

การศึกษาผลกระทบทางจิตใจและการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้าง ของครอบครัว

A STUDY OF THE PSYCHOLOGICAL AND ADAPTIVE EFFECTS OF CHILDREN RESULTING FROM FAMILY DIVORCE.

น้ำทิพย์ เกตุกาญจน์พานิชย์¹ หทัยรัตน์ บุญโยปษฎัมภ์²

NAMTIP KEDKRANPHANICH HATHAIRAT PUNYOPASHTAMBHA

บทคัดย่อ

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ ได้แก่ 1) เพื่อศึกษาผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว 2) เพื่อศึกษาแนวทางการปรับตัวของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพรวบรวมข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลหลัก เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ประกอบด้วย วัยรุ่นที่อยู่ช่วงระหว่าง 18-20 ปี ซึ่งประกอบไปด้วยวัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 19 ปี จำนวน 3 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นชายที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 1 คน และวัยรุ่นชายที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน จากวัตถุประสงค์ข้อแรก ผลการวิจัยพบว่า ผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว มีการกล่าวการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เกิดความเครียด รู้สึกถึงความไม่เป็นครอบครัว คิดว่าตัวเองไม่ได้รับความรักความเอาใจใส่เท่าเดิม และจากวัตถุประสงค์ข้อที่สองแนวทางการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว พบว่า ความเคยชิน เวลา การยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลง เพื่อน และการชื่นชอบศิลปินที่ทำให้เด็กนั้นสามารถปรับตัวต่อเหตุการณ์การหย่าร้างที่เกิดขึ้นได้

คำสำคัญ: วัยรุ่น, การหย่าร้าง, ครอบครัว, ผลกระทบทางจิตใจ, แนวทางการปรับตัว

Abstract

This study There were two objectives: 1) to study the psychological impact of children from family divorce, 2) to study the guidelines for adjusting children from family divorce. It is qualitative research collected from in-depth interviews with key informants, namely, to meet the objectives, consisting of Adolescents between 18 and 20 years old, consisting of 2 female adolescents aged 18, 3 female adolescents aged 19, 2 female adolescents aged 20, 1 male adolescent 18 years old, and 20-year-old male adolescents from the first objective The results

¹ นิสิตหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการทางสังคม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ
Master of Arts Program in Social Management, Faculty of Social Science, Srinakharinwirot University, Bangkok.
Corresponding author: E-mail: namtip.pang@g.swu.ac.th

² รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำภาควิชาสังคมวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ
Associate Professor, Department of Sociology, Srinakharinwirot University, Bangkok

showed that The psychological effects of the children from the family divorce revealed that there was a fear of change that would occur. stress feeling of not belonging to the family Thinking that I don't get the same amount of love and care and from the second objective, the guideline for adaptation of children born from divorced families, it was found that habituation, time, acceptance of change, friends and preference for idol artists.

Keywords: teenager, divorce, family, psychological effects, adapting.

บทนำและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์จากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อสถาบันต่าง ๆ รวมถึงสถาบันครอบครัว ก็ได้รับผลกระทบ เช่น ความไม่มั่นคงของสถาบันในครอบครัว ที่ก่อให้เกิด การหย่าร้าง พบว่าจากสถิติการหย่าร้างของคนไทยช่วงห้าปีที่ผ่านมา มีแนวโน้มที่นำเป็นห่วงและมี จำนวนคู่ที่หย่าร้างกันสูงมากขึ้นเรื่อย ๆ มากกว่าหนึ่งแสนกว่าคู่ในหนึ่งปีซึ่งปี พ.ศ. 2563 พบว่า มี จำนวนการหย่าร้างมากถึง 121,011 คู่ (สถิติสำนักบริหารการทะเบียนกรมการปกครอง, 2563)

ในปัจจุบันยังพบว่าครอบครัวมีลักษณะที่หลากหลายมากขึ้น โดยส่วนมากไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ จึงส่งผลกระทบต่อความมั่นคงและบรรทัดฐานตามจารีตที่ดีของแต่ละครอบครัวแต่ละสังคม นำไปสู่การแตกสลายของครอบครัว จึงเกิดครอบครัวใหม่ที่เรียกว่า Single Parent Family (ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว) มากขึ้น ส่งผลกระทบทางจิตใจต่อบุตรเป็นอย่างมาก ได้แก่ ปัญหาด้านพฤติกรรมและความประพฤตินี้ไม่พึงประสงค์ เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมากกว่าครึ่งมาจากครอบครัวที่พ่อแม่แยกทางกัน เด็กที่ขาดพ่อหรือแม่ มักขาดตัวแบบในการเรียนรู้บทบาทของการเป็นพ่อหรือแม่ที่เหมาะสมเมื่อเขาต้องเป็นพ่อหรือแม่ และมักมีทัศนคติทางลบต่อครอบครัวมากกว่าเด็กที่มีทั้งพ่อและแม่ (นิศา ชูโตและคณะ, 2545) โดยเฉพาะบุตรที่อยู่ในระยะวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ (พจนา ทรัพย์สกุลเจริญ, 2541) มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ อาจส่งผลกระทบต่อบุตรทำให้ เด็กมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย รู้สึกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียว สร้างความสะเทือนใจให้แก่เด็ก มีความผกผันทางด้านอารมณ์ มีความโกรธและการต่อต้านบิดาหรือมารดา ดังนั้นถ้าวัยรุ่นถูกรบกวนด้วยปัญหาความไม่มั่นคงของครอบครัวด้วยแล้ว ย่อมมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตใจเป็นอย่างยิ่ง เพราะการมีครอบครัวที่สมบูรณ์ยังคงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างมากสำหรับวัยรุ่นแม้ว่าการเข้าสู่ระยะวัยรุ่นเป็นระยะที่เด็กเริ่มเปลี่ยนแปลงจากการมีความสัมพันธ์กับครอบครัวออกไปสู่สังคมภายนอกมากขึ้น เด็กจะมีความกลัวที่มีผลมาจากการหย่าร้าง ก็คือการกลัวการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากหากมีการหย่าร้างเกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ก็เกิดขึ้นด้วย ดังนั้นเด็กในช่วงวัยรุ่นจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ตนเองเพื่อที่จะสามารถดำเนินชีวิตต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น (สุชา จันท์เอม, 2542)

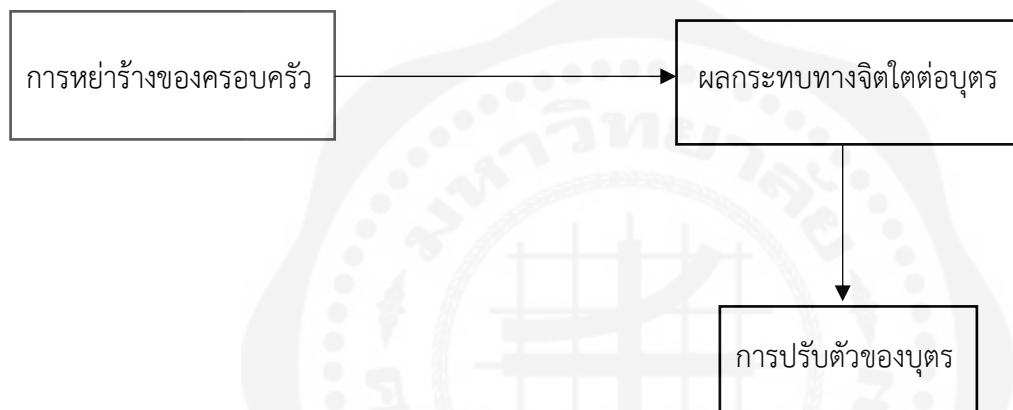
ผลกระทบต่อสุขภาพจิตใจและการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว มีผลต่อสภาวะทางร่างกายและจิตใจซึ่งส่งผลทางตรงต่ออนาคตและรูปแบบการใช้ชีวิตของบุตรที่ได้รับผลกระทบจากการหย่าร้างนี้โดยตรง และในปัจจุบันการหย่าร้างของครอบครัวนั้นมีแนวโน้มที่สูงขึ้น จากปัญหาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้าน

เศรษฐกิจ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว จึงทำให้ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับบุตร ในด้านพฤติกรรม อารมณ์ ร่างกายและจิตใจ รวมถึงการกลั้วต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่กระทบกระเทือนเป็นอย่างมากสำหรับบุตรที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว
2. เพื่อศึกษาแนวทางการปรับตัวของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

กรอบแนวคิดการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย ประกอบด้วย แบบแผนการวิจัย ลักษณะตัวอย่างหรือประชากรที่ทำการศึกษา การดำเนินการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. แบบแผนการวิจัย : งานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์

2. ลักษณะตัวอย่างหรือประชากรที่ทำการศึกษา : บุตรที่เป็นวัยรุ่นที่มีอายุ 18-20 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร เนื่องจากวัยรุ่นที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป เป็นช่วงวัยที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น สามารถคิดวิเคราะห์และมองการณ์ไกล มีเหตุมีผล มีจุดยืนของ ตนและเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี (รสวันต์ อารีมิตรและคณะ, 2559) ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 10 คน ซึ่งประกอบไปด้วยวัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 19 ปี จำนวน 3 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นชายที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 1 คน และวัยรุ่นชายที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน ซึ่งประกอบไปด้วยวัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 19 ปี จำนวน 3 คน วัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน วัยรุ่นชายที่มีอายุ 18 ปี จำนวน 1 คน และวัยรุ่นชายที่มีอายุ 20 ปี จำนวน 2 คน การเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดย พิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง ลักษณะของกลุ่มที่เลือกเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และ

เลือกใช้วิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบบอลล์หิมะ (Snowball sampling) อาศัยข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ อาจารย์ เพื่อน และผู้ให้ข้อมูลคนก่อน ๆ เพื่อหากกลุ่มตัวอย่างต่อไปเรื่อย ๆ

3. การดำเนินการวิจัย : วิธีการดำเนินการวิจัยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในแบบสอบถาม และดำเนินการขอจริยธรรมการวิจัย ในการเก็บข้อมูลโดย เพื่อให้ได้ผลการวิจัยที่มีความถูกต้องและได้ข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์ใช้วิธีเก็บข้อมูลจากแหล่งข้อมูล สำหรับเหตุผลการใช้วิธีการวิจัยดังกล่าวนี้เพื่อให้เหมาะสมกับการศึกษาผลกระทบทางจิตใจ และการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว เทคนิควิธีการวิจัยประกอบด้วย การศึกษา และวิเคราะห์ข้อมูลเอกสาร (documentary data) การสัมภาษณ์ (interview) และการสังเกต (observe method) โดยใช้เทคนิควิธีแบบลูกบอลหิมะ (Snow Ball) ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนต่อ ๆ ไป

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล : ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการขอวิจัยในมนุษย์เพื่อเป็นการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล (1.) ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ศึกษาค้นคว้าประเด็นที่เกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อแม่ที่ส่งผลต่อบุตร รวมทั้งแนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับครอบครัว แนวคิดทฤษฎีสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาเกี่ยวกับครอบครัว ทฤษฎีความขัดแย้ง แนวคิดเกี่ยวกับวัยรุ่น และแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว รวมทั้งประกอบด้วย ข่าว เอกสารการศึกษา หนังสือ รายงานการวิจัย วิทยานิพนธ์ บทความภาษาไทยและบทความจากต่างประเทศ ที่มีความเชื่อมโยงชี้ให้เห็นถึงประเด็นที่ต้องการจะศึกษา (2.) การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่ใช้เพียงประเด็นหรือหัวข้อที่กำหนดขึ้นมาอย่างกว้าง ๆ เพียง ประเด็นหลัก ๆ ส่วนประเด็นย่อยมีการเพิ่มเติมระหว่างการสนทนา (3.) การสังเกตแบบมีโครงสร้าง (Structured Observation) การสังเกตผู้ให้สัมภาษณ์ จะสังเกตพฤติกรรม และปฏิกิริยา พฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมาของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูลที่นำไปสู่ผลการศึกษา

5. การวิเคราะห์ข้อมูล : เก็บข้อมูลที่ได้เก็บรวบรวมที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร การสัมภาษณ์ และการสังเกตแล้วผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ ออกเป็น ดังนี้ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่นำมาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยการจัดกลุ่มข้อมูล (Categories) เนื้อหาที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ ทำการเชื่อมโยงเนื้อหาแต่ละส่วนเข้าด้วยกันเพื่อหาข้อสรุป (Conclusion) ทั้งในภาพรวมและส่วนย่อย ของข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น และการตรวจสอบข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง เพียงพอ และมีความน่าเชื่อถือ ผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation Technique) ผู้วิจัยได้ ตรวจสอบความถูกต้องเพียงพอและความเชื่อถือได้ของข้อมูลว่าจะสามารถตอบปัญหาของ การศึกษาได้อย่างครบถ้วน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Data Triangulation) คือ การใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ กันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ แบ่งออกเป็น 2 ข้อ โดยเน้นประเด็นตามกรอบแนวคิด ผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว และแนวทางการปรับตัวของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

1. ผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

จากข้อมูลที่เป็นกรณีศึกษาแสดงให้เห็นว่าผลกระทบที่ส่งผลโดยตรงและทันทีต่อบุตรที่ครอบครัวหย่าร้างคือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจของครอบครัว สังคมสิ่งแวดล้อม ผลกระทบทางจิตใจ ตลอดจนจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิตที่อยู่อาศัย หรือแม้แต่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคมครอบครัวใหม่ของพ่อและแม่ รวมถึงความรู้สึก ภาวะทางด้านอารมณ์ ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่มีส่งผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงไปด้วย ดังตัวอย่างที่สำคัญ เช่น

“ความรู้สึกที่เปลี่ยนไปเราเริ่มรู้สึกได้เลยหลังจากที่ทั้งสองมีครอบครัว ทำให้ผลกระทบที่เกิดขึ้นหนูรู้สึกว่พ่อกับแม่ไม่รักเราเท่าลูกใหม่เขา เหมือนเราไม่ได้รับความรักจากเขาเหมือนครอบครัวใหม่เขาเลย”

“ความรู้สึกตอนแรกก็โกรธกับังง ๆ ทุกอย่างมันดูเปลี่ยนไปหมดเลยแหละ มันไม่เชิงถึงกับเป็นปมด้อย แต่เรารู้สึกเสียใจมากกว่า”

“ตัวเองนั้นมีความรู้สึกถึงการมีปัญหาในชีวิต ความรู้สึกหลาย ๆ อย่างพ่อก็ก็นไม่สามารถให้ความรัก หรือความใส่ใจเหมือนที่แม่มีให้ได้ ทำให้มันเกิดความแตกต่าง มันจึงส่งผลกระทบต่อตัวผมโคตรมากเลย มันเกิดเป็นแผลใจที่เราจะมีความรู้สึกว่เราอยู่ตัวคนเดียว พ่อแม่ไม่รักกันแล้วจะมารักเราได้ยังไง แต่ด้วยครอบครัวมันไม่สมบูรณ์แบบเหมือนเดิมทำให้อะไร ๆ ก็ต่างออกไป”

“ชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงมาก ๆ เหมือนอะไร ๆ ต้องประหยัดลงทำให้อะไรหลาย ๆ อย่างเราเปลี่ยนไปเลยใหม่ด้วยความรู้สึกอะไรต่าง ๆ สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ก็ต่างไป หนูก็รู้สึกเศร้า รู้สึกว่ทำไมเราไม่มีเหมือนคนอื่น ทำไมพ่อแม่เราต้องตัดสินใจเลิกกัน”

ผลกระทบทางจิตใจของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้าง พบว่ามีหลายด้าน การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจของครอบครัว ครอบครัวที่เกิดการหย่าร้างทำให้บุตรต้องอาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ตามลำพัง ทำให้ค่าใช้จ่ายนั้นเพิ่มขึ้น เนื่องจากต้องรับภาระเพียงลำพัง ทำให้เด็กบางคนต้องทำงานเพื่อหารายได้พิเศษในการช่วยแบ่งเบาภาระของพ่อหรือแม่ ตลอดจนต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการดำเนินชีวิตที่อยู่อาศัย การเปลี่ยนแปลงที่อยู่อาศัยเป็นปัจจัยแรก ๆ ในการเปลี่ยนแปลงที่ทำให้เด็กได้รับผลกระทบจากการหย่าร้าง เพราะเด็กต้องทำการโยกย้ายที่อยู่ การย้ายโรงเรียนและย้ายไปอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นชิน ตลอดจนด้านความรู้สึกและภาวะอารมณ์ที่มีความเครียด มีภาวะของความเศร้าเสียใจและความรู้สึกถึงการมีปัญหาในชีวิต

2. แนวทางการปรับตัวของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

การหย่าร้างเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในชีวิต ที่ส่งผลกระทบต่อในทุก ๆ ด้านของเด็ก ด้วยผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เด็กที่ครอบครัวเกิดการแตกแยก จะรับมือกับสถานการณ์ หรือใช้แนวทางการปรับตัวอย่างไรเพื่อให้เขามีชีวิตรอดอยู่ในความจริงที่เกิดขึ้นได้ การต่อสู้กับปัญหาในสภาวะต่าง ๆ เพื่อให้เด็กผ่านพ้นช่วงเวลาที่น่าเศร้าและร่ำไห้ของเสียใจนี้ จะโอบกอดทำให้เขาต้องใช้ชีวิตด้วยการปรับตัวทำให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีและใช้ชีวิตอย่างปกติสุขได้ ดังตัวอย่างที่สำคัญ เช่น

“หนูใช้เวลามาตลอดเลยคะ เหมือนเราโตขึ้นเราก็มองเข้าไปใจอะไรมากขึ้น เราปล่อยวางมากขึ้น มีอะไรให้เราทำหรือสิ่งที่เราสนใจมากขึ้น หนูคิดว่าเด็กที่พ่อแม่หย่าร้างไม่ใช่คนที่มีปัญหา แต่ปัญหาคือพ่อแม่เขาต้องดูแลหรือเอาใจใส่เราไม่ให้เรารู้สึกว่าลูกมีปัญหา ที่ผ่านมามันอาจจะรู้สึกว่ามันมีปัญหา แต่พอเราผ่านมาได้เราก็มองย้อนกลับไปใจคะ เหมือนเราโตขึ้นเรารู้สึกว่า ความรักมันไม่สามารถจะรักกันตลอดเวลาได้ หนูเลยไม่ได้โทษพ่อหรือแม่ที่เขาหย่าร้างกันมันเป็นเรื่องของใคร แต่หนูอยากให้เขาใส่ใจและก็ดูแลเรามากกว่านี้มากกว่า”

“เราใช้เวลาที่ยอมรับก็นานเหมือนกัน จากที่ตอนแรกเรารู้สึกแค่เรามีเขาอยู่เรามีความสุข เราเริ่มที่จะยอมรับว่าให้เขาเลิกกัน เราไม่ได้มีวิธีหรืออะไรพิเศษที่ทำให้เขาจัดการความเครียดได้นะ แต่พอวันหนึ่งมันถึงเวลาที่เรายอมรับได้มันก็จะทำใจได้เอง”

“เหมือนเราต้องจัดการชีวิตตัวเองใหม่ ต้องเปลี่ยนแปลงอะไรใหม่ทำให้บางทีเรากับแม่ก็ลืมเรื่องความเสียใจไปเลย ส่วนสำคัญอีกอย่างก็คือแม่เราอยากให้เราเรียนรู้อะไรที่เราต้องอยู่ให้ได้ไม่ว่าชีวิตเราจะขาดใครไป เราก็มองการใช้ชีวิตของตัวเองให้ดีถึงแม้เราจะไม่ได้มีทั้งพ่อทั้งแม่เหมือนคนอื่นจริง ๆ การปรับตัวที่พ่อแม่เราเลิกกันด้วย เราจะสามารถผ่านมันมาได้เองถึงทุกวันนี้เราจะโอเคขึ้นแล้ว แต่ปัญหาทางจิตใจมันไม่เคยหายไปหรอก แค่เราจะอยู่ไปด้วยกับมัน”

“ผมไม่เคยคิดอยากยอมรับการเปลี่ยนแปลงอะไร แต่เหมือนทุกอย่างมันบังคับให้เป็นแบบนี้ แต่ในอีกมุมหนึ่งมันทำให้ผมแข็งแกร่งมากนะ ผมรู้สึกว่าตัวเองเก่งกว่าคนอื่นทั่ว ๆ ไป เพราะเราต้องรับผิดชอบตัวเองมาตั้งแต่เด็กทำให้เรารับมือกับปัญหาได้”

การจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น แต่ละบุคคลก็จะมีแนวทางที่แตกต่างกันไปแต่จากการสัมภาษณ์ที่ไปในทิศทางเดียวกันนั้น คือ ความเคยชิน เวลา เพื่อน และการขึ้นขอบคิปลินไอดอลที่เป็นที่พึ่งทางใจ

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาผลกระทบทางจิตใจและการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัวที่เกี่ยวข้อง ทำให้ได้ผลการวิจัยผลกระทบจิตใจและการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว และแนวทางการปรับตัวของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว ดังนี้

1. ผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

จากกรณีศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ของผลกระทบทางจิตใจของเด็กแต่ละคนนั้นประสบปัญหาหรือมีทิศทางความรู้สึกนึกคิด ที่คล้ายคลึงกัน คือ ผลกระทบจากการเห็นการหย่าร้างที่เกิดขึ้น พ่อแม่ทะเลาะกัน เกิดความอึดอัดใจ มีความเครียด ส่งผลต่อการกลัวการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เด็กรู้สึกถึงความโกรธการใช้ความรุนแรงที่กระทำต่อแม่ และจากนั้นเด็ก ๆ มีความรู้สึกโกรธถึงความไม่รับผิดชอบของอีกฝ่าย ในกรณีที่เกิดการหย่าร้างทำให้ความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงไป ผลกระทบต่อมา คือ ด้านความเครียด ความรู้สึกเขินอาย ในช่วงแรกนั้นไม่กล้าเล่าเรื่องที่เกิดขึ้นของครอบครัวไม่ปรึกษาใคร จนกระทั่งครอบครัวมีปัญหาแม้แต่ปัญหาส่วนตัวของเด็กนั้นก็กล้าที่จะนำมาปรึกษากับครอบครัว โดยมีความคิดที่ว่าไม่อยากทำปัญหาทำให้ครอบครัวอีก ซึ่งตรงนี้อาจส่งผลให้เด็กรู้สึกถึงการอยู่คนเดียว การไม่ได้รับการเอาใจใส่ และเกิดช่องว่างระหว่างเด็กและผู้ปกครองที่เกิดการหย่าร้าง จากกรณีศึกษา พบว่า เด็ก ๆ ส่วนใหญ่นั้นไม่ได้คิดว่า การหย่าร้างของครอบครัวนั้นเป็นปมด้อย หรือเป็นเหตุที่ทำให้ตนนั้นอับอายแต่อย่างใด แต่ก็มีบางส่วนที่มีคิดเห็นว่าการหย่าร้างของครอบครัวเกิดปมด้อยและเป็นสิ่งที่ทำให้ตนพบเจอกับความยากลำบาก และมีความคิดเห็นตรงกันว่ามันไม่ได้เป็นปมด้อย แต่จากการหย่าร้างนั้นทำให้เด็ก ๆ นั้นเกิดบาดแผล เกิดความรู้สึกถึงการไม่เป็นครอบครัวอีกต่อไป การขาดใครสักคนส่งผลทำให้ชีวิตนั้นไม่สมบูรณ์ มีความรู้สึกอิจฉาต่อครอบครัวอื่น ๆ ที่สมาชิกในครอบครัวนั้นอยู่กันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา ผลกระทบทางจิตใจที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ เด็ก ๆ ต่างคิดว่าตนเองนั้นไม่ได้รับความรัก ความใส่ใจเหมือนเดิมหรือเท่าเดิม ตนเองต้องยอมรับต่อการเปลี่ยนจากสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น รวมถึงความรู้สึกทางด้านจิตใจที่ต่อให้มันหายดีแล้วแต่บาดแผลจากผลกระทบในครั้งนี้ยังคงมีความรู้สึกอยู่ตลอดไป

2. แนวทางการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว

ความรู้สึกต่อการหย่าร้างเมื่อส่งผลกระทบทางจิตใจ ทำให้เด็กต้องมีการปรับตัวต่อการหย่าร้างที่เกิดขึ้น ผลการวิจัย พบว่า การยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวต่อการหย่าร้างของเด็กแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันออกไป แต่สิ่งหนึ่งที่เด็กทุกคนต่างมีการยอมรับและปรับตัวได้ ก็คือ ความเคยชินและเวลา สิ่งนี้เป็นสิ่งสำคัญที่นำไปสู่การปรับตัวได้ การยอมรับต่อสิ่งที่เกิดขึ้นก็เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดการปรับตัวได้ การนึกถึงคนที่เขารักเมื่อถึงจุด ๆ หนึ่ง เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นเด็กต้องอาศัยอยู่กับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งตามลำพัง และเรียนรู้จากความยากลำบากที่เกิดขึ้นรวมถึงการเรียนรู้การปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ทำให้เด็กสนใจที่จะโฟกัส ให้ความสำคัญกับคนที่เด็กอยู่ด้วยมากที่สุด เช่น ไม่ว่าจะ เป็น แม่ หรือ ยาย คนที่เด็กต้องอาศัยอยู่ด้วยหลังการหย่าร้าง เด็กจะให้ความสนใจต่อคนที่มีความสัมพันธ์อันใกล้ชิดนี้ ทำให้เด็กเกิดการปรับตัวต่อการหย่าร้างได้เป็นอย่างดี เพื่อที่จะไม่สร้างปัญหาให้กับบุคคลอันใกล้ชิดนี้ และเป็นวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจจากความรู้สึกของการหย่าร้างของครอบครัว รวมถึงการที่มีเพื่อนไว้คอยพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิด และให้กำลังใจ เพื่อนสำหรับวัยรุ่นเป็นสิ่งที่เขาให้ความสำคัญเป็นอันดับต้น ๆ ของชีวิต จึงทำให้ไม่แปลกที่เพื่อนจะเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เด็กสามารถปรับตัวต่อการหย่าร้างได้ และการปรับตัวผ่านการชื่นชมศิลปิน ดารา ไอดอลนักร้องเกาหลี ทำให้เด็กหลาย ๆ คนผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากมาได้ โดยการโฟกัสไปในสิ่งที่ตัวเองชื่นชอบอีกด้วย

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลสรุปดังกล่าวข้างต้นทำให้ได้ข้อค้นพบที่สำคัญ ดังนี้

1. ผลกระทบทางจิตใจของบุตรจากการหย่าร้างของครอบครัว

พบว่า เมื่อกระบวนการการหย่าร้างได้เริ่มต้นขึ้นทำให้ สถานการณ์ระหว่างนั้นมีความตึงเครียด เด็กได้สัมผัสบรรยากาศและเห็นพฤติกรรมการขัดแย้ง การทะเลาะเบาะแว้งของครอบครัว ด้วยในช่วงวัยที่เป็นวัยรุ่น ทำให้เด็กนั้น มีภาวะอารมณ์ที่เครียด โกรธ ไม่เข้าใจสถานการณ์ และนำไปสู่ผลกระทบทางจิตใจที่เกิดจากสถานการณ์การหย่าร้างนี้ ผลกระทบทางจิตใจอันดับแรก พบว่า เด็กมีภาวะการกลัวต่อการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เช่น ในเรื่องของสภาพแวดล้อม การต้องโยกย้ายที่อยู่ โรงเรียน หรือสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ทางสังคม เด็กมีความกลัวต่อการเปลี่ยนแปลง ความวิตกกังวล เป็นสิ่งที่ควบคู่กับความเครียด ที่ถูกคุกคามเป็นความกลัว ประการถัดมา คือผลกระทบทางจิตใจที่เด็กมีความรู้สึกถึงความไม่เป็นครอบครัว การขาดพ่อหรือแม่ไป ทำให้เด็กรู้สึกถึงความไม่เป็นครอบครัวนั้นได้สิ้นสุดลง การได้รับความรักจากพ่อหรือแม่ที่เกิดการหย่าร้างไม่เหมือนเดิม การรู้สึกถึงการขาดความรัก ความอบอุ่น เกิดอาการน้อยใจถ้าหากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีครอบครัวใหม่ มีความโกรธต่อพ่อ (ซึ่งส่วนใหญ่) พ่อจะเป็นฝ่ายที่ทำร้ายร่างกาย นอกใจ และเป็นคนที่ตัดขาดความสัมพันธ์ จนทำให้ชีวิตของเด็กและแม่ต้องได้รับความลำบากและต้องดิ้นรนเพื่อต่อสู้กับชีวิตหลังการเปลี่ยนแปลง ผลการวิจัย พบว่า การหย่าร้างทำให้เด็กไม่ได้คิดว่าเขาเป็นเด็กมีปัญหา แต่การหย่าร้างทำให้เกิดบาดแผลทางจิตใจ การยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวต่อการหย่าร้างของเด็กแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันออกไป แต่สิ่งหนึ่งที่เด็กทุกคนต่างมีการยอมรับและปรับตัวได้ ก็คือ ความเคยชินและเวลา สิ่งนี้เป็นสิ่งสำคัญที่นำไปสู่การปรับตัวได้ การยอมรับต่อสิ่งที่เกิดขึ้นก็เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดการปรับตัวได้ การนึกถึงคนที่เขารักเมื่อถึงจุด ๆ หนึ่ง เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นเด็กต้องอาศัยอยู่กับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งตามลำพัง และเรียนรู้จากความยากลำบากที่เกิดขึ้นรวมถึงการเรียนรู้การปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ทำให้เด็กสนใจที่จะโฟกัส ให้ความสำคัญกับคนที่เด็กอยู่ด้วยมากที่สุด เช่น ไม่ว่าจะ เป็น แม่ หรือ ยาย คนที่เด็กต้องอาศัยอยู่ด้วย หลังการหย่าร้าง เด็กจะให้ความสนใจต่อคนที่มีความสัมพันธ์อันใกล้ชิดนี้ ทำให้เด็กเกิดการปรับตัวต่อการหย่าร้างได้เป็นอย่างดี เพื่อที่จะไม่สร้างปัญหาให้กับบุคคลอันใกล้ชิดนี้ และเป็นวิธีการเบี่ยงเบนความสนใจจากความรู้สึกของการหย่าร้างของครอบครัว รวมถึงการที่มีเพื่อนไว้คอยพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิด และให้กำลังใจ เพื่อนสำหรับวัยรุ่นเป็นสิ่งที่เขาให้ความสำคัญเป็นอันดับต้น ๆ ของชีวิต จึงทำให้ไม่แปลกที่เพื่อนจะเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เด็กสามารถปรับตัวต่อการหย่าร้างได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ชนก กลิ่นสุทโธ (2554) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นที่ครอบครัวแตกแยก ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นในบางครั้งขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าคิดและรู้สึกถึงสิ่งที่ต้องตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออก อีกทั้งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนไม่ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น วัยรุ่นรู้สึกขาดความมั่นคง ไม่สามารถเข้าใจตนเองได้ วัยรุ่นเมื่อมีอาการโกรธ โมโห หรือไม่พอใจจะมีการ แสดงทางอารมณ์ด้วยคำพูด และท่าทางที่ไม่เหมาะสม มีการคบเพื่อนเฉพาะกลุ่ม ไม่ค่อยยอมรับ ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เมื่อมีปัญหาจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะปรึกษากับในครอบครัวของตนเอง ขาดปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว และกับผู้อื่น

2. แนวทางการปรับตัวของบุตรที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัว

การปรับตัวของบุตรที่เกิดการหย่าร้างของครอบครัว พบว่า ได้มีการปรับตัวต่อการหย่าร้างของครอบครัว การปรับตัวของบุตรแต่ละคนนั้น มีการปรับตัวมีทิศทางปรับตัวไปในทิศทางเดียวกัน และใช้ระยะเวลาที่แตกต่างกัน ซึ่งแต่ละบุคคลเจอกับสภาพแวดล้อม สถานการณ์ที่กระทบต่อความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป และในการยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นก็ย่อมมีความแตกต่างกันมากด้วย บางคนสามารถยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและเกิดการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ในเด็กบางคนนั้นแทบจะไม่สามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงและเกิดการปรับตัวได้ บางคนการปรับตัวเริ่มตั้งแต่พ่อแม่อยู่ในระยะต้นของกระบวนการหย่าร้าง เด็กบางคนเริ่มหลังจากกระบวนการหย่าร้างสิ้นสุดลง แต่ปัจจัยในเรื่องของความคุ้นเคย ความเคยชิน เวลา ทำให้เด็กเหล่านี้สามารถค่อย ๆ ปรับเปลี่ยนตัวเองไปที่ละนิด ๆ จนทำให้เกิดการปรับตัวต่อความเคยชินได้เป็นอย่างดี และการปรับตัวของบุตรที่เกิดการหย่าร้างของพ่อแม่ พบว่า เกิดการปรับตัวทั้งทางด้านสภาพแวดล้อม และทางด้านจิตใจ ซึ่งในระหว่างการปรับตัวนั้น พบว่ามีปัจจัยอื่นนอกจาก ความคุ้นเคย และเวลา ที่เป็นปัจจัยช่วยทำให้เด็กสามารถปรับตัวหรือลดความเสียหายจากการหย่าร้างได้ เช่น เพื่อนหรือแฟน ซึ่งเด็กในช่วงวัยรุ่นนั้นเป็นช่วงวัยที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนเป็นหลัก มีการไว้ใจ และมีความสุขใจที่จะปรึกษาเพื่อนมากกว่าคนในครอบครัว จากผลวิจัยพบว่า เพื่อนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กในช่วงทำให้เด็กมีความเบี่ยงเบนจากความเครียด ความเสียหาย จากการหย่าร้างของครอบครัวไปชั่วขณะ และพบว่าเด็กที่มีเพื่อนที่ประสบพบเจอปัญหาเดียวกัน จากสถานการณ์การหย่าร้างของครอบครัว จะยิ่งทำให้เด็กที่กำลังตกอยู่ในสภาวะการหย่าร้างของครอบครัว สามารถปรับตัวจากการหย่าร้างได้รวดเร็วและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนที่เคยตกอยู่สถานการณ์เดียวกันมาก่อนนี้ และในการจะให้เด็กที่เกิดจากการหย่าร้างของครอบครัวสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์การหย่าร้างได้ จะต้องอาศัยความรัก ความร่วมมือ การดูแลเอาใจใส่ ความยังเป็นครอบครัวเหมือนเดิมเพื่อที่จะทำให้เด็กไม่รู้สึกถึงปมด้อยและมีปัญหาทางจิตใจ การหย่าร้างไม่ใช่เรื่องที่ผิดและไม่ใช่ว่าความผิดของใคร และความเป็นพ่อแม่และแม่ความเป็นครอบครัวของคน ๆ หนึ่ง จะยังคงอยู่ตลอดไป ดังนั้นในกระบวนการช่วยเหลือเด็ก ครอบครัวเกิดการหย่าร้างควรมีการรับมือเพื่อให้เด็กนั้นสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ส่งผลกระทบต่อจิตใจเขา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ระวีวรรณ ธรณี และคณะ (2551) ผลการวิจัยพบว่าการศึกษาพบว่า การหย่าร้างของพ่อกับแม่ส่วนใหญ่ได้ก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุตรใน ลักษณะที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละบริบทของครอบครัว ประกอบด้วยความเป็นอยู่ของบุตร ที่ลำบากมากขึ้นเพราะภายหลังการหย่าร้างบุตรส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับแม่ โดยพ่อไม่มาช่วย รับผิดชอบค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ผลกระทบต่อจิตใจ เพราะบุตรจะมีความรู้สึกเสียใจ สะเทือนใจ ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น บุตรบางคนมีความหมกหมุ่นหรือยังรับไม่ได้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้บุคลิกภาพเปลี่ยนไปจากร่าเริง แจ่มใส กลายเป็นคนที่เก็บตัว เงียบขรึม ทำให้เกิด ปัญหาทางสุขภาพตามมา คือเป็นโรคกระเพาะและโรคเครียด บุตรบางคนประชดพ้อกับแม่โดย ประพฤติตนเหลวไหล ไม่สนใจเรียน ทำให้ผลการเรียนลดลง

ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษาวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ โดยมีข้อเสนอแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปกครองและบุคคลใกล้ชิด

(1). เมื่อพ่อแม่ผู้ปกครองมีการทะเลาะ เกิดปัญหาภายในครอบครัว หรือมีการแยกทางกันเกิดขึ้น ย่อมจะส่งผลกระทบต่อบุตรเป็นอย่างแน่นอน ดังนั้นการหย่าร้างจึงเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนละมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อพ่อแม่ผู้ปกครอง ที่จะต้องคำนึงถึงบุตร และตระหนักถึงผลกระทบจิตใจที่จะเกิดขึ้นต่อบุตร ยิ่งในกรณีที่บุตรนั้นอยู่ในช่วงวัยรุ่นจะทำให้บุตรมีข้อจำกัด มีการเข้าใจต่อสถานการณ์การหย่าร้างได้อย่างยากลำบาก ดังนั้นพ่อแม่ผู้ปกครองจะต้องเตรียมความพร้อมต่อการหย่าร้างที่จะเกิดขึ้น ควรอธิบายสถานการณ์ให้บุตรเข้าใจต่อการหย่าร้างด้วยเหตุผล ตลอดจนการเตรียมความพร้อมให้กับบุตรเพื่อที่จะรองรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุตรได้

(2). เมื่อพ่อแม่ผู้ปกครองเกิดการหย่าร้างกัน ความสิ้นสุดถึงการเป็นสามีและภรรยาได้สิ้นสุดลง แต่สำหรับบุตรแล้วความเป็นพ่อเป็นแม่เป็นผู้ปกครองยังคงไม่สามารถสิ้นสุดลงได้ การสานสัมพันธ์และรักษาความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นพ่อและแม่ของลูก จะทำให้บุตรนั้นไม่เกิดความเหินห่างจากความเป็นครอบครัวจนเกินไป ทำให้บุตรสามารถมีเรื่องราวที่จะปรึกษาต่อพ่อและแม่ของเขาได้ อีกทั้งเป็นส่วนที่จะสามารถให้เด็กเกิดการปรับตัวต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ง่าย

(3). เมื่อพ่อหรือแม่ผู้ปกครองของบุตร ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะต้องเริ่มต้นการมีชีวิตครอบครัวใหม่ ควรมีการคำนึงและนึกถึงบุตร รวมถึงสอบถามความต้องการของบุตรด้วย การแต่งงานใหม่ การมีลูกใหม่ จะส่งผลให้บุตรมีความขัดแย้งภายในตัวเอง เกิดความรู้สึกพ่อแม่ไม่รักเหมือนเดิม พ่อหรือแม่จะสนใจครอบครัวใหม่ ลูกใหม่ อาจทำให้บุตรเกิดขาดความรัก ความอบอุ่น และการเอาใจใส่ที่ดีได้ และการแต่งงานใหม่ของพ่อหรือแม่ อาจสร้างปัญหาที่จะตามมาได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาพ่อเลี้ยงกับลูกเลี้ยง (ลูกสาว)

(4). เด็กที่พ่อแม่หย่าร้างกัน หรือครอบครัวเกิดการแตกแยก ไม่ได้แปลว่าเด็กเหล่านี้จะเป็นเด็กที่มีปัญหาหรือสร้างปัญหาให้กับสังคม เด็กเหล่านี้เป็นเพียง กลุ่มเปราะบาง (Vulnerable Groups) ที่การหย่าร้าง อาจส่งผลกระทบต่อจิตใจได้ ดังนั้น ครอบครัวและสังคมต้องไม่ตัดสิน และหยอกล้อต่อปัญหาที่เกิดขึ้นของเด็ก เพื่อเป็นการลดการเกิดกระตุ้นบาดแผลทางจิตใจได้ และอาจส่งผลต่อการเบี่ยงเบนพฤติกรรมได้ง่าย

(5). เด็กที่พ่อแม่หย่าร้างกัน หรือครอบครัวเกิดการแตกแยก มีความต้องการที่จะระบาย หรือต้องการหาที่ปรึกษา เพื่อเล่าถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับเด็กได้ ดังนั้น บุคคลที่เด็กให้ความไว้วางใจในการที่จะมาปรึกษา เช่น เพื่อน ครูอาจารย์ ญาติ ควรมีความพร้อมที่จะคอยรับฟังปัญหาของเด็ก และไม่ชักจูงให้เขาทำเรื่องที่น่ากลัวให้เกิดการเบี่ยงเบนทางพฤติกรรมได้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

(1). ผลจากการวิจัยนำมาเป็นข้อมูลสำคัญสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น โรงเรียน สังคม ครอบครัว มีการส่งเสริมและมีพื้นที่ให้สำหรับเด็กที่พ่อแม่หย่าร้างกัน มีพื้นที่ให้เด็กได้มีที่ปรึกษา เช่น นักจิตวิทยาสำหรับเด็ก จิตแพทย์ ครูอาจารย์แนะแนว เพื่อพูดคุย สร้างขวัญและกำลังใจ ให้เด็กเพื่อนำไปสู่การปรับตัวได้

(2). ผลจากการวิจัยจะเป็นข้อมูลสำคัญเพื่อเป็นการแนวทางในการป้องกันและลดปัญหาการหย่าร้างที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจต่อบุตรได้ ภาครัฐและภาคเอกชนควรให้ความสำคัญและร่วมมือกันส่งเสริมมีการจัดกิจกรรมให้กับเด็กเหล่านี้ ทำให้สังคมรับรู้และเข้าใจต่อปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อช่วยกันลดความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตของเด็ก ที่เป็นกลุ่มเปราะบาง (Vulnerable Groups) นี้ได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวเข้ากับครอบครัวและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป สามารถดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้เป็นปกติสุข และไม่ก่อให้เกิดการเป็นปัญหาให้แก่สังคม

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยในครั้งถัดไป

(1). ปัจจุบันปรากฏการณ์สถานการณ์การหย่าร้างในสังคมมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ จำนวนเด็กที่ตกอยู่ในสถานการณ์การหย่าร้างของครอบครัว ก็จะมีภาวะที่สูงขึ้นด้วย ดังนั้นจึงควรมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่มากขึ้น เช่น เด็กที่อยู่ในสังคมเมือง/สังคมชนบท ว่ามีผลกระทบเป็นอย่างไร

(2). บุตรที่พ่อแม่หย่าร้างกันถือว่าเป็นกลุ่มเปราะบาง Vulnerable Groups เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนได้ง่าย ควรมีการศึกษาถึงแนวทางการรับมือต่อพฤติกรรมอันสุ่มเสี่ยงต่อการเบี่ยงเบนของกลุ่มเปราะบางนี้ เพื่อช่วยลดปัญหาที่อาจก่อให้เกิดขึ้นได้

(3). เนื่องจากวิจัยในครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงคุณภาพเพียงอย่างเดียว ในอนาคตควรมีการศึกษาและทำวิจัยครั้งต่อไปเพื่อให้เป็น การวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ให้เกิดความหลากหลายทางผลวิจัย เพื่อป้องกันการหย่าร้าง

บรรณานุกรม

กรมการปกครอง. (2563). สำนักงานบริหารทะเบียน สืบค้นจาก <http://stat.bora.dara.go.th/stat/statnew>

กันยา สุวรรณแสง. (2542). จิตวิทยาทั่วไป (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: อักษรพิทยา.

กุลวรรณ วิทยาวงศรุจิ. (2526). ความสัมพันธ์ระหว่างสมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัว. ปริญาวิทยานิพนธ์กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เกศินี เกิดอนันต์. (2539). การศึกษาการอบรมเลี้ยงดูเด็กของครอบครัวที่มีผู้ปกครองคนเดียวใน

กรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. ครุศาสตร์ (การศึกษาปฐมวัย)). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

จงกลณี ต้อยเจริญ. (2540). สมพันธภาพของวัยรุ่นกับบิดามารดาการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวของวัยรุ่นตอนต้น. วิทยานิพนธ์วท.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

จันทร์เพ็ญ พันธุ์จันทร์. (2541). การพัฒนาบริการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง และวิธีคิดตามแนวโยนิโสมนสิการของนักเรียนที่มาจากครอบครัวแตกแยกในโรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษดิ์. วิทยานิพนธ์ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร

- จิตาภา ผูกพันธ์และคณะ. (2562). สุขภาวะทางจิตของเด็กวัยรุ่นที่ครอบครัวแยกทาง : การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา Psychological Well- Being of Adolescence in Broken Family:Descriptive Phenomenology. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ , 1(35).
- เต็มศิริ บุญยสิงห์. (2526). "วัยรุ่นและการปรับตัว," เพศวัยรุ่น. สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย. ธรรมนูญรัตน์ แสงสว่าง .(2545). การศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาการปรับตัวด้านครอบครัวของนักเรียนที่อยู่ในครอบครัวผสม.ปริญญาานิพนธ์กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,ถ่ายเอกสาร
- นิภา นิธยาน. (2530). การปรับตัวและบุคลิกภาพ : จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โอ.เอส พรินติ้ง เฮ้าส์.
- พจนา ทรัพย์สกุลเจริญ. (2541). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติของวัยรุ่นระดับมัธยมศึกษา ตอนต้นต่อสถาบันครอบครัวไทย. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539). พัฒนาการวัยรุ่น = Adolescence development. กรุงเทพฯ: คอมพิวเตอร์.
- พรพิมล พลนครบุรี. (2554). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนไทยรัฐวิทยา๕๕ (วัดโบสถ์ดอนพรหม) จังหวัดนนทบุรี. (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- รัชณี ลาชโรจน์. (2545). การศึกษาพัฒนาบุคลิกภาพของวัยรุ่น. ในเอกสารพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม. พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ลักขณา สริวัฒน์. (2545). สุขวิทยาจิตและการปรับตัว. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- สุ่มัทนา สิ้นสวัสดิ์. (2557). ครอบครัว:การจัดการความขัดแย้งของคู่สมรสเพื่อการครองรักอย่าง ยั่งยืน. (วิทยานิพนธ์). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อุมภาพร ตรังคสมบัติ. (2540). จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว Family therapy and family counseling. กรุงเทพฯ: เฟื่องฟ้าพรินติ้ง.