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิณา มิ่งเมือง, 2540) ในกลวิธีการทำงานและสัมฤทธิ์ผล (Work & Achieve) จาก การที่ผู้ให้ข้อมูลมีการมุ่งมั่นในการทำตามเป้าหมายของตนเองที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ของตนเองหรือ

ผู้อื่น และการหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศความตึงเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างพ่อกับแม่ ก็สอดคล้องกับกลวิธีการการไม่รับรู้ปัญหา (Ignore the problem) ซึ่งยังตรงกับการจัดกลุ่มกลวิธีการเผชิญปัญหาของ ของ Ayers และคณะ (1996) ในลักษณะกลวิธีการหลีกเลี่ยง (Avoidance strategies) ด้วย อีกทั้งกลวิธีการหันไปสนใจสิ่งอื่น (Distraction strategies) ก็สอดคล้องกับ การทำกิจกรรมที่ชื่นชอบเพื่อช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของผู้ให้ข้อมูล

นอกจากความพยายามในการปรับตัวของผู้ให้ข้อมูล ผลการวิจัยยังพบแนวทางที่ผู้ให้ข้อมูลปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ที่เป็นการพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง ซึ่งประกอบด้วย การพูดคุยรับฟังความรู้สึกของพ่อแม่ การช่วยพูดไกล่เกลี่ยเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาให้พ่อแม่ การเข้าไประงับการทะเลาะกันของพ่อแม่ และการประพฤติตนในแนวทางที่มีส่วนช่วยเหลือพ่อแม่ มีความเกี่ยวข้องกับการที่ผู้ให้ข้อมูลมีความห่วงใยครอบครัว จึงปรารถนาที่จะช่วยเหลือให้สถานการณ์ความขัดแย้งเป็นไปในทางที่ดีขึ้นตามที่ตนจะสามารถช่วยเหลือได้ ซึ่งการพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้ง มีความสอดคล้องกับความหมายของการปรับตัวที่เปรมพร มั่นเสมอ (2545) สรุปไว้ว่าเป็น กระบวนการทางจิตใจที่บุคคลต้องเผชิญในการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และจัดการกับความต้องการ ความกดดัน ความท้าทาย และปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งจากตนเองและสิ่งแวดล้อม แล้วสามารถนำประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาผสมผสานในโครงสร้างของตนได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสามารถเปลี่ยนแปลงตนให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ โดยที่ตนเองรู้สึกมีความสุขทั้งกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างราบรื่น เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลมีการรายงานถึงความพยายามช่วยเหลือพ่อแม่ โดยมีทั้งช่วงที่ยังไม่รู้ว่าจะไปช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้งได้อย่างไรช่วงที่มีการพยายามเข้าไปช่วยเหลือพ่อแม่ซึ่งผู้ให้ข้อมูลบางรายก็รับรู้ว่าจะประสบความสำเร็จ ในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลบางรายก็เห็นว่าไม่เกิดผลในการทำความขัดแย้งของพ่อแม่คลี่คลายลงได้โดยเมื่อไม่ประสบความสำเร็จแล้ว ผู้ให้ข้อมูลบางรายก็เปลี่ยนวิธีการปฏิบัติตนเป็นการไม่ยุ่งเกี่ยวกับสถานการณ์ความขัดแย้ง แต่บางรายก็ได้มีประสบการณ์ภายนอกครอบครัวที่นำมาปรับใช้และปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อที่จะเข้าไปช่วยพูดไกล่เกลี่ยความขัดแย้งของพ่อแม่ได้จนประสบผลสำเร็จ

นอกจากนี้ การเข้าไปช่วยเหลือพ่อแม่ในสถานการณ์ความขัดแย้งของผู้ให้ข้อมูลบางราย ยังมาจากที่พ่อแม่มีการทำหน้าที่ของครอบครัวในลักษณะความสัมพันธ์รูปสามเหลี่ยม (Triangle) ตามทฤษฎีระบบครอบครัวของโบเวน ซึ่งปรากฏขึ้นเมื่อความเครียดหรือความขัดแย้งเกิดขึ้นกับสัมพันธ์ภาพ 2 คนในระดับที่ทนไม่ได้ แล้วบุคคลที่ไม่สบายใจที่สุดในสัมพันธ์ภาพก็นำเอาบุคคลที่สามเข้ามาในสัมพันธ์ภาพเพื่อที่จะลดความวิตกกังวล เช่น การบ่นกับบุคคลที่สาม การนิินทาเกี่ยวกับอีกฝ่าย หรือการขอคำแนะนำ โดยความสัมพันธ์แบบสามเหลี่ยมนี้จะกลายเป็นความผิดปกติเมื่อเป็นกลวิธีเบื้องต้นสำหรับการจัดการความขัดแย้ง เนื่องจากความขัดแย้งก็ยังคงไม่ได้รับการแก้ไข ซึ่งเด็ก

คือเป้าหมายสำคัญของกระบวนการความสัมพันธ์แบบสามเหลี่ยม (Anderson et al., 2011) โดยที่ผู้ให้ข้อมูลรายนี้เลือกที่จะวางตัวเป็นกลาง และช่วยพูดไกล่เกลี่ยให้พ่อแม่ได้มีความเข้าใจที่ถูกต้องต่อกันอีกฝ่ายมากขึ้น ซึ่งแสดงถึงการแยกตนเป็นอิสระ (Differentiation) ที่ความเป็นตัวของตัวเองของบุคคลในครอบครัว ซึ่งยิ่งบุคคลสามารถแยกตนเป็นอิสระได้มากจะยิ่งพึ่งพากันน้อยลง และยิ่งมีความยืดหยุ่นในรูปแบบความสัมพันธ์แบบสามเหลี่ยมมากขึ้น (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2554)

### 3. ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้

ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้ที่ปรับตัวได้แม้จะมีครอบครัวที่มีความขัดแย้ง มีปัจจัยต่าง ๆ ที่ช่วยในการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลซึ่งมาจากสภาพแวดล้อมของผู้ให้ข้อมูล และจากตัวของผู้ให้ข้อมูลเอง โดยการเติบโตในสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต ซึ่งมีทั้งสภาพแวดล้อมของครอบครัว เพื่อน และอื่น ๆ สอดคล้องกับที่ Lazarus และ Folkman (1984) กล่าวว่าแหล่งทรัพยากรที่มีส่วนช่วยในการเผชิญปัญหาแหล่งหนึ่งคือ การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) การมีบุคคลที่ให้การสนับสนุนทางอารมณ์ การให้ข้อมูลความรู้ หรือการสนับสนุนที่เป็นรูปธรรม ก็เป็นแหล่งทรัพยากรอย่างหนึ่งที่ช่วยในการเผชิญปัญหา โดยในส่วนของครอบครัวนั้น ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าได้รับการช่วยเหลือสนับสนุนจากการเลี้ยงดูปลูกฝังของพ่อแม่ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลรับรู้ว่าการปลูกฝังหล่อหลอมคุณลักษณะต่าง ๆ ได้รับการเลี้ยงดูที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และรับรู้ถึงความรักความปรารถนาดีของพ่อแม่ อีกทั้งผู้ให้ข้อมูลยังได้รับการเกื้อกูลจากสมาชิกในครอบครัว ซึ่งมีส่วนช่วยสนับสนุนในการเผชิญกับความขัดแย้งของพ่อแม่ รวมถึงการได้รับแนวคิดแนวทางการใช้ชีวิตของผู้ให้ข้อมูล

สภาพแวดล้อมภายนอกครอบครัวที่ค่อนข้างมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นวัยรุ่น ได้แก่ เพื่อน โดยตามทฤษฎีพัฒนาการทางอารมณ์ของ Erikson (1980 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) กล่าวถึงการพัฒนาอัตลักษณ์ (Identity formation) ว่าวัยรุ่นจะเริ่มรวบรวมความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเข้าสู่ตัวตนที่เขาชอบและไม่ชอบ ซึ่งการมีกลุ่มเพื่อนทำให้วัยรุ่นมีกลุ่มที่เป็นฐานของเอกลักษณ์ในขณะที่ตนกำลังจะเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ (เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์, 2550) โดยวัยรุ่นในช่วงตอนปลายที่มีสุขภาพจิตดีจะมีความสามารถในการเลือกค่านิยมจากกลุ่มต่าง ๆ ที่มีความสอดคล้องกับตนเองโดยเฉพาะ (Hazen et al., 2008, อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) ซึ่งสนับสนุนผลการวิจัยครั้งนี้ที่บุคคลที่เข้ามามีส่วนในการพัฒนาความเป็นตนของผู้ให้ข้อมูล คือ เพื่อน และผู้ให้ข้อมูลก็ยังรายงานว่า มิตรภาพจากเพื่อนช่วยให้มีมุมมองความเข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่ที่ขัดแย้งกัน และเป็นอิทธิพลในแง่บวกที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิต เพื่อนจึงเป็นสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ช่วยสนับสนุนผู้ให้ข้อมูลทั้งการพัฒนาตนของผู้ให้ข้อมูลและการเผชิญกับความขัดแย้งของพ่อแม่ได้ดีมากขึ้นด้วย



นอกจากครอบครัวและเพื่อนแล้ว ผู้ให้ข้อมูลยังได้รับแรงคืดจากเรื่องราวเหตุการณ์ที่เผชิญอีกด้วย ซึ่งแสดงถึงการที่ผู้ให้ข้อมูลมีการเรียนรู้จากข้อมูลประสบการณ์ที่เข้ามาในการรับรู้ไม่ว่าจะเป็นจากโรงเรียน หนังสือ ภาพยนตร์ หรือผู้คนที่พบเจอ แล้วนำมาปรับใช้กับการใช้ชีวิตของตนเอง ซึ่งสิ่งนี้ก็เป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องในกระบวนการปรับตัวได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น ไม่เพียงแต่อิทธิพลที่ช่วยในการปรับตัว ประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านบุคคลต้นแบบ ยังช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลมีแรงคืดการใช้ชีวิต และมีแรงบันดาลใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งอาจเป็นที่มาของการมีแหล่งทรัพยากรของความเชื่อในทางบวก (Positive Believe) ที่ Lazarus และ Folkman (1984) กล่าวว่า มุมมองต่อตนเองในทางบวกเป็นแหล่งทรัพยากรทางจิตใจที่สำคัญมากอย่างหนึ่งสำหรับการเผชิญปัญหา โดยความเชื่อนั้นเป็นรากฐานของความหวังและการสนับสนุนความสามารถในการเผชิญปัญหา ซึ่งตัวอย่างหนึ่งของความเชื่อที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหา คือ ความเชื่ออำนาจภายในตน กับความเชื่อในอำนาจภายนอก ซึ่งผู้ให้ข้อมูลที่ได้รับแรงบันดาลใจจากบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ก็จะมี ความเชื่อมั่นในตนเองว่าหากมีความมุ่งมั่นตั้งใจจริงแล้วย่อมจะมีพัฒนาการในสิ่งที่พยายามนั้นและประสบความสำเร็จได้มากขึ้นในแต่ละขั้น

ไม่เพียงแต่สภาพแวดล้อมเท่านั้นที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล ตัวผู้ให้ข้อมูลเองที่มีความสามารถในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมก็เป็นอีกปัจจัยที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถนำเอาประสบการณ์จากสภาพแวดล้อมที่เผชิญมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเอง และเลือกที่จะดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์ทั้งต่อตนเองและสังคม ซึ่งสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมของผู้ให้ข้อมูลคือการพัฒนาทางการคิดด้วยการคิดแบบปฏิบัติการด้านนามธรรมที่ช่วยให้เลือกกลวิธีการเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะสามารถคิดแบบนามธรรมในการพิจารณาหลากหลายประเด็นและประเมินผลที่จะตามมา (Fields & Prinz, 1997) และยังเกี่ยวข้องกับการที่ผู้ให้ข้อมูลมีแหล่งทรัพยากรภายในตนเองที่ช่วยในการเผชิญปัญหา ซึ่งคือ การมีความเชื่อในทางบวก (Positive Believe) ทักษะในการแก้ปัญหา (Problems – Solving Skills) และทักษะทางด้านสังคม (Social Skills) ตามการแจกแจงแหล่งทรัพยากรที่มีส่วนช่วยในการเผชิญปัญหาของ Lazarus และ Folkman (1984) ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การเคารพความคิดของผู้อื่น การปรับเปลี่ยนตนเองเข้าหาผู้อื่น และการจัดการกับความไม่ลงรอยโดยไม่ให้เกิดปัญหารุนแรง

ส่วนการที่ผู้ให้ข้อมูลดำเนินชีวิตในแนวทางที่สร้างสรรค์ ซึ่งมีการพัฒนาตนเองด้วยเห็นว่าชีวิตมีคุณค่า การควบคุมตนเองในการทำตามแนวทางที่ตั้งใจ การมีความคิดที่เป็นเห็นเหตุเป็นผล การเลือกมองมุมบวกในสิ่งที่ได้ประสบ และการให้คุณค่าแก่การเลือกกระทำสิ่งดีงามค่อนข้างมีความเกี่ยวข้องกับการมีความตระหนักรู้ ในการเห็นคุณค่าของชีวิตตนเองจึงต้องการที่จะพัฒนาตนเองให้คุณลักษณะต่าง ๆ มากขึ้น รวมทั้งควบคุมตนเองไม่ให้ทำในสิ่งที่จะทำให้ทำลายคุณค่าหรือความสุขของ

ตนเอง ซึ่งการสามารถควบคุมตนเองได้นั้นย่อมต้องมีตระหนักรู้ว่าตนเองกำลังทำอะไรอยู่ สิ่งนั้นส่งผลดีหรือเสียต่อตนเองอย่างไร โดยก็มีความเชื่อมโยงกับการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล การเลือกมองมุมบวกในสิ่งที่ประสบ และการให้คุณค่าแก่การเลือกกระทำสิ่งดีงาม

การเลือกมองในด้านบวกถึงสิ่งที่ประสบยังสอดคล้องกับกลวิธีการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ Frydenberg และ Lewis (1993 อ้างถึงใน วิธนา มิ่งเมือง, 2540) ในลักษณะการมุ่งเน้นในด้านบวก (Focus on Positive) โดยเป็นการมองสถานการณ์ หรือปัญหานั้น ๆ ไปในทางที่ดี ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เป็นมุมมองทางบวกต่อชีวิตและสถานการณ์ต่าง ๆ ได้แก่ การมองหาส่วนดีของเหตุการณ์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น การพยายามทำชีวิตให้สดใส ร่าเริง ซึ่งจากผลการวิจัย พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลายรายก็ยังมี การเล่าถึงการรับรู้ถึงช่วงเวลาที่มีพ่อแม่มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ซึ่งการรับรู้นี้ทำให้มองเห็นถึงแง่มุมบวกที่ยังมีความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่ อันทำให้มองว่าความขัดแย้งในครอบครัวตนไม่ได้รุนแรงมากเกินไป หรือมีความหวังว่าความขัดแย้งของพ่อแม่จะไม่ร้ายแรงมาก

การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลยังเกี่ยวข้องกับการทำความเข้าใจและยอมรับต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ ซึ่งทำให้พิจารณาสิ่งต่าง ๆ ในหลากหลายแง่มุม เกิดเป็นความเข้าใจอย่างรอบด้านมากขึ้น และนำไปสู่การมีความเห็นใจพ่อแม่มากกว่าที่จะมองพ่อแม่ในทางลบที่มีความขัดแย้งกัน ซึ่งความเข้าใจนี้ก็เชื่อมโยงกับการเลือกปฏิบัติตนในสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่อย่างเหมาะสมด้วย โดยผู้ให้ข้อมูลบางรายได้รายงานว่ามีเมื่อเติบโตมากขึ้นจึงมีความคิดที่มีเหตุผลมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการด้านสติปัญญา ของ Piaget (1896 – 1980 อ้างถึงใน Milkman & Wanberg, 2012) ที่กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นจะมีการคิดนามธรรมมากขึ้นและมีการแก้ปัญหาที่ยืดหยุ่นมากขึ้น (Formal operation)

ยิ่งไปกว่านั้น ผู้ให้ข้อมูลยังมีการเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่ โดยการนำมาเป็นบทเรียนแก่การดำเนินชีวิตของตนที่จะไม่ดำเนินรอยตามอย่างพ่อแม่ ด้วยการปฏิบัติตนที่ไม่ให้เกิดความขัดแย้งในสัมพันธภาพ และการเรียนรู้ที่จะไม่ใช้วิธีการตอบโต้ด้วยความรุนแรงเมื่อเกิดประเด็นความขัดแย้งกับผู้อื่นจากการรายงานของผู้ให้ข้อมูลนั้นส่วนหนึ่งมาจากการไม่ชอบการทะเลาะกันของพ่อแม่ ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความตั้งใจที่จะไม่ปฏิบัติให้เกิดปัญหาความขัดแย้งอย่างที่เคยเห็นจากพ่อแม่ และการเรียนรู้ก็เป็นส่วนสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถปรับตัวทางสังคมได้ และไม่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง ซึ่งตรงกันข้ามกับข้อมูลงานวิจัยที่รายงานว่าความขัดแย้งในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาพฤติกรรม (Shek, 2005) โดยอาจเป็นผลมาจากการมีความคิดที่เป็นเหตุเป็นผลของผู้ให้ข้อมูล ที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลพิจารณาทั้งข้อดีและข้อเสียในการเลือกแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็เห็นว่าวิธีการโต้ตอบด้วยความรุนแรงไม่ได้ช่วยแก้ไข้ปัญหา แต่กลับจะยิ่งเพิ่มความขัดแย้งมากยิ่งขึ้นได้

การเรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่ ยังมีในประเด็นของการที่ผู้ให้ข้อมูลมองชีวิตอย่างเข้าใจมากขึ้นจากเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อแม่ด้วยการเข้าใจและยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบในครอบครัวซึ่งช่วยให้เกิดความเข้าใจชีวิตอย่างที่เป็นจริงมากกว่าความคาดหวังของตน สอดคล้องกับการศึกษาของ Rutter (1999) ที่ว่า กระบวนการคิดต่อประสบการณ์ค่อนข้างมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการฟื้นฟู ซึ่งมุมมองที่บุคคลมีต่อความสัมพันธ์ที่เป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนาสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ในวัยผู้ใหญ่ คือ บุคคลต้องยอมรับในความสำคัญของความสัมพันธ์เช่นนั้นของพ่อแม่ ต้องยอมรับในความเป็นจริงของประสบการณ์ที่ไม่ดีที่เคยมีในวัยเยาว์ และหาแนวทางในการผสมผสานความเป็นจริงของประสบการณ์เหล่านี้เข้าสู่ความรู้สึกนึกคิดต่อตนเอง (self-concept) โดยเป็นในแนวทางบวกไม่ใช่การปฏิเสธทางลบ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความเข้าใจและยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบในครอบครัว ทำให้ความรู้สึกต่อผู้ที่ให้ข้อมูลเคยมีต่อการรับรู้ว่ามีพ่อแม่มีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้งกันลดหายไป

### ข้อจำกัดทางการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลทั้ง 10 ราย เป็นวัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงแต่ไม่ถึงระดับที่มีปัญหา (Dysfunctional family) ผลการวิจัยครั้งนี้จึงไม่สามารถนำไปใช้สรุปอ้างอิงถึงประสบการณ์ของวัยรุ่นในครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงในระดับที่มีปัญหาได้

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจและเปรียบเทียบกับกลุ่มคนที่มีประสบการณ์ความขัดแย้งในครอบครัวระหว่างบุคคลที่พ่อแม่ยังคงอยู่ด้วยกัน กับพ่อแม่หย่าร้างกัน เกี่ยวกับวิถีเผชิญปัญหาและการปรับตัวจากการมีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงซึ่งจะช่วยให้ได้ข้อมูลพื้นฐานสำหรับแนวทางการทำงานที่เหมาะสมกับกลุ่มคนดังกล่าวมากยิ่งขึ้น
2. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับตัวแปรหรือปัจจัยที่พบในผลการวิจัยนี้ เช่น รูปแบบการเลี้ยงดูของพ่อแม่ หรือรูปแบบความคิดในการเผชิญปัญหาด้วยวิธีวิจัยทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพ เพื่อขยายผลการศึกษามากยิ่งขึ้น
3. ควรทำการศึกษาเพื่อขยายผลในเรื่องปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตอย่างปรับตัวได้ โดยพัฒนาโปรแกรมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจากข้อมูลปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตของงานวิจัยครั้งนี้ แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

4. ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่นกลุ่มที่ครอบครัวมีความขัดแย้งสูงในระดับที่มีปัญหา (Dysfunctional family) เพื่อขยายความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงได้ครอบคลุมมากขึ้น

### ข้อเสนอแนะในการประยุกต์ใช้

1. ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้จากการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องในการใช้เป็นแนวทางการทำงาน และการบริการด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยากับวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงอย่างเหมาะสมต่อไป โดยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1.1 เรื่องการช่วยเหลือทางด้านจิตใจ โดยการเอื้อให้มีการตรวจสอบความคิด และเอื้อให้เกิดการคิดพิจารณาปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่อย่างรอบด้านตามความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น เนื่องจากในผลการวิจัยพบว่า การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลมีส่วนให้เกิดการทำ ความเข้าใจและยอมรับต่อความขัดแย้งของพ่อแม่ อีกทั้งยังควรช่วยเอื้อให้เกิดการปรับเปลี่ยนมุมมองจากในแง่ลบให้มองเห็นด้านบวกของสิ่งต่าง ๆ อย่างการเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น และการมองเหตุการณ์ทางลบที่ประสบในมุมมองที่สามารถนำมาเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองมากยิ่งขึ้น ดังผลการวิจัยที่ผู้ให้ข้อมูลเห็นคุณค่าในชีวิตของตน จึงมีการพยายามพัฒนาตนเองเพื่อการดำเนินชีวิตของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต และควรส่งเสริมให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองยิ่งขึ้น เพื่อที่จะสามารถเลือกกระทำสิ่งที่ เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นมากกว่าที่จะทำในสิ่งที่ก่อให้เกิดโทษตามมา

1.2 เรื่องการฝึกวิธีเผชิญปัญหา (coping) โดยส่งเสริมให้มีวิธีการรับมือกับปัญหาได้ อย่างเหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem-Focused Coping) ที่ควรส่งเสริม การทำความเข้าใจและยอมรับกับความขัดแย้งของพ่อแม่ ตลอดจนการคิดพิจารณาทางเลือกในการ แก้ปัญหาแต่ละทาง หรือรูปแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion-Focused Coping) ที่ควรช่วยเอื้อให้มี มุมมองความคิดที่ทำให้สบายใจมากขึ้น ไม่เคร่งเครียดกับปัญหามากจนส่งผลเสียต่อการดำเนินชีวิต ของตนเอง เช่น การปล่อยวางกับปัญหาความขัดแย้งของพ่อแม่ หรือมองในแง่บวกถึงสิ่งที่มีใน ครอบครัวของผู้ให้ข้อมูล และการหาวิธีการช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด เช่น การทำกิจกรรมที่ สร้างสรรค์

2. สำหรับการนำไปใช้ในเชิงวางโปรแกรมป้องกันและพัฒนา ควรส่งเสริมเกี่ยวกับเพื่อนให้ มี การช่วยเหลือกันในทางที่สร้างสรรค์ เช่น การฝึกทักษะเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer helpers) หรือการ บริการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่วัยรุ่นที่เป็นเพื่อนกัน เป็นต้น เนื่องจากเพื่อนเป็นแหล่ง ทรัพยากรทางสังคมที่ช่วยสนับสนุนการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นได้ค่อนข้างมาก ดังผลการวิจัยที่พบว่า มิตรภาพจากเพื่อนช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลมีมุมมองความเข้าใจมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องราวความสัมพันธ์ของพ่อ แม่ที่ขัดแย้งกัน และเป็นอิทธิพลในแง่บวกที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินชีวิตของผู้ให้ข้อมูล นอกจากนี้ ยัง

ควรส่งเสริมเรื่องสายสัมพันธ์ในครอบครัวที่เข้มแข็ง โดยส่งเสริมการมีความรักและความปรารถนาดีให้แกกันครอบครัว การให้ความใส่ใจกับความต้องการของสมาชิกครอบครัวและปรับเปลี่ยนตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สมาชิกในครอบครัวไม่ชอบ เพื่อให้การอยู่ร่วมกันมีความเข้าใจกันและมีความสุขมากขึ้น ดังการรายงานของผู้ให้ข้อมูลที่ระบุว่าถึงแม้ในครอบครัวพ่อแม่จะมีความขัดแย้งกัน แต่ผู้ให้ข้อมูลยังรับรู้ถึงการได้รับการปลุกฝังเลี้ยงดูด้วยความรักและปรารถนาดีที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์จากครอบครัว และการที่ผู้ให้ข้อมูลได้เรียนรู้จากความขัดแย้งของพ่อแม่ในสิ่งที่จะนำมาเป็นบทเรียนเพื่อไม่ดำเนินรอยตามให้เกิดความขัดแย้งในสัมพันธภาพกับผู้อื่น

3. ข้อมูลที่ได้จากวิจัยครั้งนี้ สามารถใช้เป็นสารสนเทศสำหรับผู้สนใจในการทำความเข้าใจประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ เช่น สภาวะจิตใจจากการรับรู้ความขัดแย้งของพ่อแม่ วิธีการรับมือกับสถานการณ์ความขัดแย้งของพ่อแม่ และปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการดำเนินอย่างปรับตัวได้

## รายการอ้างอิง

- 4Children. (2012). *Family conflict and violence affecting 4 million families*. Retrieved February 28, 2013, from <http://www.4children.org.uk/News/Detail/Family-conflict-and-violence-affecting-4-million-families>
- American Psychological Association. (2002). *Developing adolescents: A reference for professionals*. Washington, DC: Author.
- Anderson, S. R., Anderson, S. A., Palmer, K. L., Mutchler, M. S., & Baker, L. K. (2011). Defining high conflict. [Electronic version]. *American Journal of Family Therapy*, 39(1), 11-27.
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. [Electronic version]. *American psychologist*, 54(5), 317-326.
- Atherton, R. G. (2010). *Adolescent Adjustment in Rural Appalachian Youth*. (Doctoral dissertation), The University of North Carolina at Chapel Hill. Retrieved from [https://cdr.lib.unc.edu/indexablecontent?id=uuid:dde7bf5f-1741-4ef7-9a0d-9a0b732f002b&ds=DATA\\_FILE](https://cdr.lib.unc.edu/indexablecontent?id=uuid:dde7bf5f-1741-4ef7-9a0d-9a0b732f002b&ds=DATA_FILE)
- Ayers, T. S., Sandier, I. N., West, S. G., & Roosa, M. W. (1996). A dispositional and situational assessment of children's coping: Testing alternative models of coping. *Journal of Personality*, 64(4), 923-958.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. [Electronic version]. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-189.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). *Student adaptation to college questionnaire (SACQ)*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services.
- Child and adolescent mental health*. (n.d.). Retrieved March 10, 2013, from <http://www.abrosflorinpharm.com/wellness-center/diseases-and-conditions/pediatric-health-library/child-and-adolescent-mental-health/?v=90,P01573>
- Chung, G. H., Flook, L., & Fuligni, A. J. (2009). Daily family conflict and emotional distress among adolescents from Latin American, Asian, and European backgrounds. [Electronic version]. *Developmental psychology*, 45(5), 1406-1415.
- Cicchetti, D., & Cohen, D. J. (2006). *Developmental psychopathology: Theory and method* (Vol. 1, 2nd ed.). New York: Wiley.
- Compas, B. E., Hinden, B. R., & Gerhardt, C. A. (1995). Adolescent development: Pathways and processes of risk and resilience. [Electronic version]. *Annual Review of Psychology*, 46(1), 265-293.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (2nd ed.). Thousand Oaks: Sage.

- Crosnoe, R., & Cavanagh, S. E. (2010). Families with children and adolescents: A review, critique, and future agenda. [Electronic version]. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 594-611.
- Cupach, W. R., Canary, D. J., Vachinich, S., & Messman, S. J. (2013). *Conflict - couple relationships, family relationships, parent-child relationships*. Retrieved February 28, 2013, from <http://family.jrank.org/pages/315/Conflict.html>
- Fallon, B. J., & Bowles, T. V. (2001). Family Functioning and Adolescent Help-Seeking Behavior. [Electronic version]. *Family relations*, 50(3), 239-245.
- Fields, L., & Prinz, R. J. (1997). Coping and adjustment during childhood and adolescence. [Electronic version]. *Clinical psychology review*, 17(8), 937-976.
- Gartland, D., Bond, L., Olsson, C. A., Buzwell, S., & Sawyer, S. M. (2011). Development of a multi-dimensional measure of resilience in adolescents: the Adolescent Resilience Questionnaire. [Electronic version]. *BMC Medical Research Methodology*, 11(1), 134.
- Gavazzi, S. M. (2011). *Families with adolescents: Bridging the gaps between theory, research, and practice*. Retrieved from <http://link.springer.com/book/10.1007%2F978-1-4419-8246-9>
- Ge, X., & Conger, R. D. (1999). Adjustment problems and emerging personality characteristics from early to late adolescence. [Electronic version]. *American journal of community psychology*, 27(3), 429-459.
- Gerard, J. M., Krishnakumar, A., & Buehler, C. (2006). Marital Conflict, Parent-Child Relations, and Youth Maladjustment A Longitudinal Investigation of Spillover Effects. [Electronic version]. *Journal of Family Issues*, 27(7), 951-975.
- Gonzales, N. A. (2009, May). *Family interventions to prevent or reduce adolescent risk behavior*. Paper presented at the Science of Adolescence Workshop on Social and Environmental Influences and Adolescent Risk Behavior, The National Academies Washington DC.
- Hair, E. C., Anderson Moore, K., Hadley, A. M., Kaye, K., Day, R. D., & Orthner, D. K. (2009). Parent marital quality and the parent-adolescent relationship: Effects on adolescent and young adult health outcomes. [Electronic version]. *Marriage & Family Review*, 45(2-3), 218-248.
- Jessor, R., Turbin, M. S., & Costa, F. M. (1998). Risk and protection in successful outcomes among disadvantaged adolescents. [Electronic version]. *Applied Developmental Science*, 2(4), 194-208.
- Kelly, O. R. (2013). *I have to change! The role of the adolescent in the family*. Retrieved February 20, 2013, from <http://www.yale.edu/ynhti/curriculum/units/1986/1/86.01.07.x.html>

- Kramer, B. J., Boelk, A. Z., & Auer, C. (2006). Family conflict at the end of life: Lessons learned in a model program for vulnerable older adults. [Electronic version]. *Journal of palliative medicine*, 9(3), 791-801.
- Kramer, B. J., Kavanaugh, M., Trentham-Dietz, A., Walsh, M., & Yonker, J. A. (2010). Predictors of family conflict at the end of life: the experience of spouses and adult children of persons with lung cancer. [Electronic version]. *The Gerontologist*, 50(2), 215-225.
- Kuperminc, G. P., Blatt, S. J., & Leadbeater, B. J. (1997). Relatedness, self-definition, and early adolescent adjustment. [Electronic version]. *Cognitive Therapy and Research*, 21(3), 301-320.
- Lai, C. S. (2011). Differences in parental marital quality and family environment between delinquent and non-delinquent adolescents. [Electronic version]. *European Journal of Social Sciences*, 24(2), 206-213.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of adjustment*. New York: McGraw-Hill Kogakusha.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Malek, C. (2010). *Family conflict*. Retrieved January 12, 2013, from [http://www.crinfo.org/CK\\_Essays/ck\\_family\\_conflict.jsp](http://www.crinfo.org/CK_Essays/ck_family_conflict.jsp)
- Mechanic, D., & Hansell, S. (1989). Divorce, family conflict, and adolescents' well-being. [Electronic version]. *Journal of Health and Social Behavior*, 30(1), 105-116.
- Milkman, H. B., & Wanberg, K. W. (2012). *Criminal Conduct and Substance Abuse Treatment for Adolescents: Pathways to Self-discovery and Change: the Provider's Guide*: Sage.
- Morgan, E. (2009). *Adolescent growth and development*. Retrieved January 12, 2013, from <http://pubs.ext.vt.edu/350/350-850/350-850.html>
- Nelson, W. L., Hughes, H. M., Handal, P., Katz, B., & Searight, H. R. (1993). The relationship of family structure and family conflict to adjustment in young adult college students. [Electronic version]. *Adolescence*, 28(109), 29-40.
- Ochoa, G. M., Lopez, E. E., & Emler, N. P. (2007). Adjustment problems in the family and school contexts, attitude towards authority, and violent behavior at school in adolescence. [Electronic version]. *Adolescence*, 42(168), 779-794.
- Oliva, A., Jiménez, J. M., & Parra, A. (2009). Protective effect of supportive family relationships and the influence of stressful life events on adolescent adjustment. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(2), 137-152.
- Pan, E. L., Chang, Y. H., & Hsieh, Y. S. (2004, June). *Family structure, life events, and adolescent distress: Variations by age*. Paper presented at the the First Youth Conference of Taiwan Youth Project, Taipei, Taiwan.



- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of family therapy, 21*(2), 119-144.
- Shek, D. T. (2005). A longitudinal study of perceived family functioning and adolescent adjustment in Chinese adolescents with economic disadvantage. [Electronic version]. *Journal of Family Issues, 26*(4), 518-543.
- Shelton, K. H., & Harold, G. T. (2008). Pathways between interparental conflict and adolescent psychological adjustment bridging links through children's cognitive appraisals and coping strategies. [Electronic version]. *The Journal of Early Adolescence, 28*(4), 555-582.
- Shoshani, A., & Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: Young adolescents' character strengths, subjective well-being, and school adjustment.[Electronic version]. *Journal of Happiness Studies, 14*(4), 1163-1181.
- Sun, Y. (2001). Family Environment and Adolescents' Well-Being Before and After Parents' Marital Disruption: A Longitudinal Analysis. [Electronic version]. *Journal of Marriage and Family, 63*(3), 697-713.
- Wertz, F. J. (2005). Phenomenological research methods for counseling psychology. [Electronic version]. *Journal of Counseling Psychology, 52*(2), 167-177.
- Whitmire, K. A. (2000). Adolescence as a developmental phase: A tutorial . [Electronic version]. *Topics in Language Disorders, 20*(2), 1-14.
- Witt, D. D. (n.d.). *Family crisis: Conflict theories and symbolic interaction theory*. Retrieved February 19, 2013, from <http://www3.uakron.edu/witt/fc/fcnote5a.htm>
- Wolcott, I., & Hughes, J. (1999). *Towards understanding the reasons for divorce*. Melbourne: Australian Institute of Family Studies.
- Worchel, S., & Goethals, G. R. (1989). *Adjustment: Pathways to personal growth* (2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, Inc.
- กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์. (2554). *ทฤษฎีและแนวทางปฏิบัติในการปรึกษาครอบครัว*. เอกสารประกอบการเรียนการสอนวิชา Workshop in Special Topic in Family Counseling คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จรรยาพร ธรณินทร์. (2549). *แผนงานส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมเด็กและเยาวชนไทย*. คัดมาเมื่อ 4 มีนาคม 2556, จาก [http://www.moe.go.th/jarawporn/planning\\_ja49.html](http://www.moe.go.th/jarawporn/planning_ja49.html)
- ชาย โพธิสิตา. (2547). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เปรมพร มั่นเสมอ. (2545). *การปรับตัว กลวิธีการเผชิญปัญหา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- เพ็ญพิไล ฤทธาคุณานนท์. (2550). *พัฒนาการมนุษย์* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัยรุ่นไทยท้องไม่พร้อมที่สองอาเซียน คิดเป็นแปดสิบเปอร์เซ็นต์คนวัยทีน/อายุน้อยกว่ายี่สิบคลอดวันละสามร้อยเจ็ดสิบคนต่ำกว่าสิบห้าแบ่งวันละสิบ. (17 มกราคม 2556). *ไทยโพสต์*. คัดมาเมื่อ 6 มีนาคม 2556, จาก <http://www.thaipost.net/news/170113/68177>
- วีณา มิ่งเมือง. (2540). *ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สถิตีพุงวัยรุ่นฆ่าตัวจับตาช่วงใกล้สอบ. (7 กันยายน 2555). *ไทยโพสต์*. คัดมาเมื่อ 4 มีนาคม 2556, จาก <http://www.thaipost.net/x-cite/070912/62039>
- สุภางค์ จันทวานิช. (2551). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อึ้ง! ยอดโจ้ต่ำกว่าสิบเจ็ด ติดยา พุงปรี๊ดสามปี เพิ่มสิบสองเปอร์เซ็นต์. (26 พฤษภาคม 2554). ASTV *ผู้จัดการออนไลน์*. คัดมาเมื่อ 6 มีนาคม 2556, จาก <http://www.manager.co.th/QOL/ViewNews.aspx?NewsID=9540000063879>
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**



ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน  
กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-8147 09.00 น.

ที่ จว 551/56

วันที่ 9 สิงหาคม 2556

เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. ใบรับรองผลการพิจารณา
  2. เอกสารข้อมูลสำหรับผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
  3. หนังสือแสดงความยินยอม
  4. แบบสอบถาม

ตามที่ นางสาวแวนภา โกศลติลก นิสิตระดับมหาบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้เสนอโครงการวิจัยที่ 086.1/56 เรื่อง ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้ (PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF ADAPTIVE ADOLESCENTS FROM HIGH CONFLICT FAMILIES) เพื่อให้กรรมการผู้ทบทวนหลักพิจารณาจริยธรรมการวิจัยความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

การนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลัก ได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ รับรองวันที่ 5 สิงหาคม 2556

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เรียน ผอ.ฝ่ายบริหาร
จึงเรียนมาเพื่อโปรด
<input checked="" type="checkbox"/> ทราบ
<input type="checkbox"/> พิจารณา
<input type="checkbox"/> ดำเนินการ
<input type="checkbox"/> ออนุมัติ
ลงชื่อ..... <i>อ.ช.ช.</i> .....

*ดร. นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์*  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)  
 กรรมการและเลขานุการ  
 คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน  
 กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

*ดร. กฤษณา*  
*ดร. นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์*  
*ดร. ชัยชนะวงศาโรจน์*



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 138/2556

### ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 086.1/56 : ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวแวนภา โกศลดิตร


หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice (ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม... 

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปรีดา ทักษณประดิษฐ์)

ประธาน

ลงนาม... 

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)

กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 5 สิงหาคม 2556

วันหมดอายุ : 4 สิงหาคม 2557

เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย
- 4) แบบสอบถาม



เลขที่โครงการวิจัย... 086.1/56

วันที่รับรอง... - 5 ส.ค. 2556

วันหมดอายุ... - 4 ส.ค. 2557

#### เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการผิดจริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

### ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นจากครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและปรับตัวได้  
 ชื่อผู้วิจัย นางสาวเวณภา โกศลดิกล นิสิตระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
 สถานที่ติดต่อผู้วิจัย

3/33 ถนนอินทรีรี ตำบลแม่สอด อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก 63110

โทรศัพท์ที่บ้าน 055-532-798 โทรศัพท์มือถือ 083-208-1449 E-mail: k\_wnp@yahoo.com

1. ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัย ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยนี้ทำเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไม่ชัดเจนได้ตลอดเวลา
2. โครงการนี้เกี่ยวข้องกับการวิจัยเรื่อง “ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ไม่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง” โดยประสบการณ์ทางจิตใจ หมายถึง การรับรู้ มุมมอง สภาวะอารมณ์และความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับการมีประสบการณ์ในการอยู่กับครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง
3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย งานวิจัยชิ้นนี้กระทำให้ขึ้นเพื่อศึกษาภาวะทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ไม่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงและศึกษาองค์ประกอบที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ไม่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

#### 4. รายละเอียดของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ วัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดีไม่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง มีคุณสมบัติดังนี้

#### เกณฑ์การคัดเข้า คือ

1. เป็นวัยรุ่นที่มีอายุ 18 – 25 ปี ทั้งเพศชายและหญิง
2. มีคะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้านของการปรับตัวจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวอยู่ในช่วงคะแนนระหว่าง 2.50 – 4.00 คะแนน
3. ในครอบครัวมีประวัติของการมีสัมพันธภาพที่ขัดแย้งกันระหว่างบิดามารดา โดยตอบว่า “ใช่” อย่างน้อย 3 ใน 4 ของรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว
4. มีความยินดีในการให้ความร่วมมือในการร่วมการวิจัย ตามแบบการขอความร่วมมือ ดังรายละเอียดการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมการวิจัย และมีความยินดีที่จะพูดถึงประสบการณ์และความรู้สึกของตน

#### เกณฑ์การคัดออก คือ

1. ยังมีความกระตือรือร้นใจต่อสัมพันธภาพที่ขัดแย้งกันระหว่างบิดามารดา
2. มีลักษณะที่แสดงถึงการที่ยังไม่สามารถปรับตัวได้อย่างแท้จริง

ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งสิ้นจำนวน 8-12 คน



เลขที่โครงการวิจัย..... 086.1 | 56  
 - 5 ส.ค. 2556  
 วันที่รับรอง.....  
 - 4 ส.ค. 2557  
 วันหมดอายุ.....

1/3

ปรับปรุงเมื่อ 23 พฤษภาคม 2554

## 5. กระบวนการการวิจัย

5.1 ในขั้นตอนการคัดกรอง ผู้วิจัยจะขอความร่วมมือจากอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาต่างๆ เพื่อเข้าไปชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย และขอให้นิสิตนักศึกษาอ่านเอกสารข้อมูลสำหรับผู้ร่วมการวิจัย และเอกสารใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย หากท่านยินดีที่จะร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะขอให้ท่านลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย พร้อมทั้งขอให้ท่านทำแบบสอบถามการปรับตัวและรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว ซึ่งไม่มีการระบุชื่อและข้อมูลส่วนบุคคลแต่ใช้เป็นรหัสแทน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยจะขอชื่อและเบอร์โทรศัพท์ติดต่อเป็นการส่วนตัว เพื่อที่ว่าหากท่านมีลักษณะตรงตามเกณฑ์การคัดเลือก ผู้วิจัยจะได้ทำการติดต่อกลับไป

5.2 ผู้วิจัยติดต่อนิสิตนักศึกษาที่สมัครใจที่จะร่วมในงานวิจัยและมีลักษณะตรงตามเกณฑ์คัดเลือก เพื่อขอนัดพบในวันและเวลา ตามความสะดวกของท่าน โดยใช้สถานที่ของมหาวิทยาลัยของท่านในกรณีที่ท่านมีความสะดวกในการให้การสัมภาษณ์ ซึ่งสถานที่นั้นต้องมีความเป็นส่วนตัวและมีความปลอดภัยในการรักษาความลับ เพื่ออธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย และตอบคำถามต่างๆ ให้ท่านเข้าใจ

5.3 ผู้วิจัยจะนัดพบในวันและเวลาตามความสะดวกของท่าน ดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 45 – 75 นาที รวมทั้งขบขันที่กึ่งเสียงขณะสัมภาษณ์ โดยจะไม่มีการระบุชื่อของท่านบนไฟล์ข้อมูลบันทึกเสียงแต่ระบุเป็นรหัสในการวิจัย ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บไฟล์บันทึกเสียงเหล่านั้นในที่ที่ไม่มีใครสามารถเข้าถึงนอกจากตัวผู้วิจัย และจะทำลายไฟล์บันทึกเสียงทันทีเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัย ทั้งนี้หากการสัมภาษณ์ในครั้งแรกยังได้ข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยจะขอสัมภาษณ์เพิ่มเติมอีก 1 ครั้ง ในเวลาประมาณ 30-60 นาที

5.4 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาวิเคราะห์ตามแนวทางการวิจัย แล้วเขียนรายงานการวิจัย โดยชื่อและข้อมูลส่วนตัวของท่านจะได้รับการปกปิดเป็นความลับและใช้นามสมมติแทน และผู้วิจัยจะนำรายงานและข้อมูลที่ได้ไปให้ท่านตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้ง พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมตามข้อเสนอแนะของท่าน

6. ในการคัดกรองผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย หากพบว่าท่านไม่อยู่ในเกณฑ์คัดเลือก และอยู่ในสภาวะที่ยังปรับตัวไม่ได้ ผู้วิจัยจะจัดเตรียมข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจแก่ท่าน เพื่อให้ท่านสามารถเข้าถึงแหล่งความช่วยเหลือที่เหมาะสมต่อไป

7. ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นแก่ท่านในการเข้าร่วม โครงการวิจัยนี้ คือ ในการสัมภาษณ์ท่านอาจต้องคิดทบทวนเรื่องราวความรู้สึกที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ท่านมีในการอยู่ในครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง ซึ่งอาจทำให้ท่านเกิดความกระทบกระเทือนใจได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยจะคอยสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของท่านในขณะที่สัมภาษณ์ ถ้าหากท่านเกิดผลกระทบทางจิตใจจากการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะยุติบทสนทนาวิจัยแล้วดำเนินการช่วยเหลือด้วยกระบวนการทางด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และจะไม่เอาข้อมูลมาใช้ในการวิจัย

วิจัย



เลขที่โครงการวิจัย 086.1 / 56  
วันที่รับรอง - 5 ส.ค. 2556  
วันหมดอายุ - 4 ส.ค. 2557



8. ประโยชน์ในการเข้าร่วมในการวิจัยของท่าน คือ ท่านจะได้แบ่งปันเรื่องราวและประสบการณ์ตรงของท่าน เพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยด้านจิตวิทยาการปรึกษา ในการหาแนวทางการช่วยเหลือเยียวยาจิตใจกับกลุ่มวัยรุ่นที่มีพื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูงต่อไป

9. การเข้าร่วมในการวิจัยของท่านเป็นโดยสมัครใจ และสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะ โดยไม่ต้องให้เหตุผลและไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ รวมถึงไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาของท่านแต่อย่างใด

10. หากท่านมีข้อสงสัยให้สอบถามเพิ่มเติมได้โดยสามารถติดต่อผู้วิจัยได้ตลอดเวลา และหากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์หรือโทษเกี่ยวกับการวิจัย ผู้วิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบอย่างรวดเร็ว เพื่อให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยทบทวนว่ายังสมัครใจจะอยู่ในงานวิจัยต่อไปหรือไม่

11. ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับท่านจะเก็บเป็นความลับ หากมีการเสนอผลการวิจัยจะเสนอเป็นภาพรวม ข้อมูลใดที่สามารถระบุถึงตัวท่านจะไม่ปรากฏในรายงาน

12. ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆตอบแทน ให้แก่ท่านในการเข้าร่วมการวิจัย แต่ทางผู้วิจัยจะมีของที่ระลึกมอบให้แก่ท่าน คือ ผ้าเช็ดหน้า เพื่อเป็นการแสดงความขอบคุณที่ท่านสละเวลาเพื่อการสัมภาษณ์

13. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8147 หรือ 0-2218-8141 โทรสาร 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th



เลขที่โครงการวิจัย... 086.1 / 56  
วันที่รับรอง... - 5 ส.ค. 2556  
วันหมดอายุ... - 4 ส.ค. 2557

## หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ประสบการณ์ทางจิตใจของวัยรุ่นที่ปรับตัวได้แม้พื้นฐานครอบครัวที่มีความขัดแย้งสูง

ชื่อผู้วิจัย นางสาวแววนภา โกศลติก นิสิตระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ที่อยู่ติดต่อ 3/33 ถนนอินทรีริ ตำบลแม่สอด อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก 63110

โทรศัพท์ 083-208-1449

ข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยงอันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่านรายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัย จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้ายินยอมตอบแบบสอบถามการปรับตัวและรายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว เป็นเวลาประมาณ 30 นาที และยินดีให้การสัมภาษณ์ที่มีการบันทึกเทปการสนทนา เป็นเวลาประมาณ 45 - 75 นาที และหากข้อมูลที่ได้ไม่ครบถ้วน ข้าพเจ้ายินดีให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมอีกครั้งประมาณ 30-60 นาที ซึ่งเมื่อเสร็จสิ้นการวิจัยแล้วผู้วิจัยจะทำลายไฟล์บันทึกเสียงทันที

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากกรวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอนตัวออกจากกรวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น รวมถึงไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาของข้าพเจ้าแต่อย่างใด

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติตามข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้า

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4 อาคารสถาบัน 2 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2218-8147, 0-2218-8141 โทรสาร 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....นางแววนภา.....โกศลติก.....

(...นางสาวแววนภา โกศลติก...)

ผู้วิจัยหลัก

ลงชื่อ.....

(...)

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ.....

(...)

พยาน



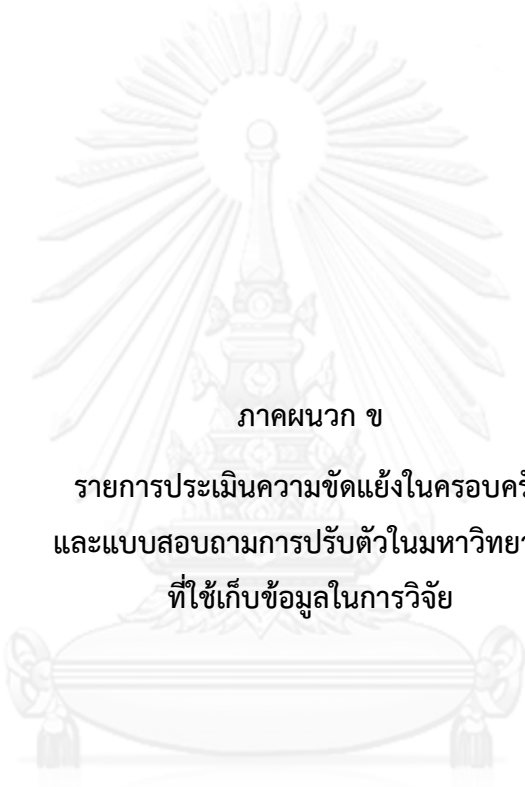
เลขที่โครงการวิจัย 086.1/56

วันที่รับรอง - 5 ส.ค. 2556

วันหมดอายุ - 4 ส.ค. 2557

1/1

ปรับปรุงเมื่อ 23 พฤษภาคม 2554



ภาคผนวก ข

รายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว  
และแบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย  
ที่ใช้เก็บข้อมูลในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

รหัสผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

## ข้อมูลส่วนบุคคล

เพศ  ชาย  หญิง อายุ ..... ปี

คณะที่กำลังศึกษา ..... สาขาวิชา .....

ชั้นปีที่ ..... ค่าเฉลี่ยสะสมรวม (G.P.A.) ของนิสิตนักศึกษา.....

## รายการประเมินความขัดแย้งในครอบครัว

ให้นิสิตนักศึกษาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง [ ]

- 1) บิดามารดาของท่านเคยได้เถียงกันในประเด็นที่ไม่สามารถประนีประนอมกันได้  
[ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่
- 2) บิดามารดาของท่านเคยตะโกนใส่กันด้วยความรู้สึกไม่พอใจต่อกัน  
[ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่
- 3) บิดามารดาของท่านเคยต่อกันในลักษณะของการตำหนิหรือวิพากษ์วิจารณ์อีกฝ่าย  
[ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่
- 4) บิดามารดาของท่านเคยทำร้ายร่างกายกัน  
[ ] ใช่ [ ] ไม่ใช่



เลขที่โครงการวิจัย..... 086.1/56.....  
วันที่รับรอง..... - 5 ส.ค. 2556.....  
วันหมดอายุ..... - 4 ส.ค. 2557.....

รหัสผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

## แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย



เลขที่โครงการวิจัย 086.1/56

วันที่มอบ - 5 ส.ค. 2556

วันที่ส่งคืน - 4 ส.ค. 2557

## คำแนะนำในการตอบ

กรุณาย่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบแล้วพิจารณาว่าแต่ละข้อตรงกับตัวท่านมากน้อย

เพียงใด ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด กรุณา

ตอบทุกข้อ

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
1. ฉันรู้สึกว่าฉันปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี				
2. ฉันรู้สึกดีเกี่ยวกับชีวิตหรือวิถีการดำเนินชีวิตในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
3. ฉันติดตามการเรียนได้ดี				
4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนใหม่เมื่อมาเรียนที่นี่				
5. ฉันเรียนในระดับมหาวิทยาลัยอย่างมีเป้าหมาย				
6. ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
7. ฉันปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี				
8. ระหว่างการสอบ ฉันมักทำได้ไม่เต็มที่				
9. ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
10. การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน				
11. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับการเรียนที่ทำได้ขณะนี้				
12. ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอก ชั่วโมงเรียน				
13. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย				
14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่				
15. ฉันไม่ได้พยายามในการเรียนอย่างที่ฉันควรทำ				
16. ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนที่นี่				
17. ฉันมีเป้าหมายในการเรียนในมหาวิทยาลัยอย่างชัดเจน				
18. ฉันควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่าน มา				
19. ฉันไม่รู้สึกว่าตนเองเก่งพอในวิชาที่เรียน				
20. บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเหงา				



เลขที่โครงการวิจัย..... 086.1/56

ที่รับรอง..... - 5 ส.ค. 2556

ทั้งหมดอายุ..... - 4 ส.ค. 2557

รหัสผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
21. ฉันรู้สึกว่าคุณควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองที่มหาวิทยาลัย ได้ดี				
22. ฉันปวดหัวบ่อยๆ				
23. ฉันไม่มีแรงจูงใจในการเรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ ผ่านมา				
24. ฉันพอใจกับกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย				
25. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอ คำแนะนำจากบุคคลที่ฉันวางใจและเชื่อถือดีหรือไม่				
26. ฉันรู้สึกสงสัยในคุณค่าของการศึกษาในระดับปริญญา				
27. ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี				
28. ฉันอยากเรียนที่อื่นมากกว่าที่นี่				
29. ฉันพอใจกับความหลากหลายของวิชาและจำนวนวิชาที่เปิดสอน ในมหาวิทยาลัย				
30. ฉันรู้สึกว่าฉันมีทักษะทางสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับผู้อื่นได้				
31. ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
32. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน				
33. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ				
34. ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่เข้าไป				
35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย				
36. ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ				
37. บางครั้งความคิดของฉันสับสนได้ง่าย				
38. ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในมหาวิทยาลัย				
39. ฉันหวังว่าจะเรียนจนจบปริญญาตรี				
40. ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้				
41. ฉันกังวลเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการเรียน				
42. ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา				
43. ฉันรู้สึกว่าขณะนี้ ฉันมีปัญหามากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน				
44. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก				
45. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเรียนในเทอมนี้				



เลขที่โครงการวิจัย..... 086.1/56

ที่รับรอง..... - 5 ส.ค. 2556

วันหมดอายุ..... - 4 ส.ค. 2557

ผู้ที่มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้อความ	ตรง มาก	ตรง	ไม่ค่อย ตรง	ไม่ตรง เลย
46. ฉันรู้สึกว่าคุณเองมีสุขภาพดี				
47. ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อนๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ				
48. สิ่งที่น่าสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย				
49. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดอย่างยั้งว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น				
50. บ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าฉันควรจะลาออกจากมหาวิทยาลัยและเลิกเรียนเลยดีกว่า				
51. ฉันคิดเกี่ยวกับการขอลาพักการศึกษา				
52. ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งในการจัดการกับความเครียดที่ฉันต้องเผชิญในมหาวิทยาลัย				
53. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย				
54. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าฉันจะสามารถจัดการกับปัญหาและความท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคตในมหาวิทยาลัยได้อย่างดี				
55. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์บางท่าน				
56. ฉันไม่ค่อยมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของสโมสรนิสิต				
57. ฉันเป็นส่วนหนึ่งในกลุ่มคนที่ทำกิจกรรมของคณะหรือมหาวิทยาลัย				
58. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันมีความคิดเกี่ยวกับการเข้าไปขอคำปรึกษาจากศูนย์การปรึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/จิตแพทย์				

ขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ



ภาคผนวก ค

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ  
แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



## ตารางที่ 3

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) ในการทดลองใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยครั้งที่ 1 (n = 61)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(1) การ ปรับตัว ด้านการ เรียน	3. ฉันติดตามการเรียนได้ทัน (+)	3. Keeps up-to-date with academic work	0.409	0.468
	5. ฉันเรียนในระดับ มหาวิทยาลัยอย่างมี เป้าหมาย (+)	5. Is definite about reasons for being in college	0.540	0.385
	8. เวลาสอบ ฉันมักทำ ข้อสอบได้ไม่ดี (-)	10. Does not function well during exams	0.135	0.326
	11. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับ การเรียนที่ได้ขณะนี้ (+)	13. Is satisfied with academic performance	0.421	0.435
	15. ฉันไม่ได้ขยันเรียนอย่าง ที่ฉันควรทำ (-)	17. Does not work as hard as he or she should	0.179	0.393
	17. ฉันมีเป้าหมายในการ เรียนในมหาวิทยาลัยอย่าง ชัดเจน (+)	19. Has well-defined academic goals	0.458	0.338
	19. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง พอในวิชาที่เรียนอยู่ในขณะนี้ (-)	21. Does not feel smart enough for course work	0.178	0.240
	23. ฉันไม่มีแรงจูงใจในการ เรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	29. Is not motivated to study	0.374	0.572
	26. ฉันเริ่มสงสัยเกี่ยวกับ คุณค่าของการศึกษาในระดับ มหาวิทยาลัย (-)	32. Doubts value of college degree	0.208	0.163

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(1)	29. ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลายและจำนวนวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย (+)	36. Is satisfied with variety of courses/ 43. Is satisfied with quality of courses/ 54. Is satisfied with program of courses	-0.006	0.143
	32. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน (-)	39. Has trouble concentrating when studying	0.428	0.541
	34. ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่ทำไป (-)	41. Does not do well academically, considering effort	0.372	0.282
	36. ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ (+)	44. Attends classes regularly	0.348	0.360
	43. ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหาอย่างมากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน (-)	52. Has trouble getting started on homework	0.373	0.550
	44. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก (-)	25. Does not use study time efficiently	0.438	0.563
	45. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเรียนในเทอมนี้ (+)	66. Is satisfied with academic situation	0.448	0.361
	48. สิ่งที่น่าสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย (-)	58. Most interests are not related to course work	0.455	0.468
(2) การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์	2. ฉันรู้สึกตึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	2. Feels tense or nervous	0.521	0.478
	6. ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	7. Feels blue and moody	0.537	0.675

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(2)	9. ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	11. Feels tired a lot lately	0.414	0.564
	10. การต้องพึ่งพาตนเอง และรับผิดชอบตนเองไม่ใช่ เรื่องง่ายสำหรับฉัน (-)	12. Being independent has not been easy	0.364	0.312
	18. ฉันควบคุมอารมณ์ของ ตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	20. Is not able to control emotions well lately	0.557	0.719
	22. ฉันปวดหัวบ่อย ๆ ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	28. Has a lot of headaches	0.234	0.461
	25. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่าน มา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอคำแนะนำจาก บุคคลที่ฉันวางใจและเชื่อถือ ดีหรือไม่ (-)	31. Has thought about seeking psychological help recently	0.321	0.334
	31. ฉันโกรธง่ายเกินไป ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	38. Gets angry too easily lately	0.426	0.615
	33. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ (-)	40. Is not sleeping well	0.300	0.415
	37. บางครั้งความคิดของฉัน สับสนได้ง่าย (-)	45. Sometimes thinking gets muddled too easily	0.370	0.404
	41. ฉันกังวลเกี่ยวกับ ค่าใช้จ่ายในการเรียนที่นี่ (-)	49. Worries a lot about college expenses	0.222	0.077
	42. ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	(51. Feels lonely a lot (3))	0.424	0.406
	46. ฉันคิดว่าตนเองมีสุขภาพ ดี (+)	55. Feels in good health	0.167	0.223
	53. ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่ง ในการจัดการกับความเครียด ที่ฉันต้องเผชิญใน มหาวิทยาลัย (-)	64. Has trouble coping with college stress	0.588	0.524

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(2)	59. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดใคร่ครวญว่าฉันควรไปขอคำปรึกษาจากศูนย์การปรึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/จิตแพทย์ดีหรือไม่ (-)	(31. Has thought about seeking psychological help recently)	0.369	0.168
(3) การปรับตัว ด้าน สังคม	1. ฉันรู้สึกว่ามันปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี (+)	1. Fits in well with college environment	0.396	0.512
	4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่ (+)	4. Is meeting people and making friends	0.255	0.456
	7. ฉันปรับตัวเข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดี (+)	9. Is adjusting well to college	0.544	0.587
	12. ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน (+)	14. Has informal contact with professors	0.437	0.410
	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่ (+)	16. Is pleased about decision to attend this college	0.256	0.327
	16. ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนที่มหาวิทยาลัยนี้ (+)	18. Has several close social ties	0.410	0.518
	20. ความเหงาเป็นปัญหาอย่างหนึ่งของฉันในขณะนี้ (-)	22. Is lonesome for home/ 51. Feels lonely a lot	0.455	0.237
	24. ฉันพอใจที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย (+)	30. Is satisfied with extracurricular activities	0.064	0.303

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(3)	27. ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี (+)	33. Gets along well with roommates	0.519	0.575
	30. ฉันรู้สึกว่ามีทักษะทางด้านสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับคนอื่นในมหาวิทยาลัยได้ (+)	37. Has adequate social skills	0.180	0.289
	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (-)	42. Has difficulty feeling at ease with others at college	0.473	0.451
	38. ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย (+)	46. Is satisfied with social participation	0.299	0.413
	40. ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้ (-)	48. Does not mix well with opposite sex	0.398	0.489
	47. ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (-)	56. Feels different from others in undesirable ways	0.419	0.377
	52. ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้ (+)	63. Has good friends to talk about problems with	0.324	0.263
	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย (+)	65. Is satisfied with social life	0.502	0.548
	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา (-)	(62. Is satisfied with professors (1))	0.197	0.035
	57. ฉันไม่ชอบกิจกรรมประชุมเชียร์ (-)	(8. Is very involved with college social activities)	0.057	0.261

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(3)	58. ฉันชอบประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และเห็นว่า เป็นสิ่งที่ควรดำรงไว้ (+)	(8. Is very involved with college social activities)	0.041	0.302
(4) การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย	1. ฉันรู้สึกว่ามันปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี (+)	(1. Fits in well with college environment (1))	0.396	0.518
	4. ฉันได้รู้จักคนมากมาย และมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่ (+)	(4. Is meeting people and making friends (3))	0.255	0.163
	13. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย (+)	15. Is pleased with decision to go to college	0.265	0.314
	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่ (+)	16. Is pleased about decision to attend this college	0.256	0.376
	28. ฉันอยากเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นมากกว่าที่นี่ (-)	34. Would prefer to be at another college	0.045	0.178
	29. ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลายและจำนวนวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย (+)	(36. Is satisfied with variety of courses/ 43. Is satisfied with quality of courses/ 54. Is satisfied with program of courses (1))	-0.006	-0.116
	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (-)	(42. Has difficulty feeling at ease with others at college (3))	0.473	0.445
	39. ฉันคาดหวังว่าจะอยู่เรียนที่นี่ จนจบได้รับปริญญาตรี (+)	47. Expects to finish bachelor's degree	0.248	0.140

ตารางที่ 3 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ เปรมพร มั่นเสมอ	ข้อกระทงในแบบสอบถามของ Baker & Siryk	ค่า CITC ( $r_{crit;df=60-2} = .250$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(4)	47. ฉันรู้สึกว่ามันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (-)	(56. Feels different from others in undesirable ways (3))	0.419	0.463
	49. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดอย่างยิงว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น (-)	59. Is thinking about transferring to another college	0.265	0.463
	50. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดอย่างยิงว่าฉันควรจะทำลาออกจากมหาวิทยาลัย และเลิกเรียนเลยดีกว่า (-)	60. Thinks a lot about dropping out of college permanently	0.471	0.237
	51. ฉันคิดว่าฉันควรที่จะพักการเรียนชั่วคราวแล้วค่อยกลับมาเรียนใหม่ (-)	61. Is thinking about taking time off from college	0.300	0.223
	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย (+)	(65. Is satisfied with social life (3))	0.502	0.397
	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา (-)	(62. Is satisfied with professors (1))	0.197	0.085
ข้อกระทงที่ ตรวจสอบ ความ ตั้งใจใน การตอบ แบบสอบถาม	21. ฉันรู้สึกว่าฉันควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองที่มหาวิทยาลัยได้ดี (+)		0.560	
	55. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าฉันจะสามารถจัดการกับปัญหาและความท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอนาคตในมหาวิทยาลัยได้อย่างดี (+)		0.612	

หมายเหตุ ข้อความที่เป็นตัวเอียง คือข้อที่มีค่า CITC ต่ำ

## ตารางที่ 4

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation (CITC)) ในการทดลองใช้แบบสอบถามการปรับตัวในมหาวิทยาลัยครั้งที่ 2 (n = 158)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม หลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ดั้งเดิมของเปรมพร มั่น เสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(1) การ ปรับตัว ด้านการ เรียน	3. ฉันติดตามการเรียนได้ทัน (+)	3. ฉันติดตามการเรียนได้ทัน	0.440	0.461
	5. ฉันเรียนในระดับ มหาวิทยาลัยอย่างมี เป้าหมาย (+)	5. ฉันเรียนในระดับ มหาวิทยาลัยอย่างมี เป้าหมาย	0.278	0.364
	8. ระหว่างการสอบ ฉันมัก ทำได้ไม่เต็มที่ (-)	8. เวลาสอบ ฉันมักทำ ข้อสอบได้ไม่ดี	0.451	0.527
	11. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับ การเรียนที่ทำได้ขณะนี้ (+)	11. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับระดับ การเรียนที่ทำได้ขณะนี้	0.386	0.520
	15. ฉันไม่ได้พยายามในการ เรียนอย่างที่ผมควรทำ (-)	15. ฉันไม่ได้ขยันเรียนอย่างที่ผม ควรทำ	0.345	0.397
	17. ฉันมีเป้าหมายในการ เรียนในมหาวิทยาลัยอย่าง ชัดเจน (+)	17. ฉันมีเป้าหมายในการ เรียนในมหาวิทยาลัยอย่าง ชัดเจน	0.282	0.372
	19. ฉันไม่รู้สึกรู้สึกว่าตนเองเก่ง พอในวิชาที่เรียน (-)	19. ฉันไม่รู้สึกรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง พอในวิชาที่เรียนอยู่ในขณะนี้	0.303	0.404
	23. ฉันไม่มีแรงจูงใจในการ เรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	23. ฉันไม่มีแรงจูงใจในการ เรียนหนังสือเท่าใดนักในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.583	0.573
	26. ฉันรู้สึกสงสัยในคุณค่า ของการศึกษาในระดับ ปริญญา (-)	26. ฉันเริ่มสงสัยเกี่ยวกับ คุณค่าของการศึกษาในระดับ มหาวิทยาลัย	0.367	0.351
29. ฉันพอใจกับความ หลากหลายของวิชาและ จำนวนวิชาที่เปิดสอนใน มหาวิทยาลัย (+)	29. ฉันพอใจกับวิชาที่เปิด สอนทั้งด้านความหลากหลาย และจำนวนวิชาที่เปิดสอนใน มหาวิทยาลัย	0.295	0.234	



ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทบในแบบสอบถามหลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทบในแบบสอบถามดั้งเดิมของเปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับทั้งฉบับ	รายข้อกับรายด้าน
(1)	32. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน (-)	32. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันไม่ค่อยมีสมาธิในการเรียน	0.631	0.532
	34. ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่เข้าไป (-)	34. ผลการเรียนของฉันไม่ค่อยดีนักเมื่อเทียบกับความพยายามที่เข้าไป	0.373	0.331
	36. ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ (+)	36. ฉันเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ	0.294	0.258
	43. ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหามากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน (-)	43. ฉันรู้สึกว่าระยะนี้ ฉันมีปัญหามากกับการเริ่มต้นทำการบ้าน	0.578	0.474
	44. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก (-)	44. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันแบ่งเวลาในการเรียนได้ไม่ค่อยดีนัก	0.565	0.549
	45. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเรียนในเทอมนี้ (+)	45. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับการเรียนในเทอมนี้	0.284	0.352
	48. สิ่งที่ฉันสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย (-)	48. สิ่งที่ฉันสนใจส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียนในมหาวิทยาลัย	0.479	0.442
(2) การปรับตัวด้านส่วนตัวและอารมณ์	2. ฉันรู้สึกตึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	2. ฉันรู้สึกตึงเครียดหรือวิตกกังวลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.351	0.533
	6. ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	6. ฉันรู้สึกเศร้าและหงุดหงิดมากช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.546	0.666
	9. ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	9. ฉันรู้สึกเหนื่อยมากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.361	0.486
	10. การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน (-)	10. การต้องพึ่งพาตนเองและรับผิดชอบตนเองไม่ใช่เรื่องง่ายสำหรับฉัน	0.508	0.448

ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัด ย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถาม หลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถาม ดั้งเดิมของ เปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับ ทั้งฉบับ	รายข้อกับ รายด้าน
(2)	18. ฉันควบคุมอารมณ์ของ ตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	18. ฉันควบคุมอารมณ์ของ ตนเองได้ไม่ค่อยดีในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.535	0.634
	22. ฉันปวดหัวบ่อย ๆ (-)	22. ฉันปวดหัวบ่อย ๆ ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.406	0.521
	25. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่าน มา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอคำแนะนำจาก บุคคลที่ฉันวางใจและเชื่อถือ ดีหรือไม่ (-)	25. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่าน มา ฉันกำลังคิดใคร่ครวญว่า ฉันควรไปขอคำแนะนำจาก บุคคลที่ฉันวางใจและเชื่อถือ ดีหรือไม่	0.446	0.557
	31. ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	31. ฉันโกรธง่ายเกินไปในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.555	0.662
	33. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ	33. ฉันนอนไม่ค่อยหลับ (-)	0.398	0.451
	37. บางครั้งความคิดของฉัน สับสนได้ง่าย (-)	37. บางครั้งความคิดของฉัน สับสนได้ง่าย	0.428	0.462
	41. ฉันกังวลเกี่ยวกับ ค่าใช้จ่ายในการเรียน (-)	41. ฉันกังวลเกี่ยวกับ ค่าใช้จ่ายในการเรียนที่นี่	0.440	0.412
	42. ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา (-)	42. ฉันรู้สึกเหงามากในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	0.480	0.577
	46. ฉันรู้สึกว่าคุณเองมี สุขภาพดี (+)	46. ฉันคิดว่าตนเองมีสุขภาพ ดี	0.366	0.309
53. ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งใน การจัดการกับความเครียดที่ ฉันต้องเผชิญในมหาวิทยาลัย (-)	53. ฉันรู้สึกลำบากอย่างยิ่งใน การจัดการกับความเครียดที่ ฉันต้องเผชิญในมหาวิทยาลัย	0.645	0.616	

ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามหลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถามดั้งเดิมของเปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับทั้งฉบับ	รายข้อกับรายด้าน
(2)	59. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันมีความคิดเกี่ยวกับการเข้าไปขอคำปรึกษาจากศูนย์การศึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/จิตแพทย์ (-)	59. ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันคิดใคร่ครวญว่าฉันควรไปขอคำปรึกษาจากศูนย์การศึกษาและแนะแนวของมหาวิทยาลัย หรือไปหานักจิตวิทยา/จิตแพทย์ ดีหรือไม่	0.570	0.492
(3) การปรับตัวด้านสังคม	1. ฉันรู้สึกว่าคุณปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี (+)	1. ฉันรู้สึกว่าคุณปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	0.354	0.401
	4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนใหม่ (+)	4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่ เมื่อมาเรียนที่นี่	0.206	0.398
	12. ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน (+)	12. ฉันติดต่อกับอาจารย์ได้เป็นอย่างดีทั้งในชั่วโมงเรียนและนอกชั่วโมงเรียน	0.244	0.219
	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่ (+)	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	0.499	0.468
	16. ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนทีมหาวิทยาลัยนี้ (+)	16. ฉันมีเพื่อนที่สนิทหลายคนทีมหาวิทยาลัยนี้	0.280	0.368
	20. บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเหงา (-)	20. ความเหงาเป็นปัญหาอย่างหนึ่งของฉันในขณะนี้	0.373	0.159
	24. ฉันพอใจกับกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย (+)	24. ฉันพอใจที่เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรที่มีในมหาวิทยาลัย	0.223	0.444
	27. ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี (+)	27. ฉันเข้ากับเพื่อนร่วมสาขาวิชาของฉันได้ดี	0.353	0.432

ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามหลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถามดั้งเดิมของเปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับทั้งฉบับ	รายข้อกับรายด้าน
(3)	30. ฉันรู้สึกว่าคุณมีทักษะทางสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับผู้อื่นได้ (+)	30. ฉันรู้สึกว่าคุณมีทักษะทางด้านสังคมเพียงพอที่จะเข้ากับคนอื่นในมหาวิทยาลัยได้	0.293	0.463
	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (-)	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย	0.502	0.447
	38. ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย (+)	38. ฉันพอใจกับการที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย	0.205	0.463
	40. ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้ (-)	40. ฉันเข้ากับเพื่อนต่างเพศไม่ค่อยได้	0.340	0.392
	47. ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (-)	47. ฉันรู้สึกว่าฉันแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ	0.394	0.201
	52. ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้ (+) (ข้อคำถามที่ตัดออกเพราะมีค่า CITC ต่ำ)	52. ฉันมีเพื่อนที่สามารถเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้	0.128	0.281
	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย (+)	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	0.436	0.583
	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์บางท่าน (-)	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา	0.440	0.370
	57. ฉันไม่ค่อยมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสโมสรนิสิต (-)	57. ฉันไม่ชอบกิจกรรมประชุมเชียร์	0.302	0.385
	58. ฉันเป็นส่วนหนึ่งในกลุ่มคนที่ทำกิจกรรมของคณะหรือมหาวิทยาลัย (+)	58. ฉันชอบประเพณีการต้อนรับน้องใหม่ และเห็นว่า เป็นสิ่งที่ควรดำรงไว้	0.197	0.280

ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามหลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถามดั้งเดิมของเปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับทั้งฉบับ	รายข้อกับรายด้าน
4. การปรับตัวด้านความผูกพันกับสถานศึกษาและความมุ่งมั่นในเป้าหมาย	1. ฉันรู้สึกว่าคุณปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี (+)	1. ฉันรู้สึกว่าคุณปรับตัวเข้ากับบรรยากาศของมหาวิทยาลัยได้ดี	0.354	0.329
	4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนใหม่เมื่อมาเรียนที่นี่ (+)	4. ฉันได้รู้จักคนมากมายและมีเพื่อนมากมายเมื่อมาเรียนที่นี่	0.206	0.231
	13. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย (+)	13. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่เรียนต่อในมหาวิทยาลัย	0.362	0.452
	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่ (+)	14. ฉันคิดว่าฉันตัดสินใจถูกแล้วที่มาเรียนที่นี่	0.499	0.613
	28. ฉันอยากเรียนที่อื่นมากกว่าที่นี่ (-)	28. ฉันอยากเรียนที่มหาวิทยาลัยอื่นมากกว่าที่นี่	0.335	0.434
	29. ฉันพอใจกับความหลากหลายของวิชาและจำนวนวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย (+)	29. ฉันพอใจกับวิชาที่เปิดสอนทั้งด้านความหลากหลายและจำนวนวิชาที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัย	0.295	0.338
	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย (-)	35. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับเพื่อนในมหาวิทยาลัย	0.502	0.403
	39. ฉันหวังว่าจะเรียนจนจบปริญญาตรี (+)	39. ฉันคาดหวังว่าจะอยู่เรียนที่นี่ จนจบได้รับปริญญาตรี	0.172	0.222
	47. ฉันรู้สึกว่าคุณแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ (-)	47. ฉันรู้สึกว่าคุณแตกต่างจากเพื่อน ๆ ในมหาวิทยาลัย และแตกต่างในลักษณะที่ฉันไม่ชอบ	0.394	0.367
	49. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดอย่างยิ่งว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น (-)	49. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดอย่างยิ่งว่าจะย้ายไปเรียนที่อื่น	0.477	0.493

ตารางที่ 4 (ต่อ)

มาตรวัดย่อย	ข้อกระทงในแบบสอบถามหลังการปรับเปลี่ยน	ข้อกระทงในแบบสอบถามดั้งเดิมของเปรมพร มั่นเสมอ	ค่า CITC ( $r_{crit;df=158-2} = 0.159$ )	
			รายข้อกับทั้งฉบับ	รายข้อกับรายด้าน
(4)	50. บ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าฉันควรจะลาออกจากมหาวิทยาลัยและเลิกเรียนเลยดีกว่า (-)	50. ช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาฉันคิดอย่างยิ่งว่าฉันควรจะลาออกจากมหาวิทยาลัยและเลิกเรียนเลยดีกว่า	0.499	0.594
	51. ฉันคิดเกี่ยวกับการขอลาพักการศึกษา (-)	51. ฉันคิดว่าฉันควรจะพักการเรียนชั่วคราวแล้วค่อยกลับมาเรียนใหม่	0.571	0.579
	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย (+)	54. ฉันรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตทางสังคมที่มหาวิทยาลัย	0.436	0.470
	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์บางท่าน (-)	56. ฉันรู้สึกอึดอัดใจกับอาจารย์ที่สอนบางวิชา	0.420	0.409
ข้อกระทงที่ตรวจสอบความตั้งใจในการตอบแบบสอบถาม	21. ฉันรู้สึกว่าคุณควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองที่มหาวิทยาลัยได้ดี (+)	21. ฉันรู้สึกว่าคุณควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองที่มหาวิทยาลัยได้ดี	0.378	
	55. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าฉันจะสามารถจัดการกับปัญหาและความท้าทายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตในมหาวิทยาลัยได้อย่างดี (+)	55. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าฉันจะสามารถจัดการกับปัญหาและความท้าทายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตในมหาวิทยาลัยได้อย่างดี	0.420	

หมายเหตุ ข้อความที่เป็นตัวเอียง คือข้อที่มีการปรับเปลี่ยน

### ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวแวนภา โกศลติก เกิดเมื่อวันที่ 24 ตุลาคม พ.ศ. 2530 ที่จังหวัดตาก สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สำเร็จการศึกษาวิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) เกียรตินิยมอันดับ 1 สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เมื่อปีการศึกษา 2552 ปัจจุบันกำลังศึกษาระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยเข้าศึกษาเมื่อปีการศึกษา 2554

ผู้วิจัยมีประสบการณ์การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคล (individual counseling) จำนวน 55 ชั่วโมง และการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (group counseling) จำนวน 213 ชั่วโมง



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY