

ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัว  
ด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก



นางสาวสุนิดา ชูแสง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์

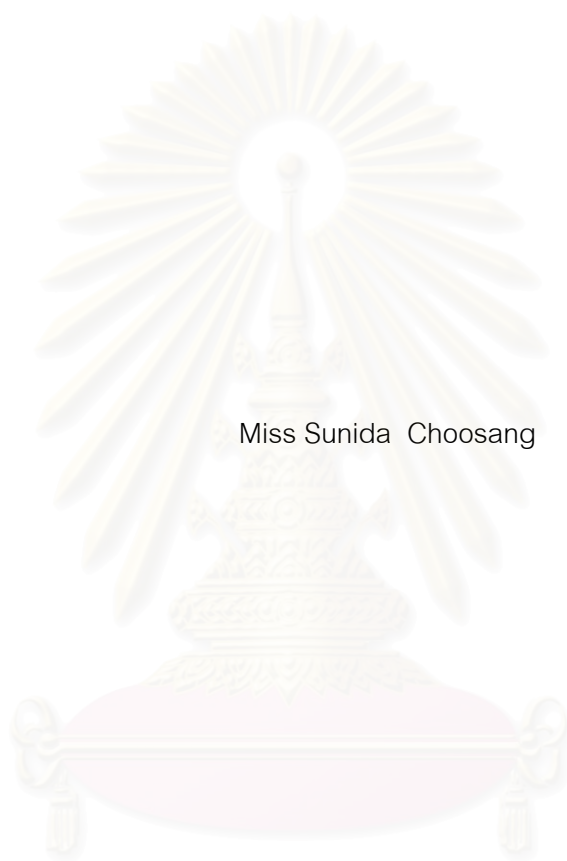
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2546

ISBN 974-17-5523-6

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

THE EFFECT OF USING THE PERCEIVED MOTHERHOOD SELF EFFICACY PROMOTING  
PROGRAM ON MATERNAL ROLE ADAPTATION OF FIRST-TIME  
PREGNANT ADOLESCENTS



Miss Sunida Choosang

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Nursing Science Program in Nursing Science  
Faculty of Nursing  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2003  
ISBN 974-17-5523-6



สุนิดา ชูแสง : ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก.

(THE EFFECT OF USING THE PERCEIVED MOTHERHOOD SELF EFFICACY PROMOTING PROGRAM ON MATERNAL ROLE ADAPTATION OF FIRST-TIME PREGNANT ADOLESCENTS) อ ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ประจุศิลป์, 136 หน้า. ISBN 947-17-5523-6

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้วัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก กลุ่มตัวอย่าง คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก จำนวน 40 คน ซึ่งจัดแบ่งเป็น 2 กลุ่มในจำนวนที่เท่ากัน คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยการจับคู่ตามความพร้อมในการมีบุตร และประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ประกอบด้วย การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา แผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองได้รับการทดสอบความตรงตามเนื้อหาแล้วจึงนำไปใช้ในการทดลอง เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา ค่าความเที่ยงเท่ากับ .90 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ทดสอบที (t-test statistic)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05
2. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สาขาวิชา.....พยาบาลศาสตร์..... ลายมือชื่อ  
ปีการศึกษา.....2546..... ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

## 4577617636 : MAJOR NURSING SCIENCE

KEY WORD: PERCEIVED MOTHERHOOD SELF EFFICACY / MATERNAL ROLE  
ADAPTATION / FIRST-TIME PREGNAT ADOLESCENTS

SUNIDA CHOOSANG : THE EFFECT OF USING THE PERCEIVED  
MOTHERHOOD SELF EFFICACY PROMOTING PROGRAM ON MATERNAL ROLE  
ADAPTATION OF FIRST-TIME PREGNAT ADOLESCENTS. THESIS ADVISOR :  
ASSIT.PROF. SUKUNYA PRACHUSILPA, DNSc., 136 pp. ISBN 974-17-5523-6.

The purposes of this quasi-experimental research were to study effect of the perceived motherhood self efficacy on maternal role adaptation of first-time pregnant adolescents. Research sample were 40 patients which were equally assigned into one experimental group and one control group by matching of readiness for having children and childrearing experience. The experimental group received using perceived motherhood self efficacy promoting program, whereas the control group received regular nursing care activities. The research instrument developed by the researcher were the perceived motherhood self efficacy promoting program, composed of the perceived motherhood self efficacy promoting, lesson plan, flip chart and booklet. All instrument have been tested for content validity by group of experts. In addition, instrument for collecting data was the maternal role adaptation of first-time pregnant adolescents which has been tested for the reliability at .90. Data were analyzed by using t-test.

Major findings were as followed :

1. The maternal role adaptation of first-time pregnant adolescents in experiment group, after using perceived motherhood self efficacy was significantly higher than before at the .05 level.
2. The maternal role adaptation of first-time pregnant adolescents in experiment group, after using perceived motherhood self efficacy was significantly higher than those who were received regular caring activities from staff nurse at the .05 level.

Field of study.....Nursing Science..... Student's .....

Academic year.....2003..... Advisor's signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณา และความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ประจุศิลป์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้ข้อคิด คำปรึกษา ชี้แนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเมตตา เอาใจใส่ ให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยอย่างสม่ำเสมอ และเป็นแบบอย่างของความเป็นครูที่ดีมาโดยตลอด ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ และขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ และชี้แนะแนวทางการเรียนรู้แก่ผู้วิจัยตลอดระยะเวลาของการศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. อรพรรณ ลีอนุญวัชชัย ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์และรองศาสตราจารย์ ดร. ศิริเดช สุชีวะ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ และคำแนะนำที่เป็นประโยชน์และคำแนะนำเกี่ยวกับการใช้สถิติทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะ และข้อคิดเห็นอันทรงคุณค่า และเป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้บังคับการโรงพยาบาลตำรวจ ตลอดจนหัวหน้าพยาบาล หน่วยฝากครรภ์โรงพยาบาลตำรวจและเจ้าหน้าที่ในหน่วยฝากครรภ์ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวกในการทำวิจัยเป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยอย่างดี รวมทั้งขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่สนับสนุนเงินทุนในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณพี่ๆ เพื่อนๆ และน้องๆ ร่วมรุ่นทุกท่านที่ได้ให้กำลังใจ ช่วยเหลือในการทำวิทยานิพนธ์และเป็นกัลยาณมิตรที่ดีเสมอมา

ท้ายสุดขอกราบขอบพระคุณ บิดามารดาที่ปลูกฝังความคิดการสนใจใฝ่ศึกษา ให้การสนับสนุนในเรื่องการศึกษาทุกด้าน ทั้งยังคอยห่วงใยและเป็นกำลังใจมาโดยตลอด รวมทั้งขอขอบคุณพี่ๆ เพื่อนๆ น้องๆ ที่มีส่วนช่วยเหลือและให้กำลังใจมาโดยตลอด

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
สารบัญแผนภูมิ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
แนวเหตุผลและสมมติฐาน	6
ขอบเขตการวิจัย	9
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	10
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	12
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่น	14
แนวความคิดปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่น	18
แนวความคิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง	34
แนวความคิดเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา	41
ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับ	
การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	42
การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรรภ์	43
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	51
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	59
วิธีดำเนินการทดลอง	69
การวิเคราะห์ข้อมูล	74



## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	76
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย	83
อภิปรายผลการวิจัย	85
ข้อเสนอแนะ	90
รายการอ้างอิง	92
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	104
ภาคผนวก ข ตัวอย่างเครื่องมือวิจัย	106
ภาคผนวก ค สถิติที่ใช้ในการวิจัย	125
ภาคผนวก ง ใบยินยอมของประชากรตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย	
ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย	128
ภาคผนวก จ ผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และการใช้	
สัตว์ทดลองในการวิจัย กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ	
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หนังสืออนุญาตให้ทำ	
การศึกษาวิจัยในมนุษย์ในโรงพยาบาลและอนุญาตให้ใช้	
เครื่องมือการวิจัย	132
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์	136

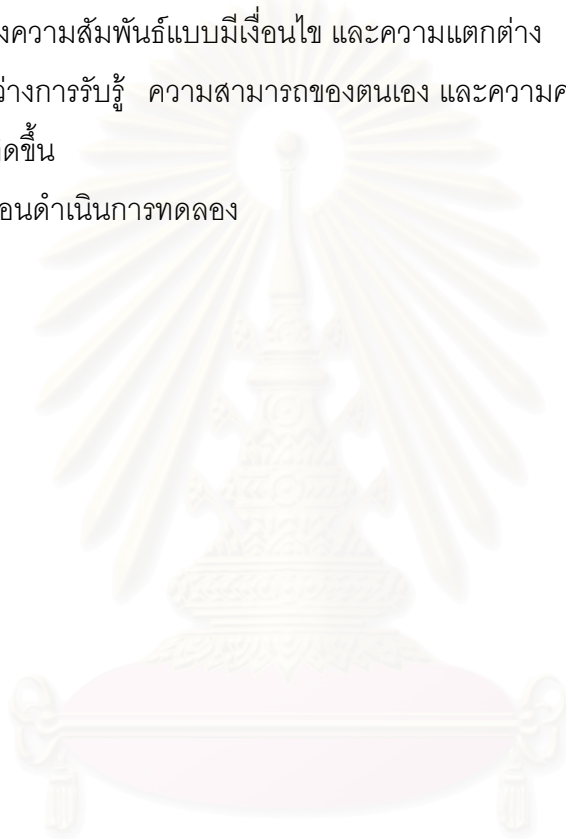


## สารบัญญัตินำ

ตาราง		หน้า
1	ค่าความเที่ยงของแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก	68
2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ สถานภาพสมรส ความพร้อมในการตั้งครรภ์และประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็ก	77
3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ของครอบครัว	78
4	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาก่อนและหลังได้รับโปรแกรม	79
5	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	80
6	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	81
7	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนและหลังการทดลองของระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม	82

## สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่		หน้า
1	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคล (P) สภาพแวดล้อม (E) และพฤติกรรม (B) ในการกำหนดซึ่งกันและกัน	35
2	แสดงความสัมพันธ์แบบมีเงื่อนไข และความแตกต่างระหว่างการรับรู้ ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น	35
3	ขั้นตอนดำเนินการทดลอง	75



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เป็นปัญหาสำคัญทางด้านสุขภาพอนามัยของมารดาและทารก รวมทั้งเป็นปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ที่หลายประเทศให้ความสนใจเป็นอย่างมาก ในสหรัฐอเมริกา พบว่า มีอัตราการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นสูงสุดเมื่อเทียบกับประเทศทางตะวันตกอื่นๆ ซึ่งในแต่ละปีจะมีการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมากกว่า 900,000 คน โดยการตั้งครรภ์ส่วนใหญ่เป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ (Murray, McKinney, and Gorrie, 2002: 627) เช่นเดียวกับอัตราการให้กำเนิดทารกจากมารดาวัยรุ่นในแถบยุโรป ได้แก่ ประเทศเนเธอร์แลนด์ ที่มีการให้กำเนิดทารกจากมารดาวัยรุ่นคิดเป็นร้อยละ 6.9 ประเทศฝรั่งเศสร้อยละ 9.1 และประเทศเยอรมันนียร้อยละ 13 (Moore, 2000: 355-358) สำหรับประเทศไทยไม่มีสถิติที่ชัดเจนว่ามี หญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์เป็นจำนวนเท่าใดในแต่ละปี เนื่องจากการตั้งครรภ์ของวัยรุ่นส่วนหนึ่งจะสิ้นสุดลงด้วยการทำแท้ง แต่ทางกรมอนามัยได้กำหนดเป้าหมาย ให้อัตรามารดามีบุตรคนแรกที่มีอายุ ต่ำกว่า 20 ปี ไม่เกินร้อยละ 10 (งานอนามัยแม่และเด็กในแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549 กระทรวงสาธารณสุข, 2544) หากจะพิจารณาจากอัตราการเกิดมีชีพจากสถิติสาธารณสุขพบว่า จำนวนมารดาที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี ตั้งแต่ปี 2543-2545 มีแนวโน้มสูงขึ้นคือร้อยละ 10.4, 11.74 และ 12.40 ตามลำดับ (กรมอนามัย, 2546) ซึ่งปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาสาธารณสุขที่จะต้องให้ความสำคัญ

การตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่นเป็นภาวะวิกฤตที่หญิงตั้งครรภ์ต้องเผชิญโดยต้องเผชิญกับภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในช่วงพัฒนาการของวัยรุ่นเอง ซึ่งเป็นภาวะวิกฤตเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านจิตใจที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ในขณะที่เดียวกันต้องเผชิญกับภาวะวิกฤตจากการตั้งครรภ์ซึ่งถือว่าเป็นภาวะวิกฤตของวุฒิภาวะที่ก่อให้เกิดความเครียดแก่หญิงตั้งครรภ์ เนื่องจากต้องเตรียมตัวรับบทบาทใหม่ซึ่งเป็นภาระผูกพันในการที่จะต้องดูแลรับผิดชอบอีกชีวิตหนึ่งที่กำลังจะเกิดมาไปตลอดชีวิตของตน (Williams, 1995: 110) แต่เนื่องจากวัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่จะต้องมีการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ การมีวุฒิภาวะทางร่างกายอาจไม่สอดคล้องกับวุฒิภาวะทางด้านอารมณ์และจิตใจ เมื่อมีการตั้งครรภ์เกิดขึ้นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นจะยังมีความต้องการและมีพฤติกรรมเช่นเดียวกับวัยรุ่นทั่วไป ในขณะที่การตั้งครรภ์และการเป็นมารดาจะเป็นบทบาทของผู้ใหญ่ที่ต้องการความรับผิดชอบ การตั้งครรภ์จึงทำให้หญิงวัยรุ่นรู้สึกไม่มั่นคง มีความยากลำบากในการตัดสินใจเกี่ยวกับอนาคตของตนเองและทารกในครรภ์ ทั้งปัญหาที่เกิดจากการตั้งครรภ์และ

ปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการของวัยรุ่นเอง การตั้งครรรจ์จึงเป็นภาวะวิกฤตซ้ำซ้อนสำหรับหญิงวัยรุ่นที่ต้องการความสามารถในการปรับตัวเป็นอย่างมากโดยเฉพาะการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรรจ์

ผลกระทบที่เกิดกับหญิงตั้งครรรจ์อันมีสาเหตุจากการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรรจ์อย่างไม่มีประสิทธิภาพ มีทั้งผลกระทบทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม สำหรับผลกระทบทางด้านร่างกาย ได้แก่ ภาวะโลหิตเจาง ภาวะทุพโภชนาการ ภาวะความดันโลหิตสูงเนื่องจากการตั้งครรรจ์ การแท้งบุตรและการคลอดก่อนกำหนด ทั้งนี้เนื่องจากหญิงตั้งครรรจ์วัยรุ่น ขาดความสนใจในการดูแลตนเองและทารกในครรรจ์ มีการฝากครรรจ์ล่าช้า ไปฝากครรรจ์ไม่ครบตามกำหนด (Johnson, 1994: 1026; May and Mahlmeister, 1994: 201) โดยเหตุผลส่วนหนึ่ง เนื่องมาจากยังไม่ยอมรับการตั้งครรรจ์และต้องการปิดบังการตั้งครรรจ์ของตน (Baker, 1996) ซึ่งจากการศึกษาของ สุจิตรา ล้อทวีสวัสดิ์ (2532) พบว่าอัตราการไม่ไปฝากครรรจ์ การไปฝากครรรจ์ล่าช้า ในกลุ่มมารดาวัยรุ่นพบมากกว่ากลุ่มมารดาอายุระหว่าง 20-30 ปี ส่วนผลกระทบทางด้านจิตใจที่เกิดขึ้นกับหญิงตั้งครรรจ์วัยรุ่น ได้แก่ ความรู้สึกวิตกกังวล รู้สึกผิด รู้สึกเสียใจ โกรธและรู้สึกไร้คุณค่า โดยเฉพาะถ้าการตั้งครรรจ์เป็นการตั้งครรรจ์ก่อนแต่งงาน (Moore, 2000: 361) รวมทั้งความรู้สึกเศร้าและสับสนจากการที่ต้องแยกจากกลุ่มเพื่อนหรือสังคม และรุนแรงจนถึงมีอาการทางจิตได้ ถ้าไม่สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ตั้งแต่ระยะตั้งครรรจ์ (May and Mahlmeister, 1994: 204)

สำหรับผลกระทบที่เกิดกับทารกในครรรจ์ของมารดาวัยรุ่น ได้แก่ การคลอดก่อนกำหนด ทารกแรกเกิดมีน้ำหนัก ตัวน้อย ทารกมีคะแนนสภาพแรกเกิดต่ำ หรือทารกมีสภาพแรกเกิดผิดปกติ (อรัญญา พวงพกา, 2540) นอกจากผลกระทบดังกล่าวแล้วยังพบว่า ทารกมีการเสียชีวิตตั้งแต่อายุยังน้อย (Johnson, 1994: 1026) มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการล่าช้า มีความพิการแต่กำเนิด อันมีผลมาจากมารดามีการใช้สารเสพติด มีการติดเชื้อถ้ามารดาเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Hall, 1994: 208) ทารกถูกทอดทิ้งไว้ตามโรงพยาบาล สถานที่สาธารณะ สถานรับเลี้ยงเด็กต่างๆ และเมื่อเจริญเติบโตขึ้น มักเป็นปัญหาสังคม มีปัญหาในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เนื่องจากทารกที่เกิดจากมารดาวัยรุ่นที่ยังไม่พร้อมด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ มักมีการทำโทษบุตรที่อยู่ในวัยทารก อย่างรุนแรงจากการที่มารดายังไม่เข้าใจธรรมชาติและความต้องการของทารก (Logsdon et al., 2002: 76)

จากการที่หญิงตั้งครรรจ์วัยรุ่นมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น และมีผลกระทบต่อตัวหญิงตั้งครรรจ์วัยรุ่น ทารกในครรรจ์ ครอบครัวยุคและสังคมในหลายๆ ด้าน ประกอบกับการที่วัยรุ่นต้องรับบทบาทการเป็นมารดาอย่างกะทันหัน เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังสร้างและพัฒนาเอกลักษณ์

ของตนเอง มีความต้องการเป็นอิสระและเผชิญกับการพัฒนาทางเพศ ดังนั้นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น จึงมีแนวโน้มที่จะเกิดความไม่พร้อมในการปรับตัวด้านบทบาทการเป็นมารดา (Gaffney, 1992: 77) และจากการตั้งครรภ์ที่เป็นภาวะวิกฤตที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นต้องเผชิญ ทั้งจากการเปลี่ยนแปลงด้าน พยาธิสรีรวิทยาจากวัยเด็กไปสู่วัยรุ่น ในขณะที่เดียวกันก็ต้องเผชิญกับวิกฤตจากการตั้งครรภ์เพราะ ต้องเตรียมตัวรับบทบาทใหม่ ซึ่งเป็นภาระหนักสำหรับหญิงตั้งครรภ์ในวัยรุ่นครั้งแรก ที่จะต้องดูแลรับผิดชอบอีกชีวิตหนึ่งที่กำลังจะกำเนิดมา (Williams, 1995: 110) การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจึง เป็นภาวะวิกฤตที่ต้องเผชิญ และต้องใช้ความสามารถในการปรับตัวเป็นอย่างมากโดยเฉพาะการ ปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะตั้ง ครรภ์ ระยะคลอดและระยะเลี้ยงดูบุตรหลังคลอด (Nuwayhid, 1991: 364) การปรับตัวด้านบท บทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ถือเป็นการปรับตัวในระยะแรกของการเป็นมารดาที่ ต้องกระทำให้สำเร็จ แต่เนื่องจากบทบาทหน้าที่การเป็นมารดานั้นเป็นปรากฏการณ์ที่ซับซ้อนและ ต้องพัฒนาอย่างต่อเนื่อง หญิงตั้งครรภ์ต้องเรียนรู้และปฏิบัติบทบาทหน้าที่รับผิดชอบให้เหมาะสม (Griffin and Verzemnieks, 1991: 134) การที่หญิงตั้งครรภ์จะสามารถปรับตัวในบทบาทหน้าที่ การเป็นมารดาได้อย่างเหมาะสมนั้น จะต้องใช้สติปัญญา ต้องมีการแสดงออกทางพฤติกรรม การกระทำและอารมณ์ความรู้สึกที่สอดคล้องกัน ดังนั้นการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา จึงไม่ได้เกิดขึ้นจากสัญชาตญาณการเป็นผู้หญิง หรือการกระทำสืบเนื่องตามวัฒนธรรมเท่านั้นแต่ เป็นพฤติกรรมของการเรียนรู้ซึ่งเป็นกระบวนการที่ประกอบกันระหว่างสติปัญญา ความรู้คิดและ ความรู้สึก (Cognitive-affective process) (Mercer, 1985) โดยเฉพาะในการปรับตัวด้านบทบาท หน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์แรก Thumus (1975 cited in Harvay, 1987: 5) กล่าวว่า หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นครั้งแรกจะมีความยุ่งยาก และซับซ้อนในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การ เป็นมารดาซึ่ง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุสัณหา ยิ้มแย้ม (2530: 131) ที่พบว่าหญิงครรภ์ แรกมีปัญหาในการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา และทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก เกิดความล้มเหลวในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (Gorrie, 1994:170) ถ้าเกิด ความล้มเหลวในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ย่อมส่งผลให้ไม่ สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะคลอด ระยะหลังคลอดและระยะ เลี้ยงบุตรได้อย่างเหมาะสมด้วย

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการปรับตัวต่อบทบาทการ เป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ไม่ดี ร้อยละ 49 (วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: 80) และหญิงตั้งครรภ์ วัย รุ่นมีการปรับตัวด้านบทบาทการเป็นมารดาต่ำกว่ากลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุมากกว่า (สุสัณหา



ยัมแย้ม, 2530: 74) โดยกลุ่มตัวอย่างที่เป็นมารดาวัยรุ่นครรภ์แรก อายุระหว่าง 12-19 ปี มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในด้านการเตรียมตัวเพื่อการคลอดกับด้านการปรับตัวต่อสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุดเมื่อเทียบกับด้านอื่นๆ และจากการศึกษาพบว่า ปัญหาการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกประกอบด้วย การปรับตัวด้านการยอมรับการตั้งครรภ์ คือ ไม่ยอมรับการตั้งครรภ์เนื่องจากยังไม่พร้อมที่จะมีบุตร การตั้งครรภ์ทำให้ตนมีความยุ่งยากและมีปัญหามากขึ้น ด้านการสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์ คือ การปฏิเสธทารกในครรภ์ ไม่มีความรู้สึกรักและผูกพันกับทารกในครรภ์ รู้สึกว่าทารกเป็นส่วนเกินในชีวิตของตน ด้านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง คือ ไม่มีความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวในขณะตั้งครรภ์ ด้านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส คือ หญิงตั้งครรภ์ต้องการความสนใจดูแลเอาใจใส่ ห่วงใย ช่วยเหลือจากคู่สมรสมากขึ้น คู่สมรสพยายามหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ขณะตั้งครรภ์ ด้านการเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา คือ ขาดการหาข้อมูลและความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลี้ยงดูบุตร ไม่มีการเตรียมตัวเพื่อการคลอด และด้านการยอมรับบทบาทการเป็นมารดา คือ ขาดการวางแผน และเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงดูบุตร รวมทั้งยังมีความต้องการพึ่งพิงผู้อื่นรับผิดเลี้ยงดูลูก (เกศรา ศรีพิชญากุล และยุพิน เพ็ชรมงคล, 2538: 34; กัลยา ปนสันเทียะ, 2542: 57; เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร, 2543: 96-99) ความสำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ จะส่งผลถึงภาวะสุขภาพและคุณภาพชีวิตของมารดาและทารก (Griffin, 1993; Kemp, Sibley, and Pond, 1990; Mercer, 1985)

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา สามารถประเมินได้จากพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วยพฤติกรรมในส่วนของภาระกระทำ และพฤติกรรมในส่วนของความรู้สึกหรือทัศนคติ (May and Mahlmeister, 1994) จากแนวคิดและทฤษฎี รวมทั้งการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพ และประสิทธิผลของการส่งเสริมให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น สามารถนำมาใช้ในการทำนายการเปลี่ยนแปลง การคงอยู่ของพฤติกรรม และการดูแลสุขภาพได้ (Holloway and Watson, 2002: 106) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุภากาญจน์ สิริภรณ์ (2543) ที่พบว่าการรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดาสามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น พบว่า ตัวแปรที่สัมพันธ์กับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา คือ อายุ การรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ความพร้อมในการมีบุตร ประสพการณ์การเลี้ยงดู เด็กอ่อน แรงสนับสนุนทางสังคม

เจตคติต่อการตั้งครรภ์ สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสและภาพลักษณ์ สำหรับตัวแปรที่ใช้พยากรณ์ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น คือ การรับรู้ความสามารถ การเป็นมารดา ความพร้อมในการมีบุตรประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน สัมพันธภาพระหว่าง คู่สมรส แรงสนับสนุนทางสังคม และเจตคติต่อการตั้งครรภ์ (กัลยา ปนสันเทียะ, 2542; เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร, 2543; วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530; ศุภกาญจน์ สิริภรณ์, 2543) แต่ไม่มีการนำผลวิจัยมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล เพื่อส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า กิจกรรมการพยาบาลที่ส่งเสริมการปรับตัว ด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาประกอบด้วย การให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ (สุวรรณ ภาดาพิพัฒน์, 2538) การเสริมสร้างคุณภาพบุตรในครรภ์ (วิภากร สอนสนาม, 2543) และการสอนเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการคลอด (จารุวรรณ รังสิยานนท์, 2540; สมศิริ นนทสวัสดิ์ศรี, 2542) ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่จัดให้กับหญิงตั้งครรภ์ผู้ใหญ่มีเพียง ส่วนน้อยที่จัดให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นซึ่งยังไม่ครอบคลุม และเพียงพอกับความต้องการของ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยเฉพาะในครรภ์แรก (จวงจันทร์ สุทธิศิริ, 2534; Montgomery, 2003) ในฐานะพยาบาลวิชาชีพซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยตรง จึงมีความสนใจในกิจกรรม ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ให้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยเฉพาะในครรภ์แรก เพราะการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ครรภ์แรก ทำให้หญิงตั้งครรภ์ ประสบความลำบากและยุ่งยากในการปรับตัว ซึ่งเมื่อการตั้งครรภ์แรกเกิดในมารดาที่อยู่ใน วัยรุ่น ย่อมทำให้ประสบปัญหาในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาเพิ่มมากขึ้นเพื่อให้ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก สามารถปรับตัวในด้านบทบาทการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ และจากการศึกษาพบว่า การให้ความรู้เพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้ (Lipetz et al., 1990) และควรจัดกิจกรรมเพิ่มเติมเกี่ยวกับทักษะเกี่ยวกับการดูแลทารกแรกเกิด (May and Mahlmeister, 1994) เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถ ปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างครบถ้วน ด้วยเหตุผลต่างๆ ที่กล่าวมาผู้วิจัยเห็นว่า ควรจะมีการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ซึ่งประกอบด้วย การให้ความรู้ คำแนะนำและฝึกทักษะแก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกี่ยวกับ การเตรียมตัวเพื่อ เป็นมารดา โดยนำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของ Bandura (1997) ซึ่งเป็นการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการประกอบกิจกรรมที่กำหนด ภายใต้สถานการณ์ที่เฉพาะร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา (Preparation for motherhood) (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al.,



1999: 53; 2000: 133) มาใช้เป็นแนวทางในการจัดโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสำหรับมารดาตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก เพื่อให้เกิดการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างสมบูรณ์ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก้าวไปสู่การเป็นมารดาที่ดีต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

### แนวคิดเหตุผลและสมมติฐาน

แนวคิดของ May and Mahlmeister (1994: 177-179) กล่าวไว้ว่า การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ เป็นการตอบสนองในด้านการทำหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์หรือพัฒนาภพของหญิงตั้งครรภ์ ที่หญิงตั้งครรภ์ต้องกระทำให้สำเร็จตามความคาดหวังของสังคม สำหรับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์หรือพัฒนาภพที่หญิงตั้งครรภ์ควรกระทำให้สำเร็จตามความคาดหวังของสังคมดังนี้ คือ การยอมรับการตั้งครรภ์ การสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง การปรับตัวต่อสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส การเตรียมตัวสำหรับการคลอดและการเป็นมารดาและการยอมรับบทบาทการเป็นมารดา การที่หญิงตั้งครรภ์สามารถแสดงพฤติกรรมตามบทบาทหน้าที่ได้อย่างเหมาะสมจะสะท้อนถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งสามารถประเมินได้จากพฤติกรรม 2 ด้าน คือ พฤติกรรมในส่วนของการกระทำเป็นพฤติกรรมที่บุคคลกระทำตามบทบาทที่ตนดำรงอยู่ และพฤติกรรมในส่วนของการแสดงความรู้สึก ทักษะคติ จากการศึกษาพบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกมีปัญหาในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (เขาวลักษณะณ์ เสรีเสถียร, 2543) และพบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ไม่ดี ร้อยละ 49 (วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: 80) เพราะฉะนั้นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกจำเป็นต้องมีการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งเป็นการรับรู้ความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมที่

เฉพาะเจาะจง ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองและงานวิจัยที่ผ่านมาได้สนับสนุนว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพ (Schwarzer and Fuchs, 1995; Strecher., 1986 อ้างถึงใน ทศนี้ ประสภกิตติคุณ, 2544: 8) และเป็นตัวทำนายการคงอยู่และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Holloway and Watson, 2002: 108) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลโดยตรงต่อการบรรลุความสำเร็จในการดำรงบทบาทการเป็นมารดาครั้งแรก คือ การรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Griffin, 1993: 258) เนื่องจากการบรรลุความสำเร็จในการดำรงบทบาทการเป็นมารดาเป็นผลลัพธ์ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (Reeders, Martin, and Griffin, 1997) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ศุภกาญจน์ สิริภรณ์ (2543) ที่พบว่า การรับรู้ความสามารถ การเป็นมารดาสามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ เนื่องจากการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาเป็นกระบวนการ เริ่มตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอดและระยะหลังคลอด (Griffin and Verzemnieks, 1991; Fawles, 1996) การส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก มีการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเพิ่มขึ้น จะทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้สำเร็จ

ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) ของ Bandura (1997) ได้เสนอแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมใดๆ หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการ คือ ความคาดหวังผลลัพธ์ในการกระทำ หมายถึง บุคคลจะคาดหวังว่าตนมีความสามารถเพียงพอที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมหรือปรับตัวสู่บทบาทใหม่เมื่อบุคคลมีการรับรู้ในความสามารถของตนเอง และปัจจัยอีกประการ คือ การรับรู้ความสามารถของตนเองซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่จะนำไปสู่การปฏิบัติจริงเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่คาดหวังไว้

สำหรับกิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ตามกรอบแนวคิดของ Bandura (1997) สามารถกระทำได้โดยการเรียนรู้จากแหล่งข้อมูลต่างๆ ได้แก่ การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ การพูดชักจูง และการกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์ เนื่องจากการเรียนรู้จากข้อมูลทั้ง 4 แหล่งโดยผ่านกระบวนการทางปัญญาสามารถทำให้คนเราตัดสินใจได้ว่าตนเองมีความสามารถในกิจกรรมที่กำหนดมากเพียงไร บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะมีผลต่อพฤติกรรม โดยทำให้คนนั้นตัดสินใจลงมือกระทำ ยิ่งกว่านั้นจะทุ่มเทความพยายามมากขึ้น เพื่อบรรลุผลที่คาดหวังไว้ และเมื่อเกิดอุปสรรคใดๆ ก็ไม่เกิดความย่อท้อง่าย แต่จะยังคงเพียรพยายามที่จะดำเนินพฤติกรรมนั้นต่อไป ในการศึกษาครั้งนี้ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต้องมีการเรียนรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

ซึ่งประกอบ ด้วยวิธีการดูแลตนเองและทารกในครรภ์ การพัฒนาและสร้างความรักความผูกพันที่มีต่อบุตร การเตรียมตัวเพื่อการคลอด การฝึกทักษะเพื่อการดูแลทารกแรกเกิด (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133)

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา โดยการจัดกิจกรรมเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ดังนี้ คือ 1) การแนะนำและซักถามด้วยคำพูด โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ การเตรียมหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด และพฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด พร้อมกับทำให้คำแนะนำสนับสนุนแก่หญิงตั้งครรภ์ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความเชื่อว่า ตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการกระทำพฤติกรรมเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกรู้สึกว่ายากและไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้หญิงตั้งครรภ์เกิดกำลังใจและยิ่งพยายามมากขึ้น ที่จะกระทำให้สำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ 2) การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ ซึ่งใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ โดยสังเกตตัวแบบสัญลักษณ์ผ่านคู่มือการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก และภาพพลิกที่ใช้ประกอบการสอน และตัวแบบชีวิตจริงจากการสาธิตโดยผู้วิจัย เพื่อให้สังเกตวิธีปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ และเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดการเรียนรู้ทางอ้อม จากการสังเกตตัวแบบกระทำพฤติกรรมเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ และเกิดความคิดคล้ายตามว่าผู้อื่นทำได้ตนก็น่าจะทำได้ถ้าตั้งใจและพยายาม ส่งผลให้เกิดการปรับตัวในด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ 3) การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง โดยการให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกฝึกทักษะการออกกำลังกายในระยะตั้งครรภ์ การส่งเสริมพัฒนาการทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อลดความเจ็บปวดในระยะคลอดและการดูแลทารกแรกเกิดเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีประสบการณ์ตรงจากการได้รับผลสำเร็จจากการฝึกทักษะ ทำให้เกิดความรู้สึกประสบความสำเร็จในกิจกรรมเกิดความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถ มีความมั่นใจในการกระทำพฤติกรรมเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ และสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ และ 4) การกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์ ซึ่งเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกระบายความรู้สึก ที่เกิดขึ้นจากการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ โดยผู้วิจัยรับฟังและให้คำปรึกษาชี้แนะแนวทางแก้ไขตามปัญหาตามความเหมาะสมและให้กำลังใจ เพื่อลดความเครียดและความวิตกกังวลเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ให้มีการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และแสดงออกถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะ

ตั้งครรรภ์ และจัดทัวร์ห้องคลอดโดยพาเยี่ยมชมห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องเลี้ยงดูทารกแรกเกิดเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวเพื่อการคลอด เนื่องจากการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองจะเกิดผลดีถ้าหากสภาพร่างกายและอารมณ์ อยู่ในภาวะผ่อนคลาย ไม่ตึงเครียดหรือวิตกกังวล

การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการคิดที่จะช่วยสร้างพลังให้กับบุคคลเกิดความรู้สึกว่า “ฉันทำได้” (Ross, 1992) เป็นตัวเชื่อมระหว่างการรับรู้และการกระทำ (Moore, 1990: 22-23) จากแนวคิดดังกล่าว โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาจะทำให้หญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก มีความเข้าใจเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาเกิดการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเพิ่มขึ้น มีความมั่นใจสูงขึ้น มีความอดทน อุทิศหาพยายาม มีความกระตือรือร้น และมีแรงจูงใจ ที่จะทำให้หญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้

จากแนวเหตุผลที่กล่าวมาแล้วข้างต้นผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานดังต่อไปนี้

1. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม
2. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก ของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก

**ประชากรสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้** คือ หญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก อายุไม่เกิน 19 ปี ที่มาฝากครรรภ์ในคลินิกฝากครรรภ์

**ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย** ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และตัวแปรตาม คือ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์วัยรุ่นครรรภ์แรก

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น** หมายถึง สตรีที่ตั้งครรภ์เป็นครั้งแรก อายุไม่เกิน 19 ปี นับอายุเป็นจำนวนปีเต็มถึงวันที่มาฝากครรภ์ครั้งแรก

**การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์** หมายถึง พฤติกรรมการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ซึ่งแสดงออกได้ทั้งพฤติกรรมกระทำและการแสดงความรู้สึก ทักษะของตนเอง เกี่ยวกับการยอมรับการตั้งครรภ์ การสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา และการยอมรับบทบาทการเป็นมารดา ซึ่งสามารถประเมินได้โดย การรายงานตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก โดยใช้แบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกของผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาของ เขียวลักษณะ เสรีเสถียร (2543) ซึ่งสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของ May and Mahlmeister (1994) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) การยอมรับการตั้งครรภ์ หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความรู้สึกนึกคิดและการปฏิบัติที่แสดงออกว่าตนเองตั้งครรภ์และกำลังจะมีบุตร โดยให้การสนับสนุนทารกในครรภ์ ไปฝากครรภ์ตามนัดเพื่อความปลอดภัยสำหรับตนเองและทารกในครรภ์

2) การสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์ หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความรู้สึกรักใคร่ผูกพัน การนึกคิดจินตนาการถึงทารกในครรภ์ และการปฏิบัติที่แสดงออกถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับทารกในครรภ์โดยมีการพูดคุย และสัมผัสทารกทางหน้าท้องรวม ถึงให้การดูแลและปกป้องทารกในครรภ์

3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีการตอบสนองทางด้านความรู้สึกและอารมณ์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับตั้งครรภ์ ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย โดยมีความยินดีกับการเปลี่ยนแปลงของรูปร่าง ดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น และการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์โดยมีการพูดคุยปรึกษากับญาติหรือเพื่อนเมื่อไม่สบายใจ การใช้วิธีลดความวิตกกังวลและความเครียดที่เหมาะสม

4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความรู้สึก การมีปฏิสัมพันธ์และการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกกับสามี ตลอดจนการที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้



รับความรัก ความเอื้ออาทร ความห่วงใยเอาใจใส่ และการตอบสนองการเปลี่ยนแปลงด้านความสัมพันธ์ทางเพศ

5) การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีการกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงเข้ารับบทบาทการเป็นมารดา ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและทารกในครรภ์ ได้แก่ การเตรียมตัวเพื่อการคลอด เพื่อการดูแลบุตร โดยการค้นหาข้อมูลและแหล่งประโยชน์ต่างๆ ทั้งการค้นคว้าอ่านหนังสือ การพูดคุยปรึกษาหรือระบายความรู้สึกต่างๆ เกี่ยวกับการคลอดและการเป็นมารดาจากบุคคลอื่นที่ใกล้ชิด

6) การยอมรับบทบาทการเป็นมารดา หมายถึง การที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความรู้สึกนึกคิดหรือพฤติกรรมต่อบทบาทการเป็นมารดา ลักษณะการเป็นมารดาที่จะเลือกปฏิบัติและการฝึกบทบาทในการดูแลบุตร

**โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา** หมายถึง กิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้นเพื่อส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เกิดการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์สูงขึ้น ประกอบด้วยกิจกรรม ดังนี้ 1) การได้รับคำแนะนำและการชักจูงด้วยคำพูด โดยการจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้รับกิจกรรม ดังนี้ คือ การให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม ประกอบด้วยเรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์เพื่อการคลอด พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด และกิจกรรมการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมโดยการกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจและเสริมแรงจิตใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติได้ถูกต้องโดยการกล่าวคำชื่นชม 2) การเรียนรู้ผ่านตัวแบบโดยการจัดให้สังเกตตัวแบบสัญลักษณ์ ซึ่งสังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกและคู่มือการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ใช้ประกอบการสอน และสังเกตตัวแบบจากชีวิตจริงเกี่ยวกับวิถีปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ผ่านการสาธิตจากผู้วิจัยประกอบด้วยวิธีการออกกำลังภายในขณะตั้งครรภ์ การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการดูแลทารกแรกเกิด 3) การกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง โดยการจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกกระทำกิจกรรม โดยกระทำผ่านวิธีการฝึกทักษะ ประกอบด้วยกิจกรรมการฝึกทักษะดังนี้ คือ การออกกำลังภายในขณะตั้งครรภ์ การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอด และการดูแลทารกแรกเกิด ซึ่งเป็นการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง และ 4) การกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์ โดยการกระตุ้นทางทางสรีระและอารมณ์ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดการรับรู้ถึงความสามารถการเป็นมารดาสูงขึ้น และสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้

อย่างเหมาะสม ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ คือ การแสดงออกถึงความรู้สึก เช่น การเปิดโอกาส และกระตุ้นให้พูดคุย ระบายความรู้สึก การจัดให้คุ้นเคยกับสถานการณ์และสถานที่โดย การพาเยี่ยมชมห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องเลี้ยงดูทารกแรกเกิด การจัดกิจกรรมต่างๆ ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกับการฝึกทักษะการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดา ซึ่งจัด กิจกรรมเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน รวมทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45 นาที – 1 ชั่วโมง ห่าง กันทุก 2 สัปดาห์ ตามการนัดตรวจครรภ์

**การพยาบาลตามปกติ** หมายถึง กิจกรรมการดูแลหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ที่มารับบริการฝากครรภ์ ประกอบด้วย การตรวจครรภ์ และการให้ความรู้คำแนะนำการปฏิบัติตัวใน ระยะตั้งครรภ์ โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม 2 ครั้ง คือ ช่วงไตรมาสที่ 1-2 ของการตั้งครรภ์ เรื่องการ ปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ เรื่องเกี่ยวกับการคลอด จาก พยาบาลวิชาชีพประจำแผนกฝากครรภ์

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถความเป็น มารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์สำหรับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ครรภ์แรก
2. สามารถนำผลการวิจัยเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนเพื่อช่วยเหลือ ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างเหมาะสม
3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยประเด็นอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง สรุปเนื้อหาสาระสำคัญเพื่อใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยนำเสนอเป็นลำดับดังนี้

1. การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น
  - 1.1 ความหมายวัยรุ่น
  - 1.2 พัฒนาการวัยรุ่น
  - 1.3 ผลกระทบของการตั้งครรภ์วัยรุ่น
2. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
  - 2.1 ความหมายการปรับตัว
  - 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว
  - 2.3 ผลลัพธ์การปรับตัว
  - 2.4 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่
  - 2.5 แนวคิดพัฒนกิจหรือบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์
  - 2.6 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น
  - 2.7 การประเมินการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์
  - 2.8 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์
  - 2.9 บทบาทพยาบาลเพื่อส่งเสริมการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา
3. แนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง
  - 3.1 ความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเอง
  - 3.2 อิทธิพลของการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อความคิดและการกระทำของบุคคล
  - 3.3 วิธีการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง
  - 3.4 การประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเอง

4. การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา
5. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา
6. การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

## 1. การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

### 1.1 ความหมายวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescence) มาจากคำว่า Adolescere หมายถึง การเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะเป็นวัยย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยถือเอาความพร้อมทางด้านร่างกายเป็นเครื่องตัดสินในระยะนี้ร่างกายมีการเจริญเติบโต และมีวุฒิภาวะทางเพศโดยสมบูรณ์ ระบบอวัยวะสืบพันธุ์สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ กล่าวคือ เพศหญิงมีประจำเดือนเป็นครั้งแรกและเพศชายเริ่มผลิตเซลล์สืบพันธุ์ (พรอนฟีไล ศรีอาภรณ์, 2537: 1)

องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดความของวัยรุ่น ไว้ดังนี้ วัยรุ่นเป็นผู้มีลักษณะ 3 ประการ คือ เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ได้ เป็นระยะที่มีพัฒนาทางด้านจิตใจจากเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ และเป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงจากสภาพที่ต้องพึ่งพาทางเศรษฐกิจไปสู่ภาวะที่ต้องรับผิดชอบ และพึ่งพาตนเอง (Fathalla et al., 1990: 101)

กล่าวได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาอย่างรวดเร็ว จากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ โดยถือเอาเกณฑ์ความพร้อมทางวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้นและความพร้อมทางด้านสังคมเป็นจุดสิ้นสุด

### 1.2 พัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างรวดเร็ว จากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ โดยถือเอาเกณฑ์ความพร้อมทางวุฒิภาวะทางเพศเป็นจุดเริ่มต้นและความพร้อมทางด้านสังคมเป็นจุดสิ้นสุด สามารถแบ่งพัฒนาการของวัยรุ่นได้เป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น อายุ 11-13 ปี วัยรุ่นตอนกลาง อายุ 14-16 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย อายุ 17-19 ปี (May and Mahlmeister, 1994: 198-199; Montgomery, 2003: 250-251; Novak and Broom, 1995:128) ดังรายละเอียดดังนี้

วัยรุ่นตอนต้น อายุ 11-13 ปี เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายมาก โดยเฉพาะในเด็กหญิงซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยสาวเร็วกว่าเด็กชาย โดยอายุเฉลี่ยเมื่อแตกเนื้อสาว 12.5 ปี วัยรุ่นตอนต้นจึงมีความคิดหมกมุ่นอยู่กับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายทำให้มีอารมณ์แปรปรวนได้ ในระยะนี้วัยรุ่นจะให้ความสนใจต่อการสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนเพศเดียวกัน เพื่อการประเมินเปรียบเทียบกับเพื่อนว่าร่างกายที่เปลี่ยนแปลงนั้นอยู่ในภาวะปกติ และยอมรับได้ (Schuster and Ashburn, 1992: 533) ความคิดของวัยรุ่นกลุ่มนี้จะมีจุดเน้นอยู่กับปัจจุบันและมีตนเองเป็นศูนย์กลาง (Novak and Broom, 1995: 278)

วัยรุ่นตอนกลาง อายุ 14-16 ปี เป็นวัยที่ยอมรับสภาพร่างกายที่เป็นหนุ่มสาวได้แล้ว มีความคิดเชิงนามธรรม จึงใฝ่หาอุดมการณ์และเอกลักษณ์ของตน เพื่อความเป็นตัวของตัวเองและพยายามที่จะเป็นอิสระจากการพึ่งพิงบิดามารดา ในระยะนี้วัยรุ่นเริ่มพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ (Schuster and Ashburn, 1992: 533) จะยังคงยึดตนเองเป็นศูนย์กลางแต่เริ่มมีความคิดเกี่ยวกับอนาคตของตนมากขึ้น ถ้ามีการตั้งครมในขณะที่ยังน้อยกว่า 16 ปี มักจะเป็นการตั้งครมโดยไม่มีวางแผน และทำให้ขาดวางแผนการพัฒนาทางด้านสังคม อารมณ์ และการศึกษาของหญิงตั้งครมวัยรุ่น (Novak and Broom, 1995: 278)

วัยรุ่นตอนปลาย อายุ 17-19 ปี เป็นช่วงเวลาของการเผชิญความเป็นจริงต่อวัยผู้ใหญ่ที่กำลังจะมาถึง ในระยะนี้วัยรุ่นจะอารมณ์มั่นคงมากขึ้น มีเหตุมีผลมากขึ้น เพิ่มความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเองรวมทั้งผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตน มีการพิจารณาเกี่ยวกับการศึกษา การประกอบอาชีพ และทักษะทางสังคมที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในวัยผู้ใหญ่ มีการปรับตัวดีขึ้น (Schuster and Ashburn, 1992: 533) หญิงวัยรุ่นตอนปลายที่ตั้งครมมักจะมีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับสามี มีศักยภาพที่จะพัฒนาด้านวุฒิภาวะในการตั้งครมได้ดีกว่าหญิงตั้งครมวัยรุ่นที่มีอายุน้อยกว่า (Novak and Broom, 1995: 279)

ช่วงวัยรุ่น เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่ต้องมีการเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ซึ่งในทุกสังคมวัฒนธรรมจะมีความคาดหวังว่าวัยรุ่นจะต้องสามารถพัฒนางานหรือพัฒนากิจ (Developmental task) ซึ่งหมายถึงรูปแบบของพฤติกรรมที่บุคคลจะต้องเรียนรู้และกระทำให้สำเร็จเพื่อบรรลุถึงความผาสุกและการปรับตัวที่ดี ซึ่ง Havighurst (1953 cited in Hurlock, 1967: 7) กล่าวว่า พัฒนกิจที่สำคัญของวัยรุ่นมีดังนี้ คือ 1) มีความสำเร็จในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนวัยเดียวกันทั้งเพศหญิงและเพศชาย 2) มีความสำเร็จเกี่ยวกับบทบาททางสังคมของเพศหญิงหรือชาย 3) มีการยอมรับรูปร่างหน้าตาของตนรวมทั้งสามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพ 4) ความเป็นอิสระทางอารมณ์จากพ่อแม่และผู้ที่สูงวัยกว่า 5) มีการเลือกและเตรียมตัวสำหรับการประกอบอาชีพ 6) มีความสำเร็จเกี่ยวกับการพึ่งตนเองทาง

เศรษฐกิจ 7) มีการเตรียมตัวสำหรับการแต่งงานและการมีชีวิตครอบครัว 8) มีการพัฒนาทักษะทางด้านสติปัญญาและแนวคิดที่จำเป็นสำหรับความสามารถในการสมาคม 9) มีความต้องการและมีความสำเร็จในการรับผิดชอบต่อการกระทำในการกระทำของตน และ 10) มีพัฒนาการเกี่ยวกับค่านิยมและระบบของจริยธรรมที่ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

การบรรลุความสำเร็จในพัฒนาการช่วงวัยรุ่นจะนำมาซึ่งความสำเร็จในพัฒนาการในลำดับต่อมาในวัยผู้ใหญ่ ในขณะที่ความล้มเหลวในพัฒนาการไม่เพียงจะนำมาซึ่งความทุกข์และความผิดหวังของบุคคลเท่านั้น แต่ยังนำมาซึ่งความยุ่งยากต่อพัฒนาการในช่วงต่อมาของชีวิตด้วย (Hurlock, 1967: 7)

### 1.3 ผลกระทบของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

วัยรุ่นเมื่อมีการตั้งครรภ์จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์มากทั้งนี้เนื่องจากภาวะการตั้งครรภ์ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมถือว่าเป็นวิกฤติตามวุฒิภาวะ (Mercer, 1985) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากบทบาทภรรยาไปสู่บทบาทการเป็นมารดาพร้อมด้วย (Johnson and Johnson, 1980 cited in Majewski, 1986) เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในขณะที่ตั้งครรภ์ ทำให้พัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นจะชักจูงอาจเกิดความล้มเหลวในพัฒนาการของบุคคล ในการเจริญไปสู่วุฒิภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Pilliteri, 1992: 432) สำหรับผลกระทบของการตั้งครรภ์ต่อหญิงวัยรุ่นที่เกิดขึ้นนั้นมีทั้งผลกระทบที่มีต่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ต่อทารก ต่อครอบครัวและต่อสังคมดังนี้

ผลกระทบของการตั้งครรภ์ต่อหญิงวัยรุ่นทางด้านร่างกาย จะมีผลต่อการเจริญเติบโตของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น และก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนเพิ่มขึ้นในขณะที่ตั้งครรภ์ คือ การมีภาวะโลหิตจาง ภาวะทุพโภชนาการ (Novak and Broom, 1995: 279) ภาวะความดันโลหิตสูง เนื่องจากการตั้งครรภ์ (Johnson, 1994: 1026) และพบว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีโอกาสเกิดภาวะความดันโลหิตสูงในขณะที่ตั้งครรภ์ได้เป็น 5 เท่าของหญิงตั้งครรภ์อายุมากกว่า (Pilliteri, 1992: 438) ในการศึกษาของ ชัยรัตน์ คุณาวิฑิตกุล และศศิพันธ์ สกุลสุทรวงศ์ (2530: 92) พบว่ามีอัตราชักสูงกว่าและอัตราตายจากภาวะนี้เป็น 3.5 เท่า ของหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุมากกว่า 20 ปี (Novak and Broom, 1995: 279)

ส่วนผลกระทบทางด้านจิตใจและอารมณ์ ได้แก่ การที่พัฒนาการในระยะวัยรุ่นถูกขัดขวางทำให้ไม่สามารถพัฒนางานในวัยรุ่นให้สำเร็จ นอกจากนั้นการมีพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์เพิ่มขึ้นทำให้หญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ต้องมีภาระหนัก ซึ่งความสำเร็จหรือล้มเหลวของพัฒนาการย่อมส่งผลกระทบต่ออนาคตของหญิงวัยรุ่นและบุตรในครรภ์ด้วย (Ladewig, London, and Olds, 1994: 220) และมักจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลง

ฮอริโมนในร่างกายซึ่งจะทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีอาการแปรปรวนง่าย ก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งผลของความเครียดจากการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และพฤติกรรม หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่สามารถเผชิญปัญหาอย่างเหมาะสมและมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่ดี จะสามารถปรับตัวต่อเหตุการณ์ได้อย่างเหมาะสม มีการยอมรับการตั้งครรภ์ มีเจตนาที่ดีต่อการตั้งครรภ์ทำให้มีการปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์ดี (นิภาวรรณ รัตนานนท์, 2532: 81) และสามารถปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาได้ (วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: 96) ส่วนหญิงตั้งครรภ์นอกสมรสไม่สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ความเครียด ความวิตกกังวลจะคงอยู่ตลอดเวลาของการตั้งครรภ์ ซึ่งเกิดจากความรู้สึกด้านลบต่อการตั้งครรภ์ของตนเองและไม่ยอมรับบทบาทการเป็นมารดา (จินตนา บ้านแก่ง, 2527: 30-31)

ผลกระทบของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นต่อบุตร จะทำให้ทารกมีน้ำหนักตัวน้อย คลอดก่อนกำหนด ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ปิยะนุช บุญเพิ่ม (2531: 42) พบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นจะมีการคลอดก่อนกำหนดได้มากเป็น 2 เท่าของหญิงตั้งครรภ์ทั่วไป และหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีอัตราการเจ็บป่วยและตายคลอดสูงกว่ามารดาที่มีอายุมากกว่า (Johnson, 1994: 1026; Hall, 1994: 208) สำหรับมารดาวัยรุ่นที่ติดสารเสพติดในระยะตั้งครรภ์อาจทำให้ทารกมีการเจริญเติบโตล่าช้า ปัญญาอ่อน มีความพิการแต่กำเนิด มีโรคติดเชื้อและมีปัญหาด้านพฤติกรรม (Peters and Theorell, 1991: 121-126)

ผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจและสังคม หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องขาดโอกาสในการศึกษาต่อ ทำให้ด้อยโอกาสในการเลือกงานทำ จึงเป็นอุปสรรคต่อการหาเลี้ยงชีพของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น และส่งผลถึงปัญหาเศรษฐกิจ ทำให้ไม่มีอาชีพ หรือต้องประกอบอาชีพที่มีรายได้ต่ำ ทำให้เศรษฐกิจของครอบครัวและส่วนรวมไม่ดี (Buckley and Kulb, 1993: 416) สอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นส่วนมากมีรายได้ครอบครัวเฉลี่ยเดือนละ 4,001-6,000 บาท (วิไล รัตนพงษ์, 2544: 49) และจากการศึกษาของสุทธิดา ฉายาลักษณ์ (2531) พบว่ามารดาวัยรุ่นส่วนใหญ่ประสบปัญหาทางด้านเศรษฐกิจและมีหนี้สิน เนื่องจากมารดาวัยรุ่นร้อยละ 38.97 เป็นผู้ที่มีได้ประกอบอาชีพ ไม่มีรายได้

จะเห็นได้ว่าผลกระทบดังกล่าวข้างต้น สะท้อนให้เห็นถึงการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ระยะเวลาหลังคลอด และระยะการเลี้ยงดูบุตรอย่างไม่มีประสิทธิภาพของมารดาวัยรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปรับตัวในระยะตั้งครรภ์ซึ่งเป็นระยะแรกของการเป็นมารดา (Nuwayhid, 1991: 364) ความล้มเหลวต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ย่อมส่งผลให้ไม่สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะคลอด หลังคลอดและระยะเลี้ยงดูบุตรได้อย่างเหมาะสม



## 2. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาระยะตั้งครรภ์

การตั้งครรภ์ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้หญิง และหญิงตั้งครรภ์จะต้องได้รับบทบาทใหม่เพิ่มขึ้น คือ บทบาทการเป็นมารดา การที่บุคคลจะแสดงพฤติกรรมตามบทบาทที่ที่ตนดำรงอยู่ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ย่อมสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่

### 2.1 ความหมายการปรับตัว

การปรับตัวเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของสิ่งมีชีวิตทั้งหมด เนื่องจากเป็นกระบวนการที่สิ่งมีชีวิตใช้ต่อสู้ หรือเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกที่อาจเป็นสิ่งรบกวนหรือคุกคามการอยู่รอดของชีวิต ทำให้สิ่งมีชีวิตพยายามปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลและความปกติสุขของชีวิตไว้ ซึ่งมีผู้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้แตกต่างกันดังนี้

Kyes and Hofing (1974: 494) ได้ให้ความหมายของการปรับตัว ว่าเป็นวิธีการหรือกระบวนการต่างๆ ที่บุคคลใช้เมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและสิ่งแวดล้อมของตน โดยการใช้กระบวนการทางความคิดและการเรียนรู้

Lazarus and Folkman (1984: 181) ได้ให้ความหมายของการปรับตัว ว่าเป็นผลลัพธ์ของกระบวนการทางความคิด ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของบุคคลในการประเมินสถานการณ์สิ่งเร้าและวางแผน หรือหาทางเลือกในการจัดการกับสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นความเครียด ความพยายามทางความคิดและพฤติกรรมต่างๆ ในการเผชิญปัญหาโดยใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่จากตัวบุคคล จากสังคมรอบข้างและจากสิ่งที่เกิดขึ้นแสดงออกมาเป็นผลลัพธ์การปรับตัว 3 ด้าน คือ ด้านการทำหน้าที่ทางสังคม ด้านขวัญหรือความพึงพอใจในชีวิต และด้านสุขภาพของร่างกาย

Roy and Andrews (1999: 30) ได้ให้ความหมายของการปรับตัว ว่าเป็นกระบวนการและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นโดยความคิดและความรู้สึกของบุคคลหรือกลุ่มคน จากการใช้การตระหนักรู้และการเลือกที่จะสร้างสรรค์ การบูรณาการของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม

จากความหมายของการปรับตัวดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นทั้งกระบวนการและผลลัพธ์ของกระบวนการที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่ทั้งภายในและภายนอกตน โดยการใช้กระบวนการทางความคิดและการเรียนรู้ เมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมที่อาจเป็นสิ่งรบกวนหรือคุกคามต่อการอยู่รอดของชีวิต เพื่อรักษาสมดุลและความปกติสุขของชีวิต ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม

## 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

Roy (1976: 11; 1984: 36; Andrews and Roy, 1991: 6-7) มีความเชื่อตามปรัชญานิยามว่าบุคคลเป็นสิ่งที่ชีวิตที่มีลักษณะเป็นองค์รวม บุคคลเป็นผู้ที่มีพลังสร้างสรรค์ และมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาด้วยตนเอง บุคคลเป็นระบบเปิดและเป็นระบบการปรับตัวที่มีความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม โดยได้ประยุกต์ทฤษฎีระบบโดยทั่วไปเพื่ออธิบายการปรับตัวของบุคคล โดยเรียกปัจจัยการปรับตัวว่าเป็นสิ่งเร้า (Stimuli) ซึ่งมีทั้งสิ่งเร้าที่มาจากสิ่งแวดล้อมภายนอกและสิ่งเร้าที่มาจากภายในของบุคคล สิ่งเร้าจะเป็นปัจจัยนำเข้าไปผ่านเข้าสู่ระบบของบุคคลทำให้บุคคลใช้กลไกการเผชิญ ซึ่งประกอบด้วย 2 กลไก คือ กลไกการควบคุม (Regulator mechanism) เป็นการปรับตัวขั้นพื้นฐานที่มีการตอบสนองอย่างเป็นอัตโนมัติ โดยผ่านกระบวนการทำงานของระบบประสาท กระบวนการด้านเคมี ระบบไร้ท่อ และกลไกการคิดรู้ (Cognator mechanism) เป็นกลไกที่ตอบสนองโดยผ่านกระบวนการทางด้านอารมณ์และความคิด 4 กระบวนการ คือ การรับรู้ การเรียนรู้ การตัดสินใจ และกระบวนการด้านอารมณ์ ผลของการใช้กระบวนการเผชิญทำให้เกิดผลลัพธ์การปรับตัว (Output)

## 2.3 ผลลัพธ์การปรับตัว

จากการทำงานของกระบวนการปรับตัวทั้งจากกลไกการควบคุม และกลไกการคิดรู้จะมีผลทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมปรับตัว ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ (Andrews and Roy, 1991: 15-17)

1) การปรับตัวด้านสรีระ (Physiological mode) มีพื้นฐานมาจากความต้องการความมั่นคงทางด้านสรีระ ได้แก่ ความต้องการพื้นฐานในเรื่องการได้รับออกซิเจน อาหาร การขับถ่าย การมีกิจกรรม การพักผ่อนและการป้องกันอันตราย รวมทั้งการควบคุมความรู้สึก ความสมดุลของสารน้ำและเกลือแร่ การทำงานของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ

2) การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self-concept mode) เป็นการตอบสนองทางด้านจิตใจและจิตวิญญาณของบุคคล เป็นการปรับตัวเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางด้านจิตใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการมีสุขภาพดี อัตมโนทัศน์ ประกอบด้วย อัตมโนทัศน์ด้านร่างกายซึ่งรวมถึงความต้องการทางกายและภาพลักษณ์ และอัตมโนทัศน์ส่วนบุคคล ได้แก่ ความมั่นคง แห่งตน ด้านปณิธานและด้านศีลธรรมจรรยา

3) การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (Role function mode) เป็นการตอบสนองทางด้านสังคมของบุคคลโดยเน้นบทบาททางสังคมที่บุคคลดำรงอยู่ ความต้องการ



พื้นฐานสำหรับการปรับตัวทางด้านนี้เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางสังคม เป็นความต้องการที่จะรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของบุคคลกับบุคคลอื่น เพื่อที่จะสามารถกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสม

4) การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (Interdependence mode) การปรับตัวด้านนี้จะเน้นที่การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการให้ความรักและการได้รับความรัก ความนับถือและการเห็นคุณค่า

## 2.4 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่เป็นการปรับตัวทางด้านสังคม ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความมั่นคงในชีวิตของบุคคล (Roy, 1984) การทำหน้าที่ตามบทบาทเป็นการทำหน้าที่ตามความคาดหวังว่าบุคคลซึ่งดำรงตำแหน่งตามบทบาทนั้น ควรแสดงพฤติกรรมต่อบุคคลอื่นอย่างไร โดยที่ความคาดหวังเกี่ยวกับบทบาทนี้จะเป็นความคาดหวังของสังคมโดยทั่วไป เป็นความคาดหวังของกลุ่มบทบาทหรือสมาชิกที่เกี่ยวข้องกับบทบาทนั้น รวมทั้งเป็นความคาดหวังของผู้แสดงบทบาทเอง (Thornton and Nardi, 1975: 872) ดังนั้นความคาดหวังในบทบาทจึงเป็นตัวชี้้นำให้บุคคลรู้ว่าควรแสดงพฤติกรรมในบทบาทนั้นอย่างไร และเนื่องจากบทบาทเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต การที่บุคคลแสดงพฤติกรรมตามบทบาทที่ตนดำรงอยู่ได้อย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับความคาดหวังของสังคม ย่อมสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และก่อให้เกิดความมั่นคงหรือสมดุลในชีวิต (Roy and Andrews, 1991: 352) ซึ่งสามารถแบ่งบทบาทออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ บทบาทปฐมภูมิ (Primary role) บทบาททุติยภูมิ (Secondary role) และบทบาทตติยภูมิ (Tertiary role) ในแต่ละช่วงพัฒนาการของชีวิต บุคคลแต่ละคนจะดำรงบทบาทหลายบทบาทในเวลาเดียวกัน บทบาทแต่ละบทบาทมีความสำคัญไม่เท่าเทียมกันและต่างก็ต้องการการแสดงบทบาทหน้าที่ที่ความรับผิดชอบแตกต่างกัน ดังนั้นบุคคลจำเป็นต้องรู้อย่างชัดเจนว่าตนดำรงบทบาทใดบ้างเพื่อที่จะได้กระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมกับบทบาท

บทบาทของการเป็นมารดา ถือได้ว่าเป็นบทบาททุติยภูมิในแนวคิด ของ Roy เนื่องจากการเป็นมารดาจะเป็นบทบาทถาวรที่มารดาจะต้องดำรงบทบาทนี้ตลอดไป (Nuwayhid in Roy and Andrews, Eds., 1991: 364) บทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์เป็นบทบาทหน้าที่ที่หญิงตั้งครรภ์ต้องกระทำให้สำเร็จ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

## 2.5 แนวคิดพัฒนกิจหรือบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

การตั้งครรภ์ในหญิงวัยรุ่นเป็นขั้นตอนของชีวิตที่ทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีพัฒนาการเข้าสู่วุฒิภาวะของความเป็นผู้ใหญ่ และกระทำพัฒนกิจในบทบาทการเป็นมารดาใน

ระยะตั้งครรภ์ ผู้วิจัยจึงนำทฤษฎีพัฒนาการตามระยะพัฒนาการ (Developmental task theory) มาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาซึ่งสามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

### 1) ความหมายของพัฒนาการ

Rowe (1981) กล่าวว่า พัฒนาการ หมายถึง ภารกิจที่ถูกคาดหวังเมื่อ บทบาทมีการเปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากการเพิ่มหรือจากไปของสมาชิก โดยอยู่ภายใต้กรอบ ของเวลา ซึ่งเป็นตัวกำหนดการเปลี่ยนแปลงบทบาทของสมาชิกและเป็นการกระทำเพื่อตอบสนอง ความต้องการตามพัฒนาการและความคาดหวังของสังคม

Duvall (1962, อ้างถึงใน รุจา ภูไพบูลย์, 2537: 84-85) กล่าวว่า พัฒนาการ หมายถึง ความรับผิดชอบในการเจริญเติบโตตามระยะต่างๆ ถ้าบุคคลสามารถกระทำ ภารกิจเหล่านั้นสำเร็จไปด้วยดีในแต่ละระยะจะทำให้มีความสุข แต่ถ้าทำไม่ได้ไม่สำเร็จ ก็จะไม่มีความสุข ไม่เป็นที่ยอมรับจากสังคม และมีผลต่อพัฒนาการในระยะต่างๆ ต่อไปด้วย

Havighurst (1972 cited in Mercer, 1985: 14) กล่าวว่า พัฒนาการ หมายถึง ภารกิจที่บุคคลต้องประสบในช่วงระยะเวลาหนึ่งของชีวิต (a specific period) ความสำเร็จในการทำภารกิจดังกล่าวจะส่งผลให้เกิดความสุข ความสำเร็จในพัฒนาการขั้นต่อไป หากบุคคลประสบความล้มเหลวในการปฏิบัติภารกิจดังกล่าว จะทำให้บุคคลไม่มีความสุข ขาดความเชื่อถือจากสังคม และมีความยุ่งยากในพัฒนาการขั้นต่อไป

สรุปได้ว่า พัฒนาการ หมายถึง ภารกิจที่เกิดในช่วงระยะเวลาหนึ่งของ ชีวิตที่บุคคลจะต้องมีการเรียนรู้และกระทำให้สำเร็จ เมื่อบุคคลประสบความสำเร็จในการปฏิบัติ ภารกิจนั้นจะทำให้มีความสุข ส่งผลให้เกิดความสำเร็จในพัฒนาการขั้นต่อไป หากบุคคลประสบ ความล้มเหลวจะทำให้ไม่มีความสุข ขาดการยอมรับจากสังคมและทำให้เกิดความยุ่งยากในการ ปฏิบัติพัฒนาการขั้นต่อไป

ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าตลอดระยะเวลาของการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ วัยรุ่นครรภ์แรกนอกจากจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายแล้ว ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้าน จิตใจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึกและอารมณ์ โดยเฉพาะในเรื่องเกี่ยวกับความมีคุณค่าและบทบาท การเป็นมารดาเป็นภาวะที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต้องเผชิญกับความเครียด เพราะต้องปรับตัว เข้าสู่บทบาทการเป็นมารดาตลอดระยะเวลาของการตั้งครรภ์ ซึ่งการที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก จะสามารถปรับตัวเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้อย่างสมบูรณ์นั้น หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกจะต้องทำภารกิจไปตามขั้นตอนหรือที่เรียกว่าพัฒนาการการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ (Maternal task of pregnancy) ให้เกิดขึ้นซึ่งความสำเร็จในการทำพัฒนาการ ในระยะตั้งครรภ์ จะสะท้อนให้เห็นถึงสุขภาพจิตของหญิงตั้งครรภ์ทั้งในระยะตั้งครรภ์ และอาจทำนายถึงปัญหาทาง

จิตอารมณ์ ที่เกิดตามมาภายหลังคลอด นอกจากนี้จะเป็นปัญหากระทบต่อสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดาและทารกได้ด้วย

## 2) บทบาทหน้าที่การเป็นมารดาหรือพัฒนาการในระยะตั้งครรภ์

Clark, Affonso, and Harris (1979: 269-273) กล่าวว่า การตั้งครรภ์เปรียบเสมือนพัฒนาการตามระยะพัฒนาการ โดยบุคคลจะต้องทำพัฒนาการเป็นมารดาให้สำเร็จเพื่อผสมผสานเข้าสู่กระบวนการของชีวิต ซึ่งการเผชิญภาวะวิกฤติของพัฒนาการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์นี้เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงภาวะจิตสังคมของหญิงตั้งครรภ์กล่าวคือ หญิงตั้งครรภ์ที่ประสบความสำเร็จในพัฒนาการในบทบาทการเป็นมารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ จะส่งผลให้ประสบความสำเร็จในขั้นต่อไป โดยพัฒนาการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ (Developmental tasks of pregnancy) มีดังนี้

1) การยอมรับการตั้งครรภ์ (Pregnancy validation) ความรู้สึกครั้งแรกที่เกิดขึ้นกับหญิงตั้งครรภ์ก็คือความประหลาดใจ มีความรู้สึกสองฝักสองฝ่ายระหว่างความต้องการมีบุตรและไม่ต้องการมีบุตร มีจินตนาการที่แปลกๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ยังไม่รู้ไม่เห็นและไม่แน่ใจที่เกิดขึ้นภายในร่างกายของตน มีการประเมินอาการแสดงของการตั้งครรภ์ที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำเล่าว่าเป็นจริงหรือไม่ และทำการตรวจสอบการตั้งครรภ์กับสถานรับฝากครรภ์หรือโรงพยาบาลเพื่อยืนยันความแน่ใจแก่ตนเองยิ่งขึ้น

2) การรับรู้การมีตัวตนของบุตร (Fetal embodiment) หญิงตั้งครรภ์จะเกิดมโนภาพเกี่ยวกับตนเองโดยสังเกตและสนใจตนเองมากขึ้น เป็นการมองภาพลักษณะของตนในแง่หญิงตั้งครรภ์ มีการดึกดำบรรพ์บางอย่างที่คิดว่าเป็นอันตรายต่อการตั้งครรภ์และการแท้งบุตร นอกจากนี้เริ่มทบทวนข้อขัดแย้งกับมารดาของตน เริ่มให้ความสนใจพูดคุยกับหญิงที่กำลังตั้งครรภ์หรือครอบครัวที่กำลังมีเด็กอ่อนและเริ่มมีความรู้สึกต้องพึ่งพาสามีมากขึ้น

3) การยอมรับว่าทารกเป็นบุคคลที่แยกจากตน (Fetal distinction) หญิงตั้งครรภ์มีความคิดเกี่ยวกับบุตรในครรภ์ว่าเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่แตกต่างไปจากตน มีการปฏิสัมพันธ์กับบุตรโดยการสัมผัสจากภายนอก ครุ่นคิดว่าบุตรจะมีลักษณะคล้ายคลึงกับผู้ใด เริ่มซื้อเสื้อผ้าสำหรับทารก ชักนำให้สามีสนใจบุตรในครรภ์ ช่วยกันตั้งชื่อบุตร มีความสนใจที่จะชักชวนให้ผู้อื่นได้แสดงออกต่อบุตรในครรภ์ของตนและเริ่มมีความคิดฝันเกี่ยวกับบุตรในครรภ์

4) การเปลี่ยนบทบาทเพื่อการเป็นมารดา (Role transition) ช่วงนี้หญิงตั้งครรภ์จะมีความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นเกี่ยวกับเรื่องการเจ็บครรภ์และการคลอด นอกจากนี้หญิงตั้งครรภ์จะฝันถึงบทบาทการเป็นมารดาที่กำลังจะมาถึง มีการวางแผนจัดเตรียมสิ่งของ

ในบ้าน เตรียมตัวเพื่อดูแลเด็กก่อน รวมทั้งเตรียมลูกคนก่อนและสมาชิกอื่นๆ ในบ้านให้พร้อมที่จะต้อนรับบุตรที่เกิดใหม่

Ziegel and Cranly (1984: 231-234) ได้กล่าวถึงพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์ (Developmental tasks) ในลักษณะที่ใกล้เคียงกันเป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

1) การยอมรับการตั้งครรภ์ (Acceptance of pregnancy) การยอมรับการตั้งครรภ์เป็นพัฒนาการที่เกิดขึ้นในระยะแรกของการตั้งครรภ์ มักจะสงสัยเกี่ยวกับอาการแสดงต่างๆ และจะทำการตรวจสอบยืนยันการตั้งครรภ์โดยการปรึกษาแพทย์ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์มีการพัฒนาไปสู่การยอมรับการตั้งครรภ์

2) สร้างความมั่นใจว่าทารกในครรภ์จะได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นที่มีความสำคัญต่อหญิงตั้งครรภ์ (Ensuring acceptance of the child she bears by her significant others) การยอมรับบุตรจากบุคคลอื่นมีความสำคัญต่อหญิงตั้งครรภ์ โดยต้องการให้สามีซึ่งเป็นบิดาของบุตรในครรภ์ รวมทั้งปู่ ย่า ตา ยาย หรือใครก็ตามที่มีความสำคัญต่อตนเอง และให้การยอมรับบุตรที่อยู่ในครรภ์ของตน เพราะบุคคลเหล่านี้จะเป็นผู้คอยให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำเป็นแบบอย่างที่ดีและร่วมวางแผนในการอบรมเลี้ยงดูบุตร

3) แสวงหาความปลอดภัยสำหรับตนเองและทารกในครรภ์ (Seeking safe passage for herself and her child) หญิงตั้งครรภ์จะมีความตระหนักและยอมรับการเปลี่ยนแปลงชีวิตไปจากเดิมจะวางแผนเพื่อแสวงหาความปลอดภัยให้กับตนเอง และบุตรในครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะให้การคุ้มครองบุตรในครรภ์ โดยการระมัดระวังตนเองในการทำกิจกรรมต่างๆ รวมทั้งหลีกเลี่ยงกิจกรรมต่างๆ ที่เห็นว่าอาจเป็นอันตรายต่อบุตรและตนเอง

4) ยอมรับบทบาทการเป็นมารดา (Adoption of the mother role) หญิงตั้งครรภ์จะต้องมีการปรับตัวเพื่อรับบทบาทใหม่คือ บทบาทการเป็นมารดา มีการเรียนรู้บทบาท มีการฝึกบทบาท ซึ่งเป็นการเตรียมตนเองให้พร้อมทั้งตำแหน่งหรือฐานะใหม่ในการเป็นมารดา

Jensen and Bobak (1985: 294-297) ได้กล่าวถึงบทบาทการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Maternal role) ไว้ดังนี้คือ

1) การยืนยันและยอมรับการตั้งครรภ์ (To accept the biologic fact of pregnancy) หญิงตั้งครรภ์จะประเมินอาการซ้ำแล้วซ้ำเล่าเพื่อยืนยันการตั้งครรภ์ และจะไปตรวจสอบการตั้งครรภ์ยังสถานที่รับฝากครรภ์หรือโรงพยาบาล การยอมรับการตั้งครรภ์เป็นบทบาทที่เกิดขึ้นเป็นอันดับแรกและเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพราะเมื่อเกิดการยอมรับการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ก็จะให้การสนับสนุนอีกชีวิตในครรภ์



2) การยอมรับว่าทารกเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่แยกจากตน (To accept the growing fetus as distinct from the self and a person to nurture) เมื่อรับรู้การเคลื่อนไหวของทารกขณะตั้งครรภ์ครั้งแรกจะทำให้หญิงตั้งครรภ์เกิดการยอมรับ ว่าทารกในครรภ์เป็นบุคคลหนึ่งที่แยกจากตน หญิงตั้งครรภ์จะมีความผูกพันกับทารกมากยิ่งขึ้นมีการนึกฝันเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะรูปร่างหน้าตาของทารก

3) การเตรียมพร้อมต่อการรับบทบาทการเป็นมารดา (To prepare realistically for the birth and parenting of the child) หญิงตั้งครรภ์จะมีการเสาะแสวงหาข้อมูลและแบบอย่างของบทบาทการเป็นมารดา มีการเลียนแบบและอาจลองฝึกบทบาทการเป็นมารดา เช่น วิธีการเลี้ยงดูทารก เพื่อการเตรียมตัวสำหรับการเป็นมารดาและการเลี้ยงดูบุตร

May and Mahlmeister (1994: 177-179) กล่าวถึง พัฒนกิจของหญิงตั้งครรภ์เป็นกระบวนการที่ผู้เป็นมารดาต้องเรียนรู้และปฏิบัติ ซึ่งกล่าวไว้ 6 ด้านกิจดังนี้

1) การยอมรับการตั้งครรภ์ (Accepting the pregnancy) เป็นความรู้สึกตั้งแต่หญิงตั้งครรภ์ได้รับทราบว่าตนเองตั้งครรภ์และกำลังจะเป็นมารดา ซึ่งอาจจะตอบสนองออกมาเป็นพฤติกรรมหรือความรู้สึกที่แตกต่างกัน

2) การสร้างสัมพันธภาพกับทารก (Establishing a relationship with the fetus) ส่วนใหญ่สตรีที่ยอมรับการตั้งครรภ์แล้ว ก็เริ่มมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับทารกในครรภ์ รู้สึกว่าทารกเป็นส่วนหนึ่งของตน มีความสุขเมื่อนึกถึงทารกในครรภ์ เมื่อทารกดิ้นหญิงตั้งครรภ์ก็จะลูบคลำหรือสัมผัสทารกทางหน้าท้อง มีการพูดคุยกับทารกในครรภ์

3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง (Adjusting to in self) หญิงตั้งครรภ์เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายนั้นหญิงตั้งครรภ์เริ่มรู้สึกว่าตนมีรูปร่างเปลี่ยนไป มีความไม่สุขสบายจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจจะมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงซึ่งอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนในร่างกาย

4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส (Adjusting to the changing couple relationship) ในระยะตั้งครรภ์บุคคลที่กำลังจะเป็นบิดามารดาคนใหม่จะต้องมีการปรับตัวเพื่อรับบทบาทใหม่ หญิงตั้งครรภ์ต้องการดูแลใจใส่ ต้องการความรักความห่วงใย ต้องการให้ช่วยแบ่งเบาภาระงาน และมีการวางแผนร่วมกันในการเตรียมตัวเลี้ยงดูบุตร

5) การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา (Preparing for the birth) การเตรียมตัวที่จะคลอด และการเป็นมารดาส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในระยะท้ายของการ

ตั้งครรภ์โดยอาจเรียนรู้จากกลุ่มหญิงตั้งครรภ์เองหรือจากสถาบันที่มีการจัดอบรม หรือมีความสนใจในการหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กและการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาที่ดี

6) การยอมรับบทบาทการเป็นมารดา (Accepting the maternal role) หญิงตั้งครรภ์มีการเตรียมตัวและเรียนรู้เกี่ยวกับบทบาท มีการสังเกตพฤติกรรม พยายามเลือกแบบอย่าง และมีการเตรียมตัวเพื่อการเลี้ยงดูบุตร

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่า มีผู้กล่าวถึงพัฒนาการในบทบาทการเป็นมารดาที่หญิงตั้งครรภ์ต้องกระทำมีหลายแนวคิด แต่ในการศึกษาการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีพัฒนาการในบทบาทการเป็นมารดาของ May and Mahlmeister (1994) มาเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาเนื่องจาก May and Mahlmeister ได้กล่าวถึง พัฒนาการในบทบาทการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ได้อย่างครอบคลุมทุกแนวคิดที่กล่าวมาแล้วข้างต้น และได้กล่าวไว้ว่าการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์เป็นการตอบสนองในด้านการทำหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ หรือพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์ที่หญิงตั้งครรภ์ต้องกระทำให้สำเร็จตามความคาดหวังของสังคม

## 2.6 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ หรือพัฒนาการที่หญิงตั้งครรภ์ควรกระทำให้สำเร็จตามความคาดหวังของสังคมมีดังนี้ คือ การยอมรับการตั้งครรภ์ การสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส การเตรียมตัวสำหรับการคลอดและการเป็นมารดา และการยอมรับบทบาทการเป็นมารดา การที่หญิงตั้งครรภ์สามารถแสดงพฤติกรรมตามบทบาทหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม จะสะท้อนถึงความสามารถในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งสามารถประเมินได้จากพฤติกรรม 2 ด้านคือ พฤติกรรมในส่วนของการกระทำ เป็นพฤติกรรมที่บุคคลกระทำตามบทบาทที่ตนดำรงอยู่ และพฤติกรรมในส่วนของการแสดงความรู้สึก ทักษะคติ ความชอบและไม่ชอบของบุคคลที่มีต่อบทบาทและการแสดงบทบาท (May and Mahlmeister, 1994) เนื่องจากการตั้งครรภ์เป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทตามระยะพัฒนาการและตามสถานการณ์ ซึ่งเป็นบทบาทถาวรที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นต้องมีการเรียนรู้โดยกระบวนการทางปัญญา และสังคม เพื่อให้สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ May and Mahlmeister (1994: 177-179) กล่าวว่า พัฒนาการหรือบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ต้องเกิดขึ้นประกอบด้วย

### 2.6.1 การยอมรับการตั้งครรภ์ (Accepting the pregnancy)

ถึงแม้ว่าผู้หญิงมีความพยายามหรือต้องการที่จะตั้งครรภ์ แต่เมื่อพบว่าตนเองตั้งครรภ์ก็ทำให้เกิดความรู้สึกแปลกประหลาดใจ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นทั้งที่มีการวางแผนการตั้งครรภ์หรือไม่มีการวางแผนการตั้งครรภ์ มักจะมีความรู้สึกสองฝายระหว่างความต้องการบุตรและไม่ต้องการบุตร เมื่อเริ่มตั้งครรภ์หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอาจตอบสนองต่อการตั้งครรภ์โดยตื่นเต้น ดีใจ มีความสุข ตกใจ โกรธหรือหลาย ๆ ความรู้สึกรวมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อรับบทบาทมารดาครั้งแรก การยอมรับการตั้งครรภ์เป็นพัฒนาการที่เกิดขึ้นเป็นอันดับแรก และเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเพราะเมื่อเกิดการยอมรับการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ก็จะให้การสนับสนุนอีกชีวิตในครรภ์ เมื่อทราบว่าตนเองตั้งครรภ์ บางคนมีความสุขกับการตั้งครรภ์ แต่บางคนอาจรู้สึกไม่ยินดีที่จะรับพัฒนาการการเป็นมารดา ส่วนใหญ่เนื่องมาจากไม่ต้องการบุตร หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอาจมองว่าทารกในครรภ์เป็นสิ่งที่มารุกรานตนเอง สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงปฏิกิริยาของการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (Egocentric reaction) พฤติกรรมของหญิงตั้งครรภ์ที่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลางจะให้ความสนใจ ห่วงใย และตอบสนองความต้องการของตนเองเป็นอันดับแรก หญิงตั้งครรภ์เหล่านี้มักมีสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับทารก ในครรภ์จะมีผลทำให้เกิดปัญหาที่จะพัฒนาพัฒนาการในขั้นต่อไป ตลอดจนการเลี้ยงดูทารกในระยะหลังคลอด

### 2.6.2 การสร้างสัมพันธภาพกับทารก (Establishing a relationship with the fetus)

สัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารกในครรภ์ เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจากปัจจัยและเป็นปฏิสัมพันธ์ที่ถาวร เป็นความรู้สึกหรืออารมณ์แห่งความผูกพันที่มารดามีต่อบุตร เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางด้านร่างกายจิตใจและสังคมของบุตร หญิงตั้งครรภ์จะเริ่มสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์นั้น เนื่องมาจากหญิงตั้งครรภ์มีการรับรู้ถึงทารกในครรภ์นั้นเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่แยกจากตน ฉะนั้นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างทารกในครรภ์จึงต้องมีการเริ่มพัฒนา และเกิดขึ้นอย่างเป็นกระบวนการตั้งแต่หญิงตั้งครรภ์รู้สึกถึงทารกในครรภ์เป็นส่วนหนึ่งของตน ความรู้สึกถึงทารกในครรภ์เป็นส่วนหนึ่ง (Incorporating the fetus) เกิดขึ้นเมื่อหญิงตั้งครรภ์มีการยอมรับการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะเริ่มปรับด้านจิตสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและอารมณ์ โดยจะมองว่าการตั้งครรภ์และทารกในครรภ์เป็นส่วนหนึ่งของตน ผู้หญิงจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นหญิงตั้งครรภ์ ต้องการการยอมรับ ควรได้รับการดูแลเอาใจใส่ มีการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติตัว มีการใส่ชุดคลุมท้อง เพื่อเป็นการประกาศให้ผู้อื่นทราบว่าตนตั้งครรภ์โดยไม่คุกคามอัตมโนทัศน์แห่งตน พัฒนาการในขั้นนี้จะทำให้หญิงตั้งครรภ์พัฒนาไปสู่



พัฒนาอีกขั้นต่อไปได้เนื่องจาก หญิงตั้งครรภ์ที่รู้สึกว่าทารกในครรภ์เป็นส่วนหนึ่งของตน หญิงตั้งครรภ์ก็จะให้การดูแลปกป้องคุ้มครองทารกในครรภ์ ค้นหาความปลอดภัยเพื่อตนเองและทารกในครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะมีการรับรู้ว่าการตั้งครรภ์เป็นอีกบุคคลที่แยกจากตน มีบุคลิกภาพแตกต่างจากตน การรู้สึกว่าทารกเป็นอีกบุคคลที่แยกจากตน (Separating the fetus from self) จะเริ่มเกิดขึ้นเมื่อขนาดของมดลูกที่ใหญ่ขึ้น และหญิงตั้งครรภ์เกิดความรู้สึกถึงการมีชีวิตของทารกในครรภ์ แต่ก็ยังคงรู้สึกว่าทารกในครรภ์ต้องอาศัยการพึ่งพาและการดูแลจากหญิงตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์ก็จะเริ่มพูดคุยมีปฏิสัมพันธ์กับทารกในครรภ์ หรือมีการเล่นกับทารกในครรภ์ด้วยการสัมผัสหรือลูบหน้าท้อง เพื่อให้ทารกมีปฏิกิริยาตอบกลับด้วยการดิ้น สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงการเริ่มมีสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์

### 2.6.3 การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง (Adjusting to in self)

หญิงตั้งครรภ์ต้องปรับตัวการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและอารมณ์ในระยะตั้งครรภ์ คือ หญิงตั้งครรภ์ต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย (Physical change) หลายอย่าง เช่น การยอมรับขนาดของร่างกาย การเคลื่อนไหว การทำงานของร่างกาย และอารมณ์ อันมีผลจากลักษณะร่างกาย การเปลี่ยนแปลงร่างกายอย่างรวดเร็วในระยะแรกของการตั้งครรภ์ การขึ้นลงของระดับฮอร์โมน หน้าท้องและหน้าอกขยาย อาจก่อให้เกิดการตอบสนองทางลบต่อการตั้งครรภ์ของตนเอง แต่หญิงตั้งครรภ์บางคนอาจมีความรู้สึกยินดีกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เพราะเปรียบเสมือนว่าเป็นส่วนหนึ่งของการตั้งครรภ์ พบว่าหญิงตั้งครรภ์มีการตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังพบว่าการตั้งครรภ์ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ร่วมด้วย (Emotional change) หญิงตั้งครรภ์จะมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่คงที่ การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์นี้อาจมีผลมาจากความวิตกกังวลที่เพิ่มสูงขึ้น เช่น จากความกลัวหรือวิตกกังวลเกี่ยวกับอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับทารกในครรภ์และตนเอง กังวลเกี่ยวกับความเจ็บปวดจากการคลอด และการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส และวิตกกังวลในสิ่งที่ต้องเผชิญในการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดา ซึ่งต้องมีความรับผิดชอบ และมีข้อผูกมัดในบทบาทการเป็นมารดาในระยะยาว (Long-term commitment) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ในระยะตั้งครรภ์ อาจก่อให้เกิดความสับสนต่อหญิงตั้งครรภ์และต่อสมาชิกในครอบครัว

### 2.6.4 การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส (Adjusting to the changing couple relationship)

สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส มีพื้นฐานมาจากความเข้าใจที่ดีระหว่างกัน เต็มใจที่จะร่วมทุกข์มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน มีการพูดคุย

ติดต่อสื่อสารกันอย่างเปิดเผย ความรู้สึกเหล่านี้มีผลต่อการรับบทบาทการเป็นมารดา เพราะเมื่อคู่สมรสมีความรู้สึกพึงพอใจซึ่งกันและกัน และมีความพร้อมในการเป็นมารดา ย่อมก่อให้เกิดความยินดีต่อการมีสมาชิกใหม่และพร้อมที่จะรับบทบาทใหม่ได้เป็นอย่างดี แต่อย่างไรก็ตามการตั้งครรรภ์ในหญิงวัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นการตั้งครรรภ์ครั้งแรก ซึ่งเป็นระยะพัฒนาการของแต่ละครอบครัว อาจเป็นระยะที่สามีช่วยดูแลซึ่งกันและกัน หรืออาจเกิดความขัดแย้งกันก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสมีทั้งทางบวกและทางลบ เนื่องจากหญิงตั้งครรรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางด้านอารมณ์ต่อคู่สมรสที่สำคัญคือ หญิงตั้งครรรภ์ต้องการพึ่งพาคู่สมรสสูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงในเพศสัมพันธ์ หญิงตั้งครรรภ์มีความต้องการพึ่งพาผู้อื่นเพิ่มสูงขึ้น (Increases in dependence) ต้องการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นที่สำคัญต่อตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากคู่สมรสของตนเองเพื่อให้เกิดการประคับประคองทางด้านร่างกายและอารมณ์ เนื่องจากหญิงตั้งครรรภ์ต้องการได้รับความรัก ความสนใจเอาใจใส่และสนับสนุนช่วยเหลือ เพื่อเป็นพื้นฐานในการให้ความรักความเอาใจใส่ในการเลี้ยงดูบุตรต่อไป การที่สามีและภรรยาที่มีความรู้สึกพอใจซึ่งกันและกันยินดีต่อการมีสมาชิกใหม่ทำให้หญิงตั้งครรรภ์นั้นมีเจตคติที่ดีต่อการตั้งครรรภ์ และก่อให้เกิดความสุขกับการตั้งครรรภ์ ซึ่งจะเป็นองค์ประกอบที่จะพัฒนาต่อไปถึงขั้นการเตรียมตัวต่อการเป็นมารดาและการเลี้ยงดูทารก แต่ถ้าในหญิงตั้งครรรภ์ที่มีชีวิตสมรสไม่ราบรื่นมีความล้มเหลว คู่สมรสปฏิเสธต่อการรับรู้และความรับผิดชอบจะยิ่งทำให้หญิงตั้งครรรภ์มีความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า มีความรู้สึกสองฝักสองฝ่ายในการตั้งครรรภ์เกิดความผันแปรทางอารมณ์ ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไป เช่น มีอารมณ์โกรธเกลียดต่อการตั้งครรรภ์ ถึงแม้ว่าในระยะตั้งครรรภ์นี้หญิงตั้งครรรภ์จะมีความรู้สึกต้องการความรักเพิ่มขึ้น แต่ความต้องการมีเพศสัมพันธ์อาจมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล (Change in sexual activity) และในบุคคลคนเดียวก็อาจแตกต่างกันในแต่ละระยะของการตั้งครรรภ์ การเปลี่ยนแปลงความต้องการการมีเพศสัมพันธ์อาจเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและร่างกายในระยะตั้งครรรภ์ ความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรรภ์ว่าการมีเพศสัมพันธ์อาจมีผลให้เป็นอันตรายต่อการตั้งครรรภ์และทารกในครรรภ์ หญิงตั้งครรรภ์บางคนที่มีความสนใจในการมีเพศสัมพันธ์ลดลงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้หญิงตั้งครรรภ์วิตกกังวลได้ เนื่องจากเกรงว่าจะมีผลกระทบต่อสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส เกรงจะเป็นเหตุให้สามีมีความสนใจเอาใจใส่ตนเองลดลง แต่พบว่าหญิงตั้งครรรภ์ที่มีการพูดคุยติดต่อสื่อสารกับคู่สมรสอย่างเปิดเผยเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์จะมีปัญหาการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น น้อยกว่าหญิงตั้งครรรภ์ที่ไม่เคยมีการพูดคุยปรึกษากันระหว่างคู่สมรสเลย

### 2.6.5 การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา (Preparing for the birth and early motherhood)

กระบวนการเปลี่ยนแปลง เข้าสู่บทบาทการเป็นมารดาในหญิงตั้งครรภ์นี้ จะสมบูรณ์เมื่อหญิงตั้งครรภ์มีการเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา ถึงแม้ว่ากระบวนการเตรียมรับบทบาทการเป็นมารดาที่เกิดขึ้นตลอดระยะเวลาการตั้งครรภ์ แต่หญิงตั้งครรภ์จะมีการเตรียมตัวเพื่อรับบทบาทการเป็นมารดาอย่างชัดเจน ในไตรมาสที่สาม หญิงตั้งครรภ์จะเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา เช่น เข้าฟังคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเพื่อการตั้งครรภ์และการคลอด การอาบน้ำเด็ก และมีการจัดเตรียมสถานที่หรือห้องสำหรับเด็ก ในสัปดาห์สุดท้ายของการตั้งครรภ์หญิงตั้งครรภ์อาจรู้สึกสับสน วิตกกังวลที่จะทำความสะอาดบ้านเพื่อเตรียมรับทารก สิ่งเหล่านี้เรียกว่า Nesting behavior แต่อย่างไรก็ตามระยะใกล้คลอดหญิงตั้งครรภ์ก็อาจมีความรู้สึกกลัวเกี่ยวกับประสบการณ์ในการคลอดที่จะเกิดขึ้น กลัวเกี่ยวกับความปลอดภัยจากการคลอด กลัวปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการคลอด เกี่ยวกับความปลอดภัยของตนเองและทารก หญิงตั้งครรภ์จะมีการเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา โดยแก้ไขเกี่ยวกับการคลอดเหล่านี้ จากการสนับสนุนจากคู่สมรส หรือการได้รับข้อมูลและความมั่นใจจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแล

### 2.6.6 การยอมรับบทบาทการเป็นมารดา (Accepting the maternal role)

เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ในบทบาทมารดา โดยเริ่มต้นเกิดขึ้นตั้งแต่ที่หญิงตั้งครรภ์มีความรู้สึกผูกพันกับทารกในครรภ์ (Attach to her fetus) หญิงตั้งครรภ์ที่ยอมรับบทบาทการเป็นมารดาจะมีการนึกคิดจินตนาการถึงบทบาทการเป็นมารดา ในลักษณะของการปฏิบัติบทบาทการเป็นมารดากับทารกแรกเกิดหรือบุตรของตน และฝึกบทบาทในการดูแลเด็กอื่นเพื่อให้เกิดความพร้อมเมื่อบทบาทนั้นมาถึง โดยหญิงตั้งครรภ์จะพัฒนากระบวนการเรียนรู้บทบาทการเป็นมารดาตลอดระยะเวลาของการตั้งครรภ์ สิ่งเหล่านี้ช่วยให้หญิงตั้งครรภ์เตรียมตัวเพื่อรับบทบาทการเป็นมารดา และเมื่อทารกคลอดออกมาก็จะสามารถแสดงบทบาทการเป็นมารดาได้อย่างต่อเนื่อง

## 2.7 การประเมินการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ สามารถประเมินได้จากพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสมตามบทบาทนั้น ซึ่งองค์ประกอบของพฤติกรรมบทบาทสามารถแบ่งออกเป็น 2 พฤติกรรม คือพฤติกรรมการกระทำ และพฤติกรรมทางด้านความรู้สึก ดังนี้

2.7.1 พฤติกรรมการกระทำ (Instrumental behaviors) เป็นพฤติกรรมที่ตนดำรงอยู่ เป้าหมายของพฤติกรรมการกระทำ คือ ความสำเร็จในบทบาท ซึ่งเป็นการกระทำพฤติกรรมบทบาทตามความคาดหวังของสังคมตามปกติ พฤติกรรมการกระทำจะเป็นการกระทำทางกายที่บุคคลกระทำในขณะที่แสดงบทบาท

2.7.2 พฤติกรรมทางด้านการแสดงความรู้สึก (Expressive behaviors) เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก ทัศนคติ ความชอบและไม่ชอบของบุคคลที่มีต่อบทบาทและการแสดงบทบาทของตน เป้าหมายของพฤติกรรมความรู้สึก คือ การสะท้อนกลับโดยตรง พฤติกรรมด้านการแสดงความรู้สึก เป็นผลที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ซึ่งช่วยให้บุคคลแสดงความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับการแสดงบทบาทในวิถีทางที่เหมาะสม

## 2.8 ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรรภ์

ระยะตั้งครรรภ์เป็นช่วงที่ผู้หญิงไวต่อการรับรู้บทบาทการเป็นมารดา ทั้งนี้เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงด้านรูปร่าง และการได้สัมผัสกับทารกในครรภ์จากการดิ้นของทารก ทำให้หญิงตั้งครรรภ์เกิดความรู้สึกนึกคิด มีจินตนาการ มีความคาดหวังต่อทารก เมื่อถึงระยะใกล้คลอดหญิงตั้งครรรภ์จะมีการปรับตัวต่อตำแหน่งและฐานะใหม่ต่อการเป็นมารดา การที่หญิงตั้งครรรภ์จะสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ มีปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรรภ์สามารถสรุปได้ดังนี้

2.8.1 ปัจจัยด้านวุฒิภาวะของหญิงตั้งครรรภ์ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาจำเป็นต้องอาศัยวุฒิภาวะทั้งนี้เพราะการมีบุตรทำให้บุคคลก้าวไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่อย่างเต็มตัว หญิงตั้งครรรภ์ที่มีวุฒิภาวะจะสามารถปรับตัวต่อเหตุการณ์และสภาพแวดล้อมได้และสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างเหมาะสม ปัจจัยทางด้านอายุของบุคคลถูกใช้เป็นเครื่องชี้วัดทางสังคมเกี่ยวกับการมีวุฒิภาวะ และความคาดหวังเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Dunkley, 2000) ซึ่งความแตกต่างกันของวัย (อายุ) มีผลทำให้เกิดความแตกต่างกันในหลายประการ ได้แก่ หญิงตั้งครรรภ์ที่มีวัยต่างกันย่อมมีลักษณะบุคลิกภาพและอารมณ์ที่แตกต่างกันอันมีผลมาจากวุฒิภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ย่อมมีประสบการณ์การเรียนรู้ทางสังคมแตกต่างกันทั้งทางด้านปริมาณและคุณภาพ (Griffin, 1993: 258) ประกอบกับหญิงตั้งครรรภ์ที่มีอายุมากกว่าย่อมมีความมั่นคงทางจิตใจมากกว่าผู้อ่อนวัยกว่า (Mercer, 1981: 74) สำหรับงานวิจัยที่สนับสนุนว่ามารดาที่มีอายุมากกว่ามีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ดีกว่าประกอบด้วย การศึกษาของ สุลัธนา ยิ้มแย้ม (2530)



พบว่ากลุ่มหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุ 31-35 ปี มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาดีกว่ากลุ่มที่มีอายุ 19-25 ปี

2.8.2 ปัจจัยด้านสัมพันธภาพในชีวิตสมรส สัมพันธภาพในชีวิตสมรสเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองคนที่อยู่ในสถานะของการเป็นสามี ภรรยาที่ต้องมีการปรับตัวเข้าหากันมีการโอนอ่อนผ่อนตามกัน มีการแก้ไขความขัดแย้ง ความสนใจ ห่วงใย มีความรักต่อกัน ครอบครัวที่มีความอบอุ่นมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสามีและภรรยา ผู้เป็นภรรยาจะได้รับ การดูแลเอาใจใส่และให้การช่วยเหลือสนับสนุนอย่างเพียงพอ ทำให้มีสภาพจิตใจที่ดีมีความยินดีและยอมรับการตั้งครรภ์ มีสัมพันธภาพที่ดีกับทารก และมีความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับการเป็นมารดา (Mercer, 1981) และสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (จินตนา วัชรสินธุ์, 2533: 75; วัจมาย สุขวนวัฒน์, 2541: ง; วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: 78) และพบว่าสามารถทำนายนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ (เขาวลัษณ์ เสรีเสถียร, 2543: 116)

2.8.3 ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจและสังคม นอกจากจะมีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์และการคลอดในแง่ของอัตราการตายของทารกแล้ว ยังเพิ่มความเครียดทางด้านจิตใจและอารมณ์ของหญิงตั้งครรภ์ เพราะการตั้งครรภ์เป็นการเพิ่มภาระทางเศรษฐกิจที่ต้องใช้จ่ายมากขึ้นอาจทำให้การรับรู้บทบาทการเป็นมารดาเป็นไปได้ยาก และทำให้ปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ยากยิ่งขึ้น จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าตัวแปรที่ทำการศึกษาปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ครอบครัว ดังรายละเอียดดังนี้ จากการศึกษพบว่าอาชีพไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (จินตนา วัชรสินธุ์, 2533: 86; มณีรัตน์ ภาครูป, 2526: 27 ; สุสันหา ยิ้มแย้ม, 2530: 76) ส่วนรายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา (เกศรา ศรีพิชญากการ และยุพิน เพียรมงคล, 2539: 41) และสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า รายได้ครอบครัวที่แตกต่างกันไม่ทำให้การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่แตกต่างกัน (วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: 87) และไม่สามารถร่วมทำนายนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ (เขาวลัษณ์ เสรีเสถียร, 2543: 147)

2.8.4 ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับมารดา สัมพันธภาพกับมารดาเป็นความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งระหว่างหญิงตั้งครรภ์กับมารดา ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงดีขึ้นเมื่อบุตรสาวมีการตั้งครรภ์ เนื่องจากมารดาเป็นแหล่งสนับสนุนช่วยเหลือ จะช่วยให้หญิงตั้งครรภ์สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ (Martell, 1990: 48) จากการศึกษพบว่าสัมพันธ์



ภาพกับมารดาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ แต่ไม่สามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ (เยาวลักษณะ เสรีเสถียร, 2543: 116-117)

2.8.5 การยอมรับสภาพความเป็นหญิงเนื่องจากบทบาททางเพศที่แสดงความเป็นหญิงนั้นประกอบ ด้วยคุณลักษณะที่แสดงถึงความสามารถในการดูแลบุคคลอื่น ได้แก่ ความเมตตากรุณา ความสุภาพ การช่วยเหลือผู้อื่น ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความเป็นคนอบอุ่นหน้าอยู่ใกล้ (Heibarn, 1981 อ้างถึงใน สุสัณหา ยิ้มแย้ม, 2530: 82) คุณลักษณะเหล่านี้เองทำให้บุคคลสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าเอกลักษณ์บทบาททางเพศที่แสดงลักษณะความเป็นหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา (สุสัณหา ยิ้มแย้ม, 2530: 83)

2.8.6 ประสบการณ์ในการเลี้ยงดูทารก หญิงตั้งครรภ์ที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงดูทารกจะทำให้เกิดโอกาสในการเรียนรู้ และคุ้นเคยกับการดูแลทารก จากการฝึกบทบาทในการดูแลทารก ซึ่งเป็นบทบาทหนึ่งที่สำคัญในการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงดูทารกสามารถปรับตัวต่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ดีกว่าหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ (สุสัณหา ยิ้มแย้ม, 2530: 85) และสอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่าประสบการณ์ในการเลี้ยงดูทารกสามารถร่วมทำนายการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาวิจัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์ได้ (เยาวลักษณะ เสรีเสถียร, 2543: 145)

2.8.7 การเรียนรู้และการได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง Jensen (1981: 214) กล่าวว่า แม้หญิงตั้งครรภ์จะมีความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ แต่มิได้หมายความว่าพร้อมต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา ถ้ายังขาดการได้รับคำสอน คำแนะนำ และการเตรียมตัวที่ถูกต้องขณะตั้งครรภ์จากการศึกษาของ Mercer (1985) พบว่าหญิงตั้งครรภ์จะสามารถปรับตัวในบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้อย่างเหมาะสมนั้น จะต้องใช้สติปัญญา ต้องมีการแสดงออกทางพฤติกรรมมารดากระทำและอารมณ์ ความรู้สึกที่สอดคล้องกัน ต้องมีการการเรียนรู้ซึ่งเป็นกระบวนการที่ประกอบกันระหว่างสติปัญญา ความรู้คิดและความรู้สึก (Cognitive-affective process) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ศุภกาญจน์ สิริภรณ์ (2543) พบว่าการรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดาสามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้

## 2.9 บทบาทพยาบาลเพื่อส่งเสริมการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

การพยาบาลแก่หญิงตั้งครรภ์มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยเหลือ ควบคุมประคองให้หญิงตั้งครรภ์สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ เพื่อให้มารดาและทารกมีสุขภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยพยาบาลต้องทำหน้าที่ ปรึกษา สนับสนุน ให้กำลังใจ ตลอดจนให้การพยาบาลอย่างเหมาะสมในหญิงตั้งครรภ์แต่ละราย โดยมีแนวทางในการส่งเสริมหญิงตั้งครรภ์ให้สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาประกอบด้วย (กรรณิการ์ กัน ธีรักษา, 2531: 58; Dunkley, 2000: 98; Montgomery, 2003: 249-252)

2.9.1 เป็นผู้ให้การดูแล (Caregiver) : โดยใช้กระบวนการพยาบาล เพื่อให้เกิดสุขภาพที่ดีทั้งของหญิงตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ ทั้งในลักษณะของการป้องกัน การดูแลรักษาและการฟื้นคืนสู่สภาพเดิม เช่น การสนับสนุนการมีคุณค่าในตนเอง ตลอดจนปัจจัยหรือความเชื่อทางด้านขนบธรรมเนียมประเพณีที่มีผลต่อการปรับตัวในระยะตั้งครรภ์ มีการประเมินสภาพทารกในครรภ์เมื่อหญิงตั้งครรภ์มาฝากครรภ์ทุกครั้ง กระตุ้นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารก นอกจากนี้พยาบาลไม่ควรเปลี่ยนแปลงแบบแผนในการดำเนินชีวิตแต่ควรสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์และครอบครัวดำเนินชีวิตไปในแนวทางที่เหมาะสมเพื่อช่วยให้เข้าสู่กระบวนการปรับตัวได้ถูกต้อง

2.9.2 เป็นผู้สอนสุขศึกษา (Health educator) : หญิงตั้งครรภ์จะมีการดูแลสุขภาพขณะตั้งครรภ์เป็นอย่างไร สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ดีเพียงไร ปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่ทำให้หญิงตั้งครรภ์เลือกทางเลือกในการปรับตัว ความรู้ที่ได้รับถ้าหญิงตั้งครรภ์ได้รับข้อมูลที่ต้องการและเพียงพอ ซึ่งสามารถให้ข้อมูลโดยวิธีการสอนเป็นรายบุคคล การสอนเป็นรายกลุ่ม หรือการจัดอบรม นอกจากการให้ความรู้ต่างๆ แล้ว อาจมอบเอกสารหรือคู่มือเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์ได้นำไปทบทวนเพื่อการปรับตัวที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

2.9.3 เป็นผู้แนะแนว (Counselor) : บทบาทนี้ค่อนข้างใกล้เคียงกับบทบาทผู้สอนสุขศึกษา โดยผู้แนะแนวจะเป็นผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับทางเลือกในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์มีอิสระในการตัดสินใจด้วยตนเอง จึงเป็นเสมือนแหล่งประโยชน์ที่หญิงตั้งครรภ์และครอบครัว สามารถขอข้อมูลแนวทางเลือกต่างๆ เพื่อประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหา

2.9.4 เป็นผู้ร่วมงาน (Collaborator) : พยาบาลเป็นสมาชิกผู้หนึ่งในทีมสุขภาพมิใช่ผู้ที่เป็นหน้าที่หลักในการดูแล จึงต้องร่วมมือกับสมาชิกอื่นๆ เมื่อหญิงตั้งครรภ์เกิด

ปัญหาในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา เพื่อประโยชน์สูงสุดของหญิงตั้งครรภ์ในลักษณะที่เรียกว่าที่มีสุขภาพโดยคำนึงถึงหญิงตั้งครรภ์และครอบครัวเป็นสำคัญ

แนวทางในการส่งเสริมหญิงตั้งครรภ์ให้สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาประกอบด้วย 1) เปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์แสดงออกถึงความรู้สึกเกี่ยวกับการเป็นมารดาและสิ่งที่คิดว่าจะปฏิบัติต่อทารก 2) เปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์ได้แสดงความรู้สึกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์เอง 3) จัดหาเอกสารต่างๆ เกี่ยวกับกิจกรรมการเป็นมารดาและให้โอกาสซักถามพูดคุยเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร 4) กระตุ้นให้หญิงตั้งครรภ์แสดงความรู้สึกที่คิดว่าเป็นสิ่งยากลำบากสำหรับตนเองในการที่จะต้องแสดงบทบาทการเป็นมารดา 5) สนับสนุนให้ครอบครัวระดับครอบครัว และเข้าใจในบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไปของหญิงตั้งครรภ์ ว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดาโดยเฉพาะหญิงตั้งครรภ์ที่มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย 6) เปิดโอกาสให้ หญิงตั้งครรภ์แสดงความรู้สึกสองฝักสองฝ่ายเกี่ยวกับบทบาทการเป็นมารดา หรือความยาก ลำบากใจเกี่ยวกับบทบาทใหม่ และ 7) ประเมินความก้าวหน้าในบทบาทของการเป็นมารดาของ หญิงตั้งครรภ์และส่งต่อไปยังพยาบาลที่ทำหน้าที่ดูแลหลังคลอด เพื่อที่จะช่วยเหลือสนับสนุนบทบาทการเป็นมารดาในระยะหลังคลอดต่อไป

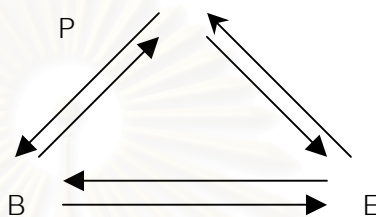
### 3. ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง

การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived self-efficacy ) เป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ Bandura (1977) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้โดยเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายใน โดยไม่จำเป็นต้องมีการแสดงออกแต่การได้มาซึ่งความรู้ใหม่ๆ ก็ถือว่าการเรียนรู้ได้เกิดขึ้นแล้ว และการแสดงออกของพฤติกรรมจะสะท้อนให้เห็นการเรียนรู้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2541) แม้ความรู้จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม แต่ความรู้อย่างเดียวไม่สามารถอธิบายการแสดงพฤติกรรมของบุคคลได้ครอบคลุม มีการศึกษาที่ยืนยันว่าความรู้จะนำไปสู่การปฏิบัติได้ต้องผ่านความรู้สึกนึกคิด (Self-referent thoughts) ของบุคคลก่อน (Schunk and Cabonari, 1984: 230) การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิด และเป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้และการกระทำ (Lawrance, Levy, and Rubinson, 1990: 19-24; Lawrance and McLeroy, 1986: 317-321) มีบทบาทสำคัญในการเป็นศูนย์กลางของจิตใจและก่อให้เกิดความรู้สึกว่า “ฉันทำได้” (I can do) (Ross, 1992: 99)

#### 3.1 ความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเอง

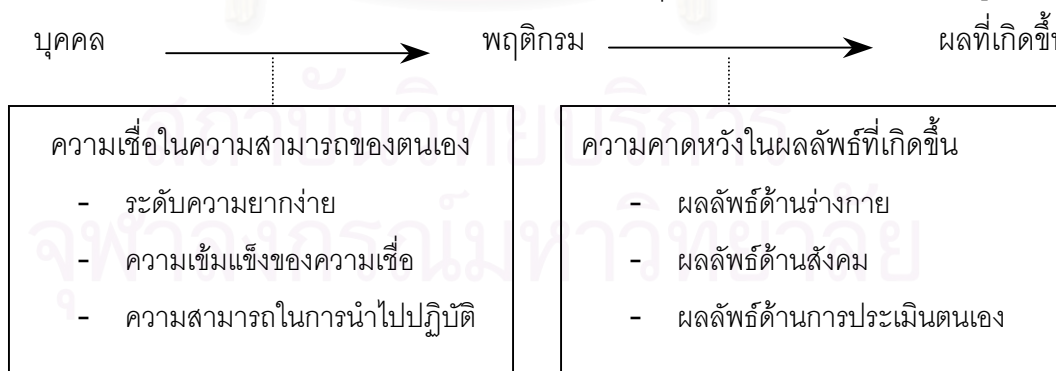
Bandura (1977: 10; 1986: 23-25; 1997: 5-7) ได้ให้คำจำกัดความการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived self-efficacy) หมายถึง การที่บุคคลตัดสินใจ

ความสามารถของตนเองในการประกอบกิจกรรมที่กำหนดภายใต้สถานการณ์ที่จำเพาะได้ผสมผสาน การเรียนรู้ทางสังคมเข้ากับพฤติกรรมที่เกิดจากความรู้ความเข้าใจ (Cognitive behavior) โดย อธิบายถึงพฤติกรรมของบุคคลว่าเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างปัจจัย 3 ประการ ได้แก่ ปัจจัยภายในตัวบุคคล (Internal personal factor) ปัจจัยพฤติกรรม (Behavioral factor) และ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม (Environment factor) ปฏิสัมพันธ์นี้เกิดขึ้นในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal determinism) ตามหลักความเป็นเหตุผล ซึ่งสามารถแสดงความสัมพันธ์ของ ปัจจัยทั้ง 3 ประการได้ดังแผนภูมิที่ 1



แผนภูมิที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในตัวบุคคล (P) สภาพแวดล้อม (E) และพฤติกรรม (B) ในการกำหนดซึ่งกันและกัน (แหล่งที่มา Bandura,1997: 6 )

Bandura (1977: 191-215) อธิบายว่า การที่มนุษย์จะรับเอาพฤติกรรมใดไว้ขึ้นอยู่กับปัจจัยสองประการคือ การรับรู้ความสามารถของตน (Efficacy expectations) หมายถึง ความมั่นใจของบุคคลว่าจะสามารถแสดงพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการเป็นความคาดหวังที่เกิดขึ้นก่อนกระทำพฤติกรรม และความคาดหวังในผลลัพธ์ (Outcome expectations) หมายถึง การคาดคะเนของบุคคลว่าถ้าทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตนคาดหวังไว้เป็นการคาดหวังในผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรมของตน Bandura (1997) ได้นำเสนอรูปแบบปัจจัยด้านความคาดหวังในความสามารถสัมพันธ์กับพฤติกรรมและผลลัพธ์ ดังแผนภูมิที่ 2



แผนภูมิที่ 2 แสดงความสัมพันธ์แบบมีเงื่อนไข และความแตกต่างระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น (แหล่งที่มา Bandura, 1997: 22)

ดังนั้นสรุปได้ว่า บุคคลจะกระทำพฤติกรรมหรือไม่ ขึ้นอยู่กับว่าตนเองรับรู้ว่ามี ความสามารถมากพอที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นหรือไม่ และเมื่อกระทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะได้ผล ตามที่ตนเองต้องการหรือไม่ และคาดหวังว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะกระทำพฤติกรรม นั้นหรือไม่ถ้าบุคคลเรียนรู้ว่าการกระทำนั้น ทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง แต่คาดหวัง ว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอที่จะกระทำนั้นทำให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง แต่ คาดหวังว่าตนเองมีความสามารถไม่เพียงพอที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น เพื่อหลีกเลี่ยงความผิดหวัง หรือความล้มเหลว

### 3.2 อิทธิพลของการรับรู้ความสามารถของตนเอง

Bandura (1986: 393-395) กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองมีอิทธิ พลต่อความคิดและการกระทำของบุคคล 4 ประการ ดังนี้

3.2.1 การเลือกกระทำพฤติกรรม ในการดำเนินชีวิตประจำวันนั้น บุคคล จะต้องคิดตัดสินใจอยู่ตลอดเวลาว่าจะต้องกระทำพฤติกรรมใด ใช้เวลานานเท่าใด การที่เลือก ปฏิบัติกิจกรรมใดในสภาพการณ์ใดนั้น ส่วนหนึ่งก็เนื่องมาจากการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะบุคคลจะเลือกทำงานนั้นถ้าเขาเชื่อว่าเขาสามารถที่จะทำงานนั้นให้สำเร็จได้ ในขณะที่ บุคคลที่เชื่อว่าเขามีความสามารถไม่พอในการทำงานนั้น ก็จะมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงงาน บุคคล ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงมักจะเลือกทำงานที่มีลักษณะท้าทาย มีแรงจูงใจที่จะ พัฒนาความสามารถของตนให้ยิ่งสูงขึ้น ส่วนบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ มักจะ หลีกเลี่ยงงาน ท้อถอยขาดความมั่นใจในตนเอง เป็นการพลาดโอกาสที่จะพัฒนาความสามารถ ของตน แต่ถ้าบุคคลประเมินความสามารถของตนเองสูงเกินไปและต้องพบกับการทำงานที่เกิน ความสามารถ ความล้มเหลวนั้นจะทำให้เขารู้สึกทุกข์ เครียด ผิดหวังและทำลายความเชื่อในความ สามารถของเขาลงไปด้วย ส่วนบุคคลที่ประเมินความสามารถของตนเองต่ำเกินไปมักจะเลือก ทำงานที่พื้นๆ และง่าย ซึ่งเป็นการจำกัดความสามารถของตนเองและมักจะมี ความสงสัยใน ความสามารถของตนเอง ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการทำงาน ทำให้เขาขาดความพยายามในการทำ กิจกรรมใดๆ และในที่สุดก็ขาดการพัฒนาความสามารถของตนเองให้ก้าวหน้า

3.2.2 การใช้ความพยายาม และความอดทนในการทำงานความสามารถ ของตนเองที่บุคคลประเมินนั้น จะเป็นตัวกำหนดว่าเขาจะต้องใช้ความพยายามเท่าใดและจะต้อ งอดทนเผชิญต่ออุปสรรคต่างๆ ได้นานเท่าใด ยิ่งบุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงเท่า ใด บุคคลนั้นจะยิ่งมีความพยายามและอดทนในการทำงานมากเท่านั้น และมักจะประสบความสำเร็จใน งานที่ทำหายความสามารถ ส่วนบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ มัก จะสงสัยในความสามารถของตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคหรือพบกับงานที่รู้สึกว่ายาก



ทำให้ขาดความพยายามและเลิกกระทำไปในที่สุด การรับรู้ความสามารถของบุคคลซึ่งมีผลต่อความพยายามที่จะเรียนรู้และกระทำการใดๆ ให้ลุล่วงนั้น จึงมีความสำคัญและจำเป็นในกิจกรรมที่บุคคลรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ยาก โดย Salomon (1984 อ้างถึงใน Bandura, 1986) พบว่านักเรียนที่รับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถสูงจะมีความพยายามในการเรียนสูง และมีการเรียนรู้ได้ดีเมื่อเรียนจากสื่อการสอนที่เขาู้สึกว่ายาก ในขณะที่เขาเรียนจากสื่อการสอนที่รู้สึกว่ายางั้นจะใช้ความพยายามในการเรียนต่ำกว่าและเรียนรู้ได้น้อยกว่า

3.2.3 รูปแบบความคิดและปฏิกิริยาทางอารมณ์ ความสามารถของบุคคลที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบความคิด และปฏิกิริยาทางอารมณ์ในระหว่างการกระทำพฤติกรรมและการคาดการณ์การกระทำภายหน้า ผู้ที่รับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถสูงจะเอาใจใส่และมีความพยายามในการกระทำพฤติกรรมต่างๆ สำหรับบุคคลที่รับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถต่ำจะรู้สึกว่างานนั้นยากลำบาก ซึ่งมักจะรู้สึกมากเกินไปจนเกินความเป็นจริง มีผลทำให้บุคคลนั้นเกิดความเครียดและทำลายความสามารถของตนเองที่จะได้เรียนรู้ในงานที่ล้มเหลวสูง อุปสรรคจะเป็นการกระตุ้นตนเองให้มีความพยายามยิ่งขึ้น จากการศึกษาของ Collins (1982 อ้างถึงใน Bandura, 1986: 395) พบว่าการแก้ไขปัญหานั้นบุคคลที่รับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถสูงจะอนุมานถึงสาเหตุของความล้มเหลวของตนว่าเกิดจากการขาดความพยายาม ขณะที่ผู้ที่คุณเองมีความสามารถต่ำนั้นอธิบายว่าเกิดจากการขาดความสามารถของตนเอง

3.2.4 เป็นผู้กำหนดการกระทำพฤติกรรมมากกว่าเป็นผู้ทำนายพฤติกรรม นั่นคือ บุคคลที่รับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะคิด รู้สึก และกระทำพฤติกรรมที่แตกต่างไปจากบุคคลที่รับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ โดยบุคคลที่รับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถสูงจะสนใจและเลือกทำงานที่ทำหายหากยังไม่บรรลุเป้าหมายก็จะยิ่งพยายามมากขึ้น ถ้าพบกับความล้มเหลวก็จะใช้ความล้มเหลวเป็นตัวกระตุ้นช่วยให้ประสบความสำเร็จ และกระทำการต่างๆ อย่างไม่วิตกกังวล ตรงกันข้ามกับผู้ที่คุณเองมีความสามารถต่ำมักจะเอาความสามารถเป็นตัวทำนายพฤติกรรมในอนาคตของตน แต่ไม่พยายามใช้ความสามารถของตน โดยจะหลีกเลี่ยงงานที่ยากเมื่อพบกับอุปสรรคก็จะเลิกล้มการกระทำนั้นทำให้มีความปรารถนา ความทะเยอทะยานต่ำ และต้องพบกับความเครียดและความวิตกกังวลอย่างมาก

การรับรู้ความสามารถของตนเองของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน จะผันแปรไปตาม 3 มิติ (dimension) ดังนี้ (Bandura, 1977: 84-85; 1986: 396-397; 1997: 43)

มิติที่ 1 มิติตามขนาด หรือระดับความยากง่ายของพฤติกรรม (Magnitude or level) หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถในการกระทำพฤติกรรมของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันซึ่งบางครั้งอาจจะถูกจำกัดจากระดับความยากง่ายของงาน ที่บุคคลเชื่อว่าจะ

สามารถทำได้และเลือกกระทำในสถานการณ์นั้นๆ การรับรู้ความสามารถของบุคคลจะอยู่ในระดับใดวัดได้โดยเปรียบเทียบกับระดับความต้องการทำงานที่แสดงให้เห็นในขั้นที่ท้าทาย หรือมีสิ่งขัดขวางให้การกระทำนั้นไม่ประสบผลสำเร็จ ถ้าไม่มีอุปสรรคเกิดขึ้นกิจกรรมนั้นก็จะเป็นสิ่งที่ง่ายต่อการกระทำและทุกๆ คน จะมีความรู้สึกรับรู้ความสามารถของตนเองสูงเหมือนกัน

มิติที่ 2 มิติตามความเข้มแข็งหรือความมั่นใจ (Strength) หมายถึง ความเชื่อมั่นของบุคคลว่าตนมีความสามารถที่จะกระทำกิจกรรมนั้นได้สำเร็จ ถ้าความเชื่อในความสามารถของตนเองมีความเข้มแข็งน้อย บุคคลจะไม่มี ความมั่นใจในความสามารถของตนเองเมื่อประสบกับสถานการณ์ที่ไม่เป็นไปตามความคาดหวัง ในขณะที่บุคคลที่มีความเข้มแข็งหรือเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองอย่างเหนียวแน่นจะมีความอดสาหะใช้ความพยายามมากขึ้นที่จะกระทำกิจกรรมแม้ว่าจะประสบกับสถานการณ์ที่มีความยุ่งยาก หรือมีอุปสรรคมากมายเพียงใดก็ตามทำให้กิจกรรมที่เลือกกระทำนั้นมีแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จ

มิติที่ 3 มิติความเป็นสากล (Generality) หมายถึง ความสามารถในการนำประสบการณ์ ที่ตนเองเคยประสบความสำเร็จในการเผชิญกับสถานการณ์บางอย่างมาก่อนมาใช้ในการปฏิบัติกิจกรรมที่คล้ายคลึงกันในสถานการณ์ใหม่ บุคคลจะตัดสินความสามารถของตนเองบางสถานการณ์หรือบางกิจกรรมเท่านั้น ซึ่งจะผันแปรไปตามจำนวนของมิติที่แตกต่างกัน ระดับความคล้ายคลึงกันของกิจกรรม รูปแบบที่แสดงออกถึงความสามารถ (พฤติกรรม ความรู้ ความเข้าใจ ความรู้สึก) ลักษณะของสถานการณ์และลักษณะเฉพาะของบุคคลที่มีทำที่ต่อพฤติกรรมนั้นโดยตรง

### 3.3 วิธีการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง

การพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น Bandura ได้เสนอแหล่งข้อมูลในการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยการที่คนเราจะสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั้นเกิดจากการเรียนรู้ข้อมูลที่ได้จากแหล่งต่างๆ (Bandura, 1977: 80-82; 1986: 399-401; 1997: 79-101) 4 แหล่งดังนี้

3.3.1 การกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experience) การกระทำกิจกรรมจนเกิดความสำเร็จจะช่วยส่งผลให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง โดยเชื่อว่าถ้าหากให้กระทำกิจกรรมนั้นอีกหรือกระทำกิจกรรมที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันตนจะสามารถกระทำกิจกรรมนั้นได้สำเร็จเช่นเคย ความสำเร็จหลายๆ ครั้งที่ได้รับจะช่วยสร้างความเชื่อที่แรงกล้าในความสามารถของตนเอง แต่ความล้มเหลวซ้ำแล้วซ้ำเล่าจะบั่นทอนความเชื่อในความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าความล้มเหลวนั้นเกิดขึ้นก่อนที่ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองจะถูกสร้างขึ้น ถ้าหากบุคคลใดได้สร้างความเชื่อมั่นในความสามารถ

ของตนเองขึ้นมา แล้วก็มักจะมี ความพยายามในการทำกิจกรรมที่กำหนดและถึงแม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ก็ไม่ย่อท้อง่าย ประสบการณ์ของการได้รับความสำเร็จมาก่อนเป็นแหล่งที่มาที่สำคัญและมีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง

3.3.2 การสังเกต “ตัวแบบ” (Model) หรือการสังเกตประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious experience) ที่ประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวจากการกระทำในเรื่องใดเรื่องหนึ่งย่อมมีผลต่อการรับรู้ความสามารถของผู้สังเกตในเรื่องนั้นๆ ด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าตัวแบบนั้นมีลักษณะหรืออยู่ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกับผู้สังเกตมากเท่าไรก็ยิ่งมีอิทธิพลมากขึ้น การที่ได้สังเกตตัวแบบแสดงพฤติกรรมที่มีความซับซ้อนและได้รับผลกรรมที่พึงพอใจ ก็จะทำให้ผู้สังเกตรู้สึกว่าเขาจะสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ ถ้าเขาพยายามจริงและไม่ย่อท้อ การใช้ตัวแบบประกอบด้วย 4 กระบวนการดังนี้ คือ

กระบวนการที่ 1 กระบวนการตั้งใจ (Attentional processes) บุคคลไม่สามารถเรียนรู้ได้จากการสังเกตถ้าเขาไม่มีความตั้งใจ และรับรู้อย่างแม่นยำถึงพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออกกระบวนการตั้งใจจะเป็นตัวกำหนดว่า บุคคลจะสังเกตอะไรจากตัวแบบนั้น องค์ประกอบที่มีผลต่อกระบวนการตั้งใจ แบ่งออกเป็น 2 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบของตัวแบบเอง ตัวแบบที่ทำให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะสังเกต ต้องเป็นตัวแบบที่มีลักษณะเด่นชัดเป็นตัวแบบที่ทำให้ผู้สังเกตเกิดความพึงพอใจ พฤติกรรมที่แสดงออกไม่ซับซ้อนมาก เข้าใจง่ายและพฤติกรรมของตัวแบบที่แสดงออกควรมีคุณค่าในการใช้ประโยชน์ นอกจากนี้ยังมีองค์ประกอบของผู้สังเกต ได้แก่ ความสามารถในการรับรู้ของผู้สังเกต ซึ่งรวมถึงการเห็น การได้ยิน การรับรู้รส กลิ่น และสัมผัส ระดับของการรับรู้ความสามารถทางปัญญา ระดับของการตื่นตัว และความชอบที่เคยเรียนรู้มาก่อนแล้ว

กระบวนการที่ 2 กระบวนการเก็บจำ (Retention processes) บุคคลต้องจดจำลักษณะของตัวแบบแล้วแปลงข้อมูลจากตัวแบบเป็นรูปของสัญลักษณ์ และจัดโครงสร้างเพื่อให้จดจำง่าย การที่บุคคลมีความเก็บจำจึงสามารถแสดงพฤติกรรมเลียนแบบทันทีหรือแสดงพฤติกรรมเลียนแบบภายหลังการสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบผ่านไประยะเวลาหนึ่ง

กระบวนการที่ 3 กระบวนการกระทำ (Production processes) เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตแปลงสัญลักษณ์ที่เก็บจำไว้ขึ้นมาเป็นการกระทำ การได้ข้อมูลย้อนกลับจากการกระทำของตนเองและเทียบเคียงการกระทำกับภาพที่จำได้ จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมและการเลียนแบบของตนจนเป็นที่พอใจ

กระบวนการที่ 4 กระบวนการจูงใจ (Motivational processes) พฤติกรรมที่ผู้สังเกตเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบอาจแสดงออกมาหรือไม่ก็ได้ ย่อมขึ้นกับสิ่งล่อใจ

ภายนอกถ้าพฤติกรรมของตัวแบบได้ผลลัพธ์ที่น่าพอใจหรือสามารถหลีกเลี่ยงผลลัพธ์ที่ไม่พึงพอใจ จะมีแนวโน้มเลียนแบบสูงเพราะบุคคลเกิดความคาดหวังในผลลัพธ์เช่นเดียวกับตัวแบบ หรือเกิดความรู้สึกแฉ่งว่าตนคือผู้ได้รับผลลัพธ์ที่น่าพอใจนั้น

ประเภทของตัวแบบเสนอได้เป็น 2 ประเภทดังนี้ (Bandura,1977: 80-81) คือประเภทที่ 1 ตัวแบบที่เป็นบุคคลจริงๆ (Live modeling) คือตัวแบบที่บุคคลได้มีโอกาสสังเกตและมีปฏิสัมพันธ์โดยตรง และประเภทที่ 2 ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic modeling) คือ ตัวแบบ ที่เสนอผ่านสื่อต่างๆ เช่น วิทยู โทรทัศน์ การ์ตูน หนังสือ ภาพพลิก (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2541: 51) ตัวแบบที่ทำให้บุคคลมีการสังเกตนั้นจะต้องมีลักษณะเด่นชัด ทำให้ผู้สังเกตเกิดความพึงพอใจ พฤติกรรมที่แสดงออกไม่ซับซ้อน มีความเป็นไปได้ ดึงดูดใจให้ปฏิบัติตามและมีคุณค่าในการใช้ประโยชน์ (Bandura,1997: 89)

3.3.3 การได้รับคำแนะนำหรือพูดชักจูงด้วยคำพูด (Verbal persuasion) ในที่นี้ หมายถึง การที่ผู้อื่นซึ่งมีความสำคัญหรือเป็นที่เคารพนับถือของบุคคลนั้น (Significant persuasion) ได้แสดงออก โดยคำพูดว่าเขามีความเชื่อในความสามารถของบุคคลนั้นว่าจะสามารถกระทำกิจกรรมที่กำหนดได้ การพูดชักจูงให้เชื่อความสามารถของตนเองนี้ย่อมทำให้บุคคลนั้นเลิกสงสัยในตัวเอง (Self-doubts) แต่เกิดกำลังใจและความพยายามมากขึ้นที่จะกระทำให้สำเร็จ

3.3.4 สภาวะทางสรีระและอารมณ์ (Physiological and affective states) ในการตัดสินใจความสามารถของตนเองของบุคคล ส่วนหนึ่งอาศัยอาการแสดงทางกายและสภาพอารมณ์ที่ถูกกระตุ้นเมื่อเผชิญกับภาวะเครียดหรือสถานการณ์ที่คุกคามจะมีผลต่อความรู้สึกในทางลบ เช่น เกิดความกลัว ความวิตกกังวล ทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองลดลงซึ่งโดยทั่วไปคนเรามักจะท้อถอย และคิดถึงความล้มเหลวมากกว่าจะคาดหวังถึงความสำเร็จเมื่ออยู่ในภาวะเหนื่อยล้าหรือตึงเครียดเพราะคนเรามักจะตีความหมายของปฏิกิริยาความเครียดว่าเป็นผลมาจากการไม่มีความสามารถดีพอ

### 3.4 การประเมินการรับรู้ความสามารถของตนเอง

การรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นการตีความของบุคคลที่เจาะจงต่อพฤติกรรมเฉพาะอย่างภายใต้สถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ในการวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น Bandura (1997) กล่าวว่าควรวัดเจาะจงกับสถานการณ์หรือพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความยุ่งยากและเป็นอุปสรรคต่อการกระทำเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่คาดหวังไว้ โดยการวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง มี 2 อย่าง คือ

3.4.1 การวัดโดยการประเมินความเชื่อมั่นว่าสามารถกระทำพฤติกรรมเฉพาะอย่างสำเร็จหรือไม่

3.4.2 การวัดโดยการประเมินระดับความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นๆ

ในการวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองควรสะท้อนให้เห็นความเชื่อมั่น 3 มิติ คือ ความเชื่อมั่นในความเข้มแข็งหรือกำลังความสามารถของบุคคลนั้น (Strength) การรับรู้ความยากง่ายของพฤติกรรมนั้น (Magnitude) และความคาดหวังในความสามารถของตนที่จะนำไปปฏิบัติในสถานการณ์อื่น (Generality)

#### 4. การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา

Griffin (1991) กล่าวว่า การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาสำหรับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นประกอบด้วย การดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ (การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องขณะตั้งครรภ์ การเตรียมตัวคลอด) การดูแลทารก (การส่งเสริมคุณภาพของทารกในครรภ์ พฤติกรรมและความต้องการของทารก) ดังรายละเอียดดังนี้

4.1 การดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ ประกอบด้วย การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องขณะตั้งครรภ์ และการเตรียมตัวคลอด

4.1.1 การปฏิบัติตัวที่ถูกต้องขณะตั้งครรภ์ ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เพื่อแสวงหาความปลอดภัยให้กับตนเองและทารกในครรภ์ ซึ่งประกอบด้วย การปฏิบัติตัวด้านโภชนา การพักผ่อน การออกกำลังกาย ความปลอดภัย การทำงาน การรักษาความสะอาด (ร่างกาย เต้านม ปากและฟัน) การมาตรวจตามนัด การรักษาสุขภาพจิต เพศสัมพันธ์ การใช้ยาและสารอื่น ๆ

4.1.2 การเตรียมตัวคลอด หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต้องเตรียมตัวเพื่อคลอดโดยการเรียนรู้เกี่ยวกับ อาการใกล้คลอด (Premonitory signs) อาการเจ็บครรภ์เตือน (False labor pain) อาการเจ็บครรภ์จริง (True labor pain) กระบวนการคลอด (Birth process) เทคนิคการหายใจเพื่อควบคุมความเจ็บปวดและการคลอด (Breathing technique) โดยหญิงตั้งครรภ์จะเริ่มสนใจเรียนรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการคลอด วิธีการคลอดในระยะท้ายของการตั้งครรภ์ โดยการค้นหาข้อมูลและแหล่งประโยชน์ต่างๆ เช่นการอ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ พูดคุยกับผู้มีประสบการณ์มาก่อนตลอดจนการเข้าร่วมการอบรมในการเตรียมตัวเพื่อการคลอด



## 4.2 การส่งเสริมคุณภาพของทารกในครรภ์ และการดูแลทารก

4.2.1 การส่งเสริมคุณภาพของทารกในครรภ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ เกิดความผูกพันระหว่างมารดาและทารกในครรภ์ เพื่อให้ทารกที่คลอดออกมาเป็นเด็กอารมณ์ดี ไม่ ร้องกวนและปรับตัวเข้าหาสิ่งแวดล้อมได้ดี เสริมสร้างพัฒนาการทารกในครรภ์ในด้านร่างกาย จิต ใจและสติปัญญา โดยการส่งเสริมคุณภาพทารกในครรภ์ยึดหลักการส่งเสริมให้สอดคล้องตาม การเรียนรู้และความสามารถโดยธรรมชาติของทารกในครรภ์

4.2.2 การดูแลทารก และการตอบสนองของความต้องการของทารก หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต้องเตรียมตัวในเรื่องพฤติกรรม และความต้องการของทารกแรกเกิด เพื่อให้สามารถดูแลและการตอบสนองของความต้องการของทารกแรกเกิดได้ ซึ่งประกอบด้วย อาหารสำหรับทารก การนอน การร้องไห้ การขับถ่าย การสวมใส่เสื้อผ้า การเล่น และการรักษา ความสะอาดทั่วไป

## 5. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับการปรับตัวด้านบทบาท หน้าที่การเป็นมารดา

ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองและงานวิจัยที่ผ่านมาได้สนับสนุนว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพ (Schwarzer and Fuchs, 1995; Strecher., 1986 อ้างถึงใน ทศนี ประสพกิตติคุณ, 2544: 8) และเป็น ตัวทำนายการคงอยู่และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Holloway and Watson, 2002: 108) ซึ่ง สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลโดยตรงต่อการบรรลุความสำเร็จในการ ดำรงบทบาทการเป็นมารดาครั้งแรก คือ การรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Griffin, 1993: 258) เนื่องจากการบรรลุความสำเร็จในการดำรงบทบาทการเป็นมารดาเป็นผล ลัพท์ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา (Reeders, Martin, and Griffin, 1997)และ สอดคล้องกับการศึกษาของ ศุภกาญจน์ สิริภรณ์ (2543) พบว่า การรับรู้ความสามารถในการ เป็นมารดาสามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้

การส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก มีความเข้าใจเกี่ยวกับการเตรียม ตัวเพื่อเป็นมารดา เกิดการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเพิ่มขึ้น มีความมั่นใจสูงขึ้น มีความ อุดหนุน อุทิศหายยาม มีความกระตือรือร้น และมีแรงจูงใจ ที่จะทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์ แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้

## 6. การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิด และเป็นตัวเชื่อมระหว่างการเรียนรู้และการกระทำ มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถของตนเองที่กล่าวไว้ข้างต้นว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นการตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตน

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) และแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Preparation for motherhood) (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin, Anderson, Verzemnieks and Brecht, 2000: 133; 1999: 53) มาประยุกต์ในการจัดโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก โดยใช้แหล่ง ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก 4 แหล่งคือ 1) การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง 2) การได้เห็นตัวแบบ 3) การได้รับคำแนะนำหรือพูดคุยจูงใจด้วยคำพูด 4) สภาวะทางสรีระและอารมณ์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

### 6.1 การมีประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง

ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกฝึกทักษะกิจกรรมการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ ฝึกกิจกรรมการส่งเสริมพัฒนาการทารกในครรภ์ ประกอบด้วยการนับทารกดิ้นในครรภ์ การลูบหน้าท้องพร้อมกับการพูดคุยกับทารกและการตบท้องเบาๆ ขณะลูกดิ้น ฝึกทักษะกิจกรรมเทคนิคการลดความเจ็บปวดในระยะคลอดและฝึกทักษะกิจกรรมการดูแลบุตร ได้แก่ ทักษะการอุ้ม การอาบน้ำ-สระผม การทำความสะอาดหลังการถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเปลี่ยนผ้าอ้อมและการห่อตัว ซึ่งการฝึกทักษะดังกล่าวสอดคล้องกับการแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์

### 6.2 การเสนอตัวแบบ

ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกได้เห็นตัวแบบประกอบด้วยตัวแบบสัญลักษณ์ประกอบด้วย หนังสือคู่มือและภาพพลิก และตัวแบบจากชีวิตจริงโดยการสาธิตจากผู้วิจัย ดังรายละเอียดดังนี้

หนังสือคู่มือ (Hand book)

กิดานันท์ มลิทอง (2543: 83) กล่าวว่า หนังสือเรียน คู่มือและสื่อสิ่งพิมพ์อื่นๆ สามารถให้ความหมายต่อประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้ปวยได้ โดยการนำสื่อเหล่านี้ไปใช้เพื่อเป็นความรู้พื้นฐานและอ้างอิง

ปรีชา ช้างขวัญยืน และคนอื่นๆ (2539: 127) กล่าวว่า หนังสือคู่มือ (Hand book) หมายถึง หนังสือคู่มือที่ใช้คู่กับการทำอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง วัตถุประสงค์ของคู่มือก็เพื่อใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติแก่ผู้ใช้คู่มือ ช่วยให้ผู้ใช้สามารถทำอะไรได้สิ่งหนึ่งตามที่ต้องการได้ บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย

หนังสือคู่มือเป็นสื่อการเรียนการสอนประเภทวัสดุสิ่งพิมพ์มีข้อดีและข้อเสีย ดังนี้คือ (กิดานันท์ มลิทอง, 2543: 85)

ข้อดี เป็นวิธีการเรียนรู้ที่ดีที่สุด สามารถอ่านได้ตามอัตราความสามารถของแต่ละบุคคลเหมาะสำหรับการอ้างอิงหรือทบทวน เหมาะสำหรับการแจกเป็นจำนวนมากและสะดวกในการแก้ไขก็ทั้งยังช่วยให้ผู้รับความรู้ไม่จำเป็นต้องบันทึกการบรรยายอีก

ข้อเสีย ต้นทุนการผลิตค่อนข้างสูง ถ้าให้ได้สิ่งพิมพ์ที่มีคุณภาพดี บางครั้งข้อมูลลำตัวย่งต้องปรับปรุงอยู่เสมอและผู้ที่ไม่รู้หนังสือไม่สามารถอ่านได้

เนื่องจากหนังสือคู่มือเป็นสื่อการสอนชนิดหนึ่ง ซึ่งผู้สอนใช้ถ่ายทอดความรู้ เจตคติ และทักษะไปสู่ผู้เรียน ดังนั้น การสร้างหนังสือคู่มือจึงใช้แนวเดียวกับการผลิตสื่อ โดยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ คือ 1) เลือกหัวเรื่อง ศึกษาว่าเนื้อหาที่จะสอนเป็นอย่างไร 2) ประเมินผู้เรียนเพื่อให้ทราบความต้องการและข้อจำกัดของผู้เรียน 3) กำหนดเนื้อหา วัตถุประสงค์ของหนังสือคู่มือว่าต้องการให้ผู้เรียนรู้ในประเด็นใดบ้างและทำการรวบรวมและจัดเนื้อหา 4) ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา นำมาปรับปรุงแก้ไขและนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มเป้าหมายแล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมก่อนการจัดพิมพ์ 5) นำไปใช้จริงเมื่อทดสอบแก้ไขปรับปรุงจนมีคุณภาพดีแล้วจึงนำไปเผยแพร่หรือใช้งานตามที่วางแผนไว้

#### ภาพพลิก (Flip chart)

ภาพพลิก (Flip chart) เป็นทัศนวัสดุในชุดของภาพถ่าย ภาพวาด แผนภูมิ ซึ่งนำภาพหลายๆ ภาพที่เป็นเรื่องราวเดียวกันรวมไว้ด้วยกัน ภาพต่างๆ มีความสัมพันธ์ต่อเนื่อกัน ในเนื้อหาตามลำดับ เหมาะในการติดตัวไปสอนในที่ต่างๆ การสอนทำได้โดยการพลิกภาพไปด้านหลังทีละภาพการจัดทำภาพพลิกอาจทำได้ด้วยกระดาษวาดเขียนชนิดบางหรือหนาก็ได้ นำมาเย็บติดกันเป็นเล่มและใช้กระดาษแข็งทำเป็นปกให้พอที่จะตั้งและแขวนได้ สำหรับขนาดภาพที่จะนำมาทำภาพพลิกนั้นอาจได้มาจากการเขียน การถ่ายภาพหรือขยายภาพ (จันทร์พิมพ์ สายสมร, 2532: 552)

ข้อดีของภาพพลิก สามารถใช้ในการสอนหรือการแนะนำได้ง่าย เพราะสามารถนำติดตัวไปได้และวิธีการไม่ยุ่งยาก ค่าใช้จ่ายในการผลิตถูก ใช้เครื่องมือในการผลิตไม่

มากสามารถกำหนดรูปแบบได้ตามต้องการ ตามความสามารถของผู้เรียนและไม่ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวก หรืออุปกรณ์อื่นๆ เพราะภาพพลิกเป็นอุปกรณ์ที่สมบูรณ์ในตัว นำไปสอนได้ทันที ไม่ต้องมีเครื่องฉายหรือจอ

การทำภาพพลิกให้มีลักษณะที่ดีควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้คือ 1) การจัดวางภาพได้สัดส่วน ชวนดู เข้าใจง่าย ให้ความหมายทันทีที่มองเห็น 2) ใช้ภาพง่ายๆ คำอธิบายควรเป็นประโยคสั้นๆ และง่าย ขนาดตัวอักษรมองเห็นชัดและควรเป็นตัวอักษรแบบเดียวกันทั้งหมด 3) ภาพควรเป็นภาพสี จำนวนภาพควรไม่มากเกินไป ควรอยู่ระหว่าง 5-15 ภาพ แต่ละภาพเรียงลำดับต่อเนื่องกันขนาดของภาพประมาณ 16 นิ้ว X 24 นิ้ว และ 4) ควรมีสรุปในตอนท้ายของเรื่อง (จันทร์พิมพ์ สายสมร, 2532: 552; ณรงค์ สมพงษ์, 2530: 124; นที เกื้อกูลกิจการ, 2541: 216 )

#### การสาธิต (Demonstration)

การสาธิตจัดเป็นกลยุทธ์การสอนผู้รับบริการในโรงพยาบาลที่สำคัญมากโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้รับบริการได้เกิดการเรียนรู้ทั้งด้านทักษะและความรู้ (นที เกื้อกูลกิจการ, 2541: 197) เป็นการแสดงให้เห็นตัวอย่างเพื่อให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจในหลักการและกระบวนการ ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ จากการสังเกต การฟัง การกระทำหรือการแสดง ในการสาธิตให้มีประสิทธิภาพสูงสุดควรปฏิบัติดังนี้

1) การเตรียมการสาธิต ผู้สาธิตต้องมีความพร้อมทั้งด้านความรู้และทักษะในเรื่องที่จะสาธิตเป็นอย่างดี มีการจัดลำดับขั้นตอนการสาธิตให้เหมาะสมซึ่งเอื้อต่อการเรียนรู้ ระบุวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมในการสาธิตแต่ละครั้งอย่างชัดเจน จัดเตรียมเครื่องมือเครื่องใช้ วัสดุอุปกรณ์ที่จะใช้สาธิตไว้ให้พร้อม ตรวจสอบเครื่องมือที่จะใช้ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้ เตรียมกระบวนการสาธิต จัดเตรียมสถานที่ ทำการทดลองหรือฝึกซ้อมก่อนที่จะมีการสาธิตจริง จัดเตรียมผู้รับบริการให้พร้อมสำหรับการสาธิต กำหนดช่วงเวลาของการสาธิต และเวลาการสาธิตย้อนกลับ

2) การดำเนินการสาธิต ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการสอน แนะนำเครื่องมือที่จะใช้ให้ผู้รับบริการได้ทำความรู้จักคุ้นเคย ระหว่างที่สาธิตต้องอธิบายด้วยเสียงที่ดัง ฟังชัด ได้ยินทั่วถึงควรสาธิตให้ผู้รับบริการดูอย่างสมบูรณ์ครั้งหนึ่งก่อน แล้วทำซ้ำอีกครั้งอย่างช้าๆ พร้อมทั้งให้ผู้รับบริการทำตาม ระหว่างการสาธิตต้องคอยสังเกตปฏิกิริยาของผู้รับบริการด้วยว่าเป็นอย่างไร

3) หลังการสาธิต ควรมีการประเมินผลการเรียนรู้ของผู้รับบริการและประเมินผลการสาธิตของตนเองร่วมด้วย

ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วยคู่มือจำนวน 1 เล่ม เรื่อง การปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์และภาพพลิก จำนวน 4 เรื่อง คือ 1) การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา 2) พัฒนาการ

ลูกน้อยในครรภ์ 3) การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเพื่อการคลอด 4) พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด โดยภาพพลิกประกอบด้วยรูปและข้อความที่สอดคล้องกับแผนการสอน และการสาธิตโดยผู้วิจัยจำนวน 4 เรื่อง คือ การออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ การส่งเสริมสัมพันธภาพต่อทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการดูแลทารกแรกเกิด

### 6.3 การได้รับคำแนะนำหรือพูดชักจูงด้วยคำพูด

ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้รับการให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่มจากผู้วิจัยในเรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ การเตรียมหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด และพฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด ดังรายละเอียดดังนี้

การเรียนรู้เป็นกลุ่ม คือ การเรียนรู้ที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนและผู้เรียนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป และระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียนด้วยตนเอง โดยการสอนเป็นกลุ่มแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ (จินตนา ยูนิพันธ์, 2532: 383) การสอนเป็นกลุ่มย่อย มีผู้เรียนตั้งแต่ 2-35 คนและการสอนเป็นกลุ่มขนาดกลางและกลุ่มขนาดใหญ่ มีผู้เรียนตั้งแต่ 35-60 คน และ 60 คนขึ้นไป

ข้อดีของการสอนเป็นกลุ่ม คือ สามารถแลกเปลี่ยนความเห็นระหว่างสมาชิกในกลุ่มกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นระหว่างสมาชิกกลุ่ม กระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ และสามารถสอนผู้เรียนได้คราวละหลายๆ คน

ข้อเสียของการสอนเป็นกลุ่ม คือ ถ้ากลุ่มใหญ่มากอาจจะประเมิณผลการสอนได้ยากผู้ที่มีปัญหาแตกต่างจากกลุ่มอาจไม่ได้รับการแก้ไข

ในการศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยใช้การสอนเป็นกลุ่มย่อย มีผู้เรียนตั้งแต่ 3-5 คน เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดทักษะหรือพัฒนาทางความคิด ได้เกิดการเรียนรู้ มีการติดต่อสื่อสารทั่วถึงและไม่เกิดเป็นกลุ่มย่อย

### 6.4 สถานะทางสรีระและอารมณ์

ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้ระบายความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อการทำกิจกรรมต่างๆ โดยผู้วิจัยรับฟังและให้คำปรึกษาชี้แนะแนว ทางแก้ไขตามความเหมาะสมและให้กำลังใจ เพื่อกระตุ้นสิ่งเร้าทางอารมณ์และการสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์คุ้นเคยกับสถานการณ์และสถานที่โดยการพาเยี่ยมชมห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องทารกแรกเกิด

ด้วยเหตุที่การรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิดเป็นตัวเชื่อมระหว่างการรับรู้และการกระทำ มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล สำหรับสถานการณ์ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์



วัยรุ่นแรกถ้าได้รับการส่งเสริมให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในการแสดงพฤติกรรม ในบทบาทการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์เพิ่มขึ้น จะส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก เรียนรู้ ปฏิบัติตนและปรับตัวตามบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ถูกต้องต่อไป

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) และแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Preparation for motherhood) (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 2000: 133; 1999: 53) มาประยุกต์ในการจัดโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกดังนี้

วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง	แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม
<p><b>วิธีที่ 1. การแนะนำและการใช้คำพูดชักจูง</b> <b>วัตถุประสงค์</b> เพื่อช่วยให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ที่มารดารู้สึกว่ายาก และไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง</p>	<p><b>กิจกรรมที่ 1 การแนะนำและการใช้คำพูดชักจูง</b> การใช้คำพูดชักจูง เป็นการใช้คำพูดอธิบาย การให้คำแนะนำ ชักชวนและการกระตุ้นเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์และมั่นใจในความสามารถของตนเอง โดยการใช้คำพูดชักจูงให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเกิดความพยายามและมีกำลังใจที่จะเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ผ่านการให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่มและการกระตุ้นให้กำลังใจโดยการจัดกิจกรรมดังนี้คือ</p> <p>กิจกรรมที่1.1 การให้ความรู้ โดยการสอนเป็นรายกลุ่มแก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกดังรายละเอียดดังนี้</p> <p>ครั้งที่ 1 เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา (อายุครรภ์ 30-32 สัปดาห์)</p> <p>ครั้งที่ 2 เรื่อง พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ (อายุครรภ์ 32-34 สัปดาห์)</p>

<b>วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง</b>	<b>แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม</b>
<p><b>วิธีที่ 2.การเรียนรู้ผ่าน ตัวแบบ</b></p> <p><b>วัตถุประสงค์</b></p> <p>เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ครรภ์แรก ได้รับประสบการณ์ ทางอ้อมจากการสังเกตตัวแบบ ที่ประสบความสำเร็จ จากการ เตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาใน ระยะตั้งครรภ์และเกิดความคิด คล้ายตามว่า ผู้อื่นทำได้ตน ก็น่าจะทำได้ถ้าตั้งใจ และ พยายามทำให้รับรู้ว่าคุณเองก็ มีความสามารถจะกระทำพฤติ กรรมนั้นๆ ได้เช่นเดียวกัน</p>	<p>ครั้งที่ 3 เรื่อง การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อ การคลอด (อายุครรภ์ 34-36 สัปดาห์)</p> <p>ครั้งที่ 4 เรื่อง พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด (อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์)</p> <p>กิจกรรมที่ 1.2 การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยการกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจ กระตุ้นให้หญิงตั้ง ครรภ์เกิดความมั่นใจในความสามารถของตน รวมทั้งเสริมแรง ภูมิใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติได้ถูกต้อง โดยกล่าวคำชื่นชมใน ความสามารถของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก</p> <p style="text-align: center;"><b>กิจกรรมที่ 2 การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ</b></p> <p>การรับรู้ความสามารถของตนเองส่วนหนึ่งเกิดจากการเรียนรู้ ผ่านตัวแบบที่มีสภาพสอดคล้องหรือคล้ายคลึงกับตนเอง ประสบความสำเร็จจากการกระทำพฤติกรรม ซึ่งจะทำให้ผู้ สังเกตเกิดการรับรู้ว่าคุณเองก็มีความสามารถที่จะกระทำพฤติ กรรมนั้นๆ เช่นเดียวกัน ผู้วิจัยจึงได้จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ครรภ์แรกได้สังเกตวิธีการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาจากตัว แบบสัญลักษณ์ (ภาพพลิกและคู่มือ) และตัวแบบจากชีวิต จริง (การสาธิตจากผู้วิจัย) โดยจัดกิจกรรมดังนี้</p> <p>กิจกรรมที่ 2.1 จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตตัวแบบ ผ่านภาพพลิกเพื่อใช้ประกอบ การสอน เรื่อง บทบาทมารดาใน ระยะตั้งครรภ์ จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตวิธีการปฏิบัติ กิจกรรมการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ (การสาธิตจากผู้วิจัย)</p> <p>กิจกรรมที่ 2.2 จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตตัวแบบ ผ่านภาพพลิกเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง พัฒนาการลูกน้อย ในครรภ์ และจัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตวิธีการ ปฏิบัติกิจ กรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพต่อทารกในครรภ์ (การสาธิตจาก ผู้วิจัย)</p>

วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง	แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม
<p><b>วิธีที่ 3. การกระทำที่ประสบ ความสำเร็จด้วยตนเอง</b></p> <p><b>วัตถุประสงค์</b></p> <p>เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัย รุ่นแรกมีประสบการณ์ ตรงจากการได้รับผลสำเร็จใน กิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการ เป็นมารดา มีผลทำให้หญิงตั้ง ครรภ์วัยรุ่นแรก เกิด ความเชื่อมั่น ว่าตนมีความ สามารถเกิดความรู้สึกมีคุณค่า ในตนเองและมีความมั่นใจใน การกระทำพฤติกรรมบทบาท มารดา</p>	<p>กิจกรรมที่ 2.3 จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตตัวแบบ ผ่านภาพพลิกเพื่อใช้ประกอบ การสอน เรื่อง การเตรียม ตัวเพื่อการคลอดและจัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตวิธีการปฏิบัติ กิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการคลอด (การสาธิตจากผู้วิจัย)</p> <p>กิจกรรมที่ 2.4 จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตตัวแบบ ผ่านภาพพลิกเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง พฤติกรรมและ ความต้องการของทารกแรกเกิดและจัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้ สังเกตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลทารกแรกเกิด (การสาธิต จากผู้วิจัย)</p> <p>กิจกรรมที่ 2.5 จัดให้หญิงตั้งครรภ์ได้สังเกตตัวแบบ ผ่านคู่มือ เรื่องการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก</p> <p><b>กิจกรรมที่ 3 การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง</b></p> <p>ประสบการณ์ความสำเร็จของตนเองเป็นประสบการณ์ ตรงจะมีผลต่อการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเพิ่มขึ้นทำ ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเกิดความเชื่อมั่นว่าตนมีความ สามารถและเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความมั่นใจและ สามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ ดังนั้นผู้ วิจัยจึงจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเกิดประสบการณ์ ความสำเร็จของตนเองผ่านการทำกิจกรรมและฝึกทักษะ ซึ่งจะ ส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์รับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นโดย จัดกิจกรรมดังนี้ คือ เพิ่มการปฏิบัติในสิ่งที่แสดงออกถึงความ สำเร็จ การมีส่วนร่วมในตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และการ ลดการปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ต้องการ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัย จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกประสบความสำเร็จด้วยตน เองจากการฝึกทักษะซึ่งประกอบด้วย</p>

<p>วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง</p>	<p>แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม</p>
<p><b>วิธีที่ 4. การกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์</b></p> <p><b>วัตถุประสงค์</b></p> <p>ความรู้สึกรีดก้างวล และ ความเครียดของมารดา เกี่ยวกับการเตรียมตัว เพื่อการเป็นมารดาในสถาน การณ์ การเป็นมารดาครั้งแรก ให้มีการรับรู้ความสามารถ ของตนเอง และแสดงออกถึง ความสามารถในการกระทำ พฤติกรรมบทบาทการเป็น มารดาได้ดีขึ้น</p>	<p>กิจกรรมที่ 3.1 การออกกำลังกายในขณะที่ตั้งครรภ์</p> <p>กิจกรรมที่ 3.2 การส่งเสริมคุณภาพทารกในครรภ์</p> <p>กิจกรรมที่ 3.3 การเตรียมตัวเพื่อการคลอด</p> <p>กิจกรรมที่ 3.4 การดูแลทารกแรกเกิด</p> <p><b>กิจกรรมที่ 4 การกระตุ้นสภาวะทางสรีระ และอารมณ์</b></p> <p>อาการแสดงออกทางร่างกาย และสภาพอารมณ์ที่ถูก กระตุ้นเมื่อเผชิญกับภาวะเครียดหรือสถานการณ์ที่คุกคาม จะ มีผลให้บุคคลรู้สึกตื่นเต้น ก้าว วิตกกังวล ทำให้การรับรู้ความ สามารถของตนเองลดลง ขาดความเชื่อมั่นในตนเองหรือไม่ สามารถที่จะแสดงออกได้ดี มักจะหลีกเลี่ยงการกระทำพฤติ กรรมหรือเผชิญสถานการณ์นั้น ถ้าบุคคลได้รับการกระตุ้นทาง ร่างกายและอารมณ์ ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จะทำให้การ รับรู้ความสามารถของตนเอง และการแสดงออกถึงความ สามารถดีขึ้นด้วย ดังนั้นการที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ วิตกกังวลเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา และกลัว การคลอด รวมทั้งความเครียดที่ต้องเผชิญกับการรับบทบาท ใหม่ในการเป็นมารดา ซึ่งจะมีผลต่อการรับรู้ความสามารถการ เป็นมารดา ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรม คือ การสนับสนุนให้หญิงตั้ง ครรภ์คุ้นเคยกับสถานที่ และ สถานการณ์ต่างๆ ที่ต้องเผชิญ การฝึกการผ่อนคลายและการแสดงออกถึงความรู้สึก เพื่อ กระตุ้นความรู้สึกกลัว วิตกกังวลและความเครียด โดยประกอบ ด้วยกิจกรรมดังนี้</p> <p>กิจกรรมที่ 4.1 การสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์คุ้นเคยกับ สถานการณ์และสถานที่โดยการทัวร์ห้องคลอด ประกอบด้วย การพาเยี่ยมชมห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องทารกแรกเกิด</p>

วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง	แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม
	กิจกรรมที่ 4.2 การแสดงออกถึงความรู้สึก โดย การเปิดโอกาสและกระตุ้นให้พูดคุย และระบายความรู้สึกที่เกิดจากการทำกิจกรรมต่างๆ เกี่ยวข้องการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ผู้วิจัยรับฟังและให้คำปรึกษา แนะนำ ชี้แนะแนวทางแก้ไขปัญหาตามความเหมาะสมเพื่อลดสิ่งเร้าทางอารมณ์

กิจกรรมทั้งหมดประกอบด้วย 15 กิจกรรม ที่ผู้วิจัยจัดขึ้นในโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา นี้ จะนำไปดำเนินการให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกในขั้นตอนของการจัดกิจกรรม ในการดำเนินการทดลองตามโปรแกรมนี้จะไม่จัดแต่ละกิจกรรมแยกออกจากกันแต่จะจัดกิจกรรมที่มีอยู่ทั้งหมด 15 กิจกรรม ตามความเหมาะสมของอายุครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

## 7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 7.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น

Smoke and Grace (1988: 178-184) ศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมการสอนและการดูแลขณะตั้งครรภ์ในหญิงวัยรุ่น วัยรุ่น ประสงค์เพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความรู้และผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุน้อยกว่า 18 ปี อายุครรภ์น้อยกว่า 36 สัปดาห์ โดยกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับการให้ความรู้แก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น เกี่ยวกับการปฏิบัติในขณะตั้งครรภ์ การคลอดและการเลี้ยงดูบุตร ผลการศึกษาพบว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นกลุ่มทดลองมีความรู้ในการปฏิบัติมากกว่า และเมื่อเปรียบเทียบผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ พบว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีการคลอดก่อนกำหนดน้อยกว่า และภาวะสุขภาพของทารกในด้านแอฟการ์เมื่อ 5 นาที ดีกว่ากลุ่มควบคุม

Termer, et al. (1990: 43-57) ศึกษาเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมกับผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างคือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี จำนวน 268 ราย ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้เกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมมี



ความสัมพันธ์กับการปรับตัวต่อการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น และการไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจะมีผลต่อผลลัพธ์การตั้งครรภ์คือมีผลต่อน้ำหนักตัวของทารก

Sommer et al. (1993: 389-398) ศึกษาเกี่ยวกับความพร้อมทางด้านการรู้คิดกับพฤติกรรมบทบาทของการเป็นมารดาของมารดาวัยรุ่น โดยศึกษาเปรียบเทียบความพร้อมทางด้านการรู้คิดสำหรับการเป็นมารดาในหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ จำนวน 171 ราย และหญิงวัยรุ่นที่ไม่ได้ตั้งครรภ์ จำนวน 48 ราย และหญิงตั้งครรภ์ในวัยผู้ใหญ่ 38 ราย ผลการศึกษาพบว่าในวัยรุ่นจะมีการเตรียมตัวทางด้านความรู้น้อยกว่า มีความเครียดต่อบทบาทของการเป็นมารดามากกว่า และมีความสามารถในการปรับตัวต่อการเป็นมารดาได้น้อยกว่าในหญิงผู้ใหญ่ นอกจากนี้พบว่า ความพร้อมในการคิดรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมบทบาทของการเป็นมารดา

สุวรรณภา ธาดาพิพัฒน์ (2538) ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อความสามารถในการดูแลตนเองและผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น โดยทำการศึกษาในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น อายุระหว่าง 15-19 ปี ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการดูแลตนเองของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้มีค่าสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $p < .001$ ) แต่ผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ตั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกัน

วิไล รัตนพงษ์ (2544) ศึกษาความรู้และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น อายุระหว่าง 13-19 ปี จำนวน 300 ราย ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ อยู่ในระดับปานกลางและระดับต่ำ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์เหมาะสมปานกลางมากที่สุด เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ทางสถิติพบว่าระดับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น และระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความต้องการในการมีบุตรและภูมิหลังความสัมพันธ์ของบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ และพบว่าความรู้ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์

## 7.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

Froman and Owen (1990) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกและทักษะการดูแลทารกของมารดา ซึ่งได้แก่ความสามารถในการป้อนนม การทำให้เรอ การเปลี่ยนผ้าอ้อม การอาบน้ำ และการอุ้มทารกในกลุ่มตัวอย่างมารดาที่ก่อนจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล จำนวน 200 ราย ผลการศึกษาพบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองซึ่งประเมินโดยมารดา มีความสอดคล้องสัมพันธ์กับความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลทารกซึ่งประเมินโดยพยาบาลเพียง 3 ข้อ ได้แก่การป้อนนม การเปลี่ยน

ผ้าอ้อม และการอาบน้ำสำหรับอายุของมารดา จำนวนบุตรและทักษะของมารดา เป็นตัวแปรที่มีอำนาจการทำนายการรับรู้ความสามารถในการดูแลทารกสูงสุด

Lawrence , Levy, and Rubinson (1990: 19-24) ได้วิจัยเชิงสำรวจ เรื่องความสามารถของตนเองและความรู้ในการป้องกันโรคเอดส์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ทำการศึกษาในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น จำนวน 58 ราย ในสหรัฐอเมริกา โดยผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามซึ่ง เป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมในการป้องกันโรคเอดส์ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคเอดส์ ซึ่งแบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคเอดส์ ได้แบ่งออกเป็น 4 ประเด็น คือ การใช้ถุงยางอนามัย พุดคุยถึงการมีรักร่วมเพศ รักสองเพศกับคู่นอน และการบอกคู่นอนว่าตนเคยมีประสบการณ์ในเรื่องเพศสัมพันธ์ทั้งแบบ Bisexual ผลการวิจัยพบว่า ประเด็นเรื่องการพุดคุยถึงการมีรักร่วมเพศ รักสองเพศกับคู่นอน และการบอกคู่นอนเกี่ยวกับการมีรักสองเพศ เป็นเรื่องที่กลุ่มตัวอย่างไม่มีความสามารถในการที่จะบอกกับคู่นอนได้แม้ว่ากลุ่มตัวอย่างจะมีความรู้เรื่องการป้องกันโรคเอดส์ก็ตาม จึงไม่สามารถสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ในความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคเอดส์

Hale and Trumbetta (1996: 101-110) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการรับรู้ความสามารถของตนเองในสตรีและพฤติกรรมในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาหญิงจำนวน 308 คน โดยศึกษาเกี่ยวกับความรู้ในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การรับรู้การเสี่ยงต่อโรคทางเพศสัมพันธ์ และการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จากการศึกษพบว่า การรับรู้การเสี่ยงต่อโรคและการรับรู้ความสามารถของตนเอง สามารถทำนายพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดต่อโรคทางเพศสัมพันธ์ได้ร้อยละ 19 โดยความรู้เรื่องโรคเพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำนายพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคได้

จารุวรรณ รังสิยานนท์ (2540) ศึกษาผลของการเตรียมหญิงครรภ์แรกเพื่อการคลอดต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความคาดหวังผลลัพธ์ในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์โดยทำการศึกษาในกลุ่มหญิงครรภ์แรก จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 20 ราย ผลการวิจัยพบว่า คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองหญิงครรภ์แรกในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์ ภายหลังการเตรียมเพื่อการคลอดสูงกว่าก่อนการเตรียมเพื่อการคลอด ( $p < .001$ ) และคะแนนความคาดหวังผลลัพธ์ในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์ของหญิงครรภ์แรกภายหลังการเตรียมเพื่อการคลอดสูงกว่าก่อนการเตรียมเพื่อการคลอด ( $p < .005$ )

แสงสุรีย์ ทัสนพูนชัย (2540) ศึกษาประสิทธิผลของการอบรมเพื่อการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคเอดส์ของหญิงตั้งครรภ์ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์ จำนวน 122 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ

61 ราย ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลอง 1 และ 4 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคเอดส์สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม ( $p < .001$ ) และมีคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 4 สูงกว่าสัปดาห์ที่ 1 ( $p < .001$ )

นุชนาถ สะกะมณี (2541) ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อความสามารถในการดำรงชีพทางมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาหลังคลอดครรภ์แรก อายุระหว่าง 20-35 ปี จำนวน 40 ราย โดยทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำนวนกลุ่มละ 20 คน ผลการศึกษาพบว่าความสามารถในการดำรงชีพทางมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ได้ใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับมาก และความสามารถในการดำรงชีพทางมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ได้ใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ( $p < .05$ )

สมทรง คำฝ่าย (2541) ศึกษาผลการเตรียมมารดาต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนดและพฤติกรรมดูแลทารก โดยทำการศึกษาในกลุ่มมารดาของทารกคลอดก่อนกำหนด จำนวน 20 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 ราย กลุ่มทดลอง 10 ราย ผลการวิจัยพบว่ามารดาที่ได้รับการเตรียมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนดสูงกว่ามารดาที่ไม่ได้รับการเตรียม และมีพฤติกรรมดูแลทารกถูกต้องมากกว่ามารดาที่ไม่ได้รับการเตรียม ( $p < .01$ )

### 7.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา

วันเพ็ญ กุลนริศ (2530) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อการตั้งครรภ์ ภาพลักษณ์ สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส กับการปรับตัวต่อการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์แรกอายุไม่เกิน 18 ปี จำนวน 100 ราย ผลการศึกษาพบว่าสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส เจตคติต่อการตั้งครรภ์ และภาพลักษณ์ มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับการปรับตัวต่อการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์ ตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวต่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ คือ สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส และเจตคติต่อการตั้งครรภ์ ซึ่งอธิบายการปรับตัวต่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ได้ร้อยละ 28.95

จินตนา วัชรสินธุ์ (2533) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล สัมพันธภาพในชีวิตสมรส กับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงครรภ์แรก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์แรก อายุครรภ์ 28-40 สัปดาห์ จำนวน 300 ราย ผลการศึกษาพบว่า หญิงครรภ์แรกส่วนใหญ่มีการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาในระดับปานกลาง ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา ส่วนสัมพันธภาพในชีวิตสมรสมี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดา และปัจจัยด้าน ความวิตกกังวลสัมพันธ์ภาพในชีวิตสมรส การวางแผนการตั้งครรภ์ รายได้ครอบครัว สถานภาพสมรสคู่ และระดับการศึกษา สามารถทำนายการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงครรภ์แรกได้ร้อยละ 46.8

เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร (2543) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ อายุไม่เกิน 19 ปี จำนวน 313 ราย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยเกี่ยวกับ สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส แรงสนับสนุนทางสังคม ความพร้อมในการมีบุตร ประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็ก และอายุ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางบวก และสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่นได้ ร้อยละ 51.67 ( $p < .01$ )

ศุภกาญจน์ สิริภรณ์ (2543) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดา กับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา โดยกลุ่มตัวอย่างหญิงตั้งครรภ์ปกติครรภ์แรก จำนวน 150 ราย ผลการศึกษาพบว่าอายุ ระยะเวลาในการศึกษา การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดา มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา และพบว่า ปัจจัยด้านอายุ การรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดาและการสนับสนุนทางสังคม สามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ ร้อยละ 46.4

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่า หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นมีปัญหาในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดามากกว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มอื่น โดยมีปัจจัยที่สามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา ประกอบด้วย การรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน ความพร้อมในการมีบุตร สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส เจตคติต่อการตั้งครรภ์ การสนับสนุนทางสังคมและอายุ และพบว่า การส่งเสริมให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองจะทำให้เกิดการปรับพฤติกรรม การคงอยู่ของพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เนื่องจากการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดา กระบวนการและผลลัพธ์ของกระบวนการที่ประเมินได้จากพฤติกรรมกระทำ และพฤติกรรมความรู้สึก ดังนั้นผู้วิจัยจัดโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถ การเป็นมารดา
<p>1. การได้รับคำแนะนำและการชักจูงด้วยคำพูด</p> <p>1.1 การสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อ การเป็นมารดา, พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์, การ เตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเพื่อการคลอด, พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด</p> <p>1.2 การกล่าวสนับสนุนโดยให้กำลังใจและเสริมแรง จิตใจ</p> <p>2. การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ</p> <p>2.1 การใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ โดยผ่านคู่มือ การดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์และภาพพลิกประกอบ การสอน เรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา,  พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์, การเตรียมตัวหญิงตั้ง ครรภ์วัยรุ่นแรกเพื่อการคลอด, พฤติกรรม และ ความต้องการของทารกแรกเกิด</p> <p>2.2 การใช้ตัวแบบจากชีวิตจริง โดยการสาธิต เรื่อง การออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์, การส่งเสริม คุณภาพทารกในครรภ์, การเตรียมตัวเพื่อการคลอด และการดูแลทารกแรกเกิด</p> <p>3. การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง</p> <p>3.1 การประสบความสำเร็จเมื่อลงมือปฏิบัติโดย การออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์, การฝึกทักษะเกี่ยวกับการ การส่งเสริมคุณภาพทารกในครรภ์, การเตรียมตัวเพื่อ การคลอดและการดูแลทารกแรกเกิด</p> <p>4. การกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์</p> <p>4.1 เปิดโอกาสและกระตุ้นให้พูดคุยและระบายความ รู้สึก</p> <p>4.2 ทำวีรห้องคลอด</p>

### การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ที่การเป็นมารดาของหญิงตั้ง ครรภ์วัยรุ่นแรก

- การยอมรับการตั้งครรภ์
- การสร้างสัมพันธภาพกับ  
ทารกในครรภ์
- การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง  
ในตนเอง
- การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง  
ด้านสัมพันธภาพกับคู่  
สมรส
- การเตรียมตัวเพื่อการคลอด  
และการเป็นมารดา
- การยอมรับบทบาทการ  
เป็นมารดา



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ใช้รูปแบบ 2 กลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The pretest-posttest control group design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น โดยวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>	กลุ่มทดลอง
O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>	กลุ่มควบคุม

(Polit and Hungler, 1999: 187)

โดย

- X หมายถึง โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา
- O<sub>1</sub> หมายถึง การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา
- O<sub>2</sub> หมายถึง การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา
- O<sub>3</sub> หมายถึง การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนได้รับการพยาบาลตามปกติ
- O<sub>4</sub> หมายถึง การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกหลังได้รับการพยาบาลตามปกติ

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร** ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก อายุไม่เกิน 19 ปี ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์

**กลุ่มตัวอย่าง** กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกอายุไม่เกิน 19 ปี ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ระหว่างวันที่ 24 เดือน กุมภาพันธ์ 2547 ถึง วันที่ 12 เดือนเมษายน 2547 จำนวน 40 คน ซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ต่อไปนี้

1) ตั้งครรภ์แรก อายุครรภ์ระหว่าง 30-32 สัปดาห์ เนื่องจากเมื่อเข้าสู่ไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะเตรียมความพร้อมสู่การเป็นมารดาอย่างชัดเจน (ทรงพร จันทรพัฒน์, 2543: 119) และเป็นระยะที่หญิงตั้งครรภ์จะเลือกแบบอย่างการเป็นมารดาที่เหมาะสมกับตนเองจะปรากฏชัดเจนในไตรมาสนี้ โดยหญิงตั้งครรภ์จะมีการรับรู้ สรรหาและเลือกบทบาทที่เหมาะสม (ศศิธร นามทวีชัยกุล, 2541; Dickason, Silverman, and Schult, 1994)

2) ไม่มีประวัติเป็นโรคประจำตัวที่มีผลต่อการตั้งครรภ์ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไต โรคหัวใจ โรคเลือด หอบหืด

3) มีประวัติการตั้งครรภ์ปัจจุบันเป็นการตั้งครรภ์ปกติ และไม่มีภาวะแทรกซ้อนก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย ได้แก่ ความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ ภาวะครรภ์เป็นพิษ เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ มีเลือดออกกะปริบกะปรอย รกเกาะต่ำ ครรภ์แฝด หรือตรวจพบว่าทารกในครรภ์มีความพิการ

4) ไม่มีปัญหาทางการได้ยิน การมองเห็น การพูด และการใช้ภาษาไทย

5) ลักษณะครอบครัวอยู่กับสามี เนื่องจากลักษณะครอบครัวอยู่กับสามีมีอิทธิพลต่อ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก (เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร, 2543; วันเพ็ญ กุลนริส, 2530; Murray, McKinney, and Gorrie, 2002)

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยยึดหลักการกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่พอเหมาะของการวิจัยแบบกึ่งทดลอง คืออย่างน้อยที่สุด 30 คน โดยในแต่ละกลุ่มควรมีจำนวนไม่ต่ำกว่า 15 คน หากมีการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม (Polit and Hungler, 1999: 292) ดังนั้นจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างเป็น 40 คน ประกอบด้วยกลุ่มควบคุม 20 คน กลุ่มทดลอง 20 คน เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่มีและความเป็นไปได้สำหรับการทำวิจัยครั้งนี้

### การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยการสุ่มตามวัน โดยคัดเลือกจากวันที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมารับบริการตรวจครรภ์ (วันจันทร์ - วันศุกร์) จำนวน 5 วัน โดยจัดให้ 3 วันแรกที่จับฉลากได้คือ วันจันทร์ วันพฤหัสบดีและวันศุกร์ เป็นกลุ่มทดลอง และ 2 วันหลังคือ วันอังคาร และวันพุธ เป็นกลุ่มควบคุม

2. จับคู่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Matched pair) เพื่อป้องกันตัวแปรแทรกซ้อนที่อาจจะเกิดขึ้นโดยควบคุมให้ทั้งสองกลุ่มมีคุณสมบัติเหมือนกัน (Mann, 2001) ในด้านความพร้อมในการมีบุตร ซึ่งแบ่งเป็นมีความพร้อมในการมีบุตรกับไม่มีความพร้อมในการมีบุตร

และประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน ซึ่งแบ่งเป็นมีประสบการณ์กับไม่มีประสบการณ์ (กัลยา ปนสันเทียะ, 2542: ง; ขรณี สิทธิสุน, 2545: ง; เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร, 2543: ง; วันเพ็ญ กุลนริศ, 2530: ง) เนื่องจากตัวแปรทั้ง 2 มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็น มารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น

3. ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับกลุ่มทดลองในวันที่กำหนดไว้ โดยคัดเลือก กลุ่มตัวอย่างวันละไม่เกิน 5 คน จนครบจำนวน 20 คน ด้วยวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก แล้วจึงทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับกลุ่มควบคุมในวันที่ กำหนดไว้โดยลักษณะของกลุ่มควบคุมต้องมีลักษณะใกล้เคียงกัน หรือมีความเท่าเทียมกันมาก ที่สุดในด้านความพร้อมในการมีบุตรและประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน เพื่อให้สอดคล้องกับ กลุ่มทดลอง ทำการคัดเลือกจนครบ 20 คู่

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคำนึงถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอน การรวบรวมข้อมูลและระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างใน การตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือ การบำบัด การรักษาที่ได้รับแต่อย่างใด นอกจากนี้ในระหว่างการวิจัยหากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจ หรือไม่ต้องการเข้าร่วมในการวิจัยตลอดจนครบตามกำหนดเวลา กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกเลิกได้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือการบำบัดรักษาที่จะได้รับเช่นกัน ข้อมูลต่างๆ ที่ได้จาก การวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลต่างๆ จะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการเปิดเผยชื่อ และนามสกุลที่แท้จริง เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยสามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา หากกลุ่มตัวอย่างได้รับความผิดปกติเนื่องจากการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถ การเป็นมารดากลุ่มตัวอย่างจะได้รับความคุ้มครองตามกฎหมาย โดยต้องแจ้งความผิดปกติให้ผู้ ทำการวิจัยทราบทันที หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านเอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มตัวอย่าง (Patient/ Participant Information Sheet) เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะให้กลุ่ม ตัวอย่างเซ็นชื่อในใบยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย (Informed Consent Form)

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ชุด คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ใน การเก็บรวบรวมข้อมูล และ เครื่องมือกำกับการทดลอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

**ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง** ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยใช้แนวคิดของ Bandura (1997) และ (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

1. ทบทวนวรรณกรรมและศึกษาแนวคิด เกี่ยวกับการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมและแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

2. กำหนดขั้นตอนของการทำกิจกรรมตามแนวคิดของ Bandura (1997) ประกอบด้วยการใช้คำพูดชักจูง การเรียนรู้ผ่านตัวแบบ การกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองและการกระตุ้นสภาวะทางสรีระและอารมณ์

3. กำหนดเนื้อหาในกิจกรรมให้ครอบคลุม เรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133) เนื้อหาประกอบด้วย เรื่องการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์และทารกในครรภ์ การพัฒนาและสร้างความรักความผูกพันที่มีต่อทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอด และการฝึกทักษะเพื่อการดูแลทารกแรกเกิด

4. สร้างโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา โดยกำหนดให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง ให้แก่ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่มีอายุครรภ์ตั้งแต่ 30-32 สัปดาห์ ถึง อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์ รวมระยะเวลาการจัดกิจกรรม 6 สัปดาห์ ซึ่งจัดเป็นกิจกรรมกลุ่มครั้งละ 3-5 คน ซึ่งใช้กิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura (1997) และแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Preparation for motherhood) (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133) โดยการประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ได้เรียนรู้และฝึกทักษะเกี่ยวกับการเตรียมตัวในระยะตั้งครรภ์เพื่อการเป็นมารดาซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการส่งเสริม 4 กิจกรรม คือ

กิจกรรมที่ 1 การใช้คำพูดชักจูง เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็น มารดาในระยะตั้งครรภ์และมั่นใจในความสามารถของตนเอง โดยการใช้คำพูดชักจูงให้หญิงตั้ง ครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเกิดความพยายาม และมีกำลังใจที่ จะเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ผ่านการให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม และ การกระตุ้นให้กำลังใจ โดยการจัดกิจกรรมดังนี้คือ

กิจกรรมที่ 1.1 การให้ความรู้ โดยการสอนเป็นรายกลุ่มแก่ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ในเรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด และพฤติกรรมและความต้องการของ ทารกแรกเกิด รวมทั้งการให้คำแนะนำในกิจกรรมที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกยังทำได้ไม่ถูกต้อง ตามสภาพปัญหาที่พบในแต่ละบุคคล

กิจกรรมที่ 1.2 การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม โดย การกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจ กระตุ้นให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดความมั่นใจใน ความสามารถของตน รวมทั้งเสริมแรงจิตใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปฏิบัติได้ถูกต้อง โดยกล่าว คำชื่นชมในความสามารถของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

กิจกรรมที่ 2 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้เรียนรู้ผ่านตัวแบบ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้รับประสบการณ์ทางอ้อม จากการสังเกตตัวแบบที่ประสบความสำเร็จจากการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ และเกิดความคิดคล้ายตามว่าผู้ อื่นทำได้ตนก็น่าจะทำได้ และพยายามทำให้รับรู้ว่าตนเองก็มีความสามารถจะทำพฤติกรรม นั้นๆ ได้เช่นเดียวกัน โดยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตวิธีการดูแลบุตรจากตัวแบบ สัญลักษณ์ (ภาพพลิกและคู่มือ) และตัวแบบจากชีวิตจริง (การสาธิตจากผู้วิจัย) โดยจัดกิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 2.1 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ได้สังเกต ตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์ วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการเป็นมารดา และให้สังเกตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกายขณะตั้ง ครรภ์ (การสาธิตจากผู้วิจัย)

กิจกรรมที่ 2.2 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ได้สังเกต ตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ และให้สังเกตวิธีการกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ (การสาธิตจากผู้วิจัย)



กิจกรรมที่ 2.3 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและให้สังเกตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการคลอด (การสาธิตจากผู้วิจัย)

กิจกรรมที่ 2.4 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อใช้ประกอบการสอน เรื่อง พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิดและให้สังเกตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลทารกแรกเกิด (การสาธิตจากผู้วิจัย)

กิจกรรมที่ 2.5 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ได้สังเกตตัวแบบผ่านคู่มือการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตวิธีการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา เกี่ยวกับการดูแลตนเอง การดูแลทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเตรียมตัวเพื่อดูแลทารกแรกเกิด

กิจกรรมที่ 3 จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์มีประสบการณ์ตรงจากการได้รับผลสำเร็จในการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ผ่านการทำกิจกรรมและฝึกทักษะ ซึ่งจะส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นโดยจัดกิจกรรมดังนี้ คือ เพิ่มการปฏิบัติในสิ่งที่แสดงออกถึงความสำเร็จ การมีส่วนร่วมในตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ และการลดการปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ต้องการ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกประสบความสำเร็จด้วยตนเองด้วยการฝึกทักษะประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 3.1 การออกกำลังกายในขณะตั้งครรภ์

กิจกรรมที่ 3.2 การกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์

กิจกรรมที่ 3.3 การเตรียมตัวเพื่อการคลอด

กิจกรรมที่ 3.4 การดูแลทารกแรกเกิด

กิจกรรมที่ 4 การกระตุ้นทางอารมณ์ ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ คือการสนับสนุนให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกคุ้นเคยกับสถานที่และสถานการณ์ต่างๆ ที่ต้องเผชิญ การฝึกการผ่อนคลายและการแสดงออกถึงความรู้สึกโดย

กิจกรรมที่ 4.1 การสนับสนุน ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกคุ้นเคยกับสถานการณ์และสถานที่โดยการทัวร์ห้องคลอด ประกอบด้วย การพาเยี่ยมชม ห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องทารกแรกเกิด

กิจกรรมที่ 4.2 การแสดงออกถึงความรู้สึกโดยการเปิดโอกาสและกระตุ้นให้พูดคุยและระบายความรู้สึก

5. จัดทำแผนการสอนเพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาจำนวน 4 แผนโดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ครอบคลุมเนื้อหาการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งประกอบด้วยแผนการสอน 4 เรื่องคือ

เรื่องที่ 1. การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา มีวัตถุประสงค์ดังนี้คือ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกสามารถ 1) บอกถึงการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ 2) บอกการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจในระยะตั้งครรภ์ 3) บอกการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองด้านสุขภาพอนามัยในระหว่างตั้งครรภ์ 4) บอกสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงและอาการผิดปกติที่ต้องมาพบแพทย์ และ 5) ปฏิบัติการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ด้วยตนเองได้ ภายในแผนการสอนประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และจิตใจในระยะตั้งครรภ์ ความสำคัญของการดูแลตนเองในระยะตั้งครรภ์ การปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์ด้านการพักผ่อน การออกกำลังกาย โภชนาการ การทำงาน การรักษาความสะอาดในด้านอนามัยส่วนบุคคล การขับถ่าย พฤติกรรมทางเพศระหว่างตั้งครรภ์ การใช้ยาในหญิงตั้งครรภ์และประโยชน์ของการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

เรื่องที่ 2. พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ มีวัตถุประสงค์ดังนี้ คือ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกสามารถ 1) อธิบายพัฒนาการของทารกในครรภ์ได้ 2) บอกประโยชน์ของการกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ได้ 3) บอกวิธีกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ได้ และ 4) ปฏิบัติวิธีการกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ได้ ภายในแผนการสอนประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับความสำคัญของการส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างมารดาและทารก พัฒนาการของทารกในครรภ์ การเรียนรู้ที่จะสื่อสารกับทารกในครรภ์ การสัมผัสกับทารกในครรภ์ ความต้องการของทารกในครรภ์ อุปกรณ์เครื่องใช้ที่จำเป็นสำหรับทารกแรกเกิด และประโยชน์ของการกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์

เรื่องที่ 3. การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเพื่อการคลอด มีวัตถุประสงค์ดังนี้คือเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกสามารถ 1) อธิบายการเปลี่ยนแปลงของกระบวนการเจ็บครรภ์และการคลอด 2) บอกอาการที่ควรมาโรงพยาบาล 3) บอกอุปกรณ์และเอกสารที่ต้องนำมาด้วยเมื่อมาโรงพยาบาล และ 4) ปฏิบัติการหายใจในระยะต่างๆ ของการคลอดด้วยตนเองได้ ภายในแผนการสอนประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับ ความสำคัญของการเตรียมหญิงตั้งครรภ์เพื่อการคลอด กระบวนการเจ็บครรภ์และการคลอด (สาเหตุของการเจ็บครรภ์ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเจ็บครรภ์ ระยะของการคลอด และกลไกการคลอดปกติ เทคนิคการลดความเจ็บปวด การใช้ยาในระยะคลอด การใช้สูติศาสตร์หัตถการต่างๆ การเตรียมตัวมาโรงพยาบาล (อาการนำสู่ระยะคลอด การเตรียมของใช้และการปฏิบัติตัว) และประโยชน์ของการเตรียมตัวเพื่อการคลอด

เรื่องที่ 4 พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ คือ เพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถ 1) อธิบายพฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด 2) อธิบายวิธีการตอบสนองของความ ต้องการของทารกแรกเกิด 3) แสดงวิธีอุ้มบุตรในท่าโอบกอดทารกไว้ในอ้อมแขน ทำอุ้มลูกบอล ทำอุ้มประสานสายตา และทำอุ้มทารกให้เธอได้ อย่างถูกต้อง และ 4) แสดงวิธีการอาบน้ำบุตรได้ถูกต้อง ภายในแผนการสอนประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมของทารกแรกเกิดและความต้องการ ได้แก่ ด้านการกิน การนอน การร้องไห้ และการดูแลทารกประจำวัน ประกอบด้วย การให้นม การอุ้ม การอาบน้ำสระผม การทำความสะอาดหลังการขับถ่าย การเปลี่ยนผ้าอ้อม การห่อตัว การปลอบโยน และประโยชน์ของการรับรู้ พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด

6. จัดทำภาพพลิกประกอบการสอนซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองเพื่อใช้ประกอบการสอน 4 เรื่อง คือ เรื่องที่ 1 การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา เรื่องที่ 2 พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ เรื่องที่ 3 การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด เรื่องที่ 4 พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด ภาพพลิกทั้ง 4 ชุด ประกอบด้วยรูปและข้อความที่สอดคล้องกับแผนการสอน

7. จัดทำคู่มือการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยเนื้อหาดังนี้คือ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและจิตใจขณะตั้งครรภ์ วิธีการดูแลตนเองขณะตั้งครรภ์ (การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน การเดินทาง และสัญญาณเตือนภัยในระยะตั้งครรภ์) พัฒนาการทารกในครรภ์ วิธีการส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดาและทารก การเตรียมตัวเพื่อการคลอด พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิดและวิธีการดูแลทารกแรกเกิด

### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา แผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือที่สร้างขึ้น ปรีกษาอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจแก้ไขเนื้อหาและภาษาที่ใช้ แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 6 ท่าน (แสดงรายชื่อในภาคผนวก) ประกอบด้วย พยาบาลมารดาและทารก 2 ท่าน อาจารย์พยาบาลมารดาและทารก 3 ท่าน เพื่อหาความตรงตามเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสมของภาษา รูปแบบและความเหมาะสมของกิจกรรม ตลอดจนการจัดลำดับของเนื้อหาและความเหมาะสมของเวลาในแต่ละกิจกรรม โดยถือเกณฑ์ผู้ทรงคุณวุฒิมีความเห็นตรงกัน ร้อยละ 80 จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีการผลิตสื่อจำนวน 1 ท่าน เพื่อดูความสอดคล้องและความเหมาะสมของสื่อกับเนื้อหา หลังจากนั้นนำโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา แผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือที่

ผ่านการตรวจสอบแล้วมาปรับปรุงแก้ไข ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิที่เชี่ยวชาญร่วมกับ อาจารย์ที่ปรึกษาโดยมีประเด็นแก้ไข 3 ประเด็น คือ

- 1) ควรปรับปรุงเนื้อหาของกิจกรรม บางกิจกรรมให้ครอบคลุมมากขึ้น ใช้ภาษาเขียนที่อ่านแล้วเข้าใจง่ายไม่ควรใช้ภาษาวิชาการมากเกินไป
- 2) ควรปรับระยะเวลาในบางกิจกรรมให้เหมาะสม
- 3) ควรปรับตัวอักษรในคู่มือ ให้เป็นแบบมีหัว และขนาดภาพประกอบ บางภาพเล็กเกินไป ควรขยายให้เห็นรายละเอียด

โดยผู้วิจัยได้ปรับปรุงและแก้ไขทั้ง 3 ประเด็นดังนี้ คือ เพิ่มเติมเนื้อหาประโยชน์ของการเตรียมตัวเพื่อการคลอด ในแผนการสอนที่ 3 (เรื่องการเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเพื่อการคลอด) ปรับเนื้อหากระบวนการคลอดให้กระชับ และปรับเวลาจาก 1 ชั่วโมง - 1 ½ ชั่วโมง เป็น 50-60 นาที ในแผนการสอนที่ 4 (เรื่องพฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด) ปรับเนื้อหาการตอบสนองความต้องการของทารกแรกเกิด และปรับเวลาจาก 50-60 นาที เป็น 30-45 นาที ในคู่มือการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปรับแบบอักษรในคู่มือเป็นแบบมีหัว และขยายภาพการห่อตัว การเช็ดตา วิธีการอุ้ม การสระผม การฟอกสบู่ด้านหลัง การเช็ดสบู่ออก การอุ้มทารกกลางอ่าง การอุ้มเพื่ออาบน้ำด้านหน้า และการอุ้มเพื่ออาบน้ำด้านหลัง เพื่อให้เห็นรายละเอียดชัดเจน

จากนั้นผู้วิจัยนำเครื่องมือมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุดแต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเดียวกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ใช้ในการวิจัย โดยทดลองสอนหญิงตั้งครรภ์เป็นรายกลุ่มกลุ่มละ 3-5 คน เพื่อประเมินแผนการสอน และอุปกรณ์ต่างๆ ไปใช้ และทดสอบความเป็นปรนัย (Objectivity) เพื่อดูความแจ่มชัดของภาษา และความเข้าใจของกลุ่มตัวอย่างแล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

## ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

2.1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลประกอบด้วย อายุ สถานภาพสมรส ความพร้อมในการตั้งครรภ์ ประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็ก ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือนของครอบครัว และความเพียงพอของรายได้

2.2 แบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก โดยดัดแปลงจากแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่น ของเยาว์ลักษณะ เสรีเสถียร (2543: 81) ค่า Reliability เท่ากับ .88 ซึ่งสร้างตามกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของหญิงตั้งครรภ์ ของ May

and Mahlmeister (1994: 177-179) ซึ่งครอบคลุม 6 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับการตั้ง  
 ครรภ์มี 8 ข้อ ได้แก่ข้อ 1-8 ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารกในครรภ์มี 6 ข้อ ได้แก่ข้อ 9-14  
 ด้านการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเองมี 7 ข้อ ได้แก่ข้อ 15-21 ด้านการปรับตัวต่อการ  
 เปลี่ยนแปลงทางด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างคู่สมรสมี 8 ข้อ ได้แก่ข้อ 22-29 ด้านการเตรียมตัวเพื่อ  
 การคลอดและการเป็นมารดามี 8 ข้อ ได้แก่ข้อ 30-37 และด้านการยอมรับการเป็นมารดามี 7  
 ข้อ ได้แก่ข้อ 38-44 เป็นข้อความทางด้านบวกจำนวน 26 ข้อ ข้อความทางด้านลบ 18 ข้อ  
 ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่เป็นจริงมากที่สุด ถึงไม่เป็นจริงเลย  
 โดยมีเกณฑ์ดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงมากที่สุด (80-100%)
เป็นจริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงมาก (60-79%)
เป็นจริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงปานกลาง (40-59%)
เป็นจริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงเพียงบางส่วน (20-39%)
ไม่เป็นจริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงของท่านเลย (0-19%)

การให้คะแนนมีดังนี้ ข้อความด้านบวก ให้ 5 คะแนน ถึง 1 คะแนน  
 สำหรับการตอบเป็นจริงมากที่สุดถึงไม่เป็นจริงเลย ข้อความด้านลบจะให้คะแนนตรงกันข้าม  
 คะแนนรวมทั้งหมดของแบบวัดแปรผลดังนี้คือ คะแนนสูงหมายถึง มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่  
 การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ดี ค่าคะแนนต่ำหมายถึง มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การ  
 เป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ได้ไม่ดี กำหนดเกณฑ์ประเมินระดับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การ  
 เป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์รายด้านและโดยรวมโดยกำหนดร้อยละของคะแนนออกเป็น 4 ช่วงดัง  
 นี้

คะแนนตั้งแต่ร้อยละ 80 ขึ้นไป	ถือว่า	มีการปรับตัวในระดับดี
คะแนนอยู่ระหว่างร้อยละ 60 - 79.9	ถือว่า	มีการปรับตัวในระดับค่อนข้างดี
คะแนนอยู่ระหว่างร้อยละ 40 - 59.9	ถือว่า	มีการปรับตัวในระดับปานกลาง
คะแนน น้อยกว่าร้อยละ 40	ถือว่า	มีการปรับตัวในระดับไม่ดี



## การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบค่าความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยผู้วิจัยนำแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาเนื้อหาความเหมาะสมและความครอบคลุมของข้อคำถาม แล้วนำไปตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความถูกต้องของภาษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ที่มีคุณสมบัติดังนี้ อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลมารดาและทารก จำนวน 3 ท่าน พยาบาลด้านการพยาบาลสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา จำนวน 2 ท่าน

ผู้วิจัยนำแบบประเมินที่ผ่านการตรวจสอบแก้ไข และให้ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณหาดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content validity index (Polit and Hungler, 1995: 352) และใช้เกณฑ์ค่า Content validity index มากกว่า .8 (Davis, 1992: 105) โดยการคำนวณจากผลการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับค่านิยมเชิงปฏิบัติการหรือกรอบทฤษฎี และกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็นเป็น 4 ระดับ โดยเริ่มจาก 1 หมายถึง ข้อคำถามไม่สอดคล้องกับค่านิยม 2 หมายถึง ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุงอย่างมาก จึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม 3 หมายถึง ข้อคำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนปรับปรุงเล็กน้อย จึงจะมีความสอดคล้องกับนิยาม และ 4 ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับนิยาม (Polit and Beck, 2004: 423) ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา Content validity index เท่ากับ .95 หลังจากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยมีข้อเสนอแนะใน 3 ประเด็นดังนี้

- 1) ข้อ 5 ฉันไปฝากครรภ์และไปตรวจครรภ์ตามนัด ควรเพิ่มคำขยายว่าฉันตั้งใจไปฝากครรภ์ทุกครั้ง ปรับแก้เป็น ฉันตั้งใจไปฝากครรภ์และไปตรวจครรภ์ตามนัดทุกครั้ง
- 2) ข้อ 17 ฉันรู้สึกเบื่อนายรำคาญที่มีอาการ ปัสสาวะบ่อย/ เหนื่อยง่าย/ ปวดหลัง เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ศึกษาในหญิงตั้งครรภ์ ในช่วงไตรมาสที่ 3 เพราะฉะนั้นควรระบุถึงอาการไม่สุขสบายในช่วงไตรมาสที่ 3 แล้วยกตัวอย่าง ปรับแก้เป็น ฉันรู้สึกเบื่อนายรำคาญเมื่อมีอาการไม่สุขสบาย เช่น มีอาการปัสสาวะบ่อย/ เหนื่อยง่าย/ ปวดหลัง/ เป็นตะคิว
- 3) ข้อ 37 ฉันมั่นใจว่าฉันจะคลอดอย่างปลอดภัย ควรเพิ่มเงื่อนไขว่า ได้เตรียมตัวเพื่อการคลอดแล้วทำให้มั่นใจ ปรับแก้เป็น ฉันได้เตรียมตัวเพื่อการคลอดทำให้ฉันมั่นใจว่าฉันจะคลอดอย่างปลอดภัย

ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยผู้วิจัยนำวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ที่ตรวจสอบความตรงตาม

เนื้อหาและผ่านการแก้ไข ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเดียวกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ใช้ในการวิจัยจำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้ไปคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' s coefficient alpha) พบว่าความสัมพันธ์รายข้ออยู่ในเกณฑ์ดีทุกข้อ คือ ความสัมพันธ์รายข้อมากกว่า .2 ทุกข้อ และไม่พบข้อคำถามที่ติดลบ (Polit and Hungler, 1999) ซึ่งผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้ค่าความเที่ยงโดยรวม และแยกรายด้านดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 1** ค่าความเที่ยงของแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

องค์ประกอบของการปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	จำนวนข้อ	ค่าความเที่ยง
การยอมรับการตั้งครรภ์	8	.81
การสร้างสัมพันธภาพกับทารกในครรภ์	6	.73
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง	7	.77
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส	8	.69
การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นมารดา	8	.76
การยอมรับการเป็นมารดา	7	.77
การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาโดยรวม	44	.90

### ชุดที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการกำกับการทดลอง

ประกอบด้วยสมุดบันทึกลูกกรักของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เพื่อใช้บันทึกจำนวนครั้งของการเข้าร่วมวิจัย บันทึกโดยผู้เข้าร่วมวิจัยและผู้วิจัยเห็นรับทราบ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยต้องเข้าร่วมกิจกรรมครบทุกครั้ง ถ้าผู้เข้าร่วมวิจัยเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบผู้วิจัยจะทำการตัดหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกรายนั้นออกจากการทดลอง และแบบสอบถามเพื่อวัดการรับรู้ความสามารถของการเป็นมารดาหลังการเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Bandura, 1997) และการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al.,

1999: 53; 2000: 133) ประกอบด้วยแบบสอบถามจำนวน 12 ข้อ เพื่อใช้ตรวจสอบว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเกิดการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา โดยกลุ่มตัวอย่างเลือกตอบในส่วนของการตอบว่าสามารถทำได้มากกว่าร้อยละ 80 ของแบบสอบถาม ซึ่งแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างเกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองจากกิจกรรมที่จัดขึ้น

### วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยแบ่งขั้นตอนดำเนินการทดลองเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 ระยะเวลาเตรียมการก่อนทดลอง ขั้นที่ 2 ระยะเวลาดำเนินการทดลอง และขั้นที่ 3 ระยะเวลาหลังการทดลอง ดังรายละเอียดดังนี้

#### 1 ระยะเวลาเตรียมการก่อนทดลอง

ระยะเวลาเตรียมการก่อนการทดลองเริ่มตั้งแต่ เดือน พฤศจิกายน 2546 ถึง เดือน มกราคม 2547 รวมทั้งสิ้น 3 เดือน ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

- 1.1 ผู้วิจัยรวบรวม สร้าง และทดสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 1.2 ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเสนอผู้บังคับการโรงพยาบาลตำรวจ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก
- 1.3 ผู้วิจัยเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ ต่อคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โรงพยาบาลตำรวจ เพื่อขออนุญาตทำการศึกษาวิจัยในมนุษย์ในโรงพยาบาล
- 1.4 เมื่อได้รับการอนุมัติจากผู้บังคับการโรงพยาบาลตำรวจ และคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โรงพยาบาลตำรวจ ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอก งานการพยาบาลสูติ-นรีเวชวิทยา แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอใช้สถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 1.5 ผู้วิจัยเข้าพบหัวหน้าแผนกผู้ป่วยนอกงานการพยาบาล สูติ-นรีเวชวิทยา เพื่อแนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย แผนการดำเนินการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย รายละเอียดเกี่ยวกับ การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การพิทักษ์สิทธิของผู้ป่วย เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย
- 1.6 ผู้วิจัยไปที่แผนกผู้ป่วยนอกงานการพยาบาลสูติ-นรีเวชวิทยา ของโรงพยาบาลตำรวจเพื่อสำรวจรายชื่อ และศึกษาประวัติของหญิงตั้งครรภ์ในแผนกฝากครรภ์ จากเวชระเบียน เลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

1.7 ทำการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก และจัดกลุ่มตัวอย่างตั้งสองมีลักษณะใกล้เคียงกันมากที่สุด ในด้านความพร้อมในการมีบุตรและประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กอ่อน (matched pair) โดยจัดให้กลุ่มควบคุมจำนวน 20 ราย กลุ่มทดลองจำนวน 20 ราย รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 40 ราย

## 2 ระยะดำเนินการทดลอง (แผนภูมิที่ 3)

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง เริ่มตั้งแต่วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2547 ถึง 12 เมษายน 2547 โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

### 2.1 ผู้วิจัยดำเนินการในกลุ่มควบคุมดังนี้

1) ผู้วิจัยติดต่อกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ที่แผนกฝากครรภ์ขณะรอตรวจผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการทำวิจัยพร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย

2) หลังจากได้รับความร่วมมือ และยินยอมจากหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกแล้ว ผู้วิจัยจึงสอบถามข้อมูลทั่วไป และให้ตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก (Pre-test) โดยผู้วิจัยอยู่ในบริเวณใกล้เคียงเพื่ออธิบายเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสงสัยหรือไม่เข้าใจคำชี้แจงหรือข้อคำถาม และผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบวัด และทำการนัดหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอีกครั้งใน สัปดาห์ที่ 6 ซึ่งตรงกับวันที่หญิงตั้งครรภ์ต้องมาตรวจครรภ์ตามนัดของโรงพยาบาล โดยทำการแจกบัตรนัด

3) เมื่อครบสัปดาห์ที่ 6 ตามนัด ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างสร้างสัมพันธภาพ พูดคุยซักถามอาการทั่วไปของหญิงตั้งครรภ์ และขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก โดยผู้วิจัยอยู่ในบริเวณใกล้เคียง เพื่ออธิบายเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสงสัยหรือไม่เข้าใจคำชี้แจงหรือข้อคำถาม

### 2.2 ผู้วิจัยดำเนินการในกลุ่มทดลองดังนี้

ครั้งที่ 1 (อายุครรภ์ 30-32 สัปดาห์)

ผู้วิจัยปฏิบัติเช่นเดียวกับข้อ 1-2 ในกลุ่มควบคุม จากนั้นดำเนินการตามขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาดังนี้

1) ผู้วิจัยให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา

2) จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ใช้ประกอบการสอน เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา

3) ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสังเกตตัวแบบที่ประสบความสำเร็จในกิจกรรม การออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ (สาธิตจากผู้วิจัย)

4) ผู้วิจัยสังเกตการแสดงการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา เกี่ยวกับการฝึกทักษะในกิจกรรม การออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ โดยให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัยให้กำลังใจและเสริมแรงจูงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปฏิบัติได้ถูกต้อง

5) แจกคู่มือการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และทำการนัดพบครั้งที่ 2 ซึ่งเป็นสัปดาห์ที่ 2 ของการทำกิจกรรม โดยวันนัดตรงกับวันที่หญิงตั้งครรภ์ต้องมาตรวจครรภ์ตามนัดของโรงพยาบาล ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเซ็นชื่อเข้าร่วมกิจกรรมในสมุดบันทึกลูกรักและผู้วิจัยเซ็นรับทราบและผู้วิจัยทำการแจกบัตรนัด

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 2 อายุครรภ์ 32-34 สัปดาห์)

1) ผู้วิจัยเข้าพบหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ตามนัดหมาย พูดคุยซักถามเกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกและสภาพทารกในครรภ์ จากนั้นเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์ได้พูดคุย และระบายความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาที่ผ่านมา โดยผู้วิจัยให้คำแนะนำเพิ่มเติมและชี้แนะแนวทางแก้ไขตามความเหมาะสมเพื่อลดสิ่งรบกวนทางอารมณ์

2) ผู้วิจัยให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่อง พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์

3) จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ใช้ประกอบการสอน เรื่อง พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์

4) ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสังเกตประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในกิจกรรมการส่งเสริมพัฒนาการทารกในครรภ์ (สาธิตจากผู้วิจัย)

5) ผู้วิจัยสังเกตการแสดงบทบาทมารดาในระยะตั้งครรภ์ เกี่ยวกับการฝึกทักษะในกิจกรรมการส่งเสริมพัฒนาการทารกในครรภ์ โดยให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัยให้กำลังใจและเสริมแรงจูงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปฏิบัติได้ถูกต้อง

6) ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเซ็นชื่อเข้าร่วมกิจกรรมในสมุดบันทึกลูกรักโดยผู้วิจัยเซ็นรับทราบและทำการนัดพบครั้งที่ 3 ซึ่งเป็นสัปดาห์ที่ 4 ของการทำกิจกรรมโดยวันนัดตรงกับวันที่หญิงตั้งครรภ์ต้องมาตรวจครรภ์ตามนัดของโรงพยาบาล และผู้วิจัยทำการแจกบัตรนัด



### ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 4 อายุครรภ์ 34-36 สัปดาห์)

1) ผู้วิจัยเข้าพบหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ตามนัดหมาย พูดคุย ซักถาม เกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกและสภาพทารกในครรภ์ จากนั้นเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์ได้พูดคุย และระบายความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาที่ผ่านมา โดยผู้วิจัยให้คำแนะนำเพิ่มเติมและชี้แนะแนวทางแก้ไขตามความเหมาะสมเพื่อลดสิ่งเร้าทางอารมณ์

2) ผู้วิจัยให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่องการเตรียมหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด

3) จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ใช้ประกอบการสอน เรื่องการเตรียมหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด

4) ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสังเกตประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในกิจกรรม เทคนิคการลดความเจ็บปวดในระยะคลอด (สาธิตจากผู้วิจัย)

5) ผู้วิจัยจัดทัวร์ห้องคลอด โดยการพาชมสถานที่หญิงตั้งครรภ์ต้องเผชิญในวันคลอด

6) ผู้วิจัยสังเกตการแสดงบทบาทมารดาในระยะตั้งครรภ์ เกี่ยวกับการฝึกเทคนิค เพื่อลดความเจ็บปวดในระยะคลอด โดยให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัย ให้กำลังใจและเสริมแรงจูงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปฏิบัติได้ถูกต้อง

7) ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเซ็นชื่อเข้าร่วมกิจกรรมในสมุดบันทึกถูกรักโดยผู้วิจัยเซ็นรับทราบและทำการนัดพบครั้งที่ 4 ซึ่งเป็นสัปดาห์ที่ 6 ของการทำกิจกรรมโดยวันนัดตรงกับวันที่หญิงตั้งครรภ์ต้องมาตรวจครรภ์ตามนัดของโรงพยาบาลและผู้วิจัยทำการแจกบัตรนัด

### ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 6 อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์)

1) ผู้วิจัยเข้าพบหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ตามนัดหมาย พูดคุย ซักถาม เกี่ยวกับสภาพร่างกายและจิตใจของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกและสภาพทารกในครรภ์ จากนั้นเปิดโอกาสให้หญิงตั้งครรภ์ได้พูดคุย และระบายความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาที่ผ่านมา โดยผู้วิจัยให้คำแนะนำเพิ่มเติมและชี้แนะแนวทางแก้ไขตามความเหมาะสม เพื่อลดสิ่งเร้าทางอารมณ์

2) ผู้วิจัยให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม เรื่อง พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด

3) จัดให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้สังเกตตัวแบบผ่านภาพพลิกที่ใช้ประกอบการสอน เรื่อง พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด

4) ให้นักวิจัยตั้งโครงการวิจัยรุ่นแรก สังเกตประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในกิจกรรม การดูแลทารกแรกเกิด (สาธิตจากผู้วิจัย)

5) ผู้วิจัยสังเกตการแสดงบทบาทมารดาในระยะตั้งครรภ์ เกี่ยวกับการฝึกทักษะในการดูแลทารกแรกเกิด โดยให้คำปรึกษาเมื่อมีปัญหาหรือข้อสงสัย ให้กำลังใจและเสริมแรงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกปฏิบัติได้ถูกต้อง และผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเซ็นชื่อเข้าร่วมกิจกรรมในสมุดบันทึกถูกรักโดยผู้วิจัยเซ็นรับทราบ

### 3 ระยะเวลาหลังการทดลอง

3.1 ภายหลังจากผู้วิจัยปฏิบัติกิจกรรมสุดท้ายเสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยขอความร่วมมือให้นักหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ตอบแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถของการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

3.2 ผู้วิจัยขอความร่วมมือให้นักหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก โดยผู้วิจัยจะอยู่บริเวณใกล้เคียงเพื่อ อธิบายเมื่อหญิงตั้งครรภ์สงสัยหรือไม่เข้าใจคำชี้แจงหรือข้อคำถาม เมื่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกเสร็จ ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของการตอบแบบวัด

3.3 แจ้งให้นักหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกทราบว่าถึงการสิ้นสุดการเป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้พร้อมทั้งแสดงความขอบคุณ

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเสนอผู้บังคับการโรงพยาบาลตำรวจ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล และเสนอโครงร่าง วิทยานิพนธ์ต่อคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ดังรายละเอียดที่กล่าวไว้ในข้อ 1.3 และ 1.4 ในระยะเตรียมการก่อนทดลอง

2. ผู้วิจัยสำรวจรายชื่อและศึกษาประวัติของหญิงตั้งครรภ์ในแผนกฝากครรภ์จากเวชระเบียน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง และจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มควบคุมดังนี้

3.1 ผู้วิจัยติดต่อกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ที่แผนกฝากครรภ์ ขณะรอตรวจ ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการทำวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย

3.2 หลังจากได้รับความร่วมมือ และยินยอมจากหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกแล้วผู้วิจัยจึงสอบถามข้อมูลทั่วไป และให้ตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก และทำการนัดหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นอีกครึ่งใน สัปดาห์ที่ 6 ซึ่งตรงกับวันที่หญิงตั้งครรภ์ต้องมาตรวจครรภ์ตามนัดของโรงพยาบาล โดยทำการแจกบัตรนัด

3.3 เมื่อครบสัปดาห์ที่ 6 ตามนัด ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง และขอความร่วมมือให้ตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มทดลองดังนี้

4.1 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับข้อ 3.1-3.2 ในกลุ่มควบคุม

4.2 ภายหลังจากตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกแล้ว ผู้วิจัยให้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาจนครบ 4 ครั้ง รวมระยะเวลา 6 สัปดาห์ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก

5. นำข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความถูกต้องก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม SPSS/FW (Statistical Package for the Social Science for Windows) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง นำมาวิเคราะห์ โดยใช้สถิติพื้นฐาน คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา โดยใช้สถิติ Dependent t-test

3. เปรียบเทียบความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกหลังการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent t-test



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจะเสนอเป็นลำดับดังนี้

- ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา
- ตอนที่ 3 เปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม อายุ สถานภาพสมรส ความพร้อมในการตั้งครอบครัวและประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็ก

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มทดลอง (n = 20)		กลุ่มควบคุม (n = 20)		รวม (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
อายุ						
14 - 16 ปี	2	10.0	3	15.0	5	12.5
17 - 19 ปี	18	90.0	17	85.0	35	87.5
สถานภาพสมรส						
อยู่กับสามีและ จดทะเบียนสมรส	7	35.0	9	45.0	16	40.0
อยู่กับสามีไม่ได้ จดทะเบียนสมรส	13	65.0	11	55.0	24	60.0
ความพร้อมในการตั้งครอบครัว						
มีความพร้อม	8	40.0	8	40.0	16	40.0
ไม่มีความพร้อม	12	60.0	12	60.0	24	60.0
ประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็ก						
มีประสบการณ์	9	45.0	9	45.0	18	45.0
ไม่มีประสบการณ์	11	55.0	11	55.0	22	55.0

จากตารางที่ 2 ลักษณะของหญิงตั้งครอบครัววัยรุ่นแรกทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 17 - 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 87.5 สถานภาพสมรสอยู่กับสามีโดยไม่ได้จดทะเบียนสมรส คิดเป็นร้อยละ 60.0 ไม่มีความพร้อมในการตั้งครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 60.0 และไม่มีประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็ก คิดเป็นร้อยละ 55.0

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม ระดับการศึกษา อาชีพและ รายได้ของครอบครัว

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มทดลอง (n = 20)		กลุ่มควบคุม (n = 20)		รวม (n = 20)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา						
ประถมศึกษา	4	20.0	5	25.0	9	25.0
มัธยมศึกษา	9	45.0	6	30.0	15	37.5
อนุปริญญา	6	30.0	8	40.0	14	35.0
ปริญญาตรี	1	5.0	1	5.0	2	2.5
อาชีพ						
งานบ้าน	3	15.0	4	20.0	7	17.5
รับจ้าง	11	55.0	9	45.0	20	50.0
ค้าขาย	3	15.0	4	20.0	7	17.5
เกษตรกร	1	5.0	2	10.0	3	7.5
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	2	10.0	1	5.0	3	7.5
รายได้ของครอบครัว						
รายได้เพียงพอและเหลือเก็บ	3	15.0	4	20.0	7	17.5
รายได้เพียงพอกับรายจ่าย	13	65.0	10	50.0	23	57.5
รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย	2	10.0	3	15.0	5	12.5
ไม่มีรายได้	2	10.0	3	15.0	5	12.5

จากตารางที่ 3 ลักษณะของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 37.5 รายได้เพียงพอกับรายจ่าย คิดเป็นร้อยละ 57.5 และครึ่งหนึ่งมีอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 50.0

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อน และหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
การยอมรับการตั้งครรภ์	21.900	2.023	22.550	2.438	.917
การสร้างสัมพันธภาพกับทารก ในครรภ์	15.850	1.871	16.550	1.904	1.172
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ในตนเอง	18.900	2.613	20.650	1.694	2.513
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส	22.650	2.497	23.550	2.305	1.184
การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและ การเป็นมารดา	19.1500	1.899	20.350	1.926	1.983
การยอมรับบทบาทมารดา	19.400	2.562	18.700	2.867	.814
รวม	117.850	3.407	118.800	6.444	1.196

จากตารางที่ 4 พบว่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาของกลุ่มทดลองเท่ากับ 117.850 ส่วนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 118.800 ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 5** เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกของกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ก่อนและหลังการทดลอง

การปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
การยอมรับการตั้งครรภ์	22.550	2.438	23.500	1.986	1.831
การสร้างสัมพันธภาพกับทารก ในครรภ์	16.550	1.904	17.200	1.542	1.453
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ในตนเอง	20.650	1.694	20.750	1.669	0.567
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส	23.550	2.305	24.550	2.235	1.000
การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและ การเป็นมารดา	20.350	1.926	21.200	1.735	1.000
การยอมรับบทบาทมารดา	18.700	2.867	19.150	2.587	1.453
รวม	118.800	6.444	119.700	7.167	1.143

จากตารางที่ 5 พบว่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ก่อนการทดลองเท่ากับ 118.800 ส่วนค่าคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดลองเท่ากับ 119.700 ซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 6** เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาก่อนและหลังได้รับโปรแกรม

การปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
การยอมรับการตั้งครรภ์	21.900	2.023	29.750	1.943	16.081*
การสร้างสัมพันธภาพกับทารก ในครรภ์	15.850	1.871	23.750	1.648	13.841*
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ในตนเอง	18.900	2.613	26.950	1.538	15.937*
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส	22.650	2.467	31.200	2.525	14.792*
การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและ การเป็นมารดา	19.1500	1.899	31.900	2.826	19.076*
การยอมรับบทบาทมารดา	19.400	2.562	28.150	2.942	13.092*
รวม	117.850	3.850	171.700	8.278	30.713*

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 6 พบว่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเท่ากับ 117.850 ส่วนค่าคะแนนเฉลี่ยภายหลังการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเท่ากับ 171.700 ซึ่งสูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตอนที่ 3 เปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การปรับตัวด้าน บทบาทหน้าที่การเป็นมารดา	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
การยอมรับการตั้งครรภ์	29.750	1.943	23.500	1.986	10.057*
การสร้างสัมพันธภาพกับทารก ในครรภ์	23.750	1.618	17.200	1.542	13.13*
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ในตนเอง	26.950	1.538	20.750	1.669	12.806*
การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส	31.200	2.525	24.550	2.235	11.469*
การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและ การเป็นมารดา	31.900	2.826	21.200	1.735	17.125*
การยอมรับบทบาทมารดา	28.150	2.942	19.150	2.587	12.953*
รวม	171.700	8.278	119.700	7.167	21.236*

\*p < .05

จากตารางที่ 7 พบว่าคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก หลังการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาของกลุ่มทดลองเท่ากับ 171.700 ส่วนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 119.700 ซึ่งสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก โดยใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The pretest-posttest control group design) โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาและกลุ่มควบคุม คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ มีวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาและเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

สมมติฐานของการวิจัย คือ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก หลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

ประชากรที่ศึกษา คือหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกอายุไม่เกิน 19 ปี ที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์ สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาในครั้งนี้ คือ หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกอายุไม่เกิน 19 ปีที่มาฝากครรภ์ในคลินิกฝากครรภ์โรงพยาบาลตำรวจระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2547 ถึง เดือน เมษายน 2547 จำนวน 40 คน ผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยการสุ่มตามวันด้วยวิธีการจับฉลากคัดเลือกวันที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกมารับบริการตรวจครรภ์ จำนวน 5 วัน โดยจัดให้ 3 วันแรกที่จับฉลากได้เป็นกลุ่มทดลอง และ 2 วันหลังเป็นกลุ่มควบคุมทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับกลุ่มทดลองโดยกำหนดให้กลุ่มตัวอย่างวันละไม่เกิน 5 คน จนครบจำนวน 20 คน ด้วยวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลากแล้วจึงทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับกลุ่มควบคุมในวันที่กำหนดไว้โดยลักษณะของกลุ่มควบคุมต้องมีลักษณะใกล้เคียงกันหรือมีความเท่าเทียมกันมากที่สุดในด้านความพร้อมในการมีบุตรและประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กก่อน เพื่อให้สอดคล้องกับกลุ่มทดลองจนครบ 20 คู่

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีดังนี้ คือ 1) โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ประกอบด้วย กิจกรรมการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา แผนการสอน ภาพพลิก และคู่มือ ที่ได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิและได้นำไปทดลองใช้ก่อนนำไปใช้จริง 2) แบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content validity index เท่ากับ .95 ตรวจสอบเที่ยงของเครื่องมือโดยนำเครื่องมือไปทดลองใช้และนำไปหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ได้เท่ากับ .90

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนการดำเนินการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก (Pre-test) สำหรับขั้นตอนดำเนินการทดลอง กลุ่มควบคุมจะได้รับการดูแลตามปกติ ตามที่ทางโรงพยาบาลได้จัดให้หญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการฝากครรภ์ ประกอบด้วย การตรวจครรภ์และการให้ความรู้คำแนะนำการปฏิบัติตัวในระยะตั้งครรภ์โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม 2 ครั้ง คือ ช่วงไตรมาสที่ 1-2 ของการตั้งครรภ์ เรื่อง การปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ เรื่อง เกี่ยวกับการคลอด จากพยาบาลวิชาชีพประจำแผนกฝากครรภ์ ส่วนกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาประกอบด้วยกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา โดยจัดกิจกรรมเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน รวมทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45 นาที – 1 ชั่วโมง ห่างกันทุก 2 สัปดาห์ตามการนัดตรวจครรภ์และเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการดำเนินการทดลอง ด้วยแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก (Post-test) ซึ่งใช้เวลาในการตอบแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกประมาณ 25-30 นาที

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยใช้โปรแกรม SPSS/FW เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย ร้อยละและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนและหลังได้รับโปรแกรม โดยใช้สถิติ Dependent t-test และเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Independent t-test กำหนดระดับนัยสำคัญ ที่ระดับ .05

## สรุปผลการวิจัย

1. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรกหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก ผลการวิจัยสามารถอภิปรายตามสมมติฐานได้ ดังนี้

1. คະแนน การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกภายหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา สูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตารางที่ 6) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ที่ว่าการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม

สามารถอภิปรายผลการศึกษาได้ว่า ผลการศึกษานับสนับสนุนแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของ Bandura (1997) ซึ่งกล่าวว่า เป็นการรับรู้ความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมใดๆ ที่เฉพาะเจาะจง การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิด เป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้และการกระทำและจะนำไปสู่การประเมินความสามารถของตนเองในการเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ เพื่อที่จะปฏิบัติพฤติกรรมที่ต้องการ นั่นคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมที่ต้องการได้ ก็willแสดงถึงความสามารถนั้นออกมาด้วยการกระทำแม้จะมีอุปสรรคหรือความยากลำบาก ก็willมีความอดทน อุตสาหะ ไม่ท้อถอยง่าย ทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จในที่สุด สำหรับวิธีการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้นเกิดจากการเรียนรู้ข้อมูลได้จากแหล่งต่างๆ 4 แหล่งประกอบด้วย วิธีแรก คือการประสบความสำเร็จในการกระทำ วิธีที่สอง คือการได้เห็นตัวแบบไม่ว่าจะเป็นตัวแบบที่มีชีวิตหรือตัวแบบสัญลักษณ์ วิธีที่สาม คือการได้รับคำแนะนำและการ

ชักจูงด้วยคำพูดโดยใช้ร่วมกับการประสบความสำเร็จในการกระทำ เพื่อสนับสนุนการตัดสินใจที่สามารถของตนเองของบุคคล และวิธีที่สี่ คือการพัฒนาความพร้อมทางสภาพร่างกายและอารมณ์ เนื่องจากการรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการคิดที่จะช่วยสร้างพลังให้กับบุคคลเกิดความรู้สึกที่ว่า “ฉันทำได้” (Ross, 1992) เป็นตัวเชื่อมระหว่างการรับรู้และการกระทำ (Moore, 1990: 22-23) นั่นคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะกระทำพฤติกรรมที่ต้องการได้ ก็จะแสดงถึงความสามารถนั้นออกมาด้วยการกระทำ การศึกษาครั้งนี้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต้องมีการเรียนรู้เกี่ยวกับ พฤติกรรมการเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ซึ่งประกอบ ด้วยวิธีการดูแลตนเองและทารกในครรภ์ การพัฒนาและสร้างความรักความผูกพันที่มีต่อบุตร การเตรียมตัวเพื่อการคลอด การฝึกทักษะเพื่อการดูแลทารกแรกเกิด (Griffin and Verzemnieks, 1991: 124; Griffin et al., 1999: 53; 2000: 133)

การศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างได้รับ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาที่ผู้วิจัยจัดขึ้น โดยการใช้คำพูดชักจูงให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตน เกิดความพยายามและมีกำลังใจที่จะเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ ผ่านการให้ความรู้โดยการสอนเป็นรายกลุ่มแก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกในเรื่องการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ การเตรียมตัว หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อการคลอด และพฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิดซึ่งข้อมูลด้านความรู้และวิธีการตัวเพื่อการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์นี้ สอดคล้องกับความต้องการของหญิงตั้งครรภ์กลุ่มนี้ (จวงจันท์ สุทธิศิริ, 2534; Montgomery, 2003) ประกอบกับ รูปแบบที่เหมาะสมสำหรับการให้ข้อมูลในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก คือ การให้ความรู้ด้วยการสอนเป็นกลุ่ม การใช้สื่อภาพพลิก การใช้คู่มือ รวมทั้งการสาธิต (Drake, 1996) การให้คำแนะนำในกิจกรรมที่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นยังทำได้ไม่ถูกต้องตามสภาพปัญหาที่พบในแต่ละบุคคล การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยการกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจ กระตุ้นให้หญิงตั้งครรภ์เกิดความมั่นใจในความสามารถของตน รวมทั้งเสริมแรงจูงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติได้ถูกต้องโดยกล่าวคำชื่นชม เนื่องจากการชักจูงชี้แนะด้วยวาจาจากบุคคลที่เป็นที่ยอมรับให้มีความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ที่ต้องเผชิญ รวมทั้งพฤติกรรมที่ควรปฏิบัติเมื่อเผชิญกับสถานการณ์นั้นโดยการบอกว่าบุคคลนั้นมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ ซึ่งบุคคลจะประเมินด้วยกระบวนการทางปัญญา ถ้าพฤติกรรมนั้นไม่ยากเกินกำลังความสามารถของตนเองบุคคลก็จะรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ในการที่จะทำให้คนเราสามารถพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Evan, 1989) ซึ่งถ้าจะให้ผลควรใช้ร่วมกับการทำให้บุคคลมีการกระทำที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง ซึ่งเป็นประสบการณ์ตรง



ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมและได้เข้าไปอยู่ในสถานการณ์จริง ซึ่งถือว่าให้ผลดีที่สุดที่ก่อให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง (วานา ชาวหา, 2533)

ผู้วิจัยจัดให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้ผ่านการปฏิบัติกิจกรรมของตัวแบบ ก่อนที่จะลงมือปฏิบัติกิจกรรมเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ตรง จากการได้รับผลสำเร็จในกิจกรรมการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา โดยให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้จากประสบการณ์ทางอ้อมในรูปแบบของการบอกเล่าตามคู่มือและภาพพลิก ซึ่งข้อเขียนและรูปภาพที่ใช้ประกอบต่างๆ จัดเป็นการเรียนรู้ผ่านตัวแบบสัญลักษณ์ สำหรับคู่มือผู้วิจัยได้แจกให้กลับไปทบทวนที่บ้านตลอดระยะเวลาของการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างยังได้สังเกตเห็นวิธีการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาในเรื่อง การออกกำลังกายในขณะตั้งครรภ์ การกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการดูแลทารกแรกเกิด อันเป็นกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างสามารถเลียนแบบได้ไม่ยาก การได้สังเกตเห็นวิธีการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาจากผู้วิจัยเป็นการเรียนรู้ผ่านตัวแบบมีชีวิต ซึ่งการใช้ตัวแบบที่เป็นบุคคลจริงๆ ทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกได้มีการสังเกตและมีปฏิสัมพันธ์โดยตรง ทำให้ผู้สังเกตมั่นใจได้ว่าพฤติกรรมนั้นเหมาะสมและตนเองสามารถทำได้ (สมโภชน์ เขี่ยมสุภาษิต, 2541: 51) ทั้งการเรียนรู้ผ่านตัวแบบสัญลักษณ์และตัวแบบมีชีวิตเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ทางอ้อมก่อให้เกิดการเปรียบเทียบและเลียนแบบ ทำให้เกิดความคิดคล้ายตาม และเกิดความมั่นใจในความสามารถของตนเองว่าตนเองก็สามารถปฏิบัติกิจกรรมเหล่านั้นได้ด้วยตนเอง และมีความคิดว่าเมื่อปฏิบัติกิจกรรมเหล่านั้นแล้วจะส่งผลดีต่อตนเองและทารกในครรภ์ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างได้ฝึกทักษะในเรื่อง การออกกำลังกายในขณะตั้งครรภ์ การกระตุ้นพัฒนาการทารกในครรภ์ การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการดูแลทารกแรกเกิด เนื่องจากการฝึกให้กลุ่มตัวอย่างมีทักษะเพียงพอที่จะประสบความสำเร็จได้พร้อมๆ กับทำให้เขาทราบว่าเขามีความสามารถจะกระทำกิจกรรมนั้นจะทำให้เขาใช้ทักษะที่ได้ฝึกอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด บุคคลที่รับรู้ว่าตนเองมีความสามารถจะไม่ยอมแพ้อะไรง่าย ๆ แต่จะพยายามทำกิจกรรมนั้นให้สำเร็จ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ

นอกจากนั้นผู้วิจัยเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างระบายความรู้สึกกดดัน ความรู้สึกยุ่งยาก และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา คอยรับฟังและให้คำปรึกษาชี้แนะแนวทางแก้ไขตามปัญหาตามความเหมาะสมและให้กำลังใจ และจัดทัวร์ห้องคลอดโดยพาเยี่ยมชมห้องคลอด ตึกหลังคลอดและห้องเลี้ยงดูทารกแรกเกิดเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัวเพื่อการคลอด เนื่องจากการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเองจะเกิดผลดีถ้าหากสภาพร่างกายและอารมณ์อยู่ในภาวะผ่อนคลายไม่ตึงเครียดหรือวิตกกังวล

สอดคล้องกับการการศึกษาของ Lawranec and Melerog (1990: 19-24) กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางความคิดและเป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้กับการกระทำซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของBandura(1997) ที่กล่าวว่า การตัดสินใจจะกระทำพฤติกรรมใดๆของบุคคลเกิดจากการรับรู้ความสามารถของตนเองความรู้จากทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองและงานวิจัยที่ผ่านมาสนับสนุนว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลมากต่อพฤติกรรมสุขภาพโดยมีผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านของการรับเอาพฤติกรรมใหม่มาปฏิบัติการหยุดพฤติกรรมที่กำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันและการอ้างพฤติกรรมสุขภาพ(Holloway and Watson,2002;Schwarzer and Fuchs,1995;Strecher et al.,1986)ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุพรรณิ สุ่มเล็ก(2539) พบว่าการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาเป็นสิ่งที่เข้าร่วมในทางบวกต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ซึ่งการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาสามารถประเมินได้จากพฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสมตามบทบาทนั้น ซึ่งองค์ประกอบของพฤติกรรมบทบาทสามารถแบ่งออกเป็นพฤติกรรมการกระทำและพฤติกรรมทางด้านความรู้สึกสอดคล้องกับการศึกษาของ ศุภการณีย์ สิริภรณ์ (2543) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคมการรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดา กับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา ผลการศึกษาพบว่า การรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดา สามารถทำนายการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ ร้อยละ 46.4 ( $p < .01$ ) และการศึกษาของจากรุวรรณ รังสิยานนท์ (2540) ศึกษาผลของการเตรียมหญิงครรภ์แรกเพื่อการคลอดต่อการรับรู้ความสามารถ ของตนเอง และความคาดหวังผลลัพธ์ในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์โดยทำการศึกษาในกลุ่มหญิงครรภ์แรก จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 20 ราย ผลการวิจัยพบว่า คะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองหญิงครรภ์แรกในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์ ภายหลังการเตรียมเพื่อการคลอดสูงกว่าก่อนการเตรียมเพื่อการคลอด( $p < .001$ )และคะแนนความคาดหวังผลลัพธ์ในการเผชิญกับภาวะเจ็บครรภ์ของหญิงครรภ์แรกภายหลังการเตรียมเพื่อการคลอดสูงกว่าก่อนการเตรียมเพื่อการคลอด ( $p < .005$ ) และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Griffin et al (1999) ที่ได้จัดกิจกรรมทางการแพทย์พยาบาลสำหรับกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นโดยประกอบด้วย การให้ความรู้ด้วยการสอนเป็นรายกลุ่มขนาดเล็กการสาธิตรวมทั้งให้หญิงตั้งครรภ์ลงมือปฏิบัติและส่งเสริมให้กำลังใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติกิจกรรมสำหรับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาได้ถูกต้องหลังจากการจัดกิจกรรมพยาบาลดังกล่าวพบว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถบรรลุความสำเร็จในบทบาทการเป็นมารดา ( $p < .05$ )

2. คะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการ

พยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ดังแสดงในตารางที่ 7) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ที่ว่าการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ สามารถอภิปรายผลการศึกษานี้ได้ว่า

กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ ประกอบด้วยการตรวจครรภ์ และการให้ความรู้คำแนะนำ การปฏิบัติตัวในระยะตั้งครรภ์โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม 2 ครั้ง คือ ช่วงไตรมาสที่ 1-2 ของการตั้งครรภ์ เรื่องการปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ เรื่องเกี่ยวกับการคลอดจากพยาบาลวิชาชีพประจำแผนกฝากครรภ์ จะเห็นได้ว่ากลุ่มควบคุมได้รับการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดาค่อนข้างน้อย ส่วนใหญ่เป็นการได้รับการดูแลตนเองในระยะตั้งครรภ์ และการเตรียมตัวคลอด ซึ่งเป็นลักษณะของการให้ความรู้เพียงอย่างเดียวจากการศึกษาพบว่า การให้ความรู้เพียงอย่างเดียวไม่สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้ (Lipetz et al., 1990) จึงทำให้คะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อน และหลังการศึกษานี้พบว่ามีแตกต่างกัน ส่วนกลุ่มทดลองรับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ซึ่งจัดกิจกรรมจำนวน 4 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง ตามโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

สามารถอภิปรายผลการศึกษานี้ได้ว่า ผลการศึกษาสนับสนุนแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของ Bandura (1997) ในการสนับสนุนให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองทั้ง 4 วิธี ซึ่งวิธีแรกคือ การประสบความสำเร็จในการกระทำ วิธีที่สอง คือการได้เห็นตัวแบบไม่ว่าจะเป็นตัวแบบที่มีชีวิตหรือตัวแบบสัญลักษณ์ วิธีที่สาม คือการได้รับคำแนะนำและการชักจูงด้วยคำพูดโดยใช้ร่วมกับการประสบความสำเร็จในการกระทำเพื่อสนับสนุนการตัดสินใจความสามารถของตนเองของบุคคล และวิธีที่สี่ คือ การพัฒนาความพร้อมทางสภาพร่างกายและอารมณ์ ดังที่ได้อภิปรายผลมาแล้วในข้อ 1 สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุพรรณีกัณฑ์ดิลก (2542) พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมกรรมการปฏิบัติตัวด้านสุขภาพของมารดาวัยรุ่น ( $p < .001$ ) สมทรง เค้าฝ่าย (2541) ศึกษาผลการเตรียมมารดาต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนด และพฤติกรรมกรรมการดูแลทารก โดยทำการศึกษาในกลุ่มมารดาของทารกคลอดก่อนกำหนด จำนวน 20 ราย โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 ราย กลุ่มทดลอง 10 ราย ผลการวิจัยพบว่า มารดาที่ได้รับการเตรียมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนด สูงกว่ามารดาที่ไม่ได้

รับการเตรียม และมีพฤติกรรมการดูแลทารกถูกต้องมากกว่ามารดาที่ไม่ได้รับการเตรียม ( $p < .01$ ) และการศึกษาของ นุชนาถ สะกะมณี (2541) ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อ ความสามารถในการดำรงชีพบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด ผลการศึกษาพบว่าความสามารถในการดำรงชีพบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด ที่ได้ใช้โปรแกรมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองอยู่ในระดับมาก และความสามารถในการดำรงชีพบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ได้ใช้โปรแกรมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ ( $p < .05$ )

จากกิจกรรมดังกล่าวย่อมส่งผลให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถของตนเองสูงขึ้นและตระหนักถึงความสำคัญของการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ จึงทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาหลังการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาสูงกว่าก่อนการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา

### ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยพบว่า การใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ดีกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลปกติ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

#### 1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาทำให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ ดังนั้นจึงควรจัดโปรแกรมเฉพาะสำหรับตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก เพื่อส่งเสริมการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์

1.2 การนำโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ไปใช้นั้นผู้ปฏิบัติการพยาบาล ต้องมีทัศนคติที่ดีต่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ต้องเข้าใจแนวคิดการเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา วิธีการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง กิจกรรมการสาธิตผู้สาธิตต้องมีความพร้อมทั้งด้านทักษะและความรู้เป็นอย่างดี และควรมีห้องแยกเฉพาะสำหรับการจัดกิจกรรม

## 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มเฉพาะที่มารับฝากครรภ์ที่คลินิกในโรงพยาบาล ดังนั้นควรนำเน้นการศึกษาวิจัยในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกที่ไม่ได้มารับบริการฝากครรภ์ที่คลินิกฝากครรภ์

2.2 ศึกษาถึง การมีส่วนร่วมของบุคคลสำคัญของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกต่อการส่งเสริมการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ เนื่องจากขณะจัดกิจกรรมพบว่าสามีและมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกมีความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมด้วย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

กรมอนามัย. สถานการณ์ภาวะสุขภาพของมารดาและทารกปริกำเนิด [online]. แหล่งที่มา: <http://www.moph.go.th> [2546, มีนาคม 13]

กวรรณิการ์ กัณณะรักษา. 2531. การพยาบาลด้านจิต-สังคมในระยะตั้งครรภ์. เชียงใหม่: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

กระทรวงสาธารณสุข. 2544. แผน 9 ของกระทรวงสาธารณสุข ตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549. วารสารนโยบายและแผนสาธารณสุข. 4 (กรกฎาคม-ธันวาคม): 100-188.

กัลยา ปนสันเทียะ. 2542. การศึกษาพัฒนาการในบทบาทการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

กิดานันท์ มลิทอง. 2543. เทคโนโลยีทางการศึกษาและนวัตกรรม. กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์.

เกศรา ศรีพิชญาการ และยุพิน เพ็ชรมงคล. 2538. ปัจจัยบางประการที่มีผลต่อพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์. พยาบาลสาร 23(2): 34-41.

ขรณี สิทธิสุน. 2545. พัฒนาการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์ครรภ์แรก จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาอนามัยครอบครัว คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

จวงจันทร์ สุทธิศิริ. 2534. การวิเคราะห์รูปแบบ กระบวนการและปัญหาการสนทนสุขภาพแก่สตรีมีครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ในโรงพยาบาล กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาบริหารการพยาบาล คณะครุศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จันทร์พิมพ์ สายสมร. 2532. การผลิตสื่อการสอนสุขภาพอนามัย. ในเอกสารการสอนชุดวิชาการเรียนการสอนสุขภาพอนามัยหน่วยที่ 8-15. หน้า 527-590. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

จารุวรรณ รังสิยานนท์. 2540. ผลการเตรียมหญิงครรภ์แรกเพื่อการคลอดต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ในการเผชิญภาวะเจ็บครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- จินตนา บ้านแก่ง. 2527. บทบาทของพยาบาลผดุงครรภ์ต่อหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น. วารสารพยาบาลศาสตร์ 2(2): 28-44.
- จินตนา ยูนิพันธุ์. การสอนสุขภาพอนามัยเป็นกลุ่ม. ใน ศรีนวล สถิตวิทยานันท์ (บรรณาธิการ), เอกสารการสอนชุดวิชาการเรียนการสอนสุขภาพอนามัย หน่วยที่ 8-15, หน้า 379-421. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- จินตนา วัชรสินธุ์. 2533. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล สัมพันธภาพในชีวิตสมรส กับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงครรภ์แรก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. สาขาอนามัยครอบครัว คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชัยรัตน์ คุณาวิกติกุล และ ศศิพันธ์ สกุลสุทธรวงศ์. 2530. ผลการตั้งครรภ์ของมารดาวัยรุ่น. เชียงใหม่เวชสาร 26: 86-97.
- ณรงค์ สมพงษ์. 2530. สื่อเพื่อการเผยแพร่. กรุงเทพมหานคร: งานการพิมพ์ ฝ่ายสื่อการศึกษา สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ทองพร จันทรพัฒน์. 2543. การพยาบาลภาวะจิตสังคมของหญิงตั้งครรภ์. สงขลา: เหมการพิมพ์.
- ทัศนีย์ ประสภิตติคุณ. 2544. การรับรู้สมรรถนะของตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพ. วารสารสภาการพยาบาล 16(4): 1-12.
- ทัศนีย์ ปัญจะ. 2535. ประสิทธิผลของการเตรียมหญิงครรภ์แรกเพื่อการคลอดต่อพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในระยะเจ็บครรภ์ โรงพยาบาลแม่และเด็กนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. สาขาอนามัยครอบครัว คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นที เกื้อกุลกิจการ. 2541. การสอนผู้ป่วยในโรงพยาบาล. สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- นิภาวรรณ รัตนานนท์. 2532. ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อการตั้งครรภ์ การสนับสนุนทางสังคมกับแบบแผนการดำเนินชีวิตด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่นครรภ์แรก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นุชนาถ สะกะมณี. 2541. ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล. สาขาการพยาบาลศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- นุชรี ไล่พันธ์. 2542. ผลของการใช้โปรแกรมการสอนต่อความรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมการดูแลช่องเปิดลำไส้ของผู้ป่วยผ่าตัดเปิดลำไส้ใหญ่ออกทางหน้าท้อง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ปิยะนุช บุญเพิ่ม. 2531. การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น: แนวทางในการป้องกันและแก้ไข. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ 11 (เมษายน-มิถุนายน): 41-48.
- พรพรรณพิไล ศรีอาภรณ์. 2537. การพยาบาลครอบครัววิกฤติ: การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น. เชียงใหม่: ภาควิชาพยาบาลสูติรีเวชศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- มณีรัตน์ ภาคภูป. 2526. การรับรู้บทบาทการเป็นมารดาของหญิงมีครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. ภาควิชาการพยาบาลศึกษา คณะครุศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร. 2543. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รุ่งทิพย์ ช่างศิลา. 2544. การศึกษาพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงสูง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รุ่งทิพย์ ไชยโยียงงค์. 2544. ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อการดำรงบทบาทมารดาวัยรุ่นที่มีบุตรคนแรก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รุจา ภูไพบูลย์. 2537. การพยาบาลครอบครัว: แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้. พิมพ์ครั้งที่ 2. ขอนแก่น : ขอนแก่นการพิมพ์.
- รุจา ภูไพบูลย์. 2541. การพยาบาลครอบครัว: แนวคิดทฤษฎีและการนำไปใช้. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: วีจี พรินติ้ง.
- วัจมาย สุชวนวัฒน์. 2541. ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้พฤติกรรมทารก สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส และการแสดงบทบาทการเป็นมารดาในมารดาวัยรุ่นหลังคลอด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

- วันเพ็ญ กุลนริศ. 2530. ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อการตั้งครรภ์ ภาพลักษณ์ สัมพันธภาพของคู่สมรสกับการปรับตัวต่อการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะวิทยาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วาสนา ชาวหา. 2533. สื่อการเรียนการสอน. กรุงเทพมหานคร: โอ เอส พริ้นติ้ง เฮาส์.
- วิภากร สอนสนาม. 2543. ประสิทธิผลโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถของตนเองเพื่อพัฒนาศักยภาพมารดาต่อการเสริมสร้างคุณภาพบุตรในครรภ์ หน่วยฝากครรภ์วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานคร และวชิรพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วิไล รัตนพงษ์. 2544. ความรู้และการปฏิบัติตนด้านสุขภาพในระยะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาการเจริญพันธุ์และวางแผนครอบครัว คณะวิทยาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วิไลกุล หนูแก้ว. 2541. การสนับสนุนจากคู่สมรส สัมพันธภาพกับมารดา และพัฒนาการเตรียมตัวเพื่อรับบทบาทการเป็นมารดาในหญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศศิธร นามทวีชัยกุล. 2541. ภาวะจิตสังคมในระยะตั้งครรภ์ของหญิงครรภ์แรก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ศุภกาญจน์ สีกรภรณ์. 2543. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม การรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมทรง คำฝ่าย. 2541. ผลของการเตรียมมารดาต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลทารกคลอดก่อนกำหนด และพฤติกรรมการดูแลทารก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมโภชน์ เข้มสุภาษิต. 2541. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สมศิริ นนทสวัสดิ์ศรี. 2542. ผลของการเตรียมก่อนคลอดร่วมกับการฝึกฝนคลายกล้ามเนื้อต่อความเครียดและการเผชิญความเจ็บปวดในหญิงตั้งครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุธิดา ฉายาลักษณ์. 2531. การศึกษาสาเหตุและปัญหาของการเป็นมารดาวัยรุ่น ศึกษาเฉพาะกรณีผู้ป่วยสูติกรรมโรงพยาบาลราชวิถี. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาสังคม การแพทย์และสาธารณสุข คณะสังคมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุพรรณีย์ สุ่มเล็ก. 2538. รูปแบบเชิงสาเหตุของความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาเป็นครั้งแรก. วิทยานิพนธ์ปริญญา ดุษฎีบัณฑิต. สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุวรรณา ธาดาพิพัฒน์. 2538. ผลของการพยาบาลระบบสนับสนุนและให้ความรู้ต่อความสามารถในการดูแลตนเองและผลลัพธ์ของการตั้งครรภ์ในหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาวิชาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุสัณหา ยิ้มแย้ม. 2530. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์บทบาททางเพศ กับการปรับตัวต่อบทบาทการเป็นมารดาของหญิงครรภ์แรก. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลแม่และเด็ก คณะวิทยาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- แสงสุรีย์ ทักษณพูนชัย. 2540. ประสิทธิผลของการอบรมเพื่อการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองในการป้องกันโรคเอดส์ของหญิงตั้งครรภ์. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาอนามัยครอบครัว คณะสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อรนุช เซาภิรัชชา. 2539. ผลการสอนโดยประยุกต์ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและพฤติกรรมการปฏิบัติตัวในการป้องกันการแพร่กระจายโรคของ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาการพยาบาลศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรัญญา พวงพกา. 2540. เปรียบเทียบผลการตั้งครรภ์ระหว่างมารดาวัยรุ่นกับมารดาอายุ 20-30 ปี ในโรงพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี พ.ศ. 2537-2539. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาการเจริญพันธุ์และการวางแผนครอบครัว คณะวิทยาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อุษา เชื้อหอม. 2544. การเตรียมตัวเพื่อการคลอด. (ม.ป.ท.).



## ภาษาอังกฤษ

- Andrews, H. A., and Roy, C. 1991. Essentials of The Roy adaptation model. In S. C. Roy and H. A. Andrews (eds.), The Roy adaptation model: The definitive statement, pp. 3-25. Connecticut: Appleton & Lange.
- Bandura, A. 1977. Social learning theory. New Jersey: Englewood Cliffs.
- Bandura, A. 1986. Social foundation of thought and action: A social cognitive theory. Norwalk: Appleton & Lange.
- Bandura, A. 1997. Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman and company.
- Buckley, K., and Kulb, N. W. 1993. High risk maternity nursing manual. 2<sup>nd</sup> ed. Baltimore: Williams and Wilkins.
- Burns, N., and Grove, K. S. 1993. The practice of nursing research. 2<sup>nd</sup> ed. W.B.Saunders Company: Philadelphia.
- Burns, N., and Grove, K. S. 2001. The practice of nursing research. 4<sup>th</sup> ed. W.B.Saunders Company: St. Louis.
- Clark, A. N., Affonso, D. D., and Harris, T. R. 1979. Childbearing: A nursing perspective. 2<sup>nd</sup> ed. Philadelphia: F. A. Davis.
- Cropley, C. 1979. Assessment of mothering behaviors. In S. H. Johnson, (ed.), High-risk parenting: nursing assessment and strategies for the family at risk, pp 125-148. Philadelphia: J. B. Lippincott.
- Davis, L. 1994. Instrument review: Getting the most from your panel of experts. Applied Nursing Research 5: 104-107.
- Dickason, E. G. 1994. Maternal - infant nursing care. Philadelphia: Mosby.
- Dickason, E. G., Silverman, D. Z., and Schult, M. D. 1994. Maternal - infant nursing care. Louis: The C. V. Mosby.
- Drake, P. 1996. Addressing developmental need of pregnant adolescents. JOGNN 25(6): 518-524.
- Dunkley, J. 2000. Health promotion in midwifery practice: A resource for health professionals. China: Harcourt Publishers Limited.

- Fathalla, M. F., Rosenfield, A., Indriso, C., Sen, D. K., and Ratnam, S. S. 1990. Adolescent sexuality and pregnancy. In The FIGO manual of human reproduction, Reproductive health Global Issues, pp. 101-119. New Jersey: The Parthenon Publishing Group.
- Fawles. E. R. 1996. Relationships among prenatal maternal attachment, presence of postnatal depressive symptom, and maternal role attainment. JSPN 1 (July-September): 75-82.
- Froman, R. D., and Owen, S. D. 1990. Mothers' and nurses perception of infant care skill. Research in Nursing and Health 13: 247-253.
- Gaffney, K. F. 1992. Nursing practice model for maternal role sufficiency. Advanced Nursing Science 15 (2): 76-78.
- Gilbert, E. S. and Harmon, J. S. 1989. Maternal Newborn Nursing. Philadelphia: W. B. Saunders.
- Gorrie, T. M. 1994. High-risk pregnancy and deliver nursing. Philadelphia: W. B. Saunders.
- Griffin, K. F. 1993. Maternal role attainment. IMAGE: Journal of Nursing Scholarship 23(3): 257-262.
- Griffin, K. F., Anderson, N. L., Verzemnieks, I., and Brecht, M. L. 2000. A public health nursing early intervention program for adolescent mothers: Outcomes from pregnancy through 6 weeks postpartum. Nursing Research 49 (3): 130-138.
- Griffin, K. F., Mathenge, C., Anderson, N. L., and Verzemnieks, I. 1999. An early intervention program for adolescent mothers: A nursing demonstration project. JOGNN 28(1): 51-59.
- Griffin, K. F. and Verzemnieks, I. 1991. Effects of nursing intervention on adolescents' maternal role attainment. Issues In Comprehensive Pediatric Nursing, 14: 121-138.
- Hale, J. K., and Trumetta, S. L. 1996. Woman' s self-efficacy and sexually transmitted disease preventive behaviors. Research in nursing and Health 19(April): 101-110.

- Hall, W. A. 1994. Adolescent childbearing and parentin. IN K. A May. and L. R. Mahlmeister (eds.), Maternal and neonatal nursing : Family-centered care 3<sup>rd</sup> ed, pp. 87-102. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Harner, H. M., Burgess, A. W., and Asher, J. B. 2001. Caring for pregnant teenagers: Medicolegal issues for nurses. JOGNN 30 (2): 139-147.
- Harvey, D. 1987. Parent-infant relationships. New York: John Wiley & Sons.
- Holloway, A. and Watson, H. E. 2002. Role of self-efficacy and behaviors change. International journal of nursing Practice 8: 106-115.
- Hurlock, E. B. 1967. Adolescent development. 3<sup>rd</sup> ed. New York: McGraw-Hill Book.
- Jensen, M. D. 1981. Foundations of maternal-newborn nursing. 2<sup>nd</sup> ed. Baltimore: Williams & Wikns.
- Jensen, M. D., and Bobak, I. M. 1985. Maternity and gynecologic care: The nurse and the family. 3<sup>rd</sup> ed. Louis: The C. V. Mosby.
- Johnson, P. A. 1994. Adolescent sexuality, pregnancy, and parenthood. In I. M. Bobak and M. D. Jensen (eds.), Maternity & Gynecologic care: The nurse and the family 5<sup>th</sup> ed, pp. 1016-1043. Saint Louise: Mosby Year-book.
- Kemp, V. H., Sibley, D. E., and Pond, E. F. 1990. A comparison of adolescent and adult mothers on factors affecting maternal role attainment. Maternal-Child Nursing Journal 19 (1): 62-75.
- Kyes, J. J., and Hofling, C. K. 1974. Basis psychiatric concepts in nursing. 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: J. B. Lippincoff.
- Ladewig, P. W., London, M. L., and Olds, S. B. 1994. Marriages and family: Making choices and facing change. 5<sup>th</sup> ed. California: Cummings Publishing.
- Lawrance, L., and McLeroy, K. R. 1986. Self-efficacy and health education. Journal of Scholl Health 56: 317-327.
- Lawrance, L., Levy, S. R., and Rubinson. 1990. Self-efficacy and AIDS prevention for pregnant teen. Journal of Scholl Health 60: 19-23.
- Lazarus, R. S., and Folkman, H. A. 1984. Stress, appraisal and coping. New York: Spinger.
- Lipetz, M., Bussigel, M., Bannerman, J., and Risley, B. 1990. What is wrong patient education program? Nursing Outlook 38: 184-189.

- Logsdon, M. C., Birkimer, J. C., Ratterman, A. Cahill, K., and Caill, N. 2002. Social support in pregnant and parenting adolescent: Research, critique, and recommendations. Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing 15(2): 75-83.
- Lowe, N. K. 1991. Maternal confidence in coping with labor: A self-efficacy concept. Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing 20: 457-463.
- Lowe, N. K. 1993. Maternal confidence for labor: Development of the childbirth self-efficacy intervention. Research in Nursing and Health 16: 141-149.
- Majewski, J. L. 1986. Conflicts, satisfactions, and attitudes during transition to the maternal role. Nursing Research 35 (1), 10-14.
- Mann, P. S. 2001. Introductory statistics. 4<sup>th</sup> ed. New York: John Wiley and Sons.
- Martell, L. K. 1990. The mother-daughter relationship during daughter's first pregnancy: The transition experience. Holistic Nurs Pract 4(3): 47-55.
- May, K. A. and Mahlmeister, L. R. 1994. Maternal and neonatal nursing: Family-centered care. 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia : J.B. Lippincott.
- Mercer, R. T. 1985. The process of maternal role attainment over the first year. Nursing research 34(4): 198-204.
- Mercer, R. T. 1981. A theoretical framework for studying factor that impact on the maternal role. Nursing Research 30 (March-April): 73-77.
- Montgomery, K. S. 2003. Nursing care for pregnant adolescents. JOGNN 32 (2): 249-257.
- Moore, M. L. 1983. Realities in childbearing. Philadelphia : W. B. Saunders.
- Moore, M. L. 1990. Using self efficacy in teaching self care to the elderly. Holistic Nursing Practices 4: 22-28.
- Moore, M. L. 2000. Adolescent pregnancy rates in three European countries: Lessons to be learned. JOGNN 29(4): 355-362.
- Murray, S. S., McKinney, E. S., and Gorrie, T. M. 2002. Foundation of maternal-newborn nursing. 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: W.C. Saunders.
- Nelson, A. M. 2003. Transition to motherhood. Journal of Obstetric, Gynecological, and Neonatal Nursing 23(4): 465-477.

- Novak, J. C., and Broom, B. L. 1995. Maternal and Child health nursing. 8<sup>th</sup> ed. St. Louise: The C.V.Mosby.
- Nuwayhid, K. A. 1991. Role transition, distance and conflict. In S. C. Roy and H. A. Andrews (eds.), The Roy model: The definitive statement, pp 363-376. Norwalk: Appleton & Lange.
- Peters, N. J., and Theorell, C. J. 1991. Fetal and neonatal effects of maternal cocaine use. Journal of Obstetric, Gynecological, and Neonatal Nursing, 20(2), 121-126.
- Pilliteri, A. 1992. Maternal and child health nursing. Philadelphia: J. B. Lippincott.
- Polit, D. F., and Hunger, B. P. 1999. Nursing research: Principles and methods. 6<sup>th</sup> ed, Philadelphia: Lippincott.
- Polit, D. F., and Hunger, B. P. 1995. Nursing research: Principles and methods. 5<sup>th</sup> ed, Philadelphia: Lippincott.
- Polit, D. F., and Beck, C. T. 2004. Nursing research principles and methods. 7<sup>th</sup> ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Reeders, S. J., Martin, L. I., and Griffin, K. F. 1997. Maternity nursing: Family, newborn, and women's health care. 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: J. B. Lippincott.
- Ross, A. O. 1992. The sense of self: Research and theory. New York: Springer.
- Rossi, A. S. 1986. Transition to parenthood. Journal of Marriage and Family (February): 26-39.
- Rowe, G. P. 1981. The developmental conceptual framework to the study of the family. In F. I. Ney and F. M. Berardo. (ed.), Emerging conceptual frameworks in family analysis New York: Praeger.
- Roy, S. C. 1984. Introduction to nursing: An adaptation model. 2<sup>nd</sup> ed. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Roy, S. C., and Andrews, H. A. 1999. The Roy Adaptation Model. 2<sup>nd</sup> ed. Connecticut: Appleton & Lange.
- Rutkowaska, E., and Klusek, C. L. 2002. The role of physical activity in preparing for pregnancy and delivery in Poland. Health Care for Women International 23: 919-923.



- Schunk, D. H. and Allen, V. L. 1984. Self-efficacy model. In J. D. Matarcezzo (ed.), Behavioral health a handbook of health enhancement and disease prevention, pp. 230-247. New York: A Weiley-Interscience Publication.
- Schunk, D. S., and Carbonari, J. P. 1984. Self-efficacy model. In J. D. Matarcezzo (ed.), Behavioral health a hanbooak of health enhancement and disease prevention. pp. 230-247. New York: A Weiley-Interscience.
- Schuster, C. S., and Ashburn, S. S. 1992. The process of human development: A holistic life-span approach. 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: J. B. Lippincott.
- Smoke, J., and Grace, M. C. 1988. Effectiveness of prenatal care and education for pregnant adolescents: Nurse-midwifery intervention and team approach. Journal of Nurse- Midwifery 33(4): 178-184.
- Sommer, K.; Whitman, T. L.; Borkowaski, J.G.; Schellen-bach, C.; Maxwell, S. and Keogh, D. 1993. Congnitive readiness and adolescent parenting. Developmental Psychology. 29(2): 389-398.
- Terner, et al. 1990. Promoting family-centered care in high risk pregnancy. Journal of Prenatal & Neonatal Nursing 10(1): 27-42.
- Thorn, R. H., and Nardi, P. M. 1975. The dynamics of role acquistition. American Journal of Sociology 80 (4): 870-885.
- Williams, R. P. 1995. Family dynamics of pregnancy. In I. M. Bobak., D. I. Lowdermilk and M. D. Jensen (eds.), Maternity nursing. 4<sup>th</sup> ed, pp. 109-122. St. Louise: Mosby.
- Ziegle, E. E., and Cranley, M. S. 1984. Obstetric nursing. 8<sup>th</sup> ed. New York: Macmillan.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

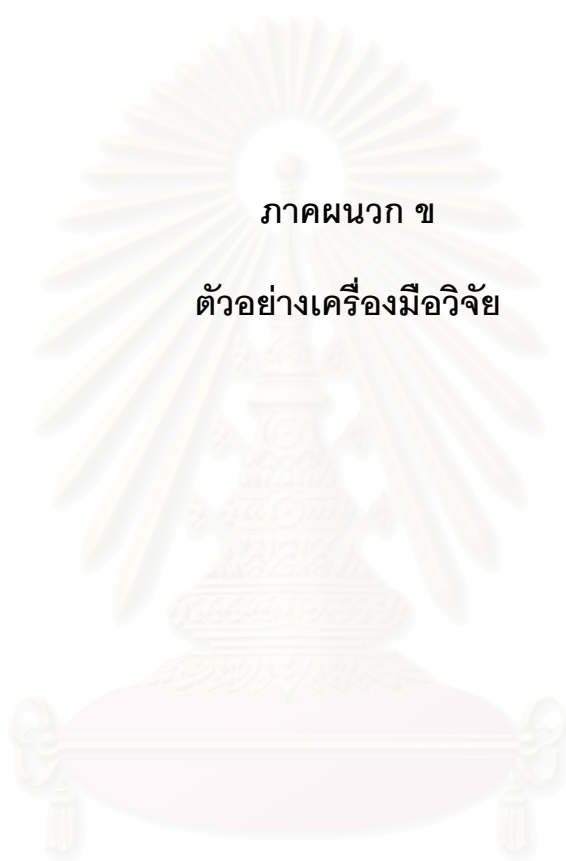
## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เยาวลักษณ์ เสรีเสถียร      อาจารย์พยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พวงน้อย สาควรรตกุล      อาจารย์พยาบาล ภาควิชาพยาบาลศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล
3. พันตำรวจตรีหญิงดวงกมล ปิ่นเฉลียว      อาจารย์พยาบาล ภาควิชาสูติ-นรีเวชวิทยา  
วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ
4. นางกนกวรรณ เวสสธาดา      ผู้อำนวยการ ภาควิชาพยาบาลศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล
5. นางสาวดาวัลย์ ผาสุข      พยาบาลวิชาชีพ 7  
วิทยาลัยแพทยศาสตร์กรุงเทพมหานคร  
และวชิรพยาบาล
6. นายอนิรุทธ์ สติมัน      อาจารย์ ภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างเครื่องมือวิจัย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตัวอย่าง

โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา



โดย

นางสาวสุนิดา ชูแสง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นิสิตปริญญาโทบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

<b>วิธีการส่งเสริมการรับรู้ ความสามารถของตนเอง</b>	<b>แนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรม</b>
<p><b>วิธีที่ 1. การใช้คำพูดชักจูง วัตถุประสงค์</b></p> <p>เพื่อช่วยให้หญิง ตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเชื่อ ว่าตนเองมีความสามารถที่ จะประสบความสำเร็จในการ ปรับตัวด้านบทบาทหน้าการ เป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ที่ มารดาารู้สึกว่ายาก และไม่ มั่นใจในความสามารถของตน เอง</p>	<p><b>กิจกรรมที่ 1 การใช้คำพูดชักจูง</b></p> <p>การใช้คำพูดชักจูง เป็นการใช้คำพูดอธิบาย การให้คำ แนะนำ ชักชวนและการกระตุ้นเพื่อให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์ แรกเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จใน การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ และมั่นใจในความสามารถของตนเอง โดยการใช้คำพูดชักจูง ให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตน เกิดความพยายาม และมีกำลังใจที่จะเตรียมตัวเพื่อการเป็น มารดาในระยะตั้งครรภ์ ผ่านการให้ความรู้โดยการสอนเป็นราย กลุ่มและการกระตุ้นให้กำลังใจโดยการจัดกิจกรรมดังนี้คือ</p> <p><b>กิจกรรมที่ 1.1 การให้ความรู้</b> โดยการสอนเป็น รายกลุ่มแก่หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกดังรายละเอียดดังนี้</p> <p>ครั้งที่ 1 เรื่อง การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา (อายุครรภ์ 30-32 สัปดาห์)</p> <p>ครั้งที่ 2 เรื่อง พัฒนาการลูกน้อยในครรภ์ (อายุครรภ์ 32-34 สัปดาห์)</p> <p>ครั้งที่ 3 เรื่อง การเตรียมตัวหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกเพื่อ การคลอด (อายุครรภ์ 34-36 สัปดาห์)</p> <p>ครั้งที่ 4 เรื่อง พฤติกรรมและความต้องการของทารกแรกเกิด (อายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์)</p> <p><b>กิจกรรมที่ 1.2 การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่ เหมาะสม</b> โดยการกล่าวสนับสนุน ให้กำลังใจ กระตุ้นให้ หญิงตั้งครรภ์เกิดความมั่นใจในความสามารถของตน รวมทั้ง เสริมแรงจูงใจเมื่อหญิงตั้งครรภ์ปฏิบัติได้ถูกต้อง โดยกล่าวคำ ชื่นชมในความสามารถของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก.....</p>

ตัวอย่าง

แผนการสอน

เรื่อง

การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา



โดย

นางสาวสุนิดา ชูแสง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นิสิตปริญญาโทบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แผนการสอนเรื่อง**

การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา

**ผู้สอน**

นางสาวสุนิดา ชูแสง

**ผู้เรียน**

หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรก ที่มีอายุครรภ์ 30-32 สัปดาห์

**เวลาสอน**

30-45 นาที

**สถานที่**

หน่วยฝากครรภ์ แผนกสูติรีเวชวิทยา

**วัตถุประสงค์**

หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถ

1. บอกการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจระยะตั้งครรภ์ได้
2. บอกความสำคัญของการดูแลตนเองด้านร่างกายและจิตใจระยะตั้งครรภ์ได้
3. บอกวิธีการปฏิบัติตัวในการดูแลตนเองด้านร่างกายและจิตใจระยะตั้งครรภ์ได้
4. บอกสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงและอาการผิดปกติที่ต้องมาพบแพทย์
5. ปฏิบัติวิธีการออกกำลังกายขณะตั้งครรภ์ด้วยตนเองได้

วัตถุประสงค์	เนื้อหา	กิจกรรมการสอน	สื่อการสอน	เวลา	ประเมินผล
	<p><b>บทนำ</b></p> <p>เมื่อตั้งครรภ์ร่างกายของผู้หญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงไปจากปกติอย่างมาก เช่น การทำงานของอวัยวะต่างๆ เพิ่มมากขึ้น หน้าท้องยื่นขยาย มดลูกและเต้านมโตขึ้นเพื่อรองรับสมาชิกใหม่ในครรภ์ที่มีการเจริญเติบโตพัฒนาการไปอย่างช้าๆ ของทารกซึ่งต้องใช้เวลาดังกล่าวทั้งหมดประมาณ 40 สัปดาห์ เพื่อสร้างอวัยวะต่างๆ ให้ครบถ้วนและทำงานได้สมบูรณ์เมื่อคลอดออกมาแม้ว่าการตั้งครรภ์จะไม่ใช่อะไรที่เจ็บปวดแต่จากการเปลี่ยนแปลงอย่างมากเช่นนี้ ร่างกายของเราจึงต้องการการดูแลเอาใจใส่ที่ดีและเหมาะสม การปฏิบัติตัวให้ถูกต้องในขณะที่ตั้งครรภ์ จะทำให้หญิงตั้งครรภ์มีความสุข สุขภาพไม่เสื่อมโทรมเป็นผลให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงทั้งแม่และลูก</p>				
	<p><b>1. โภชนาการขณะตั้งครรภ์</b></p>				
<p>หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถบอกถึงอาหาร</p>	<p>หญิงตั้งครรภ์ต้องการอาหารที่มีคุณค่าเพิ่มมากขึ้น เพื่อการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์และอวัยวะต่างๆ ของหญิงตั้งครรภ์ที่เปลี่ยนแปลงเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่ตั้งครรภ์ร่างกายมีความต้องการอาหารเพิ่มมากขึ้น ผู้ที่ตั้งครรภ์ต้องรับประทานอาหารให้เพียงพอโดยมีน้ำหนักตัวเพิ่มตลอดการตั้งครรภ์ประมาณ ...</p>	<p>ถามถึงอาหารที่รับประทานเป็นประจำ ทั้งจำนวนและชนิด และผู้วิจัยอธิบาย...</p>	<p>ภาพพลิก (รูปอาหาร 5 หมู่สำหรับหญิงตั้งครรภ์)</p>		<p>สังเกตความสนใจของผู้เรียนและการมีส่วนร่วม.....</p>



ตัวอย่าง  
ภาพพลิก  
เรื่อง  
การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา



โดย

นางสาวสุนิดา ชูแสง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นิติตปริญาณมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## การเตรียมตัวเพื่อการเป็นมารดา



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่าง  
คู่มือ  
เรื่อง  
การดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก



โดย

นางสาวสุนิดา ชูแสง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นิติตปริญาณมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## อิริยาบถที่ถูกต้อง

การดำรงไว้ซึ่งอิริยาบถที่ถูกต้องในระหว่างตั้งครรภ์เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดอาการปวดหรือการบาดเจ็บที่หลังของคุณแม่

☺ **การยืน** ท่ายืนที่ถูกต้องและสบาย สำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์ คือ การยืนตรง หน้าตรง เท้าแยกจากกันเล็กน้อย ทิ้งน้ำหนักทั้งหมดลงระหว่างส้นเท้าและกลางเท้า เข้าคิง คอและศีรษะตั้งตรง ปล่อยไหล่ตามสบาย การฝึกท่ายืนนี้จะช่วยให้กล้ามเนื้อยืดออก ลดอาการปวดหลังได้และทำให้ร่างกายอยู่ในท่าสง่างาม

☺ **การเดิน** ก่อนจะเดินได้ถูกต้อง คุณแม่ต้องเริ่มจากการยืนที่ถูกต้องมาก่อน แล้วเมื่อขณะเดินให้ยืดหน้าท้องขึ้น แล้วค่อยๆ เดินไปข้างหน้าเรื่อยๆ ไม่ต้องรีบร้อน จะได้ไม่เหนื่อยและรู้สึกสบาย แต่ถ้าคุณแม่เดินขึ้นบันไดควรระวัง ให้มาก โดยต้องวางเท้าให้เต็มขั้นบันได ใช้กล้ามเนื้อขาพยุงตัวในขณะที่ตัวตั้งตรง ไม่เอนตัวไปข้างหน้า และควรจับราวบันไดด้วย



รูปที่ 1 การยืน



รูปที่ 2 การเดิน

☺ **การนั่ง** ท่านั่งที่ดีควรนั่งให้หลังตรง ไหล่และสะโพกชิดพนักเก้าอี้ เก้าอี้ที่คุณแม่นั่งก็ควรมีขนาดพอดี ไม่สูงหรือเตี้ยเกินไป แขนวางไว้ที่ตักหรือที่วางแขน วางเท้าราบกับพื้นหรือวางบนที่พักเท้า วางขาตามสบาย ถ้ามีโอกาสควรนั่งยกปลายเท้าให้สูงเท่าระดับลำตัวบ้าง เพื่อให้เลือดไหลกลับสู่หัวใจได้สะดวกและจะช่วยลดบวม

☺ **การนอน** ในระยะแรกของการตั้งครรภ์ ท่านอนหงายอาจเป็นท่าที่สบายแต่ในระยะท้ายของการตั้งครรภ์ไม่ควรนอนหงายนานๆ เพราะน้ำหนักของมดลูกจะกดลงบนเส้นเลือดใหญ่ในช่องท้อง ทำให้คุณแม่รู้สึกอึดอัด ไม่สบายอาจจะหน้ามืดเป็นลมได้ท่านอนที่เหมาะสมที่สุดสำหรับคุณแม่ส่วนใหญ่ได้แก่ นอนตะแคงเพราะน้ำหนักท้องจะไม่กดเส้นเลือดใหญ่ในช่องท้อง ช่วยให้การไหลเวียนของเลือดกลับสู่หัวใจได้ตามปกติไม่เกิดความดันโลหิตต่ำ



รูปที่ 3 การนั่ง



รูปที่ 4 การนอน

☺ **การลุกขึ้นจากท่านอน** ควรตะแคงตัวไปด้านใดด้านหนึ่งแล้วพยุงตัวด้วยแขนทั้งสองค่อยๆ ดันตัวลุกทางด้านข้าง การทำเช่นนี้จะช่วยลดความตึงของกล้ามเนื้อหลังและกล้ามเนื้อหน้าท้อง

## แบบสอบถามการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาวิจัย เพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก”

### แบบสอบถามนี้ ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบวัดแบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิง  
ตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตัวอย่างรายชื่อ.....

วันที่เก็บข้อมูล.....

## แบบสอบถามข้อมูล

1. อายุ ..... ปี
2. จบการศึกษาในระดับ
 

<input type="checkbox"/> ประถมศึกษา	<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษา
<input type="checkbox"/> อุดมศึกษา	<input type="checkbox"/> อื่นๆ ระบุ.....
3. ปัจจุบันประกอบอาชีพ.....
4. รายได้ของครอบครัว..... บาท/เดือน
 

<input type="checkbox"/> รายได้เพียงพอเหลือเก็บ	<input type="checkbox"/> รายได้เพียงพอกับรายจ่าย
<input type="checkbox"/> รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย	<input type="checkbox"/> ไม่มีรายได้
5. สถานภาพสมรส
 

<input type="checkbox"/> อยู่กับสามีและจดทะเบียนสมรส	<input type="checkbox"/> อยู่กับสามีไม่ได้จดทะเบียนสมรส
<input type="checkbox"/> แยกกันอยู่กับสามี	
6. ผ่าครรภ์ครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์..... สัปดาห์
7. อายุครรภ์ปัจจุบัน..... สัปดาห์
8. ท่านคิดว่าตนเองมีความพร้อมในการตั้งครรภ์ครั้งนี้หรือไม่
 

<input type="checkbox"/> พร้อม	<input type="checkbox"/> ไม่พร้อม
--------------------------------	-----------------------------------
9. ท่านมีประสบการณ์การเลี้ยงดูเด็กเล็กก่อนหรือไม่
 

<input type="checkbox"/> มี	<input type="checkbox"/> ไม่มี
-----------------------------	--------------------------------

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบวัดการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

**คำชี้แจง** แบบวัดนี้ต้องการทราบ ความนึกคิดและการปฏิบัติของท่านในระยะตั้งครรภ์เกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อรับบทบาทการเป็นมารดา โปรดอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบและกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องตัวเลขที่ตรงกับความคิดเห็นท่านมากที่สุด ในแต่ละข้อของแบบสอบถาม ขอให้ท่านตอบเพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบทุกข้อ แต่ละข้อมีคำตอบให้เลือกดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงมากที่สุด
เป็นจริงส่วนมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงของท่านมากแต่ยังไม่มากที่สุด
เป็นจริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงของท่านเพียงครึ่งหนึ่ง
เป็นจริงเล็กน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงของท่านเพียงส่วนน้อย
ไม่เป็นจริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติตามความเป็นจริงของท่านเลย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงส่วนมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงเล็กน้อย	ไม่เป็นจริงเลย
1. ฉันไม่ได้สนใจที่จะไปตรวจสอบว่าตั้งครรรค์จริงหรือไม่แม้ว่าประจำเดือน จะขาดหลายเดือน					
2. ฉันรู้สึกสมหวังและดีใจที่ทราบว่าฉันตั้งครรรค์					
3. เมื่อรู้ว่าตั้งครรรค์ฉันกระตือรือร้นที่จะแจ้งให้สามีและญาติพี่น้องทราบ					
4. การตั้งครรรค์ในช่วงนี้ทำให้ฉันยุ่งยากและมีปัญหามากขึ้น					
5. ฉันตั้งใจไปฝากครรรค์และไปตรวจครรรค์ตามนัดทุกครั้ง					
6. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ใครๆ ให้ความสนใจหรือพูดถึงแต่ลูกในท้องมากกว่าจะสนใจฉัน					
7. ฉันคิดว่าร่างกายฉันแข็งแรงเพียงพอที่จะให้กำเนิดบุตรได้					
8. ฉันรู้สึกภาคภูมิใจเมื่อทราบว่าตนเองกำลังจะเป็นแม่					
9. ฉันรู้สึกรักลูกตั้งแต่ฉันรู้ว่าตนเองตั้งครรรค์					
10. ฉันรู้สึกว่าลูกในท้องเป็นส่วนเกินที่ฉันไม่ต้องการ					
11. ฉันพูดคุยกับลูกในท้องของฉันทุกวัน					
12. ฉันสัมผัสสลูกของฉันโดยการลูบคลำทางหน้าท้อง					
13. ฉันรู้สึกรำคาญเมื่อลูกในครรรค์ดิ้น					
14. ฉันเฝ้านี้ถึงลักษณะหน้าตาของลูกในท้องว่าเป็นเด็กน่ารักและเลี้ยงง่าย					

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงส่วนมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงเล็กน้อย	ไม่เป็นจริงเลย
15. เมื่อรู้ว่าตั้งครรรค์ฉันพยายามบำรุงร่างกายให้แข็งแรง					
16. ฉันรู้สึกหงุดหงิดที่ร่างกายของฉันเริ่มอ้วนและเคลื่อนไหวไม่คล่องแคล่วเหมือนเดิม					
17. ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายรำคาญเมื่อมีอาการไม่สบาย เช่น มีอาการปัสสาวะบ่อย/เหนื่อยง่าย/ปวดหลัง/เป็นตะคริว					
18. ฉันรู้สึกอายนที่การตั้งครรรค์ทำให้ฉันรูปร่างอ้วนและมองดูน่าเกลียด					
19. ฉันมีอาการแพ้ท้อง คลื่นไส้และอาเจียน มากจนคิดไม่อยากตั้งครรรค์ต่อไป					
20. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ ฉันพูดคุยกับสามี ญาติ หรือเพื่อนสนิทเพื่อให้สบายใจขึ้น					
21. เมื่อครรรค์โตขึ้น ฉันระมัดระวังสุขภาพของฉันมากขึ้นเพื่อให้ลูกแข็งแรง					
22. เมื่อครรรค์โตขึ้นฉันขอร้องให้สามีช่วยทำงานบางอย่างแทนฉัน					
23. ฉันรู้สึกว่ารูปร่างที่เปลี่ยนไปของฉันทำให้สามีไม่แสดงความรักใคร่ต่อฉันอย่างเช่น ที่เคยเป็น					
24. ฉันและสามีมักมีเรื่องขัดแย้ง หรือปากเสียงกันเกี่ยวกับการตั้งครรรค์ของฉัน					

ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงส่วนมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงเล็กน้อย	ไม่เป็นจริงเลย
25. ฉันและสามีร่วมกันวางแผนเกี่ยวกับการเตรียมตัวสำหรับการคลอดและเลี้ยงดูลูก					
26. สามีของฉันแสดงความสนใจเอาใจใส่ฉันน้อยลงเมื่อฉันตั้งครรภ์					
28. ตั้งแต่ทราบว่าตั้งครรภ์ฉันและสามีพยายามหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์					
29. แม้ว่าฉันและสามีมีเพศสัมพันธ์กันน้อยลงแต่เราก็แสดงความรักและเอื้ออาทรต่อกันเช่นเดิม					
30. ฉันพูดคุยสอบถามเรื่องเกี่ยวกับการคลอดจากแม่หรือเพื่อนที่เคยคลอดบุตรมาแล้ว					
31. ฉันพยายามหาเวลารับฟังการสอนเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อการคลอด เช่น การผ่อนคลาย การบริหารร่างกายที่จัดโดยพยาบาลหรือบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ					
32. ฉันอ่านหนังสือหรือเอกสารเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในระยะตั้งครรภ์และระยะคลอด					
33. ฉันยังคงปฏิบัติตัวเหมือนๆก่อนที่ฉันจะตั้งครรภ์					
34. ฉันหาความรู้เกี่ยวกับวิธีการเลี้ยงดูเด็กจากการอ่านหนังสือหรือดูโทรทัศน์					



ข้อความ	เป็นจริงมากที่สุด	เป็นจริงส่วนมาก	เป็นจริงปานกลาง	เป็นจริงเล็กน้อย	ไม่เป็นจริงเลย
35. ฉันต้องการคลอดลูกด้วยวิธีการผ่าตัดเด็กออกทางหน้าท้องเพื่อไม่ให้เจ็บปวดเวลาคลอด					
36. ฉันเตรียมเงินส่วนหนึ่งไว้สำหรับซื้อข้าวของเครื่องใช้สำหรับลูก					
37. ฉันมั่นใจว่าฉันจะคลอดอย่างปลอดภัยเพราะฉันได้เตรียมตัวเพื่อการคลอด					
38. ฉันหัดอุ้มเด็กหรือหัดเลี้ยงลูกของญาติหรือเพื่อนบ้านเพื่อเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงดูลูกของฉัน					
39. ฉันสังเกตวิธีการเลี้ยงดูเด็กของญาติหรือเพื่อนบ้านเพื่อศึกษาแนวทางในการเลี้ยงดูลูกของฉัน					
40. ฉันมีคนที่แบบอย่างของการเป็นแม่ที่ดีในการเรียนรู้วิธีการเลี้ยงดูลูก					
41. ฉันตั้งใจจะให้ญาติหรือผู้อื่นรับผิดชอบเลี้ยงดูลูกคนนี้แทนฉัน					
42. ฉันไม่ต้องการให้ลูกกินนมฉันภายหลังคลอด					
43. ฉันยังไม่ได้วางแผนและเตรียมความพร้อมในการเลี้ยงดูไว้เลย					
44. ฉันมั่นใจว่าฉันจะเป็นแม่ที่ดีได้					

### แบบสอบถามการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้ต้องการทราบ ถึงความสามารถในการเตรียมตัวเพื่อรับบทบาทการเป็นมารดาในระยะตั้งครรภ์ของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก โดยจะมีข้อความบรรยายถึงกิจกรรมและความรู้สึกและความคิดเห็นของหญิงตั้งครรภ์ ท่านโปรดอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบและกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องตัวเลขที่ตรงกับความคิดเห็นท่านมากที่สุด ในแต่ละข้อของแบบสอบถาม ขอให้ท่านตอบเพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบทุกข้อ แต่ละข้อมีคำตอบให้เลือกดังนี้

สามารถทำได้	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติของท่าน
ไม่สามารถทำได้	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็น ความรู้สึก หรือการปฏิบัติของท่าน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลำดับ	ข้อความ	สามารถทำได้	ไม่สามารถทำได้
1.	ฉันสามารถไปฝากได้ครบทุกครั้งตามนัด		
2.	ฉันสามารถกินยาบำรุงตามแพทย์สั่งได้ สม่ำเสมอเพื่อให้ลูกมีสุขภาพแข็งแรง		
3.	ฉันสามารถเสริมสร้างความผูกพันกับลูกใน ห้องได้โดยการพูดคุยกับลูก		
4.	ฉันสามารถเสริมสร้างระบบประสาทรับความรู้ สึกของลูกโดยการตบหน้าท้องเบาๆขณะลูกตื่น		
5.	ฉันสามารถรับประทานอาหารพวกเนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วต่างๆ เพิ่มมากขึ้น		
6.	ฉันสามารถออกกำลังกายในระยะตั้งครรภ์		
7.	ฉันสามารถได้รับการตอบสนองเกี่ยวกับการ แสดงความห่วงใยเอาใจใส่จากสามี		
8.	ฉันและสามีสามารถร่วมกันวางแผนเกี่ยวกับ การเตรียมตัวเลี้ยงดูบุตร		
9.	ฉันสามารถฝึกการหายใจเพื่อลดความเจ็บปวด ในระยะคลอด		
10.	ฉันสามารถเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการคลอด		
11.	เมื่อฉันคลอดฉันสามารถตอบสนองความ ต้องการบุตรเมื่อบุตรของฉันร้องไห้		
12.	เมื่อฉันคลอดฉันสามารถอาบน้ำให้บุตรของฉัน อย่างมั่นใจ		



ภาคผนวก ค  
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เครื่องมือวิจัย คำนวณหาค่าความเที่ยงใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach coefficient) ดังนี้ (ศิริชัย กาญจนวาสี สุวิมล ตีรกานันท์ และศิริเดช สุชีวะ, 2543: 26)

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left( 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

- $\alpha$  = ค่าความเที่ยงของเครื่องมือ  
 $k$  = จำนวนข้อคำถามทั้งหมดในแบบวัด  
 $\sigma_i^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ  
 $\sigma_t^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนรวมทั้งหมด

2. เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่มใช้สูตร Dependent t-test (Polit and Beck, 2004: 488)

$$t = \frac{D_{x-y}}{\frac{\sum d^2}{\sqrt{N(N-1)}}}, \quad df = n-1$$

- เมื่อ  $D_{x-y}$  คือ ค่าเฉลี่ยผลต่างในแต่ละคู่  
 $d$  คือ ค่า SD ของผลต่าง  
 $n$  คือ จำนวนคู่ของข้อมูล



3.เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมใช้สูตร Independent t-test (Polit and Beck, 2004: 486)

$$t = \frac{\bar{X}_x - \bar{X}_y}{\sqrt{\frac{(\sum X_x^2 - X_y^2)}{(N_x + N_y - 2)} \times \frac{N_x + N_y}{N_x N_y}}}, \quad df = N_x + N_y - 2$$

เมื่อ

$\bar{X}_x$	คือ	ค่าเฉลี่ยประชากรกลุ่มที่ x
$\bar{X}_y$	คือ	ค่าเฉลี่ยประชากรกลุ่มที่ y
$N_x$	คือ	จำนวนประชากรกลุ่มที่ x
$N_y$	คือ	จำนวนประชากรกลุ่มที่ y

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง

ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย  
ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย**  
(Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัว  
ด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย .....

ข้าพเจ้าได้รับทราบจากผู้วิจัย ชื่อ นางสาวสุนิดา ชูแสง

ที่อยู่ สมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย 21/12 ถนนรางน้ำ เขตพญาไท  
กรุงเทพมหานคร 10400

ซึ่งได้ลงนามด้านท้ายของหนังสือนี้ ถึงวัตถุประสงค์ ลักษณะ และแนวทางการ  
ศึกษาวิจัย รวมทั้งทราบถึงผลดี ผลข้างเคียง ที่อาจเกิดขึ้น ข้าพเจ้าได้ซักถาม ทำความเข้าใจเกี่ยว  
กับการศึกษาดังกล่าวนี้ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้โดยสมัครใจ และอาจถอนตัวจากการ  
เข้าร่วมศึกษาเมื่อใดก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล และยอมรับผลข้างเคียง ที่อาจเกิดขึ้น  
และจะปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ทำการวิจัย

ข้าพเจ้าได้รับทราบจากผู้ทำการวิจัยว่า หากข้าพเจ้าได้รับความผิดปกติเนื่อง  
จากการเข้าร่วมโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา ข้าพเจ้าจะได้รับความคุ้ม  
ครองตามกฎหมาย และจะแจ้งผู้ทำการวิจัยทันที ในกรณีที่มีได้แจ้งให้ผู้ทำการวิจัยทราบในทันที  
ถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้นได้ จะถือว่าข้าพเจ้าทำให้การคุ้มครองความปลอดภัยเป็นโมฆะ (ตามที่  
กฎหมายกำหนด)

ข้าพเจ้ายินดีให้ข้อมูลของข้าพเจ้าแก่คณะผู้วิจัย เพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาวินิจฉัยครั้งนี้  
สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมการศึกษานี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ได้ระบุไว้แล้วในข้างต้น

.....  
สถานที่ / วันที่

.....  
(.....)

ลงนามประชากรตัวอย่าง

.....  
สถานที่ / วันที่

.....  
(.....)

ลงนามผู้วิจัยหลัก

.....  
สถานที่ / วันที่

.....  
(.....)

ลงนามพยาน

## ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

(Patient/ Participant Information Sheet)

1. ชื่อโครงการวิจัย ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก
2. ชื่อผู้วิจัย นางสาวสุนิดา ชูแสง นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. สถานที่ปฏิบัติงาน คณะวิทยาศาสตร์สุขภาพและพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยคริสเตียน

โทรศัพท์ที่ทำงาน 034 - 229874 โทรศัพท์ที่บ้าน 02 - 2474463

โทรศัพท์เคลื่อนที่ 06 - 3346679

E-mail : [Sunida.C\\_student@chula.ac.th](mailto:Sunida.C_student@chula.ac.th)

4. ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำยินยอมในการวิจัยประกอบด้วย คำอธิบายดังต่อไปนี้

4.1 โครงการนี้เกี่ยวข้องกับการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

4.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกก่อน และหลังได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดา และเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกระหว่าง กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดากับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

4.3 เป็นการวิจัยกึ่งทดลองที่ผู้วิจัยคาดว่าไม่มีความเสี่ยงใดๆ เกิดขึ้นกับหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกที่เข้าร่วมในการวิจัยนี้ ข้อมูลซึ่งอาจจะระบุถึงหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกจะถูกถอดออกเป็นรหัสผลการวิจัยที่ตีพิมพ์จะไม่มีชื่อของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก

5. รายละเอียดและขั้นตอนที่ผู้ร่วมโครงการวิจัยจะได้รับการปฏิบัติ ในงานวิจัยนี้จะสุ่มกลุ่มหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรกออกเป็น 2 กลุ่ม

5.1 กลุ่มที่ 1 จะได้รับการดูแลตามปกติ ตามที่ทางโรงพยาบาลได้จัดให้หญิงตั้งครรภ์ที่มาใช้บริการฝากครรภ์ ประกอบด้วยการตรวจครรภ์ และการให้ความรู้คำแนะนำการปฏิบัติตัวในระยะตั้งครรภ์โดยการสอนเป็นรายกลุ่ม 2 ครั้ง คือ ช่วงไตรมาสที่ 1-2 ของการตั้งครรภ์ เรื่อง การปฏิบัติตัวขณะตั้งครรภ์ และช่วงไตรมาสที่ 3 ของการตั้งครรภ์ เรื่อง เกี่ยวกับการ

คลอดจากพยาบาลวิชาชีพประจำแผนกฝากครรภ์ สำหรับระยะเวลาที่คาดว่าประชากรตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะต้องเกี่ยวข้องกับการวิจัย โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถาม ครั้งละไม่เกินครึ่งชั่วโมงจำนวน 2 ครั้ง ซึ่งครั้งแรกเมื่ออายุครรภ์ 30-32 สัปดาห์ ครั้งที่สองเมื่ออายุครรภ์ 36-38 สัปดาห์

5.2 กลุ่มที่ 2 จะได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาประกอบด้วยกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้หญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครรภ์แรกสามารถปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาได้ โดยจัดกิจกรรมเป็นกลุ่มรวมทั้งหมด 4 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมงห่างกันทุก 2 สัปดาห์ ตามการนัดตรวจครรภ์และทำการตอบแบบสอบถามเช่นเดียวกับ กลุ่มที่ 1

6. การติดต่อกับผู้วิจัยในกรณีมีปัญหา (ตลอด 24 ชั่วโมง) สามารถติดต่อกับผู้วิจัย คือ นางสาวสุนิดา ชูแสง ได้ตลอดเวลา ที่เบอร์โทรศัพท์มือถือ 06-3346679

7. หากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมทั้งทางด้านประโยชน์และโทษที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ผู้วิจัยจะแจ้งให้ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยทราบอย่างรวดเร็วโดยไม่ชักช้า

8. ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยได้ทราบข้อมูลของโครงการข้างต้น ตลอดจนถึงข้อดี ข้อเสีย ที่ได้รับการเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้ และข้าพเจ้ายินยอมที่จะเข้าร่วมโครงการดังกล่าว

9. ประชากรตัวอย่าง หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยมีสิทธิ์ที่จะปฏิเสธที่จะเข้าร่วมหรือสามารถถอนตัวจากโครงการวิจัยได้ทุกขณะ โดยการปฏิเสธที่จะเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้จะไม่ผลต่อการได้รับบริการหรือการรักษาที่ข้าพเจ้าจะได้รับแต่ประการใด

10. ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทนให้แก่ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยที่เข้าร่วมในการวิจัย

11. ผลการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม ส่วนชื่อและที่อยู่ของประชากรตัวอย่างในการวิจัย หรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยจะได้รับการปกปิดอยู่เสมอ ยกเว้นว่าได้รับคำยินยอมไว้ โดยกฎระเบียบและกฎหมายที่เกี่ยวข้องเท่านั้น จึงจะเปิดเผยข้อมูลแก่สาธารณชนได้ ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์

12. จำนวนของประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยโดยประมาณที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ 40 คน





ภาคผนวก จ

ผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และการใช้สัตว์ทดลองในการวิจัย

กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

หนังสืออนุญาตให้ทำการศึกษาวิจัยในมนุษย์ในโรงพยาบาล

อนุญาตให้ใช้เครื่องมือการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



เลขที่ใบรับรอง 014/2547

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และการใช้สัตว์ทดลองในการวิจัย  
กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โครงการวิจัย : ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็น  
มารดาต่อการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของ  
หญิงตั้งครรภ์แรก  
ผู้วิจัยหลัก : นางสาวสุนิศา ชูแสง  
หน่วยงาน : คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และการใช้สัตว์ทดลองในการวิจัย  
กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อนุมัติในแง่จริยธรรมให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องข้างต้นได้

อนุมัติ ภายใต้เงื่อนไข คือ.....  
.....  
.....

  
.....ประธาน  
(รองศาสตราจารย์นายแพทย์ปริดา ทศนประดิษฐ์)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
  
.....กรรมการและเลขานุการ  
(ศาสตราจารย์นายแพทย์สุรศักดิ์ ฐานิพานิชสกุล)

รับรองวันที่ 11 มีนาคม 2547



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โทร.4762  
ที่ 0029.2(องค์การแพทย์) 12 วันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2547  
เรื่อง อนุญาตให้ทำการศึกษาวิจัยในมนุษย์ในโรงพยาบาล

เรียน คุณสุวิดา ชุนสง

ตามที่ท่านได้ขอเสนอโครงการวิจัยนิพนธ์ เรื่อง ขออนุญาตทำการเก็บรวบรวมข้อมูลวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถการเป็นมารดาต่อการปรับตัวสําหรับบทบาทหน้าที่การเป็นมารดาของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นแรก” นั้น

ทางคณะอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์ โรงพยาบาลตำรวจ ได้พิจารณาแล้ว เห็นว่า เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของแพทยสภา ว่าด้วยเรื่องการวิจัยในมนุษย์ จึงอนุญาตให้ทำการวิจัยในโครงการดังกล่าว ได้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ท.ล.อ.

(พรดี คหมประปूर)

ประธานอนุกรรมการวิจัยในมนุษย์ องค์การแพทย์  
โรงพยาบาลตำรวจ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวสุนิดา ชูแสง เกิดเมื่อวันที่ 21 สิงหาคม 2520 ที่จังหวัดพัทลุง สำเร็จการศึกษาลัทธิสุตรพยาบาลศาสตร์ จากภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อปีการศึกษา 2542 เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลมารดาและทารก คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเมื่อปีการศึกษา 2545 ในช่วง พ.ศ. 2542-2545 ปฏิบัติงานในตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ประจำตึกสูติกรรม 2 งานการพยาบาลสูติ-นรีเวชวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี ปัจจุบัน ปฏิบัติงานในตำแหน่งอาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์สุขภาพและพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยคริสเตียน



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย