

การปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่:
ศึกษาเฉพาะกรณีคลินิก गर्ภกร์ดรุณ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี
Adjustment of Adolescent Mothers to Maternal Role:
A Case Study of Rak Dharun Clinic, Suratthani Hospital

กุสุมา หมวมณี¹
Kusuma Muakmanee²
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มาติ ลิมสกุล³
Assistant Professor Madee Limsakul, Ph.D⁴

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย คือ แม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อมเป็นครั้งแรก และให้กำเนิดบุตรแล้ว เป็นระยะเวลาไม่เกิน 1 ปี ลักษณะครอบครัวอยู่กับสามี และเคยเข้ารับบริการคลินิก गर्ภกร์ดรุณ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จำนวน 13 กรณี ผลการศึกษา พบว่า แม่วัยรุ่นมีมุมมองต่อคำว่า “แม่” และ “บทบาทความเป็นแม่” ในแง่บวก และเห็นความสำคัญของบทบาทแม่ที่มีต่อครอบครัว โดยแม่วัยรุ่นมีการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม ใน 6 ระยะ ดังนี้ (1) การยอมรับการตั้งครรภ์ แม่วัยรุ่นแสดงออกในการยอมรับการตั้งครรภ์ด้วยการดูแลสุขภาพร่างกาย การเข้ารับการฝากครรภ์ ถึงแม้ว่าแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะต้องเผชิญกับสภาวะทางอารมณ์ในเชิงลบ เนื่องจากความกังวลต่อการเปิดเผย การตั้งครรภ์ก็ตาม แต่ครอบครัว เครือญาติ เพื่อน และเพื่อนบ้าน เป็นบุคคลสำคัญต่อการปรับตัวทางสังคมของแม่วัยรุ่นในการยอมรับการตั้งครรภ์ (2) การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารก แม่วัยรุ่นทุกกรณีสร้างสัมพันธ์ภาพกับลูกด้วย การเลี้ยงดูลูก

¹ นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

² Master's student on Social Work Program, Faculty of Social Administration, Thammasat University

³ อาจารย์ประจำคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

⁴ Full-time lecturer, Faculty of Social Administration, Thammasat University

และให้นมลูกด้วยตัวเองตั้งแต่หลังคลอด ตลอดจนมีการพูดคุยและเล่นกับลูกบ่อยครั้ง (3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง แม่วัยรุ่นที่มีอาการเจ็บป่วยจากการตั้งครรภ์ จะมีวิธีดูแลตนเองตามอาการและโรคประจำตัวของแต่ละคน อีกทั้งยังต้องปรับตัวและจัดการต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ในเชิงลบ ด้วยภาวะเครียดและกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูลูกและปัญหาเศรษฐกิจ (4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส แม่วัยรุ่นมีการปรับตัวร่วมกันกับสามีต่อพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ โดยสามีแสดงความรักและเอาใจใส่แม่วัยรุ่นมากขึ้น รวมทั้งการทำหน้าที่พ่อในการดูแลลูกร่วมกัน (5) การเตรียมสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ แม่วัยรุ่นมีการเตรียมร่างกายก่อนคลอด ควบคุมไปกับการวางแผนด้านการเลี้ยงลูก การคุมกำเนิด การศึกษา และการประกอบอาชีพ ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นทุกกรณีมีการเรียนรู้ทางสังคมเกี่ยวกับการเป็นแม่จากบุคคลในครอบครัว ตลอดจนสื่อออนไลน์ (6) การยอมรับบทบาทการเป็นแม่ แม่วัยรุ่นทุกกรณียอมรับบทบาทแม่ได้ โดยได้รับการสนับสนุนการดำรงบทบาทจากครอบครัว โรงเรียน เพื่อนบ้าน และชุมชน โดยมีลูกเป็นปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อความรู้สึกเชิงบวก ความสุข และความสำเร็จในการทำหน้าที่แม่ ข้อเสนอแนะที่สำคัญจากการศึกษา คือ ควรบูรณาการทำงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานสาธารณสุข สถานศึกษา สถานประกอบการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัว และชุมชนในการสนับสนุนการดำรงบทบาทความเป็นแม่ของแม่วัยรุ่น ในด้านการเลี้ยงบุตร การสนับสนุนทางอารมณ์ทั้งในช่วงการตั้งครรภ์และหลังคลอดบุตร รวมทั้งการสนับสนุนการศึกษาต่อการประกอบอาชีพ

คำสำคัญ: แม่วัยรุ่น, บทบาทความเป็นแม่, การปรับตัวด้านบทบาทความเป็นแม่

Abstract

The objective of this research is to study the adjustment of adolescent mothers to the maternal role. Qualitative research was done, with data collected by semi-structured interviews from 13 adolescent mothers aged 15-19 who had delivered within the past on year from their first

unplanned pregnancy, lived with biological father of the child., and attended Rak Dharun Clinic, Surat Thani Hospital. The study found that all 13 samples had positive attitudes on the term “mother” and “maternal role” and recognized the importance of maternal role in families. The adolescent mothers in this study could adjust themselves to maternal role physically, mentally and socially in the six stages as follows: (1) Accepting pregnancy: The samples accepted their pregnancy and took care of themselves by taking care of their physical health and got antenatal care services. Even though most of them experienced emotional disturbance from their concerns about how to reveal their pregnancy, the support from family members, relatives, friends and community could help them cope with such difficulties. (2) Establishing relationships with babies: All samples built relationships with their babies by raising and breastfeeding them from birth, as well as interacting and playing with them. (3) Adjusting to changes in themselves: The samples experienced morning sickness and some other symptoms or uncomfortable feelings and had to adjust themselves to it. They also adjusted themselves to the stress from child rearing and financial situation. (4) Adjusting to changes in relationships with their spouses. They had to adjust themselves in the changes in sexual relationship with their spouses. However, their spouses took good care of them, paid more attention to them and shared parenting roles. (5) Preparing for giving birth and taking maternal role: Samples prepared themselves physically before giving birth as well as planned for child rearing, getting contraception, going back to school or getting a job. All of them learned about maternal role from their family members and social media. (6) Accepting maternal roles: All samples accepted their maternal status with support from families, schools, neighbors, and communities.

Their children were source of happiness, positive feeling and success in maternal duties. These findings suggest that integration among public health agencies, schools, workplaces, local authority, families, and communities are essential for supporting the maternal role of teenage mothers in childcare and emotional support during pregnancy and after childbirth as well as further education and career choice.

Keywords: Teenage mothers, maternal role, adjusting

บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะการคลอดในแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี โดยภาพรวมของประเทศไทย พบว่า ในปี 2546-2555 อัตราการคลอดของผู้หญิงอายุ 10-19 ปี มีจำนวนเพิ่มขึ้น และลดลงในปี 2556-2561 แต่ไม่ได้ลดลงมากนัก โดยแม่วัยรุ่นที่อายุ 15-19 ปี มีอัตราการคลอดสูงกว่าแม่วัยรุ่นที่อายุ 10-14 ปี สอดคล้องกับข้อมูลของสำนักสถิติสาธารณสุขที่รายงานไว้ว่า อัตราการคลอดของแม่ที่อายุต่ำกว่า 20 ปี เพิ่มขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับอัตราการคลอดของวัยรุ่นหลายประเทศในอาเซียนและในกลุ่มประเทศที่พัฒนาแล้ว (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2561) ซึ่งสัมพันธ์กับสถิติอัตราการคลอดของผู้หญิงอายุ 15-19 ปี ในระดับภูมิภาค ที่พบว่า จังหวัดสุราษฎร์ธานีมีอัตราการคลอดสูงเป็นอันดับ 2 ของภาคใต้ หรือมีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี มาคลอดจำนวน 1,946 คน คิดเป็นอัตรา 52.9: 1,000 คน (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2561) สอดคล้องกับสถิติที่เพิ่มขึ้นในปี 2558-2561 จากการให้บริการทางด้านสังคมสงเคราะห์กับกลุ่มแม่วัยรุ่นของคลินิกรักษ์ครรภ์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี โดยในปี 2558 มีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เข้ารับบริการจำนวน 25 ราย ปี 2559 มีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เข้ารับบริการจำนวน 63 ราย ปี 2560 มีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เข้ารับบริการจำนวน 76 ราย ปี 2561 มีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เข้ารับบริการจำนวน 127 ราย และปีล่าสุด คือ ปี 2562 มีแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี เข้ารับบริการจำนวน 110 ราย (กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี, 2562) สถิติที่เพิ่มขึ้นสะท้อนให้

เห็นสถานการณ์ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงวัยของการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม การเปลี่ยนบทบาทจากวัยรุ่นมาเป็นแม่ส่งผลกระทบต่อเป็นวงกว้างทั้งในระยะสั้นและระยะยาวต่อวิถีการดำเนินชีวิตของวัยรุ่น ไม่ว่าจะเป็นต่อวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ครอบครัว ตลอดจนผลกระทบด้านเศรษฐกิจและสังคม (กิตติพงศ์ แซ่เจ็ง, 2557) การตั้งครรภ์ของวัยรุ่นจึงเป็นการปรับตัวต่อภาวะวิกฤตจากการเข้าสู่บทบาทความเป็นแม่และการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการช่วงวัย

แม้จะมีพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ที่มุ่งเน้นแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น โดยยึดวัยรุ่นเป็นศูนย์กลางเพื่อสนับสนุนการเลี้ยงดูลูกอย่างมีคุณภาพ (สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์, 2559) แต่ยังไม่มีความชัดเจนใดที่สะท้อนถึงการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ ซึ่งแม่วัยรุ่นแต่ละกรณี ย่อมมีการปรับตัวที่แตกต่างกันภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรม (พัชรา เจริญกลิ่นจันทร์, 2556) การทำความเข้าใจเรื่องการปรับตัวของแม่วัยรุ่น จึงอาจเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยให้หน่วยงานที่ปฏิบัติงานตรงกับแม่วัยรุ่นได้เข้าใจ เห็นความสำคัญ และเกิดการตระหนักถึงการพยายามปรับตัวของแม่วัยรุ่น ภายหลังการเผชิญภาวะวิกฤติในช่วงของการตั้งครรภ์ ทั้งยังเป็นการปรับปรุงและพัฒนาบริการด้านสังคมสงเคราะห์ให้มีประสิทธิภาพ และมีความเหมาะสมต่อความต้องการของแม่วัยรุ่น

ทั้งนี้ การให้บริการทางด้านสังคมสงเคราะห์กับกลุ่มแม่วัยรุ่นของคลินิก गर्ขดรุณ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี เป็นการให้บริการในรูปแบบต่อเนื่องตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ ทำให้เห็นการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ในหลายมิติ แต่ยังคงขาดการติดตามผลการให้บริการอย่างต่อเนื่อง ภายหลังจากที่แม่วัยรุ่นคลอดบุตร และกลับไปใช้ชีวิตอยู่ในครอบครัวหรือชุมชน ซึ่งการติดตามการให้บริการเป็นหนึ่งในบทบาทสำคัญของนักสังคมสงเคราะห์ และเป็นขั้นตอนหนึ่งของกระบวนการทางสังคมสงเคราะห์ที่มีความสำคัญต่อผู้ใช้บริการ นอกจากนี้ การศึกษาเรื่องราวภายหลังจากที่แม่วัยรุ่นเผชิญกับภาวะวิกฤติ หรือภายหลังแม่วัยรุ่นตัดสินใจเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และดำรงบทบาทความเป็นแม่พบได้น้อยมากในปัจจุบัน โดยเฉพาะในแม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ซึ่งพบอัตราการตั้งครรภ์ก่อนเข้าสู่สูง รวมทั้งยัง

ขาดการศึกษาในส่วนของภูมิภาค ที่ทำให้เห็นความแตกต่างทางสังคมและวัฒนธรรม ที่ส่งผลต่อการจัดบริการ รวมทั้งผู้ให้บริการ

ด้วยเหตุนี้ การศึกษาเรื่อง การปรับตัวของแม่วัยรุ่นตอบสนองบทบาทความเป็นแม่ นอกจากทำให้ทราบปรากฏการณ์ในการปรับตัวตอบสนองบทบาทความเป็นแม่ของแม่วัยรุ่นแล้ว ยังเป็นประโยชน์ต่อผู้ให้บริการที่ปฏิบัติงานกับแม่วัยรุ่นในการพัฒนาและปรับปรุงบริการ เพื่อช่วยให้แม่วัยรุ่นได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถปรับตัว และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับครอบครัว ชุมชน ตลอดจนสังคมได้อย่างปกติ

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

เพื่อศึกษาการปรับตัวของแม่วัยรุ่นตอบสนองบทบาทความเป็นแม่

นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ

แม่วัยรุ่น หมายถึง หญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุ 15-19 ปี ลักษณะครอบครัวอยู่กับสามี ที่เข้าใช้บริการคลินิก गर्ภตรวจ กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี ในช่วงปี พ.ศ. 2562

บทบาทความเป็นแม่ หมายถึง การทำหน้าที่แม่ของผู้หญิงที่ตั้งครรภ์และคลอดบุตร ในการปฏิบัติตัวและการเลี้ยงดูบุตรตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์จนคลอด

การปรับตัวด้านบทบาทความเป็นแม่ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองในการปฏิบัติตัวและการเลี้ยงดูบุตรตามบทบาทความเป็นแม่ ด้านกาย จิต สังคม ใน 6 ระยะ เกี่ยวกับ (1) การยอมรับการตั้งครรภ์ (2) การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารก (3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง (4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธ์ภาพกับคู่สมรส (5) การเตรียมตัวเพื่อการคลอดและการเป็นแม่ และ (6) การยอมรับบทบาทการเป็นแม่

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่สำคัญ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการศึกษา คือ แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในแม่วัยรุ่น ทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว และทฤษฎี

บทบาทการเป็นแม่และพัฒนาจิตใจหญิงตั้งครรภ์ของเมย์และมาล์ทมิสเตอร์ (May & Mahlmeister, 1994, อ้างถึงใน กิ่งดาว แสงจินดา, 2559) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แนวคิดเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ในแม่วัยรุ่น

หมายถึง การตั้งครรภ์ในผู้หญิงหรือผู้ที่มีอายุระหว่าง 10-19 ปี โดยถืออายุ ณ เวลาที่คลอดบุตรเป็นเกณฑ์ จำแนกได้ 2 กลุ่ม คือ การตั้งครรภ์ในผู้ที่มีอายุระหว่าง 10-14 ปี และการตั้งครรภ์ในผู้ที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี โดยการศึกษาครั้งนี้ ใช้แม่วัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีอัตราการตั้งครรภ์สูงสุด (สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559) ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นที่พบจากงานวิจัยมีหลายประการ ทั้งด้าน ประเพณีวัฒนธรรม ความยากจน การขาดโอกาสในการศึกษา อิทธิพลของ แอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด และการขาดความรู้เกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์ ซึ่ง การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นไม่ได้มีสาเหตุจากวัยรุ่นเพียงเท่านั้น การเลี้ยงดูของครอบครัว สภาพแวดล้อม คุณลักษณะของผู้เลี้ยงดู ล้วนส่งผลต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นทั้งสิ้น (นฤมล นิราทร, 2561) โดยผลกระทบต่อวัยรุ่นที่ชัดเจน ได้แก่ การต้องเผชิญและปรับตัวต่อสถานการณ์อันเป็นผลจากการตั้งครรภ์ ทั้งปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพใจ การศึกษา อาชีพ ตลอดจนการปรับตัวต่อการดำรงบทบาทแม่ (ชุตานัญญ์ ขุนเพชร, 2557)

ทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว

จากการศึกษาทฤษฎีของนักวิชาการหลายท่าน สามารถสรุปได้ว่า มนุษย์ จำเป็นต้องเผชิญกับการปรับตัวตลอดเวลา เพื่อรักษาความสมดุลของร่างกาย จิตใจ สังคม และเพื่อให้ตนเองสามารถใช้ชีวิตได้ ภายใต้สถานการณ์แวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ในครอบครัวที่อยู่ในระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร หรือระยะที่บุตรคนแรกคลอด นับเป็นช่วงที่ครอบครัวต้องเผชิญต่อภาวะวิกฤติ เพราะเป็นช่วงของการปรับตัว โดยเฉพาะการปรับตัวเข้าสู่บทบาทความเป็นพ่อแม่ (Duvall, 1962 อ้างถึงใน ชุตานัญญ์ ขุนเพชร, 2557) เช่นเดียวกับแม่วัยรุ่น เมื่อเกิดการตั้งครรภ์และ

คลอดบุตร จะต้องเผชิญต่อการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน อันเกิดจากสภาวะความเครียด ความกดดัน ส่งผลให้ต้องปรับตัวใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม เพื่อให้แม่ไว้วางใจเกิดความรู้สึกมั่นคง จนสามารถดำรงบทบาทแม่ได้อย่างมีความสุข (จอมขวัญ เกตุแก้ว, 2555)

ทฤษฎีบทบาทการเป็นแม่และพัฒนาทักษะตั้งครรภ์ของ May and Mahlmeister

ทฤษฎีนี้ของ May and Mahlmeister (1994 อ้างถึงใน กิ่งดาว แสงจินดา, 2559) กล่าวถึงพัฒนาการเป็นแม่ไว้ 6 ระยะ คือ (1) การยอมรับการตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะมีความรู้สึกหลายอย่างร่วมกันเมื่อทราบว่าตั้งครรภ์ การยอมรับการตั้งครรภ์จะเกิดขึ้นเมื่อหญิงตั้งครรภ์ยอมรับความจริงเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ได้ และหากการตั้งครรภ์มีความสำคัญต่อสามีหรือบุคคลในครอบครัว หญิงตั้งครรภ์จะยืนยันการตั้งครรภ์ โดยการยอมรับการตั้งครรภ์เป็นพัฒนาการที่สำคัญ เกิดขึ้นเป็นลำดับแรก และเกิดขึ้นต่อเนื่องตลอดการตั้งครรภ์ (2) การสร้างสัมพันธภาพกับทารก การที่หญิงตั้งครรภ์จะสร้างสัมพันธภาพกับทารกได้ หญิงตั้งครรภ์ต้องรับรู้และยอมรับว่าทารกเป็นอีกหนึ่งชีวิต ต้องมีการพูดคุย สร้างปฏิสัมพันธ์ ซึ่งเป็นสัญญาณที่แสดงให้เห็นความผูกพันระหว่างแม่และทารก (3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง 2 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย การปรับตัวด้านนี้เป็นส่วนหนึ่งของการตั้งครรภ์ โดยจะเริ่มทันทีที่การตั้งครรภ์เกิดขึ้น และคงอยู่จนระยะหลังคลอด ด้านอารมณ์ เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ตลอดจนความวิตกกังวลจากภาวะการคลอด การต้องรับผิดชอบต่อภาระผูกพันอันเกิดจากบทบาทความเป็นแม่ (4) การปรับตัวด้านการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพกับคู่สมรส ได้แก่ ภาวะการพึงพาอาศัยด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และการเปลี่ยนแปลงด้านความสัมพันธ์ทางเพศ หากได้รับการตอบสนองในทางที่ดี จะช่วยให้หญิงตั้งครรภ์สามารถปรับตัวต่อการตั้งครรภ์ การคลอด และการเป็นแม่ได้เป็นอย่างดี (5) การเตรียมสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ การปรับตัวต่อบทบาทการเป็นแม่จะสมบูรณ์ เมื่อหญิงตั้งครรภ์มีการเตรียมตัวสำหรับการคลอดและเตรียมตัวสำหรับบทบาทการเป็นแม่ (6) การยอมรับบทบาทการเป็นแม่ ความสำเร็จในการแสดงบทบาทแม่จะปรากฏชัดในระยะหลัง

คลอด โดยจะเกิดขึ้นเมื่อหญิงตั้งครรภ์รู้สึกพึงพอใจ สุขสบาย และรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถเพียงพอในการดำรงบทบาทแม่

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้ทฤษฎีปรากฏการณ์วิทยา มีรายละเอียด ดังนี้

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย คือ แม่วัยรุ่นอายุ 15-19 ปี ที่เคยมาใช้บริการคลินิก गर्ครรภ์ ณ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี ในช่วงปี พ.ศ. 2562 จำนวน 13 กรณี กำหนดคุณสมบัติในเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้ เป็นแม่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม และตัดสินใจตั้งครรภ์ต่อจนให้กำเนิดบุตรแล้ว เป็นระยะเวลาไม่เกิน 1 ปี ลักษณะครอบครัวอยู่กับสามี ภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี เคยเข้ารับการให้คำปรึกษาทางเลือก คลินิก गर्ครรภ์ ไม่บ่อยกว่า 3 ครั้ง ยินดีเข้าร่วมงานวิจัย และได้รับคำยินยอมจากผู้ปกครอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือสำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or guided interviews) โดยมีแนวคำถามทั้งหมด 6 ด้าน ประกอบด้วย (1) การยอมรับการตั้งครรภ์ (2) การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารก (3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง (4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธ์ภาพกับคู่สมรส (5) การเตรียมสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ และ (6) การยอมรับบทบาทการเป็นแม่

การทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ (Content Validity) ผู้วิจัยนำแบบประเมินความเที่ยงตรงของแนวคำถามส่งผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญหรือที่เรียกว่า Index of item-Objective Congruence (IOC) โดยได้ค่าความสอดคล้องของคำถามและวัตถุประสงค์การวิจัย เท่ากับ 0.97

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการลงภาคสนาม โดยผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์แม่วัยรุ่นด้วยตนเองทุกกรณี ก่อนการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะใช้

เวลาในการสร้างสัมพันธภาพกับแม่วัยรุ่นก่อนเข้าถึงประเด็นคำถามสำคัญ ขณะสัมภาษณ์ มีการปรับเปลี่ยนแนวคำถามให้เหมาะสมกับแม่วัยรุ่นแต่ละกรณี เลือกใช้การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ และคำนึงถึงสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อแม่วัยรุ่น ทำการสัมภาษณ์ในสถานที่ที่เป็นส่วนตัว และดำเนินการขออนุญาตผู้ปกครองของแม่วัยรุ่นก่อนสัมภาษณ์ทุกครั้ง รวมทั้งให้แม่วัยรุ่นและผู้ปกครองลงลายมือชื่อในเอกสารชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Information sheet) หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัยของอาสาสมัคร วิจัยสำหรับผู้ปกครอง (Assent form) และหนังสือแสดงเจตนายินยอมการเข้าร่วมการวิจัย (Consent form) เพื่อนำข้อมูลไปเผยแพร่ในทางวิชาการ ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องบันทึกเสียงในการบันทึกบทสัมภาษณ์ ควบคู่ไปกับการจดบันทึก เพื่อความละเอียดครบถ้วนของข้อมูล ภายหลังการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ออกบทสัมภาษณ์ทุกถ้อยคำ จากนั้นนำบทสัมภาษณ์มาจัดระเบียบข้อมูล โดยการแยกแยะ จัดกลุ่ม และให้รหัสข้อมูล เพื่อประโยชน์ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็น (Content analysis) โดยการวิเคราะห์คำหลัก ร่วมกับการวิเคราะห์ผลแบบอิงทฤษฎี หรือเชื่อมโยงกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจากการทบทวนวรรณกรรม และการจัดประเภท/กลุ่มข้อมูล โดยอ้างอิงคำพูดของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย เพื่อให้ง่ายต่อการวิเคราะห์ และเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อมูล จนได้ชุดข้อมูลที่สามารถเสนอเป็นข้อเท็จจริง เพื่อใช้ประกอบการวิเคราะห์อภิปราย ซึ่งมีการให้เหตุผลเชิงตรรกะ และจากการวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ สามารถจัดประเภทของข้อมูลได้เป็น 2 กลุ่ม คือ (1) ข้อมูลส่วนบุคคลของแม่วัยรุ่น (2) ข้อมูลการปรับตัวด้านบทบาทความเป็นแม่ 6 ระยะ นำเสนอผลการศึกษาแบบพรรณนา โดยอยู่ในขอบเขตของแนวความคิด และวัตถุประสงค์ของการศึกษา

ผลการศึกษา

ผู้วิจัยทำการศึกษาแม่วัยรุ่นที่เคยเป็นผู้ใช้บริการของคลินิก गर्ชีดรุณ โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จำนวน 13 กรณี โดยขอสรุปข้อมูลส่วนบุคคลของแม่วัยรุ่นในรูปแบบตาราง เพื่อให้เห็นข้อมูลชัดเจนขึ้น ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1

ข้อมูลส่วนบุคคลของแม่วัยรุ่น

ชื่อ (นามสมมติ)	อายุ (ปี)	ระดับการศึกษาสูงสุด/ อาชีพ	ความเป็นอยู่ ปัจจุบัน	สถานภาพการสมรส	เพศ/อายุ ของลูก
อ้อม	16	ประถมศึกษาปีที่ 6	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวของ สามี	อยู่ร่วมกับสามี 3 ปี แต่งงานไม่ได้ จดทะเบียนสมรส	ชาย 1 ปี
แก้ม	17	ประถมศึกษาปีที่ 6	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวของ สามี	อยู่ร่วมกับสามี 4 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 2 เดือน
บุม	17	มัธยมศึกษาปีที่ 3 /ทำ ขนมปัง โรงงานขนมปัง รายได้ 400 -600 บาท ต่อวัน	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวเดิม ของตนเอง	อยู่ร่วมกับสามี 4 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	ชาย 1 ปี
ปอย	17	กำลังศึกษามัธยม ศึกษา ตอนปลาย (การศึกษา นอกระบบ)	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวเดิม ของตนเอง	อยู่ร่วมกับสามี 3 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 4 เดือน
ออย	18	มัธยมศึกษาปีที่ 3	แยกครอบครัวอยู่ กับสามีและลูก	อยู่ร่วมกับสามี 2 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	ชาย 7 เดือน

ชื่อ (นามสมมติ)	อายุ (ปี)	ระดับการศึกษาสูงสุด/ อาชีพ	ความเป็นอยู่ ปัจจุบัน	สถานภาพการสมรส	เพศ/อายุ ของลูก
สาว	18	มัธยมศึกษาปีที่ 3	แยกครอบครัวอยู่ กับสามีและลูก	อยู่ร่วมกับสามี 3 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 4 เดือน
มาย	18	ประถมศึกษาปีที่ 6	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวเดิม ของตนเอง	อยู่ร่วมกับสามี 1 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	ชาย 4 เดือน
เอมอร	18	กำลังศึกษาระดับ ประกาศนียบัตร วิชาชีพ 3	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวของ สามี	อยู่ร่วมกับสามี 2 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 9 เดือน
ทับทิม	18	กำลังศึกษามัธยมศึกษา ตอนปลาย (การศึกษา นอกระบบ)/พนักงานห้าง รายได้ 9,000 บาทต่อ เดือน	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวของ สามี	อยู่ร่วมกับสามี 2 ปี แต่งงาน ไม่ได้ จดทะเบียนสมรส	ชาย 8 เดือน
มินา	19	มัธยมศึกษาปีที่ 6	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวเดิม ของตนเอง	อยู่ร่วมกับสามี 3 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 1 ปี
ฝน	19	มัธยมศึกษาปีที่ 3 / ค้าขายอาหารรายได้ 400 บาทต่อวัน	แยกครอบครัวอยู่ กับสามีและลูก	อยู่ร่วมกับสามี 4 ปี แต่งงาน ไม่ได้ จดทะเบียนสมรส	หญิง 9 เดือน
แพง	19	มัธยมศึกษาปีที่ 6 (การศึกษานอกระบบ)/ ค้าขายไอศกรีม รายได้ 1,100-1,200 บาทต่อวัน	แยกครอบครัวอยู่ กับสามีและลูก	อยู่ร่วมกับสามี 3 ปี แต่งงาน ไม่ได้ จดทะเบียนสมรส	หญิง 1 ปี

ชื่อ (นามสมมติ)	อายุ (ปี)	ระดับการศึกษาสูงสุด/ อาชีพ	ความเป็นอยู่ ปัจจุบัน	สถานภาพการสมรส	เพศ/อายุ ของลูก
มิว	19	กำลังศึกษาระดับ ประกาศนียบัตร วิชาชีพชั้นสูง 2	อยู่ร่วมกับ ครอบครัวของ สามี	อยู่ร่วมกับสามี 2 ปี ไม่ได้แต่งงานและ จดทะเบียนสมรส	หญิง 4 เดือน

จากผลการศึกษา พบว่า แม่วัยรุ่นให้นิยามต่อคำว่า “แม่” และ “บทบาทความเป็นแม่” ในทิศทางเดียวกัน และมีมุมมองว่า แม่และบทบาทความเป็นแม่มีความสำคัญต่อครอบครัว โดยเฉพาะความสำคัญต่อลูก ทั้งนี้แม่วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคมต่อการดำรงบทบาทแม่ใน 6 ระยะ ดังนี้

(1) การยอมรับการตั้งครรภ์ พบว่า เมื่อทราบว่าจะตั้งครรภ์ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญต่อการเข้ารับการฝากครรภ์ ในแม่วัยรุ่นบางกรณี เลือกที่จะฝากครรภ์ทันที ในขณะที่แม่วัยรุ่นอีกจำนวนหนึ่ง ต้องจัดการกับปัญหาคีร์วอันเป็นผลต่อเนื่องจากการตั้งครรภ์ ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นได้พยายามดูแลสุขภาพร่างกายด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน แตกต่างจากแม่วัยรุ่นอีกจำนวนหนึ่งที่ยังคงทำงานตามปกติ ด้านสภาวะทางอารมณ์ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีสภาวะทางอารมณ์เชิงลบเมื่อทราบว่าจะตั้งครรภ์ เนื่องจากวิตกกังวลต่อการเปิดเผยการตั้งครรภ์ โดยเหตุผลที่ทำให้แม่วัยรุ่นเหล่านี้เลือกตั้งครรภ์ต่อ แม้บางกรณีเคยมีความคิดยุติการตั้งครรภ์ คือ การยอมรับต่อความผิดพลาดของตนเอง รวมทั้งการได้รับการยอมรับจากครอบครัวและบุคคลรอบข้าง จากผลการศึกษา ยังพบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีสภาวะทางอารมณ์ต่อการตั้งครรภ์ ในระยะตั้งครรภ์และระยะหลังคลอดแตกต่างกัน โดยแม่วัยรุ่นมีความสุขมากขึ้นในระยะหลังคลอด เมื่อได้เลี้ยงดูลูก ด้านการปรับตัวทางสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างแม่วัยรุ่นกับบุคคลในครอบครัว เครือญาติ เพื่อน และเพื่อนบ้าน ต่างเป็นความสัมพันธ์ที่ดี แตกต่างจากความสัมพันธ์ระหว่างแม่วัยรุ่นกับครู ที่ค่อนข้างห่างเหิน แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่จึงไม่เปิดเผยการตั้งครรภ์ต่อครู แม้แม่วัยรุ่นต้องเผชิญกับการปรับตัวทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมใน

การยอมรับการตั้งครุฑ แต่กลับพบว่า แม่วัยรุ่นทุกกรณีสามารถยอมรับการตั้งครุฑของตนเองได้

(2) การสร้างสัมพันธภาพกับทารก พบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่เลี้ยงดูลูกและให้นมลูกด้วยตนเอง ซึ่งการให้นมลูกส่งผลต่อความรู้สึกเชิงบวกของแม่วัยรุ่น เช่น รู้สึกมีความสุข รู้สึกดี และรู้สึกอบอุ่น นอกจากนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังแสดงความรักและเอาใจใส่ลูก ด้วยการพูดคุยและเล่นกับลูกบ่อยครั้ง เมื่อลูกมีอาการเจ็บป่วยหรือร้องไห้ แม่วัยรุ่นจะมีวิธีการดูแลลูกที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการอุ้ม การสัมผัส การโอบกอด ตลอดจนการพยายามสังเกตและจดจำพฤติกรรมของลูก เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของลูกได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ ยังมีวิธีการส่งเสริมให้ลูกมีพัฒนาการตามวัย เช่น การช่วยกระตุ้นร่างกายลูก การฝึกลูกช่วยเหลือตนเอง การใช้ของเล่นและสื่อการเรียนรู้ ในขณะที่แม่วัยรุ่นอีกจำนวนหนึ่ง ใช้วิธีการเลี้ยงดูลูกตามธรรมชาติ

(3) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง พบว่า ด้านร่างกาย แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีอาการเจ็บป่วยทางร่างกายอันเกิดจากการตั้งครุฑ เช่น อาเจียน น้ำหนักตัวลด โลหิตจาง ร่างกายขาดออกซิเจน เป็นต้น โดยแม่วัยรุ่นทุกกรณีสามารถยอมรับได้ว่า การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเป็นส่วนหนึ่งของการตั้งครุฑ จึงพยายามดูแลตนเองตามลักษณะอาการและโรคประจำตัวของตน ด้านอารมณ์ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ในเชิงลบ เนื่องจากประสบการณ์เครียด และวิตกกังวลต่อการเลี้ยงดูลูก ปัญหาสัมพันธภาพกับสามี ตลอดจนปัญหาเศรษฐกิจ จากผลการศึกษา ยังพบข้อสังเกตที่น่าสนใจ คือ แม่วัยรุ่นกรณีหนึ่งให้มุมมองต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ว่า เป็นผลสืบเนื่องจากการคุมกำเนิด ซึ่งสะท้อนให้เห็นทัศนคติและความเชื่อที่ผิด ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ต่างมีวิธีจัดการกับอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงตามลักษณะความชอบส่วนบุคคล เช่น การเจ็บและนั่งเฉย การพูดคุยกับบุคคลในครอบครัวและเพื่อน ตลอดจนการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อผ่อนคลายความเครียด

(4) การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส พบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการปรับตัวร่วมกับสามีต่อพฤติกรรมทางเพศที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น เพศสัมพันธ์ที่ลดลง เนื่องจากต้องใช้เวลาในการเลี้ยงดูลูก โดยการพูดคุยเรื่อง

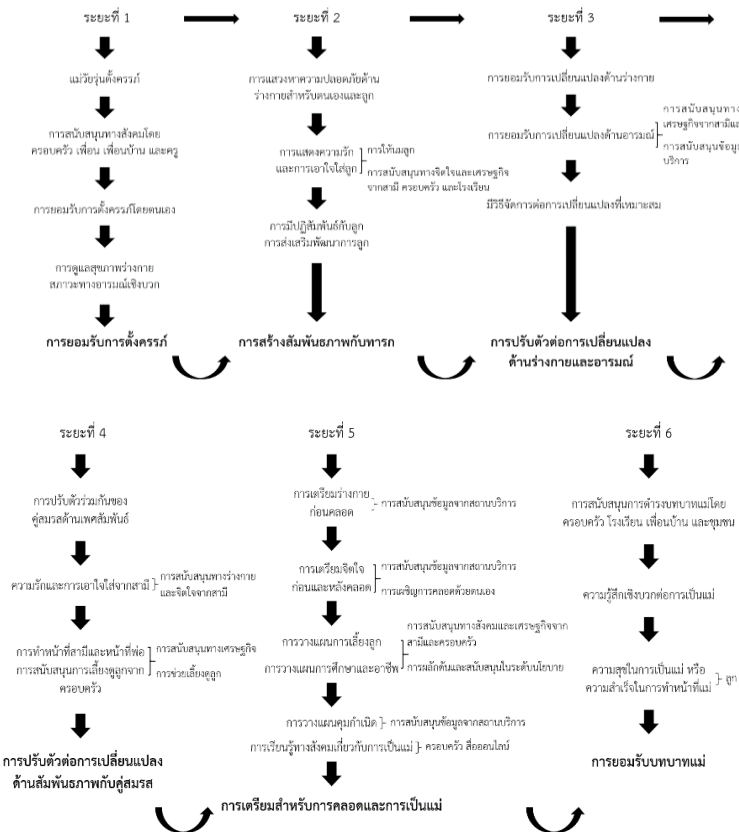
เพศสัมพันธ์อย่างเปิดเผย ทำให้ไม่มีผลกระทบต่อสัมพันธ์ภาพระหว่างแม่วัยรุ่นกับสามี นอกจากนี้ สามียังแสดงความรักและเอาใจใส่แม่วัยรุ่นมากขึ้น แม้จะมีเวลาในการทำกิจกรรมอื่นร่วมกันลดลง ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการพึ่งพาทางเศรษฐกิจจากสามี แตกต่างจากแม่วัยรุ่นอีกจำนวนหนึ่ง ที่ประกอบอาชีพและรับผิดชอบค่าใช้จ่ายภายในครอบครัวร่วมกัน สำหรับบทบาทพ่อและการทำหน้าที่พ่อ แม่วัยรุ่นทุกกรณีมีความเข้าใจและคาดหวังต่อบทบาทพ่อในทิศทางเดียวกัน และมองว่าบทบาทพ่อมีความสำคัญต่อครอบครัวและลูก โดยสามีมีส่วนช่วยเหลือแม่วัยรุ่นในการเลี้ยงดูลูก หรือสามารถทำหน้าที่พ่อในการดูแลลูกร่วมกันได้

(5) การเตรียมสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ พบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการเตรียมตัวด้านร่างกายก่อนคลอด เช่น การฝึกเดินและทำน่องเตรียมคลอด การออกกำลังกาย เป็นต้น ในขณะที่แม่วัยรุ่นกรณีหนึ่งมีมุมมองว่า การทำงานจะช่วยให้การคลอดง่ายขึ้น จึงทำงานจนเข้าสู่ระยะใกล้คลอด อีกทั้งแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีความกลัวและวิตกกังวลต่อการคลอด ไม่ว่าจะเป็นความเจ็บปวดจากการคลอด หรือความไม่ปลอดภัยที่จะเกิดขึ้นต่อตนเองและลูก ซึ่งการได้รับข้อมูลและความรู้เป็นส่วนสนับสนุนสำคัญที่ทำให้แม่วัยรุ่นสามารถเผชิญกับการคลอดได้ ด้านการเตรียมการเป็นแม่ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่วางแผนเลี้ยงดูลูกด้วยตนเอง ควบคู่กับการให้บุคคลในครอบครัวช่วยเหลือ และวางแผนเข้าสู่ระบบการศึกษา ด้วยรูปแบบการศึกษานอกระบบโรงเรียน การศึกษาปริญญาตรี ตลอดจนการศึกษาหลักสูตรเฉพาะทาง ในขณะที่แม่วัยรุ่นจำนวนหนึ่งไม่ต้องการเข้าสู่ระบบการศึกษา ด้วยเหตุผลทางด้านเศรษฐกิจ แต่เลือกวางแผนด้านการประกอบอาชีพต่อ ด้านแผนการคุมกำเนิด แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ใช้วิธีการฝังยาคุม เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ซ้ำ และแม่วัยรุ่นทุกกรณีมีการเรียนรู้ทางสังคมเกี่ยวกับการเป็นแม่ ผ่านบุคคลในครอบครัว ประสบการณ์เดิมจากการเลี้ยงดูเด็ก ตลอดจนสื่อสังคมออนไลน์ นอกจากนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะยึดบุคคลในครอบครัวเป็นแบบอย่างของการเป็นแม่ ในขณะที่แม่วัยรุ่นจำนวนหนึ่ง เลือกเลี้ยงลูกตามแบบฉบับของตนเอง

(6) การยอมรับบทบาทการเป็นแม่ พบว่า เงื่อนไขหรือปัจจัยหลักที่เอื้อให้แม่วัยรุ่นสามารถดำรงบทบาทความเป็นแม่ คือ ครอบครัว โรงเรียน เพื่อนบ้าน และชุมชน โดยแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีทั้งความรู้สึกเชิงบวกและความรู้สึกเชิงลบร่วมกัน เมื่อต้องดำรงบทบาทแม่ ทั้งนี้ ความสุขในการเป็นแม่ของแม่วัยรุ่น คือ การเลี้ยงลูกด้วยตนเอง การเห็นลูกมีความสุข ตลอดจนการที่ลูกไม่มีอาการเจ็บป่วย สำหรับ

ความสำเร็จในการทำหน้าที่แม่ คือ การเลี้ยงดูลูกให้เติบโตเป็นเด็กที่ดี การให้การศึกษา การประสบผลสำเร็จในอาชีพ ต่างเป็นความสำเร็จของแม่วัยรุ่น ในขณะที่แม่วัยรุ่นคนหนึ่ง ให้มุมมองที่น่าสนใจว่า ไม่มีความสำเร็จในการทำหน้าที่แม่ ด้วยหน้าที่แม่เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง และดำรงอยู่โดยไม่มีวันสิ้นสุด

จากผลการศึกษา เรื่อง การปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ใน 6 ระยะ สามารถสรุปแนวทางการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ ได้ดังนี้



ภาพที่ 1

แนวทางการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่

อภิปรายผลการศึกษา

ผู้วิจัยอภิปรายผลการศึกษา โดยแบ่งข้อมูลออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

(1) ข้อมูลส่วนบุคคลกับการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น เป็นการปรับตัวรูปแบบหนึ่ง เพื่อให้แม่วัยรุ่นสามารถปรับตนเองภายใต้สถานการณ์ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ แม่วัยรุ่นจึงต้องปรับตัวในหลายด้านมากกว่าหญิงตั้งครรภ์ทั่วไป โดยเฉพาะการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ในมิติทางร่างกาย จิตใจ และสังคม จากผลการศึกษา เมื่อพิจารณาข้อมูลส่วนบุคคลของแม่วัยรุ่นทั้ง 13 กรณี พบข้อเท็จจริงว่า แม่วัยรุ่นทุกกรณีมีการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ โดยมีทั้งความเหมือนและแตกต่างกันด้วยเงื่อนไขและปัจจัยอันหลากหลาย โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ คือ อาชีพ ความเป็นอยู่ปัจจุบัน และสถานภาพการสมรส ในขณะที่อายุ และระดับการศึกษา ไม่ใช่ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของแม่วัยรุ่น โดยพบว่า แม่วัยรุ่นที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ สามารถเลี้ยงดูลูกด้วยตนเองได้เต็มที่ จะมีการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ได้ดี ปัจจัยด้านความเป็นอยู่ปัจจุบัน แม่วัยรุ่นที่แยกครอบครัวมาอยู่กับสามีและลูก จะต้องแบกรับภาระทางเศรษฐกิจมากกว่าแม่วัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดิมหรือครอบครัวของสามี อาจด้วยการแยกครอบครัว เป็นสัญลักษณ์ที่แสดงถึงสถานะของการสร้างครอบครัวใหม่ แม่วัยรุ่นและสามีจึงต้องลดสถานะการพึ่งพิงครอบครัวเดิม ส่วนสถานภาพการสมรส การแต่งงานและการจดทะเบียนสมรสไม่ได้มีผลโดยตรงต่อการปรับตัว แต่ระยะเวลาที่อาศัยอยู่ร่วมกัน มีผลต่อการปรับตัวของแม่วัยรุ่น โดยพบว่า แม่วัยรุ่นที่อยู่ร่วมกับสามีเป็นระยะเวลา 3-4 ปี จะมีการปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ได้ดี

(2) การปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ใน 6 ระยะ ดังนี้

2.1 การยอมรับการตั้งครรภ์ ข้อเท็จจริงที่ค้นพบจากผลการศึกษานี้ กล่าวได้ว่า การปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อบทบาทความเป็นแม่ เกิดขึ้นตั้งแต่ระยะของการตั้งครรภ์ โดยแม่วัยรุ่นทั้ง 13 กรณี จะให้ความสำคัญต่อการเข้ารับการฝากครรภ์ แม้ในบางกรณีต้องจัดการต่อปัญหาครอบครัว อันเป็นผลพวงจากการตั้งครรภ์ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า ปัจจัยที่ส่งเสริมและเกื้อหนุนให้แม่วัยรุ่นมี

การปรับตัวเข้าสู่บทบาทการเป็นแม่ที่ดี ส่วนหนึ่งมาจากตัวแม่วัยรุ่นที่มีความพยายามในการปรับตัว และอีกส่วนหนึ่งเป็นปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว (จอมขวัญ เกตุแก้ว, 2555) นอกจากนี้ ผลการศึกษายังพบว่า มีแม่วัยรุ่น 2 กรณี ที่ไม่ใส่ใจดูแลตนเองเป็นพิเศษ และยังคงทำงานตามปกติจนกระทั่งคลอดบุตร เนื่องจากปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้แม่วัยรุ่นต้องประกอบอาชีพ จนเลยการดูแลสุขภาพของตนเอง แตกต่างจากผลการวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวของแม่วัยรุ่นด้านร่างกายที่ระบุว่า เมื่อทราบว่าตั้งครรภ์ แม่วัยรุ่นจะมีการดูแลสุขภาพทางกายและการปกป้องคุ้มครองลูกในระดับที่มาก (จอมขวัญ เกตุแก้ว, 2555) ด้านจิตใจ พบว่าสภาวะทางอารมณ์ของแม่วัยรุ่นเมื่อทราบว่าตั้งครรภ์ จะมีความแตกต่างจากสภาวะทางอารมณ์ภายหลังการคลอดบุตร เนื่องจากในระยะแรกของการตั้งครรภ์ แม่วัยรุ่นต้องอาศัยการปรับตัวเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะการได้รับการยอมรับจากครอบครัวและบุคคลรอบข้าง สอดคล้องกับผลการวิจัยด้านประสบการณ์ทางจิตใจของแม่วัยรุ่น ที่พบว่า ความทุกข์จากการตั้งครรภ์ เกิดขึ้นจากความกลัวว่าสังคมและบุคคลรอบข้างจะรับรู้เรื่องการตั้งครรภ์ เกิดจากความรู้สึกผิดที่ทำให้ครอบครัวต้องเสียใจ ตลอดจนเกิดจากความสูญเสียโอกาสต่างๆ ในชีวิต แต่ทั้งนี้ การได้รับความรัก ความเข้าใจ และกำลังใจจากครอบครัวและบุคคลรอบข้าง ตลอดจนการมีหน่วยงานให้ความช่วยเหลือ ย่อมทำให้แม่วัยรุ่นมีความตั้งใจที่จะปรับตัวและเปลี่ยนแปลงตนเองสู่หนทางที่ดีขึ้น (หทัยทิพย์ ไชยวาทิ, 2551) ด้านสังคม แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและเพื่อน เพราะเป็นบุคคลกลุ่มแรกที่ทำให้การยอมรับและให้ความช่วยเหลือแม่วัยรุ่น ในขณะที่ความสัมพันธ์ระหว่างแม่วัยรุ่นกับครู กลับพบข้อสังเกตที่น่าสนใจ คือ ครู รวมถึงบุคลากรในสถานศึกษา ยังขาดความรู้เกี่ยวกับกฎหมายตามพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 หรือกล่าวได้ว่า ในทางปฏิบัติจริง การแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในสถานศึกษา ยังมีความย้อนแย้งกับข้อกฎหมายที่ระบุไว้ตามพระราชบัญญัติฉบับดังกล่าว

2.2 การสร้างสัมพันธ์ภาพกับทารก การเลี้ยงลูกและให้นมลูกด้วยตนเองของแม่วัยรุ่น เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความรู้สึกเชิงบวกและสัมพันธ์ภาพที่

ดีระหว่างแม่วัยรุ่นกับลูก สอดคล้องกับผลการวิจัย ที่พบว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้แม่วัยรุ่นมีความสุข มีความรัก มีความผูกพัน และห่วงใยลูกมากขึ้น ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่ส่งเสริมให้แม่วัยรุ่นต้องการทำหน้าที่แม่ให้ดีที่สุด (บุญมี ภูตานันท์, วรณิ เตียววิศเรศ และกนกนุช ชื่นเลิศสกุล, 2556) ผลการศึกษานี้ ยังปรากฏข้อเท็จจริงที่ว่า ในแม่วัยรุ่นบางกรณีที่ไม่สามารถให้นมลูกได้ เนื่องจากต้องไปโรงเรียน สะท้อนให้เห็นว่า สถานศึกษายังขาดมาตรการในการรองรับและให้การช่วยเหลือแม่วัยรุ่นที่ต้องให้นมบุตร นอกจากนี้ ยังพบข้อสังเกตที่น่าสนใจอีกประการ คือ มีแม่วัยรุ่นบางกรณีที่ใช้วิธีการตีกูเมื่อลูกร้องไห้ ซึ่งเป็นแม่วัยรุ่นที่ต้องทำงานนอกบ้านสามารถอธิบายได้ว่า การที่แม่วัยรุ่นต้องรับผิดชอบทั้งภาระภายในและภายนอกบ้านย่อมส่งผลให้เกิดความเครียดจนกระทบต่อแบบแผนทางอารมณ์ และส่งผลต่อวิธีการเลี้ยงดูลูกของแม่วัยรุ่น อีกทั้งลักษณะทางอารมณ์และพฤติกรรมของลูก ยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความรู้สึกมั่นใจในการทำหน้าที่แม่ของแม่วัยรุ่น

2.3 การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง การยอมรับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและด้านอารมณ์ เป็นปัจจัยสำคัญต่อการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเอง โดยมีปัจจัยที่สนับสนุน คือ การสนับสนุนทางจิตใจและเศรษฐกิจจากสามีและครอบครัว รวมถึงการสนับสนุนข้อมูลจากสถานบริการ ซึ่งจะช่วยให้แม่วัยรุ่นมีวิถีจัดการต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่เหมาะสม จากผลการศึกษา พบว่า แม่วัยรุ่นทุกกรณีมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า แม่วัยรุ่นจะมีการปรับตัวตามพัฒนาการของหญิงตั้งครรภ์ แต่จะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับภาพลักษณ์หรือรูปร่างของตนเองที่เปลี่ยนแปลงไป หากแม่วัยรุ่นสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ โดยมองว่า การตั้งครรภ์จะเป็นไปตามธรรมชาติ จะช่วยให้แม่วัยรุ่นสามารถเผชิญต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นต่อไปได้ และมีการปรับตัวต่อสถานการณ์เหล่านั้นได้อย่างเหมาะสม (สุภาชัย สาระจรัส, 2553) ด้านอารมณ์ แม่วัยรุ่นมีสภาวะทางอารมณ์ในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอดแตกต่างกัน โดยข้อเท็จจริงที่ค้นพบจากผลการศึกษาระบุว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีสาเหตุของความเครียดที่คล้ายคลึงกัน คือ การปรับตัวต่อการเลี้ยงดูลูก ปัญหาเศรษฐกิจ ตลอดจนปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ทั้งนี้

ยังพบข้อสังเกตที่น่าสนใจว่า มีแม่วัยรุ่นบางกรณี มีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า หลังการคลอดโดยไม่รู้ตัว และมีมุมมองต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ว่า เป็นผลจากการคุมกำเนิด สะท้อนให้เห็นว่า สถานบริการยังขาดการสนับสนุนข้อมูลที่เพียงพอต่อแม่วัยรุ่น เพื่อให้แม่วัยรุ่นรู้เท่าทัน และสามารถจัดการต่อการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งการมีทัศนคติและความเชื่อต่อการคุมกำเนิดที่ถูกต้อง

2.4 การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพกับคู่สมรส เป็นความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยาที่ต้องปรับตัวร่วมกัน คือ การปรับตัวด้านเพศสัมพันธ์ จากผลการศึกษา พบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่พยายามหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงระยะหลังคลอด ด้วยเหตุผลที่คล้ายคลึงกัน คือ กลัวกระทบต่อลูกในครรภ์ ความเหนื่อยล้าจากการเลี้ยงดูลูก ทั้งนี้ การสื่อสารเรื่องเพศสัมพันธ์อย่างเปิดเผย และการได้รับความรักและเอาใจใส่จากสามี โดยการสนับสนุนทางร่างกายและจิตใจ ต่างส่งผลต่อสัมพันธภาพเชิงบวกระหว่างแม่วัยรุ่นกับสามี สอดคล้องกับทฤษฎีบทบาทการเป็นแม่ที่กล่าวว่า หญิงตั้งครรภ์ต้องการความรักความเอาใจใส่เพิ่มขึ้น แต่ในขณะเดียวกัน ความต้องการทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์อาจเปลี่ยนแปลงไป (May & Mahlmeister, 1994, อ้างถึงใน กิ่งดาว แสงจินดา, 2559) นอกจากนี้ ผลการศึกษายังสะท้อนให้เห็นว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังขาดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับอนามัยการเจริญพันธุ์และการมีเพศสัมพันธ์ในระยะตั้งครรภ์ อีกทั้งการมีทัศนคติเชิงลบต่อการคุมกำเนิดของแม่วัยรุ่น โดยมองว่า เพศสัมพันธ์ที่ลดลงในระยะหลังคลอด มีสาเหตุจากการคุมกำเนิดด้วยวิธีฝังยาคุม ซึ่งกระทบต่อเพศสัมพันธ์ที่เปลี่ยนไปในคู่สมรสได้ ปัจจัยสำคัญอีกประการที่ส่งผลต่อการปรับตัวในระยนี้ คือ การทำหน้าที่สามีโดยการสนับสนุนทางเศรษฐกิจ และการทำหน้าที่พ่อในการเลี้ยงดูลูกร่วมกัน ซึ่งปรากฏชัดจากแม่วัยรุ่นกรณีหนึ่ง ที่ให้มุมมองแตกต่างจากแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ว่า “สามีไม่จำเป็นต้องเป็นหัวหน้าครอบครัว แต่ต้องช่วยแบ่งเบาภาระในการเลี้ยงดูลูก” อาจด้วยสภาพสังคมและเศรษฐกิจในยุคปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไป ส่งผลให้สถานภาพและบทบาทของสามีและภรรยามีความใกล้เคียงกัน ข้อค้นพบที่น่าสนใจ

อีกประการ คือ ในขณะที่แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ตกอยู่ในสภาวะพึ่งพาทางเศรษฐกิจจากสามี เพราะต้องเลี้ยงดูลูกเป็นหลัก แต่มีแม่วัยรุ่นจำนวนหนึ่งต้องทำงานร่วมกับสามี โดยอาศัยการสนับสนุนการเลี้ยงดูลูกจากครอบครัว สามารถอธิบายได้ว่า บทบาทความเป็นแม่และบทบาทความเป็นหญิง แม้จะมีความขัดแย้งกันบ้างในประเด็น บทบาทหน้าที่ ส่งผลให้ผู้ที่อยู่ในสถานะผู้หญิงและแม่จำต้องปรับตัว เพราะความเป็นแม่ที่ไม่สามารถละทิ้งได้ และความเป็นผู้หญิงที่ต้องทำงานก็เช่นกัน จนท้ายที่สุด การทำงานของผู้หญิงก็ถูกเหมารวม หรือกลืนกินเข้าไปสู่หน้าที่หนึ่งของบทบาทความเป็นแม่ที่ดี (ชุตินา โลมรัตนานนท์, 2555)

2.5 การเตรียมสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ การเตรียมร่างกาย และจิตใจ เป็นปัจจัยสำคัญที่สะท้อนให้เห็นว่า แม่วัยรุ่นมีการเตรียมตัวสำหรับการคลอดและการเป็นแม่ ข้อเท็จจริงที่ปรากฏจากผลการศึกษาี้ ระบุว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการเตรียมร่างกายก่อนคลอด โดยการศึกษาข้อมูลด้วยตนเอง และมีแม่วัยรุ่น 1 กรณี ที่มีมุมมองว่า การทำงานจะช่วยให้คลอดง่าย ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังมีความวิตกกังวลต่อการคลอด เนื่องจากขาดการสนับสนุนข้อมูลที่เพียงพอจากสถานบริการ ดังที่ทฤษฎีบทบาทการเป็นแม่กล่าวไว้ว่า แม่วัยรุ่นอาจรู้สึกกลัวการคลอด การสนับสนุนข้อมูลและการให้ความมั่นใจ จะช่วยขจัดความกลัวนี้ได้ (May & Mahlmeister, 1994, อ้างถึงใน กิ่งดาว แสงจินดา, 2559) นอกจากนี้ ปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนการปรับตัวด้านสังคมในระยะนี้ คือ การวางแผนการเลี้ยงดูลูก โดยแม่วัยรุ่นต้องได้รับการสนับสนุนทางสังคมและเศรษฐกิจจากสามีและครอบครัว ซึ่งมีผลสัมพันธ์ต่อการวางแผนศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ ทั้งนี้ การผลักดันและสนับสนุนนโยบายทางด้านการศึกษา เป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการกลับเข้าสู่ระบบการศึกษาของแม่วัยรุ่น เนื่องจากผลการศึกษาพบว่า แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่มีการวางแผนเพื่อศึกษาต่อ แต่ภายหลังลูกเติบโต ในขณะที่แม่วัยรุ่นจำนวนหนึ่งไม่สามารถศึกษาต่อได้ เพราะปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจที่กีดขวางเส้นทางการศึกษา สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า รายได้ของครอบครัว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจศึกษาต่อหรือประกอบอาชีพของแม่วัยรุ่น (บุญมี ภูตานังว และคณะ, 2556) นอกจากนี้ ยังพบข้อสังเกตที่น่าสนใจ คือ แม่วัยรุ่นทุกกรณีให้ความสำคัญต่อ

การวางแผนคุมกำเนิด โดยแม่วัยรุ่นส่วนใหญ่เลือกคุมกำเนิดด้วยวิธีการฝังยาคุม เพราะมีประสิทธิภาพในระยะยาว ทั้งยังเป็นการลดภาระค่าใช้จ่าย ตามนโยบาย การฝังยาคุมกำเนิดฟรีในแม่วัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี ของกระทรวงสาธารณสุข แต่ทั้งนี้ แม่วัยรุ่นส่วนใหญ่กลับได้รับผลข้างเคียงทางร่างกายจากการคุมกำเนิด สถานบริการจึงควรสนับสนุนข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบ ข้อควรปฏิบัติ และข้อพึงระวังอันเกิดจากการคุมกำเนิดให้ชัดเจน อีกประเด็นที่เป็นข้อค้นพบที่น่าสนใจ คือ การเรียนรู้ทางสังคมต่อบทบาทการเป็นแม่ของแม่วัยรุ่น ไม่ได้เกิดขึ้นโดย สัญชาตญาณของความเป็นผู้หญิง แต่จากผลการศึกษา พบว่า เป็นพฤติกรรม การเรียนรู้โดยผ่านประสบการณ์เดิม หรือประสบการณ์ปัจจุบันจากการเลี้ยงดูเด็ก การเรียนรู้ผ่านบุคคลในครอบครัว หรือการเรียนรู้ผ่านตัวแบบ ตลอดจนการเรียนรู้ ผ่านสื่อสังคมออนไลน์

2.6 การยอมรับบทบาทการเป็นแม่ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้แม่วัยรุ่น ยอมรับบทบาทแม่ คือ การสนับสนุนการดำรงบทบาทแม่โดยครอบครัว โรงเรียน เพื่อนบ้าน และชุมชน ข้อเท็จจริงที่ปรากฏจากผลการศึกษานี้ ระบุว่า ในแม่วัยรุ่น ทุกกรณี มีครอบครัวเป็นปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อการดำรงบทบาทแม่ ครอบครัวจึงเป็น แรงสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ และมีความสัมพันธ์ทางบวกต่อการปฏิบัติบทบาท แม่ของแม่วัยรุ่น สำหรับโรงเรียน เป็นปัจจัยเสริมสำหรับแม่วัยรุ่นที่ยังอยู่ในระบบ การศึกษา ส่วนเพื่อนบ้านและชุมชน ต่างเป็นปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตในชุมชน ของแม่วัยรุ่น สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า เงื่อนไขที่ทำให้แม่วัยรุ่นสามารถ ปรับตัวได้ คือ เงื่อนไขส่วนบุคคลและเงื่อนไขจากสิ่งแวดล้อม (พัชชา เจริญกลิ่นจันทร์, 2556) นอกจากนี้ ข้อค้นพบที่สำคัญจากผลการศึกษานี้ คือ “ลูก” เป็นปัจจัยที่ส่งผล ต่อความรู้สึกเชิงบวก ความสุข ตลอดจนความสำเร็จในการทำหน้าที่แม่ของแม่วัยรุ่น เพราะการเป็นแม่ทำให้แม่วัยรุ่นรู้สึกเติบโตทางความคิด มีวุฒิภาวะและความรับผิดชอบ ตลอดจนการมีเป้าหมายในอนาคต การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจึงไม่ได้ส่งผลในทางลบเสมอ ไป

ข้อเสนอแนะที่สำคัญจากการศึกษา

การปรับตัวต่อบทบาทความเป็นแม่ของแม่วัยรุ่น ต้องได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากภาคส่วนต่างๆ ซึ่งเป็นบริบทแวดล้อม จะทำให้วัยรุ่นสามารถยอมรับความเป็นแม่ และแสดงบทบาทหน้าที่แม่ได้อย่างมั่นคง ด้วยเหตุนี้ คู่สมรส ครอบครัว และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องตามพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. 2559 ควรมีบทบาทในการสนับสนุนการปรับตัวของแม่วัยรุ่น ดังนี้

สามี

เนื่องจากการปรับตัวของแม่วัยรุ่นต่อการดำรงบทบาทแม่ ไม่ได้เกิดขึ้นจากตัวแม่วัยรุ่นเพียงฝ่ายเดียว แต่ต้องอาศัยการปรับตัวร่วมกันของสามี ดังนั้น สามีจึงควรให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนแม่วัยรุ่น ไม่ว่าจะเป็นการช่วยเหลือทางด้านร่างกายในระยะตั้งครรภ์ถึงระยะหลังการคลอดบุตร การสนับสนุนทางด้านจิตใจ การสนับสนุนทางด้านเศรษฐกิจ ตลอดจนการทำหน้าที่พ่อในการเลี้ยงดูลูกร่วมกัน

ครอบครัว

การได้รับการยอมรับจากครอบครัวเดิมและครอบครัวของสามี เป็นปัจจัยสำคัญต่อการปรับตัวและการแสดงบทบาทความเป็นแม่ของแม่วัยรุ่น ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์ถึงระยะหลังคลอดบุตร ดังนั้น ครอบครัวควรสนับสนุนการดำรงบทบาทความเป็นแม่ในด้านการเลี้ยงดูบุตร การสนับสนุนทางอารมณ์ในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอด รวมทั้งสนับสนุนการศึกษาต่อ และการประกอบอาชีพ

สถานศึกษา

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัจจัยสำคัญที่ผลักแม่วัยรุ่นออกจากระบบการศึกษา เนื่องจากการมีทัศนคติด้านลบของสถานศึกษาต่อการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ดังนั้น กระทรวงศึกษาธิการควรมีการสนับสนุนความรู้ และการปรับเปลี่ยนทัศนคติของบุคลากรในสถานศึกษาในการทำงานกับแม่วัยรุ่น ตลอดจนการจัดหลักสูตร

เฉพาะสำหรับแม่วัยรุ่น นอกจากนี้ สถานศึกษาควรสนับสนุนการจัดสวัสดิการเฉพาะสำหรับแม่วัยรุ่น เช่น สถานที่ให้นมบุตร เป็นต้น

หน่วยงานด้านสาธารณสุข

เนื่องจากแม่วัยรุ่นต้องปรับตัวทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมอย่างต่อเนื่อง ภายหลังจากตัดสินใจตั้งครรภ์ต่อ ดังนั้น การสนับสนุนด้านร่างกายในการดูแลครรภ์ การดูแลบุตรและการส่งเสริมพัฒนาการบุตร ตลอดจนการสนับสนุนทางด้านอารมณ์จิตใจในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอด จึงมีความสำคัญทั้งต่อการยอมรับการตั้งครรภ์ และการยอมรับบทบาทความเป็นแม่ ดังนั้น หน่วยงานด้านสาธารณสุข ควรเป็นหน่วยงานหลักที่สนับสนุนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องในการปรับตัวด้านร่างกายของแม่วัยรุ่น การเลี้ยงดูบุตรทั้งในเชิงรับและเชิงรุกผ่านการทำงานกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในพื้นที่ รวมทั้งการสนับสนุนทางด้านอารมณ์และจิตใจด้วยการให้คำปรึกษา การทำกลุ่มครอบครัว และการทำงานเชิงรุกในการติดตามในพื้นที่ ตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงหลังคลอด

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ควรทำงานกับคนในชุมชนทั้งในมิติการป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นกับเด็กและเยาวชนทั่วไป รวมถึงเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง เช่น การให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาที่ถูกต้องแก่เด็กและเยาวชน เป็นต้น รวมทั้งการทำงานในมิติการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนด้านต่างๆ ต่อกลุ่มเด็กและเยาวชนที่ตั้งครรภ์แล้ว เช่น การให้ความรู้เรื่องการเลี้ยงดูบุตร การสนับสนุนทางด้านอาชีพ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กิตติพงศ์ แซ่เจ็ง. (2557). *คู่มือแนวทางปฏิบัติการดูแลแม่ไวรูน*. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- กิ่งดาว แสงจินดา. (2559). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพัฒนากิจการเป็นมารดาของหญิงไวรูนที่ตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยบูรพา, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการผดุงครรภ์ชั้นสูง.
- จอมขวัญ เกตุแก้ว. (2555). *การศึกษาสภาวะจิตสังคมและการปรับตัวสู่บทบาทการเป็นมารดาของมารดาวัยใสภายหลังได้รับการส่งคนละครึ่ง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, สาขาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม.
- ชุดาณัฐ ชุนเพชร. (2557). *การดำเนินชีวิตของมารดาไวรูนหลังคลอดบุตรคนแรก*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, คณะพยาบาลศาสตร์.
- ชุติมา โลภรัตน์. (2555). *การปรับตัวสู่ความเป็นแม่ในอุดมคติกับความจริง: ศึกษาเฉพาะกรณีสตรีวัยทำงานในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะรัฐศาสตร์, สาขาสังคมวิทยา.
- นฤมล นิราทร. (2561). *การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและปัญหาสังคม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- บุญมี ภูตานัง, วรณี เดียววิเศษ และ กนกนุช ชื่นเลิศสกุล. (2556). *ตัวตนใหม่: ประสบการณ์การเป็นมารดาของนักเรียนที่ตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ*. *วารสารสภาการพยาบาล*, 28(2), 58-74.
- พัชชา เจริญจันทร์. (2556). *กระบวนการปรับตัวและการอบรมเลี้ยงดูบุตรของแม่ไวรูนที่ต้องดูแลบุตรเพียงลำพัง: กรณีศึกษาผู้ใช้บริการของสหทัยมูลนิธิ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์, สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์.

- โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี, กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์. (2562). เอกสารสถิติ
การให้บริการทางด้านสังคมสงเคราะห์กับแม่วัยรุ่น คลินิกโรคเอดส์.
(อัครา).
- สุภาชัย สาระจรัส. (2553). การตั้งครุฑของเด็กหญิงวัยเยาว์: การศึกษาเชิง
ปรากฏการณ์วิทยา. (ดุสิตนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา,
บัณฑิตวิทยาลัย, สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม.
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์. (2559). พระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไขปัญหา
การตั้งครุฑในวัยรุ่น พ.ศ. 2559. สืบค้นจาก
<http://rh.anamai.moph.go.th/main.php?filename=Act>
- สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์. (2561). สถานการณ์อนามัยการเจริญพันธุ์ในวัยรุ่นและ
เยาวชน ปี 2561. สืบค้นจาก [http://rh.anamai.moph.go.th/
download/all_file/index/%E0%B8%AA%E0%B8%96%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%93%E0%B9%8CRH_2561_Website.pdf](http://rh.anamai.moph.go.th/download/all_file/index/%E0%B8%AA%E0%B8%96%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%93%E0%B9%8CRH_2561_Website.pdf)
- หทัยทิพย์ ไชยวาที. (2551). ประสบการณ์ด้านจิตใจของหญิงตั้งครุฑไม่พึงประสงค์.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
คณะจิตวิทยา, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา.