

โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับสถาบันครอบครัวไทย

Programs for Enhancing Thai Family Strengths*

ทิพย์วัลย์ สุรินยา**

Tippavan Surinya

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฝึกอบรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับครอบครัว ที่ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ 7 กิจกรรมเป็นเวลา 7 วัน ได้แก่ กิจกรรมครอบครัวเข้มแข็ง กิจกรรมความสัมพันธ์ในครอบครัว กิจกรรมการสื่อสารในครอบครัว กิจกรรมความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว กิจกรรมสุขภาพจิตและการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว กิจกรรมความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัว และกิจกรรมบทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว โดยมีผู้เข้าร่วมโปรแกรมเป็นคู่สามีภรรยาที่อาศัยในตำบลบึงคอกไห อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี จำนวน 28 คนได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง เก็บข้อมูลจากเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัว โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α) ของแบบสอบถามอยู่ระหว่าง .888 - .952 และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติค่า pair- t test ผลการวิจัยพบว่าภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ คู่สามีภรรยามีคะแนนความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่าภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ คู่สามีภรรยามีคะแนนความเข้มแข็งของครอบครัวด้านการยึดมั่น ด้านความท้าทาย ด้านการนับถือคุณค่าและความไว้วางใจ และด้านการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤตเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนด้านความมั่นใจ และด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอกก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ มีคะแนนไม่แตกต่างกันจากผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีประสิทธิผลที่ผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปใช้ในการส่งเสริมความเข้มแข็งครอบครัวได้

คำสำคัญ: โปรแกรมการเสริมสร้าง, ความเข้มแข็งครอบครัว, การให้ยึดมั่น, ความท้าทาย การนับถือคุณค่าและความไว้วางใจ, การจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤต

* บทความวิจัยนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาวิจัยเรื่อง "โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับสถาบันครอบครัวไทย" สถาบันวิจัยและพัฒนาแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ประจำปี พ.ศ. 2549

This article is part of research on Programs for Enhancing Thai Family Strengths. It is supported by Kasetsart University Research and Development , Year 2006

** ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University. E-mail: fsocvts@ku.ac.th

Abstract

The objectives of this quasi-experimental research was to study the effectiveness of training program. The constructed training program comprises seven activities for 7 days : 1) strong family 2) family relationship 3) family communication 4) family stress and management 5) family mental health and promotion 6) family conflict and management and 7) family roles and duties enhancing family strengths. The participants were 28 husbands and wives dwelling at Bueng Kor Hai subdistrict, Lumlookka district in Pathum Thani province, selected by purposive sampling. The data was collected by using Family Strength Questionnaire and analyzed by paired-t test statistics. Research findings indicated that after participation in the program husbands and wives had higher scores on overall family strengths than before training with the statistical significance at .001. When considered in each aspect it showed that husbands and wives participated in the program achieved higher scores on family's strength in commitment, in challenge, in respect and trust and in coping stress and crisis management after training with the statistical significance at .001; but scores on family strengths in confidence and in control external stimulus before and after training were not different. However, training program constructed was effective and could be applied in enhancing family strengths.

Keywords: Program, Family Strengths, Co-oriented commitment, Challenge, Respect and Trust Stress and Crisis Management

บทนำ

ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานขนาดเล็กที่สุดของสังคมโดยมีหน้าที่อบรมสั่งสอนเลี้ยงดูผู้เยาว์ กำหนดสิทธิและหน้าที่ที่สมาชิกพึงมีต่อกัน ให้ความรักความอบอุ่น สร้างความผูกพันช่วยเหลือเกื้อกูล พึ่งพากันและกัน แม้ปัจจุบันครอบครัวมีขนาดเล็กลงเป็นครอบครัวเดี่ยวก็ยังคงทำหน้าที่ไม่เปลี่ยนแปลง โดยครอบครัวที่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์หรือมีความเข้มแข็งย่อมส่งผลให้สมาชิกในครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่เหมาะสม ในขณะที่ครอบครัวที่ไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์หรือมีความอ่อนแอย่อมส่งผลให้คุณภาพชีวิตของสมาชิกในครอบครัวลดลงตาม

ปัญหาสังคมมีแนวโน้มที่ซับซ้อนและรุนแรงขึ้นเนื่องมาจากสาเหตุร่วมสำคัญ คือ ปัญหาในครอบครัว และปัญหาสุขภาพจิตของประชาชน จากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางสังคม เศรษฐกิจและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เกิดช่องว่างความไม่สมดุลทางวัตถุกับคุณภาพชีวิตของบุคคล บางครอบครัวไม่สามารถทำหน้าที่ได้เต็มที่ส่งผลให้เด็กจำนวนมากถูกเลี้ยงในครอบครัวที่มีความเครียดและกลายเป็นปัญหาสังคมอันส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของประเทศ (Kumpfer and Bayes, 1995) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 - 12 ซึ่งให้ความสำคัญกับความเข้มแข็งของครอบครัว มีการใช้คำว่า "ความอยู่ดีมีสุขของคนไทย" มุ่งเน้นไปที่การเสริมสร้าง

ครอบครัวให้มีความเข้มแข็ง มีสัมพันธภาพที่ดี สร้างค่านิยมครอบครัวอบอุ่น สร้างครอบครัวอยู่ดีมีสุข ส่งเสริมให้สมาชิกของครอบครัวทุกวัยมีพัฒนาการและความเป็นอยู่ที่เหมาะสม (กูเบิร์ต สมุทจักร, ธีรนุช ก้อนแก้ว และ ริฎวัน อุเต็น, 2560) สอดคล้องกับนโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาศาสนาครอบครัว พ.ศ. 2560 - 2564 ที่มีเป้าหมายให้ครอบครัวมีศักยภาพ สัมพันธภาพที่ดี และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ โดยมีแนวทางในการพัฒนาส่งเสริมให้ครอบครัวมีกระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน ส่งเสริมให้ครอบครัวดำเนินชีวิตโดยยึดมั่นในหลักคุณธรรมและจริยธรรม ดำเนินชีวิตตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อให้ครอบครัวมีภูมิคุ้มกัน สามารถพึ่งตัวเองได้ภายใต้สถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง (กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559) จากการศึกษาทางจิตวิทยาครอบครัวที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่าความเข้มแข็งของครอบครัว (Family Strength) หรือความยืดหยุ่นของครอบครัว (Family Resilience) เป็นตัวทำนายสำคัญอย่างมีนัยสำคัญกับความผาสุกทางจิตใจของสมาชิกในครอบครัว (Pettit, Bates, & Dodge, 1997; Duke, Lazarus, & Fivush, 2008; Leary, et.al., 2008; Garcia-Cadena, et.al, 2013) นอกจากนี้ความเข้มแข็งของครอบครัวยังมีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตใจในหลายมิติ เช่น พฤติกรรมการกระทำผิด ปัญหาการปรับตัวของเด็ก ปัญหาทางอารมณ์ ภาวะซึมเศร้าของเด็ก และแนวโน้มในการฆ่าตัวตาย (Shek, 2005, Arshat, 2013) ความเข้มแข็งของครอบครัวเป็นการผสมผสานของศักยภาพทางพฤติกรรมหน้าที่ของครอบครัวที่แสดงออกมาในช่วงของสถานการณ์ความเครียดและความยุ่งยากที่เกิดขึ้นในครอบครัว และเป็นความสามารถของครอบครัวที่จะฟื้นตัวและคงสภาพของตัวเองไว้เพื่อส่งเสริมความสุขและความผาสุกของสมาชิกภายในครอบครัวและครอบครัวโดยรวม (McCubbin, McCubbin & Thompson, 1994) จึงกล่าวได้ว่าครอบครัวใดมีความเข้มแข็งและเป็นเอกภาพ ครอบครัวนั้นก็จะมีความสุข สมาชิกในครอบครัวจะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่พึงมี มีความไว้วางใจ อบอุ่นใจเมื่อได้อยู่กับครอบครัว

ผลการสำรวจสถานการณ์ความเข้มแข็งของครอบครัว ตามมาตรฐานครอบครัวเข้มแข็ง กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว (กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559) พบว่าในปี พ.ศ. 2558 ค่าความเข้มแข็งของครอบครัวในด้านสัมพันธภาพครอบครัวและด้านบทบาทหน้าที่ของครอบครัวมีค่าต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน สอดคล้องกับข้อมูลจากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติพบว่า ดัชนีครอบครัวอบอุ่นลดลงจากร้อยละ 68.31 ในปี พ.ศ. 2555 เป็นร้อยละ 65.34 ในปี พ.ศ. 2558 และในช่วงเวลาเดียวกันดัชนีบทบาทหน้าที่ของครอบครัวลดลงจากร้อยละ 73.85 เป็นร้อยละ 64.92 และเมื่อพิจารณาดัชนีสัมพันธภาพในครอบครัว พบว่าลดลงจากร้อยละ 57.88 เป็นร้อยละ 56.86 (อ้างในกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559) ผลการสำรวจดังกล่าวจะเห็นว่าความเข้มแข็งของครอบครัวโดยเฉพาะการทำบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นเรื่องที่ควรต้องปรับปรุง

แนวทางสำคัญสำหรับบุคลากรและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาครอบครัวจึงควรเป็นการให้ความสำคัญต่อการสร้างเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวอย่างต่อเนื่องผ่านการจัดกิจกรรมโปรแกรมฯ เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้ที่เหมาะสมให้กับครอบครัวเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันสำหรับบุคคลให้สามารถดำเนินชีวิตไปในทิศทางที่เหมาะสม แต่งานวิจัยเพื่อสร้างและประเมินประสิทธิผลของโครงการและกิจกรรมยังมีน้อย ผู้วิจัยจึงได้สร้างและศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

โดยมีคู่มือมีภรรยาเป็นตัวแทนครอบครัวเพราะเป็นองค์ประกอบแรกที่เป็นพื้นฐานสำคัญของครอบครัว ผลการศึกษาครั้งนี้จะได้โปรแกรมในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวเพื่อเป็นการยกระดับคุณภาพชีวิตให้คนไทย อยู่ดีมีสุขได้อย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อสร้างและศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมฝึกอบรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับครอบครัวไทย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับครอบครัวไทยเพื่อใช้ในการฝึกอบรมถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว
2. ได้ทราบประสิทธิผลของโปรแกรมฝึกอบรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งครอบครัวไทย
3. ผลการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติสำหรับบุคลากรในหน่วยงานในระดับพื้นที่ เช่น องค์การบริหารส่วนตำบล โรงเรียน และศูนย์พัฒนาเด็กและครอบครัวในชุมชน เป็นต้น เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งสถาบันครอบครัวต่อไป

การตรวจเอกสาร

แนวคิดเกี่ยวกับความเข้มแข็งของครอบครัวและองค์ประกอบของความเข้มแข็งของครอบครัว

งานวิจัยจำนวนมากในอดีตเน้นการพยายามทำความเข้าใจการไม่ปฏิบัติตามหน้าที่ของครอบครัว หรือการปฏิบัติหน้าที่อื่นไม่เหมาะสมของครอบครัว ในทางตรงกันข้ามงานวิจัยจำนวนน้อยที่จะให้ความสนใจและทำการวิจัยเกี่ยวกับความเข้มแข็งหรือสุขภาพของครอบครัว สำหรับประเทศไทยมีการศึกษาคำที่ใช้แทนความหมายของครอบครัวที่เข้มแข็งด้วยคำที่หลากหลาย เช่น ความเข้มแข็งของครอบครัว ครอบครัวที่พึงประสงค์ ครอบครัวแข็งแรง ครอบครัวอยู่ดีมีสุข หรือ ครอบครัวที่มีความสุข เป็นต้น ความเข้มแข็งของครอบครัว หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเบื้องต้นและปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวในการตอบสนองต่อความเครียดและภาวะวิกฤต บรรลุความต้องการของครอบครัวและส่งเสริมการทำหน้าที่ของระบบครอบครัวให้ดีขึ้นและเข้มแข็งขึ้น ความเข้มแข็งของครอบครัวจึงประกอบด้วยคุณลักษณะต่างๆ ของครอบครัวที่ทำให้เกิดความพึงพอใจต่อครอบครัวและการประสบความสำเร็จของครอบครัว ได้แก่ ความมั่นคง ความอดทน และความเข้มแข็งภายในของครอบครัวหนึ่ง ๆ ทำให้ครอบครัวนั้นสามารถควบคุมเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านมาในครอบครัว ความยุ่งยากหรือปัญหาต่าง ๆ ได้และสามารถแก้ไขเหตุการณ์เหล่านั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (McCubbin & Thompson, 1991; Strong et.al., 2001)

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ผสมผสานแนวคิดด้านองค์ประกอบความเข้มแข็งครอบครัวของ McCubbin & Thompson (1991) และ Strong et. al. (2001) เข้าด้วยกันโดยแบ่งองค์ประกอบของความเข้มแข็งของครอบครัวที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็น 6 ด้าน คือ การให้คำมั่นและการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน (Co-oriented Commitment) ความมั่นใจ (Confidence) ความท้าทาย (Challenge) การควบคุมสิ่งเร้าภายนอก (Control external) การนับถือในคุณค่าและความไว้วางใจ (Respect and Trust) และการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤติ (Stress and Crisis Management) โดยมีรายละเอียดความเข้มแข็งครอบครัวแต่ละด้านดังนี้ ด้านการให้คำมั่นและการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน (Co-oriented Commitment) หมายถึง ความสามารถของสมาชิกครอบครัวในการทำงานและรับผิดชอบร่วมกัน รู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง มีความตั้งใจและเป้าหมายร่วมกันในการทำให้เกิดความสามัคคีกัน กลมเกลียวสงบสุข เมื่อบุคคลมีการให้คำมั่นกับครอบครัวจนเกิดการทุ่มเททำหน้าที่เพื่อครอบครัวและมอบความไว้วางใจให้ครอบครัว จะสามารถจัดการปัญหาต่าง ๆ ที่คุกคามความสงบสุขของครอบครัว ด้านความมั่นใจ (Confidence) หมายถึง ความมั่นใจในความสามารถของครอบครัวในการวางแผนล่วงหน้า การตั้งเป้าหมาย การได้รับการชื่นชมจากความพยายามที่สามารถอดทนต่อความยากลำบากที่เกิดขึ้นด้วยการใส่ใจและการเห็นคุณค่าและความหมายในสิ่งนั้น ๆ ด้านความท้าทาย (Challenge) หมายถึง ความพยายามของครอบครัวในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่ท้าทาย ตื่นตัวในสถานการณ์ใหม่ ๆ และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มากยิ่งขึ้น ด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอก (Control external) หมายถึง ความสามารถของครอบครัวในการควบคุมความเป็นไปในครอบครัวได้ ไม่หวั่นไหวหรือเปลี่ยนแปลงไปง่ายตามสภาพของสิ่งแวดล้อมหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นภายนอก ด้านการนับถือในคุณค่าและความไว้วางใจ (Respect and Trust) หมายถึง สมาชิกในครอบครัวมีความนับถือต่อความเป็นตัวตนของกันและกัน เห็นคุณค่าของกันและกันในฐานะที่เขาเป็นสมาชิกคนหนึ่งครอบครัว และเห็นคุณค่าของตนเอง มีความซื่อสัตย์และไว้วางใจซึ่งกันและกัน และด้านการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤติ (Stress and Crisis Management) หมายถึง การที่ครอบครัวมีวิธีการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤติที่เกิดขึ้นกับครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพทำให้ความเครียดลดลงและเกิดความเจริญงอกงามขึ้นในครอบครัว

แนวคิดและทฤษฎีที่สนับสนุนโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

ในการวิจัยครั้งนี้โปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวสร้างมาจากการทบทวนวรรณกรรมแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ โมเดลการทำหน้าที่ของครอบครัวของ Circumplex Model ของ Olson (1993) และ The McMaster Model of Family Functioning ของ Epstein, Bishop, and Levin (1978)

Circumplex Model ของ Olson (1993 Cited in Segrin and Flora, 2005) ได้เสนอการทำหน้าที่ของครอบครัว 2 มิติหลัก ได้แก่ การยึดเหนี่ยวระหว่างกัน (Cohesion) และการปรับตัว (Adaptability) โดยมิติการยึดเหนี่ยวระหว่างกัน คือ ความผูกพันทางอารมณ์ที่สมาชิกครอบครัวมีต่อกันและระดับความเป็นตัวของตัวเองในฐานะปัจเจกบุคคลของสมาชิกในครอบครัว การยึดเหนี่ยวระหว่างกันซึ่งถึงความผูกพันทางอารมณ์ต่อกัน การกำกับและการรักษาขอบเขตระหว่างกัน ความร่วมมือกันในครอบครัว

และการใช้เวลาและพื้นที่ร่วมกัน ในขณะที่มิติการปรับตัว คือ ความสามารถของระบบครอบครัวในการเปลี่ยนโครงสร้างอำนาจของครอบครัว ความสัมพันธ์ทางบทบาท และกฎระเบียบเพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ ความเครียดที่เผชิญ ในมิตินี้ Olson ได้กล่าวถึงความยืดหยุ่น (flexibility) ที่ทำให้ครอบครัวปรับตัวได้ง่ายในสถานการณ์ต่าง ๆ และการยึดติด (Rigid) ที่ทำให้ครอบครัวมีความลำบากในการปรับตัว ระดับความสามารถในการปรับตัวของครอบครัวซึ่งถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การควบคุม การปฏิบัติตามกฎระเบียบ และการประนีประนอม นอกจากนี้ มีมิติสนับสนุน คือ การติดต่อสื่อสาร (Communication) ซึ่งช่วยให้ครอบครัวปรับเปลี่ยนระดับของการปรับตัวและการยึดเหนี่ยวระหว่างกันเพื่อตอบสนองกับสิ่งแวดล้อมที่เผชิญ

The McMaster Model of Family Functioning ของ Epstein, Bishop, and Levin (1978 Cited in Segrin and Flora, 2005) ได้เสนอการทำหน้าที่ของครอบครัว 6 มิติ ได้แก่ มิติการแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นความสามารถของครอบครัวในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่คุกคามครอบครัว และสามารถแก้ปัญหาเหล่านั้นได้ การติดต่อสื่อสาร (Communication) เป็นความสามารถในการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่ชัดเจนและตรงประเด็นทำให้เกิดความพอใจและเข้าใจตรงกัน บทบาท (Roles) เป็นรูปแบบพฤติกรรมที่ครอบครัวสร้างขึ้นในการกำหนดบทบาทและหน้าที่ซึ่งสมาชิกแต่ละคนพึงปฏิบัติ การตอบสนองทางอารมณ์ (Affective responsive) เป็นความสามารถของสมาชิกครอบครัวในการมีประสบการณ์ทางอารมณ์และตอบสนองทางอารมณ์ของตนเองอย่างตรงไปตรงมาและเป็นที่ยอมรับ การมีส่วนร่วมทางอารมณ์ (Affective involvement) เป็นความสนใจของสมาชิกต่อครอบครัวและการมีความสัมพันธ์ภายในครอบครัว การควบคุมพฤติกรรม (Behavior control) เป็นความสามารถของครอบครัวในการแสดงหรือบอกมาตรฐานของตนต่อสมาชิกครอบครัวและรักษามาตรฐานนั้นโดยการควบคุมพฤติกรรมให้สมาชิกประพฤติตามโดยไม่เกิดความขัดแย้ง จากทั้ง 2 โมเดลสามารถสรุปได้ว่าการทำหน้าที่ของครอบครัวเป็นความสามารถของครอบครัวในการสร้างความสัมพันธ์ทำให้เกิดความยึดเหนี่ยวระหว่างกันของสมาชิกสามารถตอบสนองและมีส่วนร่วมทางอารมณ์ การติดต่อสื่อสารให้เกิดความพอใจและเข้าใจ สามารถควบคุมสมาชิกให้ปฏิบัติตามบทบาทและมาตรฐานของครอบครัวได้โดยไม่เกิดความขัดแย้ง สามารถแก้ปัญหาได้เมื่อเผชิญสถานการณ์ความเครียด รวมถึงสามารถปรับตัวได้ในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ

ซึ่งผู้วิจัยได้ผสมผสานโมเดลทั้ง 2 มาสร้างเป็นกิจกรรมของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว โดยมีรายละเอียดของกิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวเข้มแข็ง

ประกอบด้วย 1) การแนะนำตัวและการละลายพฤติกรรม 2) การให้คู่สามีภรรยาทำแบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัวเพื่อพิจารณาครอบครัวตนเอง 3) การบรรยาย การถามคำถามและตอบคำถาม 4) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยา ประเมินจุดแข็งและจุดอ่อนของครอบครัวตนเอง และโอกาสของครอบครัวในการพัฒนา การอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัว

กิจกรรมที่ 2 ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ประกอบด้วย 1) การร่วมกันระดมพลังสมองของคู่สามี ภรรยาในแต่ละกลุ่มตามประเด็นที่ผู้วิจัยกำหนดและการนำเสนอข้อสรุปของแต่ละกลุ่ม 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้คู่สามี ภรรยาได้บอกความรู้สึกของตนเองกับคู่ของตน ทั้งความรู้สึกดีและไม่ดี ความห่วงใย ความรู้สึกขอบคุณและขอโทษ รวมถึงบอก

ความคาดหวังซึ่งกันและกัน 3) ให้คู่สามี ภรรยาบอกเล่าปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว อภิปรายร่วมกันถึงสาเหตุของปัญหาและแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหานั้น 4) บรรยายสรุปการส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว

กิจกรรมที่ 3 การสื่อสารในครอบครัว

ประกอบด้วย 1) บรรยายและอภิปรายถึงกระบวนการสื่อสารในครอบครัว องค์ประกอบของการสื่อสารในครอบครัว และปัญหาและอุปสรรคของการสื่อสารในครอบครัว 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้สามี ภรรยาได้เรียนรู้และฝึกทักษะการพูดและการฟัง 3) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้สามี ภรรยาได้เรียนรู้และเข้าใจความสำคัญของการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 4) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้สามี ภรรยาได้เปิดเผยตนเองซึ่งกันและกัน 5) บรรยายสรุปการส่งเสริมการสื่อสารในครอบครัวที่ดี

กิจกรรมที่ 4 ความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว

ประกอบด้วย 1) บรรยายและอภิปรายถึงความสำคัญของความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว รวมถึงปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยาทบทวนประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดต่อครอบครัวของตนเอง และอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน 3) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์นำเสนอกรณีศึกษาผ่านวิดีโอ ให้สามี ภรรยาอภิปรายและระดมพลังสมองเพื่อหาแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาคความเครียดในครอบครัว 4) บรรยายสรุปการส่งเสริมการสื่อสารในครอบครัวที่ดี ความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว

กิจกรรมที่ 5 สุขภาพจิตและการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว

ประกอบด้วย 1) บรรยายและอภิปรายถึงความสำคัญของสุขภาพจิตและปัจจัยที่ส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยาทบทวนประสบการณ์เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาสุขภาพจิตภายในครอบครัว และอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน 3) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์นำเสนอกรณีศึกษาผ่านวิดีโอ ให้สามี ภรรยาอภิปรายและระดมสมองหาแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพจิตของครอบครัวเพื่อนำไปปฏิบัติต่อไป 4) บรรยายสรุปการส่งเสริมการสื่อสารในครอบครัวที่ดี ความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว

กิจกรรมที่ 6 ความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัว

ประกอบด้วย 1) บรรยายและอภิปรายถึงความสำคัญของความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัว ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัว 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยาทำแผนภูมิของครอบครัวตนเอง (Family Genogram) แสดงรายละเอียดของสมาชิกในครอบครัว คู่ความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด สนิทสนม ห่างเหินหรือขัดแย้ง และอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน 3) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยาอภิปรายปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัว และระดมพลังสมองจัดลำดับความสำคัญของปัญหาความขัดแย้งที่มีผลกระทบต่อครอบครัวมากที่สุด 4) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยา นำปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวที่อภิปรายในข้อ 3 มาแสดงเป็นละครบทบาทสมมติ (Role Play) และร่วมกันอภิปรายและระดมสมองหาแนวทางในการแก้ปัญหาคความขัดแย้งในครอบครัวเพื่อนำไปปฏิบัติต่อไป 5) บรรยายสรุปความขัดแย้งในครอบครัวและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัว

กิจกรรมที่ 7 บทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวและบทสรุป ประกอบด้วย 1) บรรยายและอภิปรายถึงความสำคัญของบทบาทหน้าที่ของครอบครัว ซึ่งรวมไปถึง บทบาทและกฎระเบียบของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้คู่สามี ภรรยาบททวนบทบาทและหน้าที่ของตนเองต่อสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัว รวมถึงไปถึง กฎระเบียบของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว และอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกัน และกัน 3) การให้คู่สามีภรรยาทำแบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัว 4) บรรยายสรุปบทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

กรอบแนวคิดการวิจัยโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

ตัวแปรอิสระ

โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว ผสมผสานจาก โมเดลการทำหน้าที่ของครอบครัว Olson' Circumplex Model ของ Olson (1993) และ The McMaster Model of Family Functioning ของ Epstein, Bishop, and Levin(1978) ประกอบด้วย

- กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวเข้มแข็ง
- กิจกรรมที่ 2 ความสัมพันธ์ในครอบครัว
- กิจกรรมที่ 3 การสื่อสารในครอบครัว
- กิจกรรมที่ 4 ความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว
- กิจกรรมที่ 5 สุขภาพจิตและการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว
- กิจกรรมที่ 6 ความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัว
- กิจกรรมที่ 7 บทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว

ตัวแปรตาม

ความเข้มแข็งครอบครัวผสมผสานแนวคิดด้านองค์ประกอบความเข้มแข็งของครอบครัวของ Strong และคณะ (2001) และ McCubbin และ Thompson (1991) เข้าด้วยกัน โดยแบ่งองค์ประกอบของความเข้มแข็งของครอบครัวที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็น 6 ด้าน คือ

1. การให้คำมั่น และการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน (Co-oriented Commitment)
2. ความมั่นใจ (Confidence)
3. ความท้าทาย (Challenge)
4. การควบคุมสิ่งเร้าภายนอก (Control external)
5. การนับถือในคุณค่าและความไว้วางใจ (Respect and Trust)
6. การจัดการกับความเครียดและวิกฤติ (Crisis Management)

วิธีการดำเนินวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองโดยใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนและหลัง (One group pre-test post-test design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว มีขั้นตอนวิจัยดังนี้

1. กำหนดกลุ่มเป้าหมายและแผนการดำเนินงาน
2. ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับครอบครัวเข้มแข็ง ปัจจัยเกี่ยวข้องในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. ดำเนินการสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวเพื่อใช้ในการฝึกอบรม โดยผสมผสานจากแนวคิด Circumplex Model ของ Olson (1993) และ The McMaster Model of Family Functioning ของ Epstein, Bishop, and Levin (1978) โดยโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวเพื่อใช้ในการฝึกอบรม ประกอบด้วยกิจกรรม 7 กิจกรรม
4. ดำเนินการจัดโปรแกรมแก่ผู้เข้ารับการอบรมซึ่งประกอบด้วยคู่สามี ภรรยา จากครอบครัวที่อาศัยใน ตำบลบึงคอไห อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี จำนวน 28 คนทั้งหมด 7 ครั้ง ครั้งละ 4 - 5 ชั่วโมง ระหว่างวันที่ 10 - 12 และ 17 - 20 มิถุนายน 2562
5. ประเมินผลโปรแกรมโดยเปรียบเทียบคะแนนความเข้มแข็งของครอบครัวก่อนและหลังการได้รับโปรแกรม โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนและหลัง (One group pre-test post-test design) ผ่านแบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัวประเมินผลของโปรแกรม

สถานที่ดำเนินจัดโปรแกรม

ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบึงคอไห ตำบลบึงคอไห อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี

กลุ่มตัวอย่าง

คือ คู่สามี ภรรยาจำนวน 28 คน ตำบลบึงคอไห อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposing Sampling)

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในทดลอง คือ

1. คู่สามี ภรรยาที่อยู่ร่วมกัน 3 ปีขึ้นไป
2. คู่สามี ภรรยาที่ไม่มีปัญหาสุขภาพ สามารถนั่งนานและร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม
3. คู่สามี ภรรยาที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมอบรมและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมทุกครั้ง

เกณฑ์การคัดออก

1. คู่สามี หรือภรรยาที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมทุกครั้ง เนื่องจากปัญหาสุขภาพหรือไม่ประสงค์จะเข้าร่วมกิจกรรม (เป็นสิทธิ์ของคู่สามี ภรรยา)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามปัจจัยภูมิหลังของหัวหน้าครอบครัว ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษาของผู้นำครอบครัว และปัจจัยภูมิหลังของครอบครัว ได้แก่ รายได้ของครอบครัว จำนวนบุตร จำนวนสมาชิกในครอบครัว จำนวนผู้พึ่งพิง สภาพการเงินของครอบครัว การจดทะเบียนสมรส ประเภทของครอบครัว ลักษณะบ้าน กรรมสิทธิ์การครอบครองบ้าน สภาพแวดล้อมทางกายภาพรอบบ้าน เครื่องใช้อำนวยความสะดวก และสภาพสังคมที่อยู่รอบบ้าน

2. แบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัวใช้ของทิกซ์วอลล์ สุรินยา (2549) โดยพัฒนาจากแนวคิดด้านองค์ประกอบความเข้มแข็งของครอบครัวโดย McCubbin & Thompson (1991) และ Strong, et.al. (2001) จำนวน 47 ข้อ ประกอบด้วยความเข้มแข็งของครอบครัวด้านการให้คำมั่นและการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน 9 ข้อ ความเข้มแข็งของครอบครัวด้านความมั่นใจ 4 ข้อ ความเข้มแข็งของครอบครัวด้านความท้าทาย 5 ข้อ ความเข้มแข็งของครอบครัวด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอก 8 ข้อ ความเข้มแข็งของครอบครัวด้านการนับถือในคุณค่าและความไว้วางใจ 7 ข้อ และความเข้มแข็งของครอบครัวด้านการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤต 14 ข้อ โดยแบ่งใช้มาตรวัด 4 ระดับตั้งแต่ไม่ตรงเลยให้ 0 คะแนน จนถึงตรงมากที่สุดให้คะแนน 3 คะแนน และข้อความเชิงลบให้คะแนนตรงกันข้าม

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับสามี ภรรยาที่อาศัยในตำบลบึงคอกไห อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาคำนวณหาค่าความเชื่อถือได้ของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาด้วยวิธีของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α) ของแบบสอบถามความเข้มแข็งของครอบครัวทั้งหมด เท่ากับ .952 ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α) ของแบบสอบถามรายด้านอยู่ระหว่าง .888 - .952 และค่าอำนาจจำแนก Corrected Item-Total Correlations (r) อยู่ระหว่าง .230 - .881

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ค่าคะแนนเฉลี่ย (\bar{x}) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และสถิติทดสอบสมมติฐานด้วย Paired t-Test

ผลการวิจัย

ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภูมิหลังครอบครัวพบว่า คู่สามีภรรยาเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 50 และเป็นเพศชายร้อยละ 50 มีอายุเฉลี่ย 55.04 ปี ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 64.3 รองลงมารับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 21.4 ข้าราชการ คิดเป็นร้อยละ 3.6 และไม่ได้ทำงาน ร้อยละ 10.7 ตามลำดับ มีรายได้ครอบครัวต่อเดือนเฉลี่ย 12,500 บาท มีจำนวนบุตรเฉลี่ย 2.61 คน มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ย 4.08 คน มีจำนวนผู้พึ่งพิงที่ครอบครัวต้องดูแลเฉลี่ย 2.08 คน และมีรายจ่าย

ครอบครัวต่อเดือนเฉลี่ย 11,647.06 บาท สภาพการเงินของครอบครัวส่วนใหญ่มีเงินพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บ คิดเป็นร้อยละ 64.3 รองลงมา มีเงินไม่พอใช้ คิดเป็นร้อยละ 21.4 และมีเงินเหลือเก็บคิดเป็นร้อยละ 14.3 ตามลำดับ ครอบครัวส่วนใหญ่สามีภรรยามีการจดทะเบียนสมรส คิดเป็นร้อยละ 82.1 ประเภทของครอบครัวส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว คิดเป็นร้อยละ 78.6 ลักษณะบ้านส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้เสาคิดเป็นร้อยละ 60.7 ครอบครัวส่วนใหญ่มีกรรมสิทธิ์การครอบครองบ้านของตนเองโดยคิดเป็นร้อยละ 89.3 สภาพแวดล้อมทางกายภาพรอบบ้านส่วนใหญ่ค่อนข้างถูกสุขลักษณะ คิดเป็นร้อยละ 60.7 มีอุปกรณ์ เครื่องใช้อำนวยความสะดวกความสะดวกอยู่ระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 71.4 สภาพแวดล้อมของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 57.1 และครอบครัวส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีสภาพสังคมรอบบ้านอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 50.0

ความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าด้านการให้คำมั่นและการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน ด้านความท้าทาย ด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอก ด้านการหนี้อื่นในคุณค่าและความไว้วางใจ และด้านการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤตอยู่ในระดับปานกลาง แต่ความเข้มแข็งของครอบครัวด้านความมั่นใจอยู่ในระดับต่ำ

ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมฯ พบว่าคู่สามีภรรยาที่มีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมเพิ่มมากขึ้นภายหลังจากได้เข้าโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวรายด้านก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมฯ พบว่าคู่สามีภรรยาที่มีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวรายด้านทุกด้านเพิ่มมากขึ้นภายหลังจากได้เข้าโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ยกเว้นคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวด้านความมั่นใจและด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอกก่อนและหลังเข้าโปรแกรมฯ ไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามคะแนนเฉลี่ยหลังเข้าโปรแกรมฯ ได้เพิ่มขึ้น ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมและรายด้านก่อนเข้าโปรแกรม การเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวและหลังการเข้าโปรแกรม

ความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวม/รายด้าน	n	\bar{x}	S.D.	t	p-value
ความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวม					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	78.71	11.50	-4.67***	.000
หลังการเข้าโปรแกรม	28	91.61	12.60		
ด้านการให้คำมั่นและการทุ่มเทใจอย่างแรงกล้าให้กับครอบครัวร่วมกัน					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	19.25	5.35	-3.291**	.003
หลังการเข้าโปรแกรม	28	22.89	4.34		
ด้านความมั่นใจ					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	4.50	2.83	-1.433	.163
หลังการเข้าโปรแกรม	28	5.50	2.82		
ด้านความท้าทาย					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	9.18	3.05	-3.520**	.002
หลังการเข้าโปรแกรม	28	11.25	2.86		
ด้านการควบคุมสิ่งเร้าภายนอก					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	9.86	5.57	-.582	.565
หลังการเข้าโปรแกรม	28	10.46	5.59		
ด้านการนับถือคุณค่าและความไว้วางใจ					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	14.04	3.03	-3.205**	.003
หลังการเข้าโปรแกรม	28	16.11	2.25		
การจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤต					
ก่อนการเข้าโปรแกรม	28	21.89	4.05	-3.688**	.001
หลังการเข้าโปรแกรม	28	25.39	4.54		

** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ข้อวิจารณ์

ผลการวิจัยพบว่าความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นความเข้มแข็งของครอบครัวด้านความมั่นใจอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งแสดงว่าครอบครัวมีการรับรู้ว่าครอบครัวตนเองมีความเข้มแข็งภายในครอบครัวปานกลางที่เกิดจากความสามารถของสมาชิกครอบครัวในการทำงานและรับผิดชอบร่วมกัน สมาชิกในครอบครัวรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว มีความพยายามในฐานะครอบครัว

ที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ทำหายอย่างเต็มความสามารถพร้อมรับมือสถานการณ์และเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น สมาชิกในครอบครัวมีความนับถือต่อความเป็นตัวตนของกันและกัน เห็นคุณค่าของกันและกัน มีวิธีการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นกับครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม ความมั่นใจในความสามารถของครอบครัวในการวางแผนล่วงหน้าและการตั้งเป้าหมายยังคงบกพร่อง โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทั้ง 7 กิจกรรมจึงมีส่วนช่วยเสริมสร้างให้ความเข้มแข็งของครอบครัวของผู้เข้ารับการอบรมสูงขึ้นแสดงถึงประสิทธิผลของโปรแกรมฯ สอดคล้องตามที่ Schlesinger (1998) กล่าวว่า ความเข้มแข็งของครอบครัวเป็นรูปแบบความสัมพันธ์ต่าง ๆ ทักษะและสมรรถนะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและภายในบุคคล และคุณลักษณะทางสังคมและจิตวิทยาที่สร้างอัตลักษณ์ทางบวกของครอบครัว ส่งเสริมปฏิสัมพันธ์อันเป็นที่พึงพอใจและบรรลุความต้องการของสมาชิกในครอบครัว ส่งเสริมพัฒนาการในศักยภาพของสมาชิกครอบครัวและครอบครัวสนับสนุนความสามารถของครอบครัวในการจัดการกับความเครียดและภาวะวิกฤต และ สนับสนุนความสามารถของครอบครัวในการให้สมาชิกครอบครัวช่วยเหลือและเป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน กิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ในโปรแกรมฯ ได้ช่วยเพิ่มทักษะและสมรรถนะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและภายในบุคคลอันช่วยเพิ่มศักยภาพของครอบครัว กิจกรรมครอบครัวเข้มแข็ง กิจกรรมความสัมพันธ์ในครอบครัว และกิจกรรมการสื่อสารในครอบครัว เป็นกิจกรรมช่วยทำให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่ดีขึ้นและมีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมากมายสนับสนุนว่าสัมพันธ์ภายในครอบครัวและการสื่อสารที่ดีเป็นปัจจัยที่มีส่วนทำให้สมาชิกในครอบครัวมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แก้ไขปัญหาพร้อมกันและแบ่งเบาภาระซึ่งกันและกันมีความรักความเอื้ออาทรต่อกัน ความไว้วางใจและการนับถือกัน รับฟังกันและกัน ให้คำปรึกษาแก่กัน ให้กำลังใจสมาชิกในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นความรู้สึกและมีการใช้เวลาที่ดีด้วยกันอันทำให้เกิดความเข้มแข็งของครอบครัวได้ (ทิพย์วัลย์ สุรินยา, 2549; ทิพย์วัลย์ สุรินยา, 2550; บังอร เทพเทียน, ปรีนดา ตาสี และคณะ, 2551; มาลี จีรวฒนานนท์, 2551; พันธุ์ศรี พลศรี, กิติรัตน์ สีหพันธ์ และ บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข, 2559; Dunst, Trivette, and Deal, 1988; Whitchurch and Constantine, 1993; Strong, DeVault and Cohen, 2005; Schrodt, 2009; Orthner, Jones-Sanpei and Williamson, 2004)

ความสัมพันธ์ในครอบครัวจึงสะท้อนถึงระดับของการสนับสนุนและความมุ่งมั่นและยึดมั่นต่อกันของสมาชิกครอบครัวที่มีต่อกัน (Black and Lobo, 2008) และความผูกพันในครอบครัวและบรรยากาศของครอบครัว ส่วนการสื่อสารภายในครอบครัวจะเกี่ยวข้องกับการแลกเปลี่ยนข้อมูลที่มีความหมายระหว่างสมาชิกครอบครัว โดยสมาชิกครอบครัวสื่อสารกันในวิธีที่หลากหลาย ทั้งภาษาพูด ภาษาท่าทาง ภาษาเขียน และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ การปฏิสัมพันธ์โดยวิธีเหล่านั้นระหว่างสมาชิกครอบครัวเป็นกลไกสำคัญที่ส่งเสริมความผูกพันของครอบครัวและความผูกพันตัวของครอบครัว (Schrodt, 2009) การสื่อสารที่ดีและมีประสิทธิภาพจะเป็นการสื่อสารที่เปิดเผย ยอมรับและนับถือ ตรงไปตรงมา จริงใจ ซื่อสัตย์ รับฟังและตอบสนองผู้ฟังด้วยความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ และช่วยให้ความขัดแย้งระหว่างกันลดลง การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพจึงเพิ่มความใกล้ชิดสนิทสนมกันระหว่างสมาชิกครอบครัว ในขณะที่การสื่อสารที่เต็มไปด้วยความโกรธและความเจ็บปวดก็สามารถทำลายความสัมพันธ์ได้ ดังนั้นความสัมพันธ์ในครอบครัวและการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพจึงส่งผลต่อความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคู่สมรส ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างพ่อแม่และเด็กจะส่งผลต่อการทำหน้าที่อันพึงประสงค์ของครอบครัวและทำให้ครอบครัวเข้มแข็งขึ้น

กิจกรรมความเครียดและการจัดการความเครียดในครอบครัว กิจกรรมสุขภาพจิตและการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัว และกิจกรรมความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในครอบครัวช่วยให้ครอบครัวมีความรู้เกี่ยวกับทักษะในการจัดการความเครียดและความขัดแย้งในครอบครัว และนำไปปรับใช้กับครอบครัวของตนเองทำให้ความเครียดของครอบครัวลดลงส่งผลให้สุขภาพจิตดีขึ้น แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมากมายสนับสนุนว่าการจัดการกับความเครียดและความขัดแย้ง รวมถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวเป็นปัจจัยที่เสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวได้ (McCubbin, H., and Patterson, J., 1983; Walsh, F., 1998) การจัดการกับความเครียดเป็นกลวิธีที่บุคคลใช้ในการจัดการกับสถานการณ์ความเครียด (Lazarus and Folkman, 1984) ดังนั้นการจัดการความเครียดในครอบครัวจะช่วยส่งเสริมให้ทรัพยากรในครอบครัวเข้มแข็งและรักษาทรัพยากรของครอบครัวไว้ได้ (McCubbin et. al., 1980) ซึ่งทรัพยากรในครอบครัว ได้แก่ เงิน แรงงาน เวลา ความรู้ความสามารถ สติปัญญา ความคิด เป็นต้น ให้สามารถนำมาใช้อย่างมีคุณค่าและเหมาะสม กลวิธีที่สมาชิกในครอบครัวใช้ในการจัดการความเครียดอย่างมีประสิทธิภาพยังจะช่วยทำให้ความเครียดครอบครัวลดลงและช่วยปกป้องความสัมพันธ์ภายในครอบครัว (Judge, 1998) นอกจากนี้การจัดการความเครียดและความขัดแย้งในครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะช่วยให้ครอบครัวแก้ปัญหาของตนได้ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันที่ดีในการลดผลที่ตามมาจากความเครียดและส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีของสมาชิกในครอบครัว (McCubbin et al., 1980; Lazarus and Folkman, 1984; Judge, 1998) กิจกรรมบทบาทและหน้าที่ของครอบครัวในการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวก็เป็นกิจกรรมที่ช่วยเพิ่มให้ครอบครัวมีความเข้มแข็ง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกครอบครัวแต่ละคนผ่านบทบาทต่าง ๆ ในครอบครัวช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตร่วมกันในครอบครัวอย่างมีความสุข คุณภาพของการได้ทำกิจกรรมประจำวันในบ้านและการใช้เวลาาร่วมกันทำให้ช่วยลดความขัดแย้งระหว่างสมาชิกทำให้ครอบครัวสุขภาพดีและมีความสัมพันธ์ที่ดีซึ่งเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว (สำนักส่งเสริมสุขภาพ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2540; พันธุ์ศรี พลศรี, กิติรัตน์ สีหพันธ์ และ บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข, 2559) โดยภาพรวมโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวจึงมีประสิทธิภาพช่วยให้ครอบครัวมีการทำหน้าที่ที่เหมาะสมและยังผลให้เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้เกิดความเข้มแข็งของครอบครัว โดยโปรแกรมฯ ได้เพิ่มคุณลักษณะทางสังคมและจิตวิทยาที่ดีของครอบครัว รวมถึงทักษะที่ช่วยให้ครอบครัวมีความเข้มแข็ง เช่น ความสัมพันธ์ในครอบครัว การสื่อสารในครอบครัว การจัดการกับความเครียดและความขัดแย้งในครอบครัว การส่งเสริมสุขภาพจิตในครอบครัวและบทบาทหน้าที่ของแต่ละคนในครอบครัว

ข้อเสนอแนะ

ชุมชนและบุคลากรในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาครอบครัวในระดับพื้นที่ เช่น องค์กรบริหารส่วนตำบล โรงเรียน และศูนย์พัฒนาเด็กและครอบครัวในชุมชน เป็นต้น สามารถนำผลการวิจัยโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวไปใช้ในการพัฒนาความเข้มแข็งของครอบครัวในระดับปฏิบัติการได้ โดยโปรแกรมมีประสิทธิภาพสามารถใช้ได้ทั้งการพัฒนาความเข้มแข็งของครอบครัวโดยรวม หรือสามารถใช้เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งด้านใดด้านหนึ่งเฉพาะได้ และผู้เข้ารับการอบรมยังได้มีส่วนร่วมในการคิดและนำไปปฏิบัติเพื่อสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวตนเองได้

สรุป

โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวที่ได้จากการวิจัยนี้เน้นเป็นรูปแบบการถ่ายทอดความรู้ที่มีประสิทธิภาพสำหรับการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ที่เป็นการสื่อสารแบบสองทางและเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ เองและระหว่างผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ กับวิทยากรผู้นำโปรแกรมฯ อันเป็นประโยชน์ต่องานการพัฒนาความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัวไทย

กิตติกรรมประกาศ

โครงการวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากสถาบันวิจัยและพัฒนาแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ผู้วิจัยขอขอบคุณ นายกองค้การบริหารส่วนตำบลบึงค้อใหญ่ อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี และนักพัฒนาชุมชน และเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่เอื้ออำนวยความสะดวกในการดำเนินการวิจัยและขอขอบคุณ สามีภรรยาทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการวิจัยโปรแกรมในครั้งนี้

บรรณานุกรม

- กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2559). **นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาศูนย์ครอบครัว พ.ศ. 2560 – 2564**. สืบค้นจาก <http://www.dwf.go.th>. ทิพย์วัลย์ สุรินยา. (2549). ปัจจัยที่ส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวไทย. **วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์**, 32(2), 101-104.
- ทิพย์วัลย์ สุรินยา. (2550). รูปแบบการเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวไทย. **วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต**, 21, 26-37.
- บังอร เทพเทียน, ปรีดา ตาสี, ปิยะฉัตร ตระกูลวงษ์ และ สุภัทรา อินทร์ไพบุลย์. (2551). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับครอบครัวเข้มแข็ง. **วารสารสาธารณสุขและการพัฒนา**, 6(2), 25-38.
- พันธ์ศรี พลศรี, กิตติรัตน์ สีหพันธ์ และ บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข. (2559). แนวทางการสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวในชุมชนแออัด จังหวัดอุบลราชธานี. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร**, 7(1), 64-73.
- ภูเบศร์ สมุทรจักร, ชีรนุช ก้อนแก้ว และ ธิวัณ อุดิน. (2560). **ความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เดือนตุลา.
- มาลี จิรวินานนท์. (2551). **แนวทางการส่งเสริมการศึกษาเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวพ่อหรือแม่คนเดียว**. (วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2540). **การศึกษาผลการวิจัยและแนวทางการสร้างเสริมครอบครัวที่พึงประสงค์ของไทย**. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- Arshat, Zarinah. (2013). Adolescents and parental perception of family strength: Relation to Malay adolescent emotional and behavioral adjustment. **International Journal of Humanities and Social Science**, 3(18), 163-168.

- Black, K. and Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. **Journal of Family Nursing**, 14(1), 33-55.
- Brigman, K. L., Schons, J, and Stinnett, N. (1986). Strengths of families in a society under stress: A study of string families in Iraq. **Family Perspective**, 20, 61-73.
- Dunst, Carl A., Trivette, Carol, and Deal, Angela. (1988). **Enabling and empowering families. Brookline.** MA: Brookline Books.
- Duke, M., Lazarus, A., and Fivush, R. 2008. Knowledge of family history as a clinically useful index of psychological well-being and prognosis: **A brief report. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training**, 45, 268-272.
- Garcia-Cadena, Cirilo H., Moral de la Rubia, Jose, Diaz-Diaz, Hector L., Martinez-Rodriguez, J., Sanchez-Reyes, Lorenzo, and Loprz-Rosales, Fuensanta. (2013). Effect of Family Strength over the Psychological Well-Being and Internal Locus of Control. **Journal of Behavior, Health& Social Issues**, 5,(2), 33-46.
- Judge, S. (1998). Parental coping strategies and strengths in families of young children with disabilities. **Family Relations**, 47, 263-268.
- Kumpfer, K.L. and Bayes, J. (1995). Child abuse and alcohol tobacco, and other drug abuse: Causality, coincidence, or controversy? In J.H. Jaffe (Ed.), **The encyclopedia of drugs and alcohol.** New York, N.Y: Macmillan.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). **Stress, appraisal and coping.** New York: Springer.
- Leary, C., Kelley, M., Morrow, J, and Mikulka, P. (2008). Parental use of physical punishment as related to family environment, psychological well-being, and personality in undergraduates. **Journal of Family Violence**, 23, 1-7.
- Lochman, J. E., & van den Steenhoven, A. (2002). Family-based approaches to substance abuse prevention. **The Journal of Primary Prevention**, 23(1), 49-114.
- McCubbin, H., Joy, C., Cauble, A., Comeau, J., Patterson, J., and Needles, R. (1980). Family stress and coping: A decade of review. **Journal of Marriage and the Family**, 42, 855-871.
- McCubbin, Hamilton I. and Patterson, John. (1983). Family transitions: Adaptation to stress. In H. I. McCubbin and C. R. Figley (Eds.), **Stress and the family. Vol. 1: Coping and normative transitions.** New York, N.Y.: Brunner/Mazel.
- McCubbin, H., & Patterson, J. (1983). The family stress process: The double ABCX model of family adjustment and adaptation. **Marriage and Family Review**, 6(1-2), 7-37.
- McCubbin, H. I. and Thompson, A. I. (1991). **Family assessment inventories for research and practice.** (2nd ed.) Madison, WI: University of Wisconsin-Madison.

- McCubbin, M. A., McCubbin, I. H., and Thompson, A. I. (1994). Family hardiness index. In J. Fischer & K. Corcoran (Eds), **Measures for clinical practice: A sourcebook**. (2nd ed.) (vol.1, pp. 286-288). New York: Free Press.
- Orthner, Dennis K., Jones-Sanpei, Hinckley, and Williamson, Sabrina. (2004). The resilience and strengths of low-income families. **Family Relations**, 53(2), 159-167.
- Pettit, J., Bates, J, & Dodge, K. (1997). Supportive parenting, ecological context, and children's adjustment: A seven-year longitudinal study. **Child Development**, 68, 908-923.
- Schlesinger, B. (1998). Strong families: A portrait. **Transition**, June, 4 - 15.
- Schrodt, Paul. (2009). Family strength and satisfaction as function of family communication environments. **Communication Quarterly**, 57(2), 171 - 186.
- Shek, D. T. L. (2005). Economic stress, emotional quality of life, and Problem behavior in Chinese adolescents with and without economic disadvantage. **Social Indicators Research**, 71(1-3), 363-383.
- Segrin, Chris and Flora, Jeanne. (2005). **Family communication**. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Strong, Bryan, DeVault, Christine, Sayad, Barbara W., and Cohen, Theodore F. (2001). **The marriage and family experience**. Australia: Wadsworth.
- Strong, Bryan, DeVault, Christine, and Cohen, Theodore. (2005). **The marriage and family experience: Intimate relationships in a changing society** (9th ed.). Australia: Wadsworth, Thomson Learning.
- Walsh, F. (1998). **Strengthening family resilience**. New York: The Guilford.
- Whitchurch, G. and Constantine, L. (1993). **Systems Theory**. In: Boss, P., Doherty, W., LaRossa, R., Schumm, W. and Tenmetz, S. (Eds.), **Sourcebook of Family Theories and Methods**, New York: Plenum.

Translated Thai References

- Department of Women's Affairs and Family Development, Ministry of Social Development and Social Security. (2016). **Policy and Strategies for Family Development 2017 - 2021**. Retrieved from <http://www.dwf.go.th>. [In Thai].
- Tippavan Surinya (2006). Factors Reinforcing Thai Family's Strength. The **Journal of Social Sciences and Humanities**, 32(2), 101-104. [In Thai].
- Tippavan Surinya (2007). Model Enhancing Thai Family's Strength **The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health**, 21, 26-37. [In Thai].

- Bangon-on Thepthien, Parinda Tasre, Piyachat Thakoonwong, and Supatra Inphaipoon. (2008). Factors related to family strengths. **The Journal of Public Health and Development**, 6 (2), 25-38. [In Thai].
- Phunsri Phonsri, Kittirat Srihaban, and Boonyasarit Anakesook. (2016). Approaches of Building Family Strengths in the Slums in Ubon Ratchatani Province. **Academic Journal Phranakhon Rajabhat University**, 7(1), 64-73. [In Thai].
- Bhubate Samutachak, Theeranuch and Ritawan Uden. (2017). **Well-being of Thai family**. Bangkok: Roungpinderntula. [In Thai].
- Malee Jirawattananon. (2008). **Educational promotion guidelines to enhance the strength of single parents' family**. (Thesis of Doctor's Degree, Chulalongkorn University). [In Thai].
- Bureau of Health Promotion. (1997). **A study from many research results and guidelines to build up a desired family**. Bangkok: Health Systems Research Institute. [in Thai]