

การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม

Mental Rehabilitation of Pregnant Adolescents with Buddhist Principles

พนิชย์ สิมลี, พระโสภณพัฒนบัณฑิต,
พระครูสุธีศัมปกรญาณ และ พระมหาสำรอง สณฺญโต
มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น
Panich Simlee, Phra Sophonphattanabundit,
Phrakhru Sudhikhambhirayan and Phramaha Samrong Saññito
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Khon Kaen Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: samrong84@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง “การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม” นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัญหาสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี 2) ศึกษาการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ 3) เสนอแนวทางการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชิงพรรณนา ตามวิธีอุปนัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. ปัญหาสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี มีสาเหตุจาก 1) ความเครียด สาเหตุเกิดทั้งจากตนเองและลูกที่คลอดออกมา บุคคลรอบข้าง ภาวะทางเศรษฐกิจของครอบครัว 2) ความเศร้าของหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ รู้สึกสิ้นหวัง ดูถูกตนเอง 3) ความกลัว หญิงวัยรุ่นหลายคนรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าน้อย

2. การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานีพบว่าหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อมทุกคนมีระดับความเครียด ในระดับปกติรวมทั้งยังมีกลไกในการเผชิญกับความเครียดได้ดี บางคนสามารถจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม โดยเป็นการแก้ปัญหาที่สาเหตุ สำหรับความเศร้าและความกลัว มีหลายคนที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเองมีคุณค่าน้อย หลายคนมีความตั้งใจที่จะพัฒนาตนเองทั้งด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพ ซึ่งได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เหมาะสมทำให้หญิงวัยรุ่นมีการฟื้นฟูสภาพจิตตนเองได้ดี เกิดความพึงพอใจในตนเอง

3. แนวทางการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม ได้ใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตา การสมาทานศีล เจริญจิตภาวนาด้วยหลักสมณะและวิปัสสนา การสวดมนต์แผ่เมตตาและปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมต่างๆ มาเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจและฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม ให้ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมปัจจุบันและเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่นได้

คำสำคัญ: การฟื้นฟูสภาพจิต; วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์; พุทธธรรม

Abstracts

The aims of this research were: 1) to study the mental health problems of pregnant adolescents in Udon Thani Municipality; 2) to study the mental rehabilitation of pregnant adolescents; 3) to propose the guidelines for mental rehabilitation of pregnant adolescents with Buddhist principles. This study was a qualitative research carried out by means of in-depth interview with key informants. The obtained data were interpreted by a descriptive method based on the inductive method.

The research results were as follows:

1. Problems of mental health of pregnant adolescents in Udon Thani Municipality were caused by 1) stress caused by both themselves and the born child, people around them, economic conditions of the family; 2) sadness of pregnant adolescent girls with hopeless feeling, looking down on oneself; 3) fear caused by an undervalued feeling.

2. Mental rehabilitation of pregnant adolescents in Udon Thani municipality: every adolescent girl who was not ready pregnant had stress levels at normal levels, and also had a mechanism to cope with stress well. Some managed stress appropriately by solving the problem at the cause. For sadness and fear, there were many of them perceived themselves as being of worthless. Many had the intention of improving themselves both in education and career, appropriately and socially supported, allowing adolescent girls to have good mental rehabilitation and self-satisfaction.

3. The guideline for mental rehabilitation of pregnant adolescents with Buddhist principles is to use the Four Saṅgahavattṭhu Dhammas (Bases of Social Solidarity: generosity, kindly speech, useful conduct and equality consisting of impartiality); precepts, cultivating mindfulness through the principles of Calm and Insight Meditation, chanting and loving kindness, and practicing dhamma in various meditation centers. It is a practical guideline as a mental anchor and mental rehabilitation of pregnant adolescents to live in today's society and be able to benefit others.

Keywords: Rehabilitation Mental State; Adolescent Pregnancy; Buddhadhamma

บทนำ

การตั้งครรภ์ของหญิงในขณะที่มีอายุน้อย หรือที่สังคมมองว่าเป็น “วัยรุ่น”/“วัยรุ่น” นั้น มักได้รับการนำเสนอผ่านการศึกษาวิจัย ให้ความหมายและนิยามว่า “ผิดปกติ” ที่ต้องมีการจัดการควบคุมในฐานะเป็น “ปัญหาสังคม” เมื่อสำรวจงานวิชาการที่ศึกษาปรากฏการณ์การตั้งครรภ์ของวัยรุ่นหญิงในสังคมไทย พบว่างานส่วนใหญ่ โดยเฉพาะสาขาการแพทย์ พยาบาล จิตวิทยา สังคมสงเคราะห์ รวมทั้งนโยบายและแผน ในช่วงก่อนปี พ.ศ. 2540 มักมาจากสมมติฐานที่ว่า การตั้งครรภ์ของ วัยรุ่นหญิง “ไม่พึงประสงค์” และ “เป็นปัญหาสังคม” ที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ จัดการและควบคุม ประเด็นที่ศึกษาจึงมักเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการเป็นแม่ วัยรุ่น ผลกระทบของการเป็นแม่วัยรุ่น ความต้องการของแม่วัยรุ่นในเชิงสวัสดิการ และการพัฒนาบทบาทของการเป็นแม่ที่ไม่สมบูรณ์ จนกระทั่งหลังปี พ.ศ. 2540 ประเด็น “แม่วัยรุ่น” จึงได้รับความสนใจในสังคมศาสตร์ สาขาอื่น ๆ มากขึ้น รวมถึงความสนใจประเด็นครอบครัวที่มีลักษณะพิเศษ ครอบครัวที่ต่างไปจากรูปแบบของสังคม เช่น การดำเนินชีวิตในรูปแบบ “แม่เลี้ยงเดี่ยว” (single mom) อย่างไรก็ตาม พบว่าความสนใจ

ปรากฏการณ์แม่วัยรุ่น ที่สัมพันธ์กับบริบทของประสบการณ์ชีวิต ความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่นหญิงโดยเฉพาะที่ตั้งครรภ์ในวัยเรียนยังมีค่อนข้างน้อย และยังคงมองประสบการณ์ชีวิตของแม่วัยรุ่นในช่วงตั้งครรภ์กับหลังคลอดบุตรแล้วในลักษณะที่แยกขาดออกจากกัน ทั้งนี้ ข้อมูลในปี พ.ศ. 2543 สถิติวัยรุ่นไปโรงพยาบาลคลอดลูกวันละ 4 คน ปี พ.ศ. 2556 พุ่งขึ้นมาเป็นวันละ 9 คน หรือคิดเป็น 4 นาทีต่อ 1 คน ยอดรวมประมาณปีละ 130.000 คน และข้อมูลเมื่อวันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2559 ผลการสำรวจพบว่า วัยรุ่นไทยอายุระหว่าง 15 - 19 ปี ตั้งท้องแบบไม่ตั้งใจถึงร้อยละ 80 และร้อยละ 30 เลือกทำแท้ง โดยร้อยละ 10 ที่ถูกละไว้ในโรงพยาบาลที่คลอด ยิ่งไปกว่านั้น ยังพบว่าแม่วัยรุ่นเสี่ยงซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย แม่แต่งงานกันแล้วสุดท้ายก็หย่าร้าง (ศรีเพ็ญตันติเวชและคณะ, 2556: 19)

ในปัจจุบันจะพบว่าแม่วัยรุ่นตั้งครรถ์จนเกิดผลกระทบตามมา ดังที่เห็นผ่านตามสื่อต่าง ๆ ทั้งโทรทัศน์ วิทยุ สื่อออนไลน์ เฟซบุ๊ก ไลน์ เป็นต้น ดังเช่นข่าววัยรุ่นคลอดลูกแล้วนำไปทิ้งถังขยะ (หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ออนไลน์ วันที่ 27 เมษายน 2559) วัยรุ่นท้องคลอดแล้วประชดชีวิตไปเป็นโสเภณี เมื่อลูกสาวโตพาตระเวนขายบริการทางเพศจนลูกตั้งท้อง (ไทยรัฐออนไลน์ 16 ธันวาคม 2558) “หนังสือพิมพ์สื่อมวลชน” ได้ลงพื้นที่สำรวจในจังหวัดมหาสารคาม และจังหวัดใกล้เคียง เช่น ขอนแก่น และสุรินทร์ พบว่ามีการค้าประเวณีของเด็กอายุ 13 ปีขึ้นไปเป็นจำนวนมาก ซึ่งนับว่าเป็นเด็กที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ และมีท่าทีว่าปัญหานี้ยากที่จะแก้ไขให้หมดไป (เฟซบุ๊ก สื่อมวลชน วันที่ 29 พฤษภาคม 2558) การตั้งครรถ์ในวัยรุ่นของประเทศไทยถือเป็นปัญหารุนแรง สังคมเรามีปัญหาการตั้งครรถ์ในวัยรุ่น มีบุตรที่ไม่พึงประสงค์อีกมากมายที่เกิดจากพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นที่ไม่ได้ป้องกันตัว วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์มากขึ้น ผลการสำรวจนักเรียนในชั้นระดับมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประมาณร้อยละ 5 มีเพศสัมพันธ์แล้ว นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีถึงร้อยละ 20 ที่มีเพศสัมพันธ์แล้ว ขณะที่การสำรวจปี 2555 ระดับอาชีวศึกษา ปวช.ปีที่ 2 พบว่าร้อยละ 50% มีเพศสัมพันธ์แล้ว ในจำนวนนั้นพบว่าเป็นผู้หญิงมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้ชาย เป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วงมาก เพราะผลที่ตามมาคือเรื่องโรคเอดส์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเรื่องตั้งครรถ์ในวัยรุ่น นอกจากนี้ลูกของแม่วัยรุ่นที่เกิดมาแล้ว ที่ผ่านมามีได้รับการดูแลไม่เต็มที่เท่าที่ควร บางครั้งแม่วัยรุ่นยังมีการกลับมาตั้งครรถ์ซ้ำทำให้การดูแลลูกไม่ได้คุณภาพและส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของแม่วัยรุ่นเป็นอย่างมาก

สำหรับจังหวัดอุดรธานี กลุ่มวัยรุ่นตั้งแต่ช่วงอายุ 15 - 19 ปี ตั้งครรถ์ขณะเรียนหนังสือ มีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปี พบว่าในปี พ.ศ. 2556 มีประชากรหญิงวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานีจำนวน 59.585 คน คลอดบุตรจำนวน 3.521 คน คิดเป็นร้อยละ 5.91 ในปี พ.ศ. 2557 มีประชากรหญิงวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี 60.429 คน คลอดบุตรจำนวน 3.322 คนคิดเป็นร้อยละ 5.50 และปี พ.ศ. 2558 (1 ต.ค.57 - 31 มี.ค.58) ปีประชากรหญิงวัยรุ่นในจังหวัดอุดรธานี 59.501 คน คลอดบุตรจำนวน 1.264 คนคิดเป็นร้อยละ 2.12 และจากรายงานของกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ ในปี พ.ศ. 2554 มีหญิงวัยรุ่นอายุ 15- 19 ปี ในจังหวัดอุดรธานีจำนวน 61.022 คน และมีผู้ที่ไปเข้ารับการรักษาในสถานพยาบาลจากการแท้ง (ทั้งแท้งคุกคามหรือจากยุติการ

ตั้งครรรค์) จำนวน 267 คน ซึ่งมีอัตราการแท้ง/ทำแท้งที่เข้ารับการรักษาที่สถานพยาบาลต่อ 1.000 คิดเป็นพัน
ละ 4.4 (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
, 2556 : 81)

ที่ผ่านมาการศึกษาและแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการตั้งครรรค์ของวัยรุ่นหญิง ในประเด็นปัจจัยที่ส่งผลต่อ
การเป็นแม่วัยรุ่น ผลกระทบของการเป็นแม่วัยรุ่น ความต้องการของแม่วัยรุ่นในเชิงสวัสดิการและการพัฒนา
บทบาทของการเป็นแม่วัยรุ่นที่ไม่สมบูรณ์ ซึ่งมักเป็นเรื่องของทัศนคติ วิถีชีวิต ปัจจัยต่อการตั้งครรรค์ที่ไม่พร้อม
เพื่อความสุขในการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ซึ่งหลักธรรมคำสอนได้นำสู่สาธุชน
ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลหลังจากที่พระพุทธองค์ได้ตรัสรู้แล้ว ดังปรากฏในพระไตรปิฎกว่า “พระองค์ทรงรู้แจ้งโลกนี้
พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก และหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ์เทวดาและมนุษย์ด้วยพระองค์เอง
แล้ว จึงทรงประกาศให้ผู้อื่นรู้ตาม ทรงแสดงธรรมมีความงามในเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลางและมีความ
งามในที่สุด ทรงประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถและพยัญชนะ บริสุทธิ์บริบูรณ์ ครบถ้วน การได้พบพระ
อรหันต์ทั้งหลายเช่นนี้ เป็นความดีอย่างแท้จริง” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539 : 1/1/2) พระองค์ได้ส่ง
พระสงฆ์ 60 รูป ไปประกาศศาสนา ด้วยเชื่อว่าสัตว์ทั้งหลายที่มีธุลีในตาน้อย มีอยู่ ย่อมเสื่อมเพราะไม่ได้ฟัง
ธรรม จักมีผู้รู้ธรรม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539 : 4/32/40) แม้พระองค์เองก็ออกเผยแผ่ธรรม
เช่นกัน แสดงให้เห็นถึงกระบวนการทำงานของจิตอาสาที่พระพุทธองค์ได้เริ่มขึ้นกับการเผยแผ่ศาสนาพุทธ
อย่างเป็นระบบ ท่านทำงานอาสาอย่างแท้จริง ไม่หวังค่าจ้างหรือรางวัลใด ๆ เป็นการทำงานเพื่อประโยชน์ของ
คนโดยส่วนรวม ให้พ้นจากความทุกข์ พบความสุขอย่างแท้จริง

จากปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมและปัญหาต่างที่เกิดขึ้นตามมาอันเป็นผลจากการตั้งครรรค์ใน
วัยรุ่นที่ยังไม่มีวุฒิภาวะและความพร้อมในการเลี้ยงดูบุตร รวมถึงอนาคตที่ดีต้องสูญเสียไปอย่างน่าเสียดาย
ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิจัย การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรรค์ด้วยหลักพุทธธรรม เพื่อให้ทุก
หน่วยงานทุกภาคที่เกี่ยวข้อง รวมถึงบุคคลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง มาร่วมกันหาแนวทางในการฟื้นฟูสภาพจิตด้วย
หลักพุทธธรรม ให้แก่กลุ่มวัยรุ่นเหล่านี้ต่อไปอย่างเป็นรูปธรรม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรรค์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี
2. เพื่อศึกษาการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรรค์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี
3. เพื่อเสนอแนวทางการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรรค์ด้วยหลักพุทธธรรม

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้วิธีการศึกษาจากตำราวิชาการ หนังสือ เอกสาร งานวิจัย และการศึกษาภาคสนามโดยวิธีสัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาข้อมูลเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตามรูปแบบการวิจัยเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัยไว้ดังนี้

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การวิจัยเอกสาร (Documentary) และวิจัยภาคสนาม (Field work) มุ่งศึกษาประเด็นที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการฟื้นฟูสภาพจิตใจของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในชุมชนเขตเทศบาลนครอุดรธานี

ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยดังนี้

ขอบเขตด้านเอกสาร

เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎก (ภาษาบาลี/ไทย) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพุทธศักราช 2539 และข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก

เอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ วรรณกรรมทางพระพุทธศาสนา เอกสารตำราทางวิชาการและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฟื้นฟูสภาพจิตใจของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ เอกสารวิชาการเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันและปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่น ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยเรื่อง การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม มีขอบเขตด้านเนื้อหาที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาในประเด็นดังนี้ 1) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพจิตและการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น 2) แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการฟื้นฟูสุขภาพจิตวัยรุ่น 3) หลักพุทธธรรมสำหรับฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ 4) บริบทพื้นที่ชุมชนในเขตเทศบาลนครอุดรธานี และการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

ขอบเขตด้านพื้นที่ในการวิจัย

งานวิจัยนี้ได้กำหนดขอบเขตพื้นที่ในการศึกษาวิจัย เป็นวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี จำนวน 3 แห่ง โดยการเลือกพื้นที่ศึกษาแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 1) ชุมชนหนองเตาเหล็ก 1 | อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี |
| 2) ชุมชนหนองเตาเหล็ก 3 | อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี |
| 3) ชุมชนโพธิ์ทอง | อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี |

ขอบเขตด้านกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants)

ประชากร ได้แก่ หญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในชุมชนหนองเตาเหล็ก 1. ชุมชนหนองเตาเหล็ก 3 และชุมชนโพธิ์ทองเขตเทศบาลนครอุดรธานี

กลุ่มผู้ให้ข้อมูล บุคคลที่เป็นกลุ่มที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาโดยตรง เลือกแบบเจาะจงเป็นผู้ที่สามารถให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) รวมผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น จำนวน 30 รูป/คน

ขอบเขตด้านระยะเวลา

ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล และการลงพื้นที่ในการวิจัยไว้ระหว่างเดือน พฤษภาคม 2563 – เมษายน 2564

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษานี้ แบ่งเป็น 2 แบบ มีดังนี้

- 1) แบบสัมภาษณ์ (Interview) ที่มีโครงสร้าง
- 2) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ที่ไม่มีโครงสร้าง โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research)

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือการวิจัย

การสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือการวิจัยผู้วิจัยได้มีขั้นตอนดังนี้

1) ศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์สังเคราะห์จนได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการฟื้นฟูสภาพจิตและการป้องกันการกลับซ้ำการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นตามหลักพุทธธรรม จากนั้นนำองค์ความรู้ที่ได้จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์มาสร้างเป็นคำถามในการสนทนากลุ่ม (Focus group) และสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกโดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเป็นฐาน

2) นำแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ที่สร้างขึ้นไปปรึกษาที่ปรึกษางานวิจัยเพื่อขอคำแนะนำและตรวจสอบความเหมาะสมของคำถามเพื่อใช้ในการวิจัย

3) ปรับปรุงแบบคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก ตามข้อเสนอแนะของที่ปรึกษางานวิจัย แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านในการตรวจสอบความเหมาะสมเชิงเนื้อหา ภาษา และระเบียบวิธีวิจัย

4) นำแบบสัมภาษณ์เชิงลึก จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านที่ให้ข้อเสนอแนะไปปรึกษาที่อาจารย์ปรึกษางานวิจัยเพื่อขอข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

5) ปรับปรุงแบบคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึก ตามข้อเสนอแนะของที่ปรึกษางานวิจัย

6) จัดพิมพ์เครื่องมือวิจัยฉบับสมบูรณ์แล้วนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

การทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนเพื่อการวิจัยไว้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม โดยยึดหลักพุทธธรรมเป็นฐาน จากนั้นจัดสนทนากลุ่ม (Focus group) เพื่อสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก

ขั้นตอนที่ 2 การดำเนินการวิจัยเรื่องการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

- 1) คัดเลือกกลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย จำนวน 30 คน
- 2) จัดสนทนากลุ่ม (Focus Group) 1 ครั้ง เพื่อสนทนาถึงแนวทางการการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม
- 3) การสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยเครื่องมือที่สร้างขึ้นและได้ผ่านตรวจสอบความเชื่อมั่นแล้ว เพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นที่ยังไม่ครบถ้วนและชัดเจน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1) เตรียมแบบสอบถาม แนวคำถามในการสัมภาษณ์รายบุคคล และสถานที่เก็บข้อมูล
- 2) คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) และตรวจสอบคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้
- 3) นำหนังสือจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น เสนอต่อให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 30 คน เพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัย และลงพื้นที่เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลการทำวิจัย โดยการทำกิจกรรมกลุ่ม สัมภาษณ์เชิงลึกในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ
- 4) ชี้แจงวัตถุประสงค์ประสงค์ของการลงพื้นที่ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอความร่วมมือในการวิจัยจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ
- 5) ถอดเทปการสัมภาษณ์รายบุคคลคำต่อคำเพื่อรักษาความหมายของคำพูดทุกอย่าง
- 6) นำบทสัมภาษณ์ที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลและทำการตรวจสอบข้อมูลที่ยังไม่ชัดเจนหรือไม่ครบถ้วนเพื่อจะได้อีกกลับไปสัมภาษณ์เพิ่มเติมให้ได้ข้อมูลสมบูรณ์ครบถ้วน
- 7) นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์รายบุคคลมาทำการตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วน และนำข้อมูลที่ได้อ้างอิงมาจัดเป็นหมวดข้อมูลทำการวิเคราะห์เนื้อหา

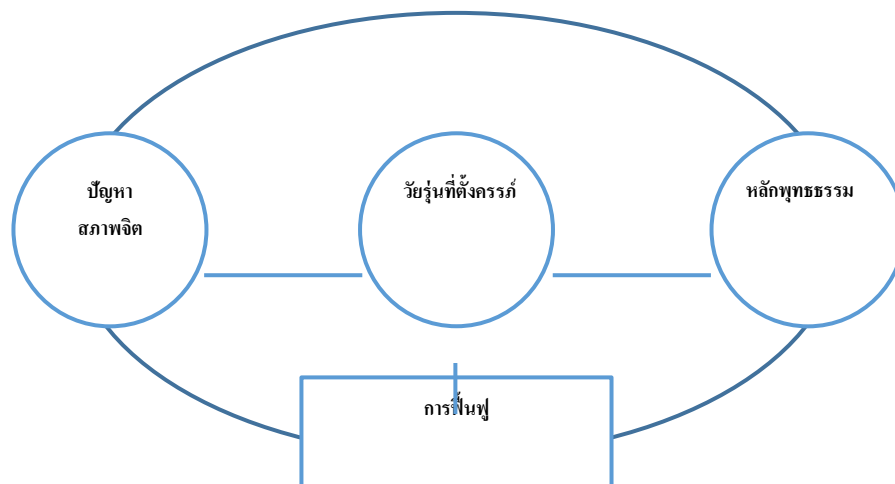
7. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก การสัมภาษณ์ตามวัตถุประสงค์ การสังเกตการณ์ การจดบันทึก โดยการเสนอข้อเท็จจริงเชิงประจักษ์ จากการวิจัยโดยกำหนดการวิเคราะห์ไว้ดังนี้

- 1) จัดหมวดหมู่ข้อมูลจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและการสัมภาษณ์เชิงลึกที่ได้มาทั้งหมด
- 2) แยกแยะข้อมูลในด้านต่างๆ ตามวัตถุประสงค์อย่างเป็นระบบ
- 3) เปรียบเทียบข้อมูลถึงลักษณะที่เหมือนกันและแตกต่างกัน ด้วยวิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบ 3 เสา เพื่อหาความสอดคล้องกันของข้อมูล ประกอบด้วย 1) ข้อมูลจากพระไตรปิฎก 2) ข้อมูลจากเอกสารวิชาและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และ 3) ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก
- 4) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการพรรณนาวิเคราะห์ตามหลักอุปนัยวิธีโดยวิธีการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้ได้ถึงแนวทางการการฟื้นฟูสภาพจิตและการป้องกันการกลับซ้ำการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นตามหลักพุทธธรรม
- 5) สรุปการวิเคราะห์ข้อมูล และอภิปรายผล

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม” ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม และการลงภาคสนามสัมภาษณ์ ซึ่งสามารถสรุปกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและครบถ้วน เหมาะสมกับพื้นที่และกลุ่มประชากร อีกทั้งได้รวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนของการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันและสภาพจิตใจ ในกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์ถึงสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ สามารถสรุปผลวิจัยได้ดังนี้

1. สภาพปัญหาและสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี

ซึ่งทำให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันและสภาพจิตใจของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ มีดังนี้

1) ความเศร้าของหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ บางคนจะรู้สึกผิดกับสิ่งที่ได้ทำลงไป จะวิตกกังวลกับชีวิตข้างหน้า รู้สึกคับแค้นใจ ซึ่งสามารถสังเกตเห็นได้ แต่ไม่อยู่ในระดับที่เสี่ยง

2) ความกลัว อาจเกิดความรู้สึกว่าวุ่นใจ หงุดหงิดง่าย อารมณ์แปรปรวน สับสน ตัดสินใจไม่ได้ว่าจะแก้ปัญหาอย่างไรดี เครียด วิตกกังวล ไม่มีสมาธิในการทำงาน เป็นต้น หญิงวัยรุ่นหลายคนรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าน้อย เนื่องจากประสบปัญหาหลายประการ เช่น การไม่มีรายได้เป็นของตนเอง ค่าใช้จ่ายทั้งหมดต้องขอจากพ่อแม่ สามามีรายได้ไม่แน่นอน แยกทางกับสามี และการที่ออกจากโรงเรียนกลางคัน กลัวที่จะปรึกษาปัญหากับคนในครอบครัว และไม่มีเพื่อนสนิทที่สามารถให้คำปรึกษา ซึ่งแตกต่างจากคนที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคม ด้านจิตใจ สิ่งของการช่วยเหลือจากครอบครัวตนเองและสามีเป็นอย่างดีทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความภาคภูมิใจในตนเองมากกว่า

3) ความเครียดของหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ แต่ละคนมีความเครียดแตกต่างกันไม่มาก เกิดความรู้สึกหลากหลาย ได้แก่ รู้สึกมีงาน มีความกลัว วิตกกังวล โศกเศร้าไม่กล้าปรึกษาใคร เนื่องจากค่านิยมและบรรทัดฐานทางสังคมที่มีต่อผู้หญิงที่ตั้งครรภ์ก่อนแต่งงาน รู้สึกอายใจเพราะผู้ชายไม่รับผิดชอบ ในด้านการงานจะรู้สึกกังวล กลัวตกงานหรือไม่ได้ทำงานหากตั้งครรภ์ สถานะทางการเงินไม่ดี เป็นภาระแก่ครอบครัว ทั้งในระดับของความเครียดและระยะเวลาของการเกิดความเครียด พบว่า ส่วนมากมีความเครียดอยู่ในระดับปกติ ซึ่งสาเหตุของการเกิดความเครียด มาจากหลายสาเหตุ ทั้งจากตนเองและลูกที่คลอดออกมา บุคคลรอบข้าง ภาวะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ซึ่งแม้วัยรุ่นแต่ละคนมีการตอบสนองกับความเครียดแตกต่างกัน โดยบางคนเลือกที่จะหลีกเลี่ยง ขณะที่บางคนเลือกที่จะเผชิญกับปัญหา

2. การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

1) ความเศร้า หญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อมหลายคนที่ได้รับรู้ว่าตนเองคุณค่าน้อย หลายคนมีความตั้งใจที่จะพัฒนาตนเองทั้งด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพ ได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัวและสังคม ทำให้เกิดความพึงพอใจในตนเองและสามารถดำรงชีพและเลี้ยงบุตรได้

2) ความหวาดกลัว หญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม ได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากครอบครัวและสังคมที่เหมาะสมทำให้หญิงวัยรุ่นมีการฟื้นฟูสภาพจิตตนเองได้ดี โดยเฉพาะการรับบทบาทความเป็นแม่เนื่องจากเติบโตมาจากครอบครัวขยายทำให้เกิดการเรียนรู้จากครอบครัวและสังคม

3) ความเครียด หญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม ทุกคนมีระดับความเครียดที่แตกต่างกันไม่มากนัก รวมทั้งยังมีกลไกในการเผชิญกับความเครียดได้ดี บางคนสามารถจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม โดยการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ คือเริ่มจากตัวเอง

3. แนวทางการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม

การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักธรรมสังคหวัตถุ 4

1) ทาน การให้คำแนะนำ ปรีกษา ให้ความปรารถนาดี ความช่วยเหลือที่อาศัยสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว ผู้ปกครอง ญาติพี่น้อง คนรัก สามเณร คอยให้คำแนะนำ รับฟังและเป็นที่ปรึกษา ช่วยเหลือดูแลใกล้ชิด รับรู้ เข้าใจ และร่วมมือกันแก้ไขปัญหา

2) ปิยวาจา คือ พูดจาให้กำลังใจ พูดแนะนำสิ่งดี ส่งเสริมให้มองเห็นข้อดีและคุณค่าของตนเอง เพิ่มการปฏิสัมพันธ์และการใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว

3) อตถจริยา คือ รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ให้โอกาส ให้กำลังใจในการทำ ความดีแก่ครอบครัว เน้นการสร้าง ความเข้าใจที่ถูกต้อง ให้ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา ทักษะชีวิต การมีทัศนคติที่ดีต่อการแก้ปัญหการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการให้คำปรึกษา

4) สมานัตตา ปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบทบาทหน้าที่ของการเป็นแม่และอย่างต่อเนื่องเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี ดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

กิจกรรมการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ภาคส่วนอื่น ๆ ทั้งภาคเอกชน รัฐบาลและองค์กรอิสระอื่น ๆ ต้องเข้ามามีส่วนร่วมเพื่อหาทางในการแก้ปัญหาเรื่องการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นให้ลงไปในทุกพื้นที่ของประเทศอาจทำการป้องกันแก้ไขเชิงระบบหรือเชิงนโยบายหรือกระทำไปในรูปแบบกิจกรรมที่ชัดเจนไปในแต่ละกลุ่มวัยตามบทบาทและตามศักยภาพขององค์กรหรือกลุ่มกิจกรรมนั้น ๆ ทั้งนี้ต้องให้ครอบคลุมทั้งการป้องกันและการตามแก้ไขปัญหา กลุ่มหรือสังคมต่าง ๆ ที่อยู่ในชุมชนนั้น หรือในชุมชนใกล้เคียง เช่น องค์กรด้านศาสนา องค์กรเครือข่ายครอบครัว ต้องช่วยกันดูแลชุมชนของตนเองเอื้ออำนวยความช่วยเหลือให้ ความเมตตาปราณีต่อกันให้มากขึ้น ชุมชนที่เข้มแข็งมีเครือข่ายอื่น ๆ มากสามารถเข้าช่วยด้วยการเป็นแกนนำเผยแพร่กิจกรรม จัดสรรอุปกรณ์ ให้ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้อง สนับสนุนให้วัยรุ่นหรือบิดามารดาเข้าร่วม กิจกรรมต่าง ๆ ทั้งบ้าน โรงเรียน และชุมชนร่วมกันถ่ายทอดวิถีพุทธปฏิบัติต่อวัยรุ่น เพื่อจะส่งผลให้วัยรุ่นมีคุณธรรมจริยธรรม เช่น บิดามารดาหรือญาติผู้ใหญ่ในครอบครัวปฏิบัติตามศีลห้าเป็นตัวอย่างให้เด็กปฏิบัติตาม โรงเรียนพุทธศาสนาวัดอาทิตย์และชุมชนมีวิธีการถ่ายทอดวิถีพุทธ ด้วยการให้เด็กมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในวันสำคัญทางศาสนาที่ชุมชนจัดขึ้น โดยสมาชิกชุมชนปฏิบัติตนเป็นแบบอย่าง การศึกษาชี้ให้เห็นถึงสถาบัน

ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิธีการถ่ายทอดวิถีพุทธปฏิบัติต่อวัยรุ่น ช่วยส่งผลให้เด็กมีคุณธรรมจริยธรรมอยู่ในสังคมได้

อภิปรายผลการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม ในสภาพปัญหาและสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ดังนี้

ความเศร้าของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีภาวะความเศร้าในระดับไม่มากซึ่งสามารถสังเกตได้ และไม่พบว่ามีความเสี่ยง เมื่อพิจารณารายบุคคล พบว่า แต่ละคนมีสาเหตุของการเกิดที่แตกต่างและเหมือนกันอยู่บ้าง รวมถึงสภาพสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัย โดยวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์คนหนึ่งที่มีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบทั้งในครอบครัวและสถานที่ทำงาน ในขณะที่อีกคนมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจากภูมิหลังของตนเอง ประกอบกับการมีลูกหลายคนและคาดการณ์ว่าจะต้องมีปัญหาด้านเศรษฐกิจ ส่วนอีกคนกำลังตั้งครรภ์ซ้ำในขณะที่แยกทางกับสามี โดยที่ฐานะครอบครัวไม่ดี ถูกตำหนิจากคนในครอบครัว สังเกตว่าน่ามีภาวะซึมเศร้าอยู่บ้าง อาการที่พบ รู้สึกเศร้าอ่อนไหวง่าย ชัดแย้งกับคนอื่นง่าย ดูถูกตนเอง วิตกกังวล และยังมีอาการอื่นร่วมด้วย ได้แก่ การมีปัญหาในเรื่องการนอน รู้สึกผิด อ่อนเพลีย เหนื่อยหน่าย ไม่กระตือรือร้น มีปัญหาในการรับประทานอาหาร ทำให้น้ำหนักตัวลดหรือเพิ่ม มีปัญหาในการเคลื่อนไหว ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองลดลง รู้สึกหมดหวัง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่ดี มีปัญหาเรื่องการตัดสินใจ สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนิรัตน์ จันทรศรี, วิมลพรรณ นิธิพงศ์ และบุษยนาฏ เรืองรอง (2560 : ก) ที่พบว่า มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 6.8 ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือมารดาวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์แรก ($X^2 = 17.60, p < 0.05$) และความไม่พร้อมของการตั้งครรภ์ ($X^2 = 6.57, p < 0.05$) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ ที่พบว่า ผลกระทบของการเป็นแม่วัยรุ่น ด้านจิตใจ ทำให้เกิดความเครียด เกิดภาวะซึมเศร้าการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ด้านร่างกาย ทำให้แม่วัยรุ่นและลูกมีปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น ด้านเศรษฐกิจและสังคม ทำให้เสียโอกาสทางการศึกษา ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระบบต้องออกจาก โรงเรียนกลางคัน บุคคลในครอบครัวเกิดความผิดหวัง อับอาย ต้องหยุดงานเพื่อช่วยดูแลแม่วัยรุ่นและลูก เป็นการเพิ่มภาระค่าใช้จ่าย ทำให้เกิดปัญหาด้านการเงิน แต่แม่วัยรุ่นทุกคนก็ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวเพียงพอ ทำให้ไม่มีแม่วัยรุ่นอยู่ลำพังหรืออยู่สถานสงเคราะห์ส่งผลให้แม่วัยรุ่นส่วนมากดำรงบทบาทมารดาได้

ความกลัวของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีความกลัวที่แตกต่างกัน เนื่องจากภูมิหลังและปัญหาที่ประสบอยู่ รวมทั้งการสนับสนุนจากทางสังคมที่ได้รับ โดยวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่รับรู้ว่ามีคุณค่าต่ำ คือ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่ไม่มีพิธีสมรส แยกทางกับสามีในขณะที่กำลังตั้งครรภ์ถูกคนที่ 2 ประกอบกับฐานะการเงินของครอบครัวไม่ดี ตนเองไม่

มีรายได้ การถูกญาติผู้ใหญ่ในครอบครัวตำหนิบ่อยครั้งจากพฤติกรรมที่ญาติผู้ใหญ่เห็นว่าไม่เหมาะสม รวมทั้งวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ล้มเหลวทางการศึกษาต้องออกจากโรงเรียนกลางคันและแยกทางกับสามี ซึ่งต่างจากแม่วัยรุ่นที่ยังอยู่กินกับสามีและวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีบุคคลในครอบครัวตนเองและหรือครอบครัวสามีให้การสนับสนุนทุก ๆ ด้าน สอดคล้องกับการศึกษา จารวี พิมพ์สมฤดี (2553 : ก) ที่พบว่า พระพุทธศาสนาเสนอว่าไม่ว่าสตรีหรือบุรุษต่างก็มีความทุกข์เหมือนกันแต่เมื่อพิจารณาจากสภาพของความทุกข์ของสตรีนั้นจะมีมากกว่าบุรุษเนื่องจากสตรีนั้นมีความแตกต่างทางด้านเพศภาวะและจิตใจที่แตกต่างไปจากบุรุษเป็นผลทำให้สังคมมีค่านิยมหรือทัศนคติต่อสตรีในมุมมองที่ผิดไปจากความเป็นจริง และสิ่งเหล่านั้นก็ล้วนเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดความทุกข์กับสตรีได้ เมื่อกล่าวโดยสรุปสตรีในสมัยพุทธกาลจะมีความทุกข์อยู่ 5 ประการ คือ (1) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านสังคม (2) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านร่างกาย (3) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านครอบครัว (4) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านศาสนา (5) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านสติปัญญา โดยปัญหาความทุกข์ทั้ง 5 ประการนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่สตรีจะต้องเผชิญ ส่งผลให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เกิดความกลัวการพบกับบุคคลอื่น เนื่องจากเป็นกังวลว่าอาจทำตัวน่าอาย ไม่กล้าออกไปเผชิญสังคมภายนอก และสอดคล้องกับการศึกษาของ มนชนก พัฒนคล้าย (2558 : ก) พบว่า ประเด็นที่ 1 ก่อนการตั้งครรภ์พบว่ามีพฤติกรรมเสี่ยง คือ มีมุมมองทางว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องธรรมดา ขาดความรู้การคุมกำเนิดการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวที่ให้อิสระ โดยเฉพาะการคบเพื่อน มีการชักจูงกันดื่มแอลกอฮอล์ประเด็นที่ 2 ขณะตั้งครรภ์พบว่า เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ขาดความมั่นใจ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ เกิดความ “รู้สึกผิด” และส่งผลกระทบต่อทางด้านเศรษฐกิจ หลายคนสูญเสียหน้าที่การงานที่เป็นรายได้เสริม ต้องออกจากงาน มีบางส่วนพยายามทำแท้ง แต่ก็ล้มเหลวจึงตั้งครรภ์ต่อ ประเด็นที่ 3 ขณะคลอดพบว่ามีความกลัวความเจ็บปวด มีปัญหาด้านค่าใช้จ่าย ไม่มีเงินใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ประเด็นที่ 4 การเลี้ยงดูบุตรพบว่า หลังคลอดและช่วงเลี้ยงดูวัยรุ่นนำบุตรมาเลี้ยงด้วยตนเองและความช่วยเหลือจากบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดสุราษฎร์ธานี อาศัยความเข้าใจของครอบครัวเป็นกำลังใจ ประเด็นที่ 5 การวางแผนอนาคต พบว่า ส่วนใหญ่ตั้งใจจะกลับไปสานต่อสิ่งที่จำเป็นต้องจากมา

ความเครียดของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ทุกคนมีสาเหตุความเครียดที่คล้ายคลึงกัน คือ เมื่อรู้ตัวตั้งครรภ์ เนื่องจาก เป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไป ความจริงถูกเปิดเผย ความกดดันลดลง ส่งผลให้ความเครียดลดลงในช่วงเก็บข้อมูล พบว่า ระดับความเครียดของวัยรุ่นทุกคนอยู่ในระดับปกติส่วนสาเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์หลายคนเครียดมาก คือ หลังคลอดลูก เกิดจากการร้องไห้ของลูก นอกจากนั้นก็เป็นวิธีการที่ต้องเลี้ยงดูลูก ปัญหาด้านเศรษฐกิจของครอบครัว การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของคนรักหรือสามีในบทบาทความเป็นพ่อ การแยกทางกับสามี การตอบสนองของร่างกายที่พบ คือ วิดกกังวล แยกตัวจากผู้อื่น ไม่อยากจะทำอะไร มีปัญหาเรื่องการนอน ไม่มีความสุขกับชีวิต ส่วนการเผชิญความเครียดของแม่วัยรุ่นมีรูปแบบที่แตกต่าง

กัน ตามภูมิหลังของแต่ละคน รวมทั้งการสนับสนุนทางสังคมในขณะตั้งครรภ์ ความไม่พร้อมในการเลี้ยงดูบุตร หรือรับภาระการเลี้ยงดูบุตรไม่ไหว ไม่รู้จะทำอย่างไรเมื่อลูกร้องไห้ ขาดความรู้เกี่ยวกับการเป็นแม่ในทุก ๆ เรื่อง มีความสับสนในการดูแลบุตร ทำให้เกิดอาการแยกตัว หงุดหงิด อารมณ์เสื่อง่าย โกรธง่าย รู้สึกเดียวดาย นอกจากความเครียดที่เกิดจากการเลี้ยงดูลูก การขาดการสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอก็ทำให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เกิดความเครียด เช่น กังวลเรื่องค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูลูกและการดำรงชีพ การแยกทางกับสามี สอดคล้องกับการศึกษาของ อัญชลี เหมชะญาติ (2558 : ก) ที่พบว่า ผลกระทบของการเป็นแม่วัยรุ่น ด้านจิตใจ ทำให้เกิดความเครียด เกิดภาวะซึมเศร้าการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ด้านร่างกาย ทำให้แม่วัยรุ่นและลูกมีปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น ด้านเศรษฐกิจและสังคม ทำให้เสียโอกาสทางการศึกษา ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระบบต้องออกจาก โรงเรียนกลางคัน บุคคลในครอบครัวเกิดความผิดหวัง อับอาย ต้องหยุดงานเพื่อช่วยดูแลแม่ วัยรุ่นและลูก เป็นการเพิ่มภาระค่าใช้จ่าย ทำให้เกิดปัญหาด้านการเงิน แต่แม่วัยรุ่นทุกคนก็ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวเพียงพอ ทำให้ไม่มีแม่วัยรุ่นอยู่ลำพังหรืออยู่สถานสงเคราะห์ส่งผลให้แม่วัยรุ่นส่วนมาก ดำรงบทบาทมารดาได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ปิยนุช ชมพูภาส และ ศศิ กฤษณะพันธ์ (2016 : 35-44) “ความภาคภูมิใจในตนเองและสุขภาพจิตของวัยรุ่นตั้งครรภ์” ผลการวิจัยพบว่า ข้อมูลพื้นฐาน ผลที่ได้จากการศึกษาในปัจจุบัน โดยเพศหญิงที่มีการ ตั้งครรภ์ในช่วงวัยรุ่นยินยอมที่จะมีเพศสัมพันธ์กับคู่นอนที่คบกันเป็นแฟน ยังไม่ได้แต่งงานฉันท์สามีภรรยา ซึ่งท้ายที่สุดแล้วอาจนำไปสู่การให้กำเนิดบุตรทั้งที่ไม่ได้แต่งงาน อย่างไรก็ตามพบว่าโดยส่วนใหญ่แล้วชายที่เป็นคู่นอนของหญิงตั้งครรภ์ยังมีแนวโน้มที่จะแสดงความรับผิดชอบต่อบุตรในครรภ์ เมื่อพิจารณาถึงการป้องกันหรือคุมกำเนิด พบว่า ส่วนใหญ่มีการป้องกันหรือคุมกำเนิด แต่การที่ยังตั้ง เกิดตั้งครรภ์ขึ้นเนื่องจากไม่ได้รับประทานยาคุมกำเนิดอย่างสม่ำเสมอหรือหละหลวมด้านการใช้ถุงยางอนามัย เพื่อคุมกำเนิด การตั้งครรภ์ดังกล่าวจึงเกิดขึ้นจากความไม่ตั้งใจ ส่วนใหญ่วัยรุ่นตั้งครรภ์มีสภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ แต่ยังมีจำนวนหนึ่งที่มีความผิดปกติด้านสภาวะสุขภาพจิต

ในทางพุทธศาสนาหลักคำสอนสำหรับการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดความสุข และการพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้นำหลักสังคหวัตถุ 4 เป็นหลักพุทธธรรมสำหรับการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในเขตเทศบาลนครอุดรธานี ดังนี้

1. ทาน การให้ การสงเคราะห์หรือช่วยเหลือด้วยการให้ทั้งที่เป็นสิ่งของ ให้ความรู้ การแนะนำที่ถูกต้อง ชัดเจนและเป็นความจริง
2. ปิยวาจา การใช้วาจาด้วยถ้อยคำที่สุภาพ และถ้อยคำที่มีประโยชน์ พูดด้วยถ้อยคำที่เป็นจริง และถ้อยคำที่ไม่กระทบกระทั่งผู้อื่น พูดแต่ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ พูดให้กำลังใจ
3. อัตถจริยา การประพฤติตนให้เป็นประโยชน์แก่ทั้งตนเอง และผู้อื่น รู้จักการเสียสละไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ความสุขสบายส่วนตัว ห่มเทแรงกาย แรงใจในการบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ และช่วยเหลือผู้อื่น พร้อมรู้จักแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา

4. สมนัตตตา สมนัตตตา คือ การวางตัวให้เหมาะสมเสมอต้นเสมอปลาย รู้จักวางตนให้เหมาะสมกับฐานะ มีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหวเปลี่ยนแปลงง่าย และดำรงตนไว้ไม่ให้ตกไปในความชั่ว ปฏิบัติกับเพื่อนหรือผู้อื่น ๑ อย่างเท่าเทียมกัน รวมทั้งอยู่ร่วมทุกข์ร่วมสุข ร่วมแก้ไขปัญหากับเพื่อนในชุมชนและสังคม

สังคหวัตถุธรรมเหล่านี้ช่วยอุ้มชูโลก เหมือนลิ่มสลักที่ยึดคฤมรถซึ่งแล่นไปไม่ได้ ฉะนั้นในการอยู่ร่วมของสังคมนั้น มนุษย์ย่อมปรารถนาเป็นที่รักของคนรอบข้าง เป็นที่ยอมรับนับถือของทุก ๆ คน และปรารถนาที่จะไต่ขึ้นไต่ฟ้าง่ายย่องสรรเสริญ มากกว่าคำนินทาว่าร้าย พระพุทธองค์ได้ทรงสอนวิธีที่จะทำตนให้เป็นที่รักของสังคมว่า ขั้นแรกให้ปรับที่ตัวของเราเองก่อน คือ ต้องทำตัวเราให้เป็นที่น่ารักเสียก่อนโดยการปฏิบัติโดยปฏิบัติตามหลักสังคหวัตถุ 4 ซึ่งเป็นคุณธรรมที่เป็นเครื่องเหนี่ยวใจคน ผูกใจคนและประสานหมู่ชนให้มีความสามัคคีเป็นหลักธรรมที่ทำให้ เป็นที่ขอบใจเป็นที่รักของคนทั่วไป ในการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ชุมชน สังคม ย่อมต้องมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน บุคคลจึงพึงปฏิบัติตนให้เป็นที่รัก เป็นที่ยอมรับนับถือ ช่วยเหลืออื่น หลักสังคหวัตถุ 4 จึงมีความสำคัญในการครองตนอยู่ในสังคมอย่างสงบสุขสมเด็จพะพระอริยวงศาตญาณ (วาสน์ วาสน) (2528 : 53) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่าเมื่อทุกคนต่างประพฤตสังคหวัตถุทั่วถึงกันแล้ว อย่าว่าแต่เฉพาะคน เฉพาะครอบครัว จะรักใคร่นับถืออยู่เป็นสุขสบายเลย ถึงคนทั้งหมู่บ้าน ทั้งเมือง ทั้งประเทศทั้งโลกก็อยู่เป็นสุขสบายตลอดไปเหมือนกัน เพราะฉะนั้นท่านจึงว่าสังคหวัตถุทั้ง 4 อย่าง เป็นคุณสำหรับยึดเหนี่ยวน้ำใจผู้อื่นให้รักใคร่นับถือ ช่วยเหลือกันอย่างวิเศษแท้ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) (2549 : 70-75) ได้ให้ความหมายของสังคหวัตถุ 4 ไว้ว่า สังคหผละ แปลว่า กำลังแห่งการสงเคราะห์ หรือมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งเป็นธรรมที่สำคัญมากสำหรับนักบริหาร ผู้ทำงานให้สำเร็จโดยอาศัยผู้อื่น ถ้าผู้บริหารบกพร่องเรื่องมนุษยสัมพันธ์ ก็จะไม่มีคนมาช่วยทำงาน เมื่อไม่มีคนทำงานเขาก็เป็นผู้บริหารไม่ได้ หากว่าไม่มีการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดความสุข และการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จารวี พิมพ์สมฤดี (2553 : ก) “การศึกษาความทุกข์ของสตรีที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธศาสนาเสนอว่าไม่ว่าสตรีหรือบุรุษต่างก็มีความทุกข์เหมือนกันแต่เมื่อพิจารณาจากสภาพของความทุกข์ของสตรีนั้นจะมีมากกว่าบุรุษ เนื่องจากสตรีนั้นมีความแตกต่างทางด้านเพศภาวะและจิตใจที่แตกต่างไปจากบุรุษเป็นผลทำให้สังคมมีค่านิยมหรือทัศนคติต่อสตรีในมุมมองที่ผิดไปจากความเป็นจริง และสิ่งเหล่านั้นก็ล้วนเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดความทุกข์กับสตรีได้ เมื่อกล่าวโดยสรุปสตรีในสมัยพุทธกาลจะมีความทุกข์อยู่ 5 ประการ คือ (1) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านสังคม (2) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านร่างกาย (3) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านครอบครัว (4) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านศาสนา (5) ปัญหาความทุกข์ของสตรีในด้านสติปัญญา โดยปัญหาความทุกข์ทั้ง 5 ประการนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่สตรีจะต้องเผชิญ พระพุทธศาสนาได้เสนอแนวทางแก้ปัญหาความทุกข์ของสตรีโดยได้กำหนดขอบเขตการแก้ไขปัญหาความทุกข์ของสตรีทั้ง 5 ด้านเพื่อเป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาสตรีหรือการแก้ไขปัญหาความทุกข์ให้ลดน้อยลง เช่น การแก้ไขปัญหาความทุกข์ที่เกิดเพราะสังคมก็ด้วยการเสนอให้มีการปรับเปลี่ยนทัศนคติความเชื่อของสังคมที่มีต่อสตรีให้เป็นไป

ในทางสร้างสรรค์ หรือการปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับสตรีว่าสตรีนั้นไม่ใช่อุปสรรคต่อการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนาหรือการบรรลุมรรค

การนำสังคหวัตถุ 4 มาช่วยในการการฟื้นฟูสภาพจิตตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดผลดีต่อสภาพจิตใจ อันจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างคนในครอบครัวด้วยกันเองและคนในชุมชนสังคม ซึ่งจะส่งผลให้การปฏิบัติตนเป็นไปด้วยความสุข ความสามัคคี ความสำเร็จ ในการดำรงชีวิต และช่วยส่งเสริมให้คนในครอบครัวเกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเองมากขึ้น ให้มีความสำคัญกับตนเองว่าเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว และช่วยกันแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวด้วยความเต็มใจ

การบูรณาการกิจกรรมที่ดำเนินการเพื่อการฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ให้เป็นกลไกการดำเนินงานในระดับต่าง ๆ ในพื้นที่ทั้งของภาครัฐ ภาคเอกชนเพื่อช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาให้วัยรุ่นและครอบครัวพบทางออกที่ไม่รุนแรง ไม่ก่อความกดดันบอบช้ำแก่ฝ่ายใด ๆ สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้เยี่ยงคนทั่ว ๆ ไปไม่กำลังใจในการดำรงชีวิตเป็นส่วนหนึ่งที่ดีของสังคมได้วัยรุ่นที่สามารถพัฒนาค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองทั้งทางด้านบุคลิกภาพ ด้านความนึกคิดการเข้าสังคม จะเป็นวัยรุ่นที่สามารถผ่านพ้นภาวะวิกฤติได้อย่างไม่ยุ่งยากนัก มักจะมีลักษณะเป็นผู้ที่ใช้สติปัญญาเผชิญกับเหตุการณ์ในชีวิตมากกว่าการใช้อารมณ์เป็นผู้ที่เลือกเผชิญหน้ากับปัญหามากกว่าเป็นผู้ที่จะยอมหลีกเลี่ยงปัญหาเป็นผู้ที่รู้เท่าทันธรรมชาติของตนเป็นผู้ที่ไม่มีความรู้สึกว่าเขาเองโดดเดี่ยวแต่ยังมีหนทางที่จะไปขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ วัยรุ่นที่สามารถผ่านวิกฤตการณ์และค้นพบตัวเองเช่นนี้จะมีบุคลิกภาพมั่นคงมั่นใจและภาคภูมิใจในตนเอง จึงเท่ากับมีความสามารถที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีค่านิยมที่ถูกต้องมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมในระดับชุมชนและระดับประเทศได้ในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

ในงานวิจัยเรื่อง การฟื้นฟูสภาพจิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้วยหลักพุทธธรรม มีข้อเสนอแนะดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. หน่วยงานภาครัฐควรมีการรณรงค์เชิงรุกอย่างจริงจังในการให้ความรู้แก่วัยรุ่นเกี่ยวกับการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์และการคุมกำเนิดอย่างถูกวิธีเมื่อไม่สามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ได้
2. หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องควรมีการควบคุมสื่อออนไลน์ในปัจจุบันที่มีการเผยแพร่สิ่งยั่วยุต่ออารมณ์ทางเพศแก่วัยรุ่น ควรมีบทลงโทษและกฎหมายที่ชัดเจนและรัดกุมสำหรับผู้ฝ่าฝืนในการเผยแพร่สื่อลามกที่เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีแก่เยาวชนคนไทย

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. สร้างสายใยในครอบครัว เพราะพ่อแม่ผู้ปกครองเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลเอาใจใส่ ตลอดจนเป็นผู้ให้คำแนะนำที่ดีโดยเฉพาะเรื่องเพศศึกษาซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับในยุคปัจจุบัน การที่ครอบครัวมีเวลา ดูแลเอาใจใส่กัน ห่วงใยกัน มีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ก็จะเกิดความไว้วางใจมีอะไรก็สามารถให้คำปรึกษาได้ทุกอย่าง พ่อแม่ไม่ควรปล่อยบุตรอยู่ตามลำพังเมื่อเกิดปัญหา ต้องทันต่อความทันสมัยของสื่อปัจจุบัน เพื่อป้องกันการเสพสื่อที่ไม่เหมาะสมของบุตร

2. เสริมสร้างหลักเศรษฐกิจพอเพียงในครอบครัว เพราะวินัยสร้างจากบ้าน โดยพ่อแม่จะต้องเป็นตัวอย่างที่ดี ในการประหยัดและอดออม ไม่ใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือย สอนให้เด็กรู้จักคุณค่าของเงินที่หามาได้ ทุกอย่างไม่ได้หามาได้ง่าย ๆ ต้องอดทนขยันหมั่นเพียรในการทำมาหากินอย่างสุจริต ไม่ให้ความสำคัญเงินเป็นพระเจ้า จนทำให้ขาดสติในการดำรงชีวิตที่พอเพียง

3. อบรมสั่งสอนในเรื่องการเล่าเรียนและการคบเพื่อน สอนให้เด็กสนใจในการเรียนมากกว่าเรื่องอื่น ๆ โดยเฉพาะการคบเพื่อนต่างเพศ ซึ่งถึงแม้ว่าในสมัยนี้อาจจะควบคุมยาก แต่ทุกอย่างควรเริ่มจากสถาบันครอบครัว ถ้าทุกครอบครัวช่วยกันสอนบุตรหลานตัวเอง เด็กย่อมเรียนรู้สิ่งที่ดีจากครอบครัวเป็นด้านแรก การห้ามอาจไม่ได้ผล เพราะเด็กสามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากสื่อทุกแขนง ดังนั้นต้องสอนให้เด็กแยกแยะ อะไรดีและอะไรไม่ดี ต้องทำเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุตรหลาน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยเชิงป้องกัน (Protective factor) เช่นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทักษะหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทักษะการปฏิเสธจากการถูกชักจูงจากเพื่อนหรือแฟน/คู่รักเมื่อต้องการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น เพื่อให้ครอบคลุมปัจจัยที่มีผลต่อการพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง รวมทั้งมีการศึกษาให้ครอบคลุมในนักเรียนหญิงทุกกลุ่มอายุทุกพื้นที่ที่บริบทแตกต่างกันเช่นโรงเรียนขยายโอกาสโรงเรียนอาชีวศึกษาเพื่อทำความเข้าใจปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงในกลุ่มอื่น ๆ ซึ่งอาจจะมีปัจจัยที่แตกต่างจากการศึกษาในครั้งนี้

2. ควรมีการศึกษาในเชิงคุณภาพโดยมีการสัมภาษณ์เชิงลึกด้านความคิดเห็นและมุมมองของวัยรุ่นในเรื่องพฤติกรรมทางเพศเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึกซึ้งเพื่อให้ประเด็นของปัญหามีความชัดเจนขึ้นอาทิเช่นทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์กับคู่รักการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัยทั้งนี้เนื่องจากความแตกต่างด้านพื้นที่และบริบทของสังคมและวัฒนธรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วการได้ข้อมูลจากแบบสอบถามเชิงปริมาณเพียงด้านเดียวอาจไม่ได้ข้อมูลที่สะท้อนบริบทที่เกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์ครบถ้วนเพียงพอที่ใช้ในการแก้ปัญหาที่ตรงประเด็นของปัญหาอย่างแท้จริงและนำไปสร้างแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมต่อไป

3. ควรพัฒนาโปรแกรมเพื่อป้องกันหรือลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง โดยเน้นการปรับทัศนคติพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศให้เหมาะสมการให้ข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับสถานการณ์พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นรวมถึงการรู้เท่าทันสื่อกระตุ้นทางเพศ

เอกสารอ้างอิง

- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2556). *แม่วัยใส ความท้าทายการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร: บริษัทแอดวานส์ปรี้นติ้ง จำกัด.
- จารวิ พิมพ์สมฤดี. (2553). *การศึกษาความทุกข์ของสตรีที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ปิยนุช ชมพูภาส และ ศศิ กฤษณะพันธ์. (2016). ความภาคภูมิใจในตนเองและสุขภาพจิตของวัยรุ่นตั้งครรภ์. *ปริญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุข. TUH Journal online*. 1 (2), 35-44
- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2549). *พุทธพิธีการบริหาร*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มนชนก พัฒนคล้าย. (2558). *ประสบการณ์การตั้งครรภ์และการเลี้ยงดูบุตรของวัยรุ่นในเขตพื้นที่อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. ปริญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
- ศรีเพ็ญ ตันติเวสสและคณะ. (2556). *สถานการณ์การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นในประเทศไทย 2556*. กรุงเทพมหานคร: โครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ.
- สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (วาสน์ วาสโน). (2528). *สังคหวัตถุ 4*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุนิรัตน์ จันทรศรี. วิมลพรรณ นิธิพงศ์ และบุษยนาฏ เรืองรอง. (2560). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด*. รายงานวิจัย. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี: ราชบุรี.
- อัญชลี เหมชะญาติ. (2558). *การปรับตัวของแม่วัยรุ่น*. การศึกษาและการพัฒนาสังคม; ป.ร.ด. การศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา.