สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

รายงานการวิจัย

โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด

Program of promoting love to prevent drug addiction for Thai adolescents

ผศ.ดร.สงวน ธานี
รศ.ดร.อาภรณ์ ดีนาน
ผศ.ดร.สุภาภรณ์ ด้วงแพง

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณแผ่นดิน ปี 2549

สถานที่พิมพ์ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ปีที่พิมพ์ : 2555

ห0157001
- 6 มิ.ย. 2556
321183
เริ่มบริการ
- 2 ส.ค. 2556

อภินันทนาการ

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่อง โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติดได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณ ประจำปีงบประมาณ 2549 คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้เข้าร่วมโครงการคือผู้ปกครองและนักเรียนของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี ที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมโครงการ คณะผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ผลการศึกษาจะนำมาซึ่งความเข้าใจในเรื่องการเสริมสร้างความรักให้เกิดขึ้นกับสมาชิกของครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวอยู่กันด้วยความรักและมีความสุขต่อไป

นางสาวสงวน ธานี
หัวหน้าโครงการวิจัย
กันยายน 2555

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ในระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรม เป็นขั้นตอนพัฒนาองค์ประกอบและกระบวนการของโปรแกรม โดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัวและครู และใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group) กับวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัครที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว จากนั้นทำการสังเคราะห์เนื้อหาของโปรแกรมได้ 8 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) ครอบครัวของเรา 2) บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว 3) สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี 4) การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน 5) การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน 6) เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน 7) การจัดการกับความเครียด และ 8) ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก แต่ละองค์ประกอบถูกนำมาสร้างกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาที

ระยะที่ 2 การทดสอบโปรแกรม โดยใช้การวิจัยแบบกลุ่มเดียว ทดสอบ 3 ระยะได้แก่ ก่อน หลัง และติดตามผล 1 เดือน วัดผลโดยใช้แบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทดสอบกับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 15 ครอบครัว วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เมื่อ ทดสอบรายคู่ของระยะเวลาด้วย Bonferroni พบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวระหว่างก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลอง และระหว่างก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

ผลการวิจัยที่ได้ควรนำโปรแกรมการเสริมสร้างความรักไปใช้เพิ่มเติมในกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเสี่ยง เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด กลุ่มวัยรุ่นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

Abstract

This research aimed to develop program to promote love in adolescent family. The process was divided into 2 phases; program development and testing program. The first phase aimed to develop content and process of the program. Literature review; researcher's previous research results from adolescents, parents, and teachers; and the results of the focus group of 5-volunteer adolescents and their families were incorporate in the program. Finally, the program contains of 8 components including 1) our family 2) role and responsibility of family member 3) built up love in family by communication 4) bonding development among family member by family activities 5) expression of love and caring for each other 6) reinforcement among family members 7) stress management and 8) commitment to our family: love and relationship day. These components were used to create 8 group activities for adolescents and their families, and each activity requires 60-90 minutes to be completed.

The second phase aimed to test the program. One group pretest-posttest-follow up design was selected. Fifteen adolescents and their families participated in the program. The family love enhancement was evaluated 3 times at baseline, after finishing program and 1 month later by the family love enhancement scale developed by the researcher. Data were analyzed using one-way ANOVA repeated measures. The result showed that the family love enhancement score after finishing program and follow up were significant higher than the score at baseline ($p < .001$). Moreover, Bonferroni indicated the significant different between pre-program and after program as well as pre-program and follow up ($p < .001$).

Recommendations include widely test the program to promote love in adolescent family in various adolescent risk groups such as substance abuse, low achievement, and aggressive behavior.

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
ขอบเขตของการวิจัย	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ และหน่วยงานที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์	5
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	6
แนวคิดเกี่ยวกับความรัก	6
แนวคิดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว	9
โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว	22
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	28
รูปแบบการวิจัย	28
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	28
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	28
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	30
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง	30
การเก็บรวบรวมข้อมูล	30
การวิเคราะห์ข้อมูล	31
บทที่ 4 ผลการวิจัย	32
ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	32
ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว	33

บทที่ 5 สรุปและอภิปรายผลการวิจัย 38
สรุปผลการวิจัย 38
อภิปรายผลการวิจัย 39
ข้อเสนอแนะ 42
เอกสารอ้างอิง 43
ภาคผนวก 48
แบบสอบถาม 49
เอกสารคำอธิบาย/คำชี้แจงแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย 51
ใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย 52
โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว 53
ประวัติผู้วิจัย 68
แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา 70
รายชื่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย 71

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	32
2	คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเสริมสร้างความรักในครอบครัว ก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล	36
3	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัว เปรียบเทียบก่อน หลังและระยะติดตามผลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างความรัก	37
4	ค่าเฉลี่ย ผลต่างของค่าเฉลี่ยและผลการทดสอบรายคู่ โดยวิธี Bonferroni	37

บทที่ 1
บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

ความรักเป็นประสบการณ์ที่สำคัญของการอยู่ร่วมกัน เป็นพื้นฐานของอุปนิสัยที่ดีงามและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เพราะความรักคือกระแสธารที่หล่อเลี้ยงทุกคุณค่าของความเป็นมนุษย์ (อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา, 2542) ความรักมีผลต่อการเจริญเติบโตและมีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ (Wong, 1999; อารี ตัณฑ์เจริญรัตน์, 2539)

ความรักของสมาชิกภายในครอบครัวเป็นพฤติกรรมที่สะท้อนความสัมพันธ์ของมนุษย์ ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก และความรักของลูกที่มีต่อพ่อแม่ เป็นเครื่องมือที่ก่อให้เกิดความอบอุ่น ความปลอดภัย เป็นภูมิคุ้มกันและเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดพลังสร้างสรรค์อันยิ่งใหญ่ (ประเวศ วะสี, ม.ป.ป. อ้างถึงในโพธิพันธุ์ พานิช, 2544) บุคคลที่เกิดมาได้รับความรักจากพ่อแม่และบุคคลในครอบครัวอย่างเหมาะสม มักมีพัฒนาการทางจิตใจที่ดี และเติบโตเป็นคนที่มีสุขภาพจิตดี (เกษม ตันติผลาชีวะ, 2540) ขณะที่การสูญเสียความรักทำให้เกิดความโกรธ ความเศร้า ความกลัวและความผิดหวัง (Gray, 1999 cited in Grohol, 1999) ดุษฎี โยเหลา, งามตา วนินทานนท์, ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา และ ทัศนา ทองภักดี (2545) กล่าวว่าครอบครัวที่มีสุขภาพดี ที่มีการแสดงความรักและการยอมรับซึ่งกันและกัน มีการอบรมเลี้ยงดูบุตรแบบให้ความรัก สนับสนุน และให้เหตุผล เป็นลักษณะของครอบครัวที่นำไปสู่การมีความพึงพอใจของสมาชิก เป็นครอบครัวที่สามารถสร้างให้บุตรเป็นผู้ที่มีลักษณะทางจิตใจที่ดี และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม นอกจากนี้การเลี้ยงดูแบบให้ความรัก สนับสนุนยังส่งผลให้เด็กมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี เด็กมีการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวก และลดปัญหาการใช้สารเสพติด การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ (Amato & Fowler, 2002; Deslandes & Bertrand, 2005; Sheldon & Epstein,2005) และพบว่า ความรักและการเอาใจใส่ดูแล การเข้าใจซึ่งกันและกันของคนในครอบครัว การมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ยอมรับฟังความคิดเห็นของวัยรุ่น เป็นปัจจัยที่สำคัญในการปกป้องวัยรุ่นจากยาเสพติด (สำนักพัฒนาการพละศึกษา สุขภาพและนันทนาการ, 2541; วชิราภรณ์ ศรีเบญจกุล, 2543; ศิโรตม์ โสวัณณะ, 2545; โสภา ชปิลมันน์,2547; Scheer & Unger, 1998)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศพบว่าความรักเป็นดัชนีชี้วัดที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวที่พึงประสงค์ ครอบครัวเข้มแข็ง ครอบครัวสุขภาพดี ครอบครัวที่มีคุณภาพ ครอบครัวอบอุ่น ครอบครัวอยู่ดีมีสุข การทำหน้าที่ครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว และความมั่นคงของครอบครัว (สำนักนายกรัฐมนตรี , 2539; สายสุรี จุติกุล, 2540; คณะอนุกรรมการพัฒนาครอบครัวและแก้ไขความรุนแรงต่อเด็กและสตรี, 2541; นิคม วรรณราชู , 2544; ศิริรัตน์ แอดสกุล, 2546; สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล, 2546; ดุษฎี โยเหลา และ

คณะ, 2547; Vela. 1996; Goddard, 1999; Stinnett, et al.,1999; Friedman, 2003) จึงเป็นที่เชื่อว่า "ความรักที่ได้รับจากคนในครอบครัว" จะเป็นเสมือนเกราะป้องกันจะเป็นเครื่องมือในการปกป้องวัยรุ่นให้ห่างไกลจากอันตรายและภัยต่างๆ รวมทั้งจากสารเสพติด ทั้งนี้เพราะ ความรักเป็นพลังอันยิ่งใหญ่ที่ส่งผลต่อกิจกรรมเกือบทุกอย่างของมนุษย์ (King, 2004) ความรักเป็นพลังสำคัญที่ให้แรงจูงใจและให้พลังงานสำหรับพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตและมีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์อย่างมาก จนอาจกล่าวได้ว่า คนที่ขาดความรักอาจเฉาตายได้ (อารี ตัณฑ์เจริญรัตน์, 2539) อย่างไรก็ตามแม้ว่าความรักจะเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งกลับปรากฏผลจากงานวิจัยว่าเด็กวัยรุ่นจำนวนมากรู้สึกว่าพ่อแม่ห่างเหิน ห่วงเกิน หรือไม่แสดงความรัก ความเอาใจใส่ (พร่องรัก) ดังผลการสำรวจทางระบาดวิทยาด้านอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กวัยรุ่นปี 2548 ของกรมสุขภาพจิต (อ้างถึงในชื่นฤทัย กาญจนะจิตราและคณะ, 2549) โดยวัดความสัมพันธ์ภายในครอบครัวทางด้านจิตวิทยาจำแนกได้ 4 ลักษณะคือ 1.แสดงความรักเอาใจใส่และควบคุมไม่มากเกินไป(รักพอดี) 2.รักเอาใจใส่ แต่ควบคุมมาก (ห่วงเกิน) 3.ควบคุม แต่ไม่แสดงความรักเอาใจใส่ (พร่องรัก) และ 4.ไม่มีความผูกพันเลย(ห่างเหิน) พบว่าร้อยละ 31.6 เป็นความสัมพันธ์แบบควบคุม แต่ไม่แสดงความรักเอาใจใส่ (พร่องรัก) ซึ่งมีมากกว่าความสัมพันธ์แบบอื่นในแทบทุกภาค และพบ 1 ใน 3 ของเด็กและวัยรุ่นเท่านั้นที่รู้สึกว่าพ่อแม่ให้ความรักและเอาใจใส่ในระดับพอดี เป็นที่พึ่งหรือให้คำปรึกษาแก่เด็กได้ในยามที่มีปัญหา ในขณะที่เด็กจำนวนมากรู้สึกว่าพ่อแม่ห่างเหิน ห่วงเกิน หรือไม่รัก

เนื่องจากความรักเป็นความรู้สึก เป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งซึ่งเกิดจากสิ่งเร้าและหายไปได้ ถ้าสิ่งเร้านั้นหายไป และอาจเกิดขึ้นใหม่ได้ถ้ามีสิ่งเร้าที่ถูกใจ (Best, 2003) ดังนั้นความรักจะยั่งยืนหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าสิ่งเร้านั้นมีอิทธิพลต่อผู้ถูกเร้ามากน้อยเพียงไหน ซึ่งความรักที่เหมาะสมจะเกิดขึ้นได้ต้องมีการฝึกฝน มีการเรียนรู้ มีการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างความรัก ความอบอุ่นให้เกิดขึ้น ผลการวิจัยจะเป็นการเสริมสร้างให้ครอบครัวอยู่กันด้วยความรัก ย่อมทำให้ครอบครัวนั้นเข้มแข็ง พลังความเข้มแข็งของครอบครัวดังกล่าวนี้จะเป็นเสมือนเกราะป้องกันสมาชิกของครอบครัวและเพิ่มภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจของวัยรุ่นให้พ้นจากอันตรายและภัยต่างๆ รวมถึงเป็นปราการป้องกันปัญหายาเสพติดในวัยรุ่น และหล่อหลอมให้เด็กวัยรุ่นมีพัฒนาการไปในทางที่ถูกต้อง เติบโตขึ้นมาเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี มีเหตุผล รู้ผิดชอบชั่วดี มีความรับผิดชอบ และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นที่มีประสิทธิผลต่อการสร้างเสริมความรักของสมาชิกครอบครัว

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นประเภทการวิจัยและพัฒนา (research and development: R&D) ที่มีการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น และนำไปทดลองใช้เพื่อยืนยันประสิทธิผลของโปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมด้วยการสนทนากลุ่มคือกลุ่มวัยรุ่นอายุ 11-21 ปีที่เป็นนักเรียนในโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาในภาคตะวันออกและครอบครัวอาสาสมัคร ที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว และทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นจำนวน 15 ครอบครัว

กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดหลักที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมมุ่งเน้นเกี่ยวกับความรักและการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมา(สงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร, 2548) พบการให้ความหมายของความรัก 7 ความหมายได้แก่ ความรักหมายถึง การให้ การดูแลเอาใจใส่กัน ความเข้าใจกัน ความห่วงใย ความอบอุ่น ความสามัคคีปรองดอง และการเสียสละ ส่วนครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่บุคคลเกี่ยวข้อง และมีความสำคัญต่อบุคคลมากที่สุด เป็นแหล่งหล่อหลอมชีวิตที่เกิดมา วางรากฐานในการพัฒนาความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของมนุษย์ สมาชิกครอบครัวประกอบด้วยพ่อ แม่ และลูก สมาชิกแต่ละคนมีความรับผิดชอบและหน้าที่แตกต่างกัน พ่อแม่ต้องทำบทบาทหน้าที่ในการเลี้ยงดู การอบรม ปลูกฝังทัศนคติ หล่อหลอมบุคลิกภาพ การเลี้ยงดูบุตรด้วยความรักจะทำให้เกิดความผูกพันรักใคร่ในครอบครัว เป็นรากฐานของความสุขแห่งชีวิต เป็นรากฐานของความเป็นปึกแผ่นแห่งสังคม

องค์ประกอบที่สำคัญที่จะก่อให้เกิดความรัก ความอบอุ่น ความเข้มแข็งในครอบครัว ต้องมาจากการที่สมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่กันและรู้จักชื่นชมกันและกัน(caring and appreciation) มีการอุทิศตนต่อกัน(commitment) มีการสื่อสารที่ดีต่อกัน (communication) มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในครอบครัวและต่อสมาชิกอื่นในชุมชน (community and family ties) สมาชิกของครอบครัวทำงานต่างๆ ร่วมกัน (working together) มีความยืดหยุ่นและพร้อมที่จะรับความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้น(flexibility and openness to change) ซึ่งครอบครัวที่มีลักษณะเหล่านี้ถือว่าเป็นลักษณะครอบครัวที่เข้มแข็ง (Goddard, 1999) นอกจากนี้สายสุรี จุติกุล (2540) ได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับวิธีการสร้างสัมพันธภาพและความรักความอบอุ่นให้กับสมาชิกในครอบครัวไว้ว่า คนเราควรจะต้องมีความรักและความอบอุ่นระหว่างกันและกัน ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดีควรจะต้องมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรัก และความผูกพันกัน ดังต่อไปนี้ 1) สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรต่อกัน 2) ต้องรู้จักคนที่เรารัก 3) สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเคารพซึ่งกันและกัน 4) ต้องมีความรับผิดชอบ

5) ต้องมีความวางใจกันและกัน 6) ต้องให้กำลังใจกันและกัน 7) สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องให้อภัยกันและกัน 8) สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องรู้จักสื่อสารกันภายในครอบครัว 9) ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและมีคุณภาพ 10) สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่เปลี่ยนแปลง 11) สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และ 12) สมาชิกทุกคนในครอบครัว ควรต้องมีความใกล้ชิดทางสัมผัสด้วยการกอดกันบ้าง โอบกันบ้าง เกี่ยวแขนหรือหอมแก้มกันในครอบครัว เป็นการแสดงความรัก ความอบอุ่นตามธรรมชาติของคน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร (2548) ที่พบว่าวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวตามทัศนะของวัยรุ่น ผู้ปกครองและครูมี 8 วิธีได้แก่ 1) มีการช่วยเหลือเกื้อกูล เอาใจใส่ ห่วงใย เอื้ออาทรกัน 2) มีการพูดจาสื่อสารให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน 3) การมีเวลาให้แก่กัน มีโอกาสอยู่ใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน 4) การมีความเข้าใจและให้อภัยแก่กัน 5) มีการแสดงออกของความรักด้วยคำพูด การสัมผัส การโอบกอด 6) มีการให้รางวัล ซึ่งอาจจะเป็นการให้สิ่งของ การสัมผัส คำชมเชย 7) การมีความสามัคคี ปรองดองกัน และ 8) การมีความรับผิดชอบตามบทบาทและหน้าที่ของตน

ดังนั้น โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัวและครู และใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group) กับวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัครที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จากนั้นทำการสังเคราะห์เนื้อหาของโปรแกรมได้ 8 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) ครอบครัวของเรา 2) บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว 3) สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี 4) การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน 5) การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน 6) เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน 7) การจัดการกับความเครียด และ 8) ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก แล้วนำองค์ประกอบดังกล่าวมาสร้างเป็นโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้และกระบวนการกลุ่มในการทำกิจกรรม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ สะท้อนความคิด ช่วยกันสรุป อภิปราย และการประยุกต์เพื่อนำไปปฏิบัติใช้จริง ซึ่งจะทำให้สมาชิกครอบครัวได้เรียนรู้แนวทางการสร้างเสริมความรักในครอบครัว โปรแกรมที่สร้างขึ้นประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาที ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด และกิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

ประโยชน์ที่ได้รับ และหน่วยงานที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ได้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น สามารถใช้เป็นแนวทางในการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นต่อไป

2.เป็นข้อมูลเบื้องต้นแก่สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

3. ได้แนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อนำไปใช้กับกลุ่มวัยรุ่นที่มีปัญหาพฤติกรรมด้านอื่นต่อไป

4. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้งต่อไป

หน่วยงานที่จะนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ ได้แก่ หน่วยงานที่ให้การดูแลส่งเสริมความรักความเข้าใจในครอบครัว และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่น ทั้งของภาครัฐและเอกชน เช่น กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย สำนักคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด กระทรวงกลาโหม ฯ และหน่วยงานด้านการศึกษา เช่น กระทรวงศึกษาธิการ สถาบันการศึกษาพยาบาล สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

บทที่ 2
ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องแนวคิดเกี่ยวกับความรัก การเสริมสร้างความรักในครอบครัว และโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

แนวคิดเกี่ยวกับความรัก

พฤติกรรมที่แสดงความรักนั้น สามารถแสดงออกได้หลายทาง Fromm (1962) กล่าวว่า พฤติกรรมที่แสดงความรักนั้นมีลักษณะ 4 ประการคือ

1. ความเอาใจใส่ (care) หมายถึงการให้การดูแลปกปักรักษา ทะนุถนอม เอื้ออาทร ให้มีชีวิต ให้กำลังใจ ให้ความเข้าใจ ทั้งทางด้านการกระทำและคำพูด ให้เขาเจริญเติบโตอย่างมีความสุข

2. ความรับผิดชอบ (responsibility) แสดงออกด้วยความสมัครใจ พร้อมที่จะตอบสนองความต้องการของคนที่เรารัก พร้อมที่จะทำทุกอย่างเพื่อคนที่รัก พร้อมที่จะร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วย

3.ความนับถือ (respect) คือการยอมรับผู้อื่นอย่างที่เขาเป็นอยู่ โดยตระหนักถึงความเป็นตัวของตัวเขา การให้ความเคารพซึ่งกันและกัน เคารพในความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ให้ความสำคัญกับความแตกต่างระหว่างบุคคล เพราะคนเราไม่เหมือนกัน มีมุมมองที่ต่างกันได้ ซึ่งเป็นเรื่องปกติ

4.ความรู้ (knowledge) คือ ให้ความสนใจในเรื่องของคนที่รักในลักษณะที่เขาเป็นอยู่ และสามารถเข้าใจเขาได้อย่างถ่องแท้โดยไม่เข้าข้างตัวเอง มองอย่างเป็นกลาง และมองเขาตามที่เป็นจริง รู้จุดเด่น จุดด้อยของบุคคลที่เรารัก

ส่วนอุมาพร ตรังคสมบัติ (2545) กล่าวว่าความรักเป็นความผูกพันทางอารมณ์ ที่แสดงออกใน 3 ด้านคือ 1) ด้านความรู้สึก คือ ความรู้สึกรัก ชอบ เป็นสุขที่ได้อยู่ใกล้ 2) ด้านความคิด คือ การมองผู้ที่ตนรักในแง่ดี มองเห็นคุณค่า อยากทำสิ่งที่ดีให้และปรารถนาที่จะให้เขาพบแต่ความสุข และ3) ด้านการกระทำ คือการปฏิบัติต่อกันอย่างอ่อนโยน การดูแลเอาใจใส่ การสัมผัส กอดจูบ

จากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกผู้ให้ข้อมูล คือวัยรุ่นที่ติดสารเสพติดที่เข้ารับการรักษาที่สถานบำบัดรักษา จำนวน 14 คน และวัยรุ่นที่ไม่ติดสารเสพติดที่กำลังเรียนในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา จำนวน 10 คน ครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาของภาคตะวันออกจำนวน 6 คน ผู้ปกครองของเด็กวัยรุ่นที่กำลังเรียนในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาจำนวน 9 คน และผู้ปกครองของเด็กวัยรุ่นที่ติดสารเสพติดที่เข้ารับการรักษาที่สถานบำบัดรักษา จำนวน 9 คน (สงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร, 2548) พบว่าการให้ความหมายของความรักแบ่งออกได้เป็น 7 ความหมาย ด้วยกันดังนี้

1. ความรักคือ การให้ ในรูปแบบที่หลากหลาย เป็นการให้ที่ประกอบกันของการให้ทั้งที่เป็นรูปธรรม สังเกตเห็นได้ เช่น สิ่งของเครื่องใช้ และที่เป็นนามธรรม เช่น ความรู้สึกห่วงใย ความเข้าใจ และกำลังใจ ซึ่งล้วนเป็นสิ่งที่ทุกคนต่างเห็นว่าเป็นสิ่งที่ดี

2. ความรักคือ การดูแลเอาใจใส่กัน ซึ่งมีการเอาใจใส่ทางด้านกายภาพ ชีวิตความเป็นอยู่ การกิน ด้านสุขภาพ ทางด้านพัฒนาการทางอารมณ์ ได้แก่ การให้ความอบอุ่น การให้กำลังใจ การใช้เหตุผล ทางด้านจิตใจ ได้แก่ การสั่งสอนอบรม สติปัญญา ได้แก่ การเรียน และการอบรมขัดเกลาให้เป็นคนดี

3. ความรักคือ ความเข้าใจกัน เป็นความหมายแสดงถึงการรับรู้ ยอมรับและเข้าใจ นำไปสู่สัมพันธภาพและการสื่อสารกันได้อย่างเหมาะสม ซึ่งมีการให้ความหมายการเข้าใจทั้งในลักษณะที่เป็นเชิงบวกของการมีความเข้าใจกัน พูดจากันด้วยเหตุผล ไม่ด่าว่า และการให้ความหมายของความเข้าใจในลักษณะเชิงลบ ที่ในบ้านมีแต่ความไม่เข้าใจกัน นำไปสู่การขัดแย้ง

4. ความรักคือความห่วงใย เป็นความรู้สึกที่แสดงถึงความคาดหวัง ความต้องการและความกังวลใจ หรือวิตกกังวลว่าจะมีพฤติกรรมไปในทางที่ไม่เหมาะสม มีพัฒนาการไม่เป็นไปตามวัย พฤติกรรมเบี่ยงเบน ความไม่ปลอดภัย ซึ่งเสี่ยงต่อปัญหาการเสพยาเสพติด

5. ความรักคือความอบอุ่น เป็นการให้ความหมายที่เกิดจากการรับรู้และรู้สึกได้จากการสัมผัส ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการสัมผัสโดยตรง เห็นได้ทางสายตา เช่น การโอบกอด หอมแก้ม การมีกิจกรรมร่วมกัน กินอาหาร ให้ของขวัญ และทางอ้อม ซึ่งต้องใช้การตีความ เช่น การยิ้มทักทาย การพูดคุย

6. ความรักคือ ความสามัคคี ปรองดองกัน เป็นการมองสัมพันธภาพในเชิงบวกระหว่างสมาชิกในครอบครัว ซึ่งจากความหมายนี้แสดงให้เห็นชัดเจนถึงความหมายที่แตกต่างกันระหว่างเด็กวัยรุ่นที่ใช้สารเสพติดและไม่ใช้สารเสพติด ซึ่งกลุ่มวัยรุ่นที่ไม่ใช้สารเสพติดให้ความหมายที่คาดหวังภายใต้บรรยากาศเชิงบวกของความสามัคคีกัน ขณะที่กลุ่มวัยรุ่นที่ติดสารเสพติดให้ความหมายที่คาดหวังท่ามกลางบรรยากาศเชิงลบที่ในบ้านมีแต่การทะเลาะเบาะแว้งกัน มีบรรยากาศของการไม่ปรองดองกัน

7. ความรักคือการเสียสละ พบว่ามีความแตกต่างระหว่างความคิดเห็นของครูที่เห็นว่าความเสียสละควรมีขอบเขตและขีดจำกัด ขณะที่ผู้ปกครองไม่ว่าเด็กที่เสพหรือไม่เสพยาเสพติดต่างให้ความหมายเหมือนกันในลักษณะที่ว่า เป็นการเสียสละได้ทุกอย่าง แบบไม่มีขอบเขตหรือข้อจำกัดใด ๆ

ในด้านความต้องการความรักของวัยรุ่น โสภา ชปีลมันน์ (2546) ได้สรุปจากบทเรียงความ “ครอบครัวที่ฉันต้องการ” ของเด็กวัยรุ่นอายุระหว่าง 12-17 ปี ที่สะท้อนให้เห็นว่าบุตรมีความต้องการให้พ่อแม่ปฏิบัติในเรื่องต่อไปนี้

1.การปฏิสัมพันธ์ระหว่าง พ่อ แม่ และลูก วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่อยู่ใกล้ชิด ได้พบหน้ากัน มีรอยยิ้มให้กัน พูดคุยหยอกล้อกัน ให้ความสนใจห่วงใยกันและกัน แสดงความรู้สึกร่วมกัน ร่วมคิดร่วมตัดสินใจ ตลอดจนมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกัน

2.การสื่อสารทางบวก วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่พูดจาด้วยดีๆ ใช้ภาษาสุภาพ ไม่ใช้คำพูดเสียดสี กระทบกระเทียบเปรียบเปรย พูดคุยและรับฟังปัญหาของลูก เป็นที่ปรึกษา คอยให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ และเป็นที่พึ่งให้แก่ลูก ทำให้ลูกเกิดความรู้สึกที่ดี มีมานะที่จะต่อสู้กับอุปสรรคในชีวิต

3.การดูแลอบรมสั่งสอน วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่เอาใจใส่ดูแลชีวิตประจำวัน ได้รับประทานอาหารพร้อมหน้ากันแม้จะไม่ทุกมื้อ เพื่อให้พ่อแม่มีเวลาไต่ถามทุกข์สุข รวมทั้งได้อบรมสั่งสอน กิริยามารยาท ศีลธรรมและจริยธรรมเพื่อให้ลูกรู้จักบทบาทของตนเอง คอยดูแลเอาใจใส่เมื่อลูกเจ็บป่วย

4.การยอมรับและไว้วางใจ วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่รับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความไว้เนื้อเชื่อใจกัน เพื่อลูกจะได้เชื่อใจ พึ่งพิงพ่อแม่ได้ ตลอดจนให้การยอมรับและเชื่อใจลูก ไม่คอยจับผิดหรือดุว่าก่อนเกิดเหตุ ให้อภัย และให้โอกาสทดลองทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง ไม่บังคับมากจนเกิดความเครียด

5.การอยู่อย่างประหยัด วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่ใช้ชีวิตอยู่อย่างเศรษฐกิจพอเพียง มีความพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่อยากให้พ่อแม่ทำงานหาเงินให้ลูกอยู่อย่างสุขสบายโดยไม่มีเวลาสนใจลูก และควรสอนให้ลูกรู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัดและรู้จักอดออม

6.การเป็นแบบอย่างที่ดี วัยรุ่นต้องการให้พ่อแม่เป็นแบบอย่างที่ดีของชีวิต ซึ่งลูกสามารถทำตามได้และมีชีวิตที่มีความสุข วัยรุ่นต้องการเห็นพ่อแม่เข้าใจกัน รักกัน มีปัญหาก็พูดคุยกันได้โดยไม่ใช้อารมณ์รุนแรง ใช้เหตุผลในการตัดสินใจและเป็นพ่อแม่ที่มีเวลาให้กับลูก

งานวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของสงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร (2548) พบว่า ความต้องการในด้านความรักของวัยรุ่นที่ติดสารเสพติด และวัยรุ่นที่ไม่ติดสารเสพติด แบ่งออกเป็น 9 ด้าน ได้แก่ 1) ต้องการได้รับความเข้าใจและการให้อภัย 2) ต้องการการสื่อสารที่ดี พูดจาและรับฟังกัน ไม่อยากได้รับเสียงบ่น เสียงด่าว่า 3) ต้องการได้รับการแสดงออกถึงความรักจากพ่อแม่ ทั้งการแสดงออกด้วยวาจา/คำพูด และด้วยการกระทำ ได้แก่ มีความใกล้ชิด การสัมผัส โอบกอด การบอกรักด้วยคำพูด 4) ต้องการให้คนในครอบครัวเป็นตัวอย่างที่ดี ได้แก่ การไม่ทะเลาะกัน ไม่เล่นการพนัน ไม่ดื่มเหล้าเมาสุรา และ ไม่ใช้เผด็จการอำนาจ ทั้งนี้เพราะพฤติกรรมดังกล่าว นำไปสู่ความขัดแย้งและความรุนแรงในครอบครัว 5) ต้องการมีเวลาอยู่ด้วยกันและทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น มีการพูดคุย การไปเที่ยว กินข้าวร่วมกัน เป็นต้น 6) ต้องการได้รับการดูแลเอาใจใส่ 7) ต้องการได้รับการปฏิบัติจากพ่อแม่เท่าเทียมกัน ต้องการได้รับสิ่งที่เหมือนกันกับพี่น้องคนอื่นๆ 8) ต้องการมีครอบครัวที่สมบูรณ์ มีพร้อมทั้งพ่อและแม่ และ 9) ต้องการได้รับคำปรึกษาแนะนำ และการศึกษาของสุรีรัตน์ จุลานุพันธ์ (2549) ได้ศึกษาความคาดหวังเกี่ยวกับรูปแบบครอบครัวที่พึงปรารถนากรณีศึกษา สถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถีและสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ พบว่ารูปแบบครอบครัวที่พึงปรารถนาของผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญพบว่า ต้องการรูปแบบที่บิดามารดาและบุตรอยู่พร้อมหน้าพร้อมตาอย่างอบอุ่น

นอกจากนั้นยังต้องการรูปแบบครอบครัวที่มีความรักความผูกพันและรูปแบบครอบครัวที่ทุกคนในครอบครัวต่างใช้เหตุผลเป็นหลัก ไม่ใช้อารมณ์และความรุนแรง นอกจากนี้สมหมาย เลาหะจินดาและวนิดา พุ่มไพศาลชัย (2543) ได้ศึกษาถึงลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่ ลักษณะการเลี้ยงดูที่เด็กวัยรุ่นต้องการหรือไม่ต้องการ ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นมากกว่าร้อยละ 40 ต้องการให้พ่อและแม่ปฏิบัติกับตนคือ การแสดงความรักความอบอุ่น การเอาใจใส่ไต่ถามทุกข์สุข คอยสนับสนุนช่วยเหลือยามลูกมีปัญหา ให้ความสำคัญกับลูก ทำกิจกรรมร่วมกันบ่อย ๆ เป็นคนมีเหตุผลรับฟังความคิดเห็นของลูก ปล่อยให้ลูกทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันด้วยตนเอง ให้รางวัลเมื่อลูกทำดี ส่วนผลจากการสำรวจความเห็นของเด็กอายุระหว่าง 5-15 ปีทั่วประเทศจำนวน 3,849 คน โดยสถาบันราชภัฏสวนดุสิต (อ้างถึงในจตุพร ธัมมปที, 2548) พบว่า ความรัก ความเข้าใจและการให้คำปรึกษาเป็นสิ่งที่เด็กอยากขอร้องให้มีในตัวพ่อและแม่ เป็นอันดับสอง (ร้อยละ26.53) รองจากการขอให้พ่อแม่รักกันมากๆ หยุดทะเลาะกันอย่าหงุดหงิดกับลูก (ร้อยละ 46.53) ผลการสำรวจดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าลูกต้องการความรักจากพ่อและแม่มาก การที่พ่อแม่ไม่รู้จักแสดงความรักต่อลูก จะด้วยสาเหตุของชีวิตความเป็นอยู่หรือการไม่มีเวลาอบรมเลี้ยงดู ผลที่ตามมาก่อให้เกิดความคิดในใจลูกว่าในเมื่อพ่อและแม่ที่คิดว่าจะเป็นที่พึ่งที่ดีที่สุดยังไม่รักเรา แล้วทำไมเราจะต้องไว้เนื้อเชื่อใจและมอบความรักของเราให้คนอื่นด้วย เพราะฉะนั้นแน่นอนว่าเมื่อโตขึ้น แนวโน้มที่ลูกจะเป็นคนที่รักใครไม่เป็นจึงมีสถิติสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในสังคมไทย

แนวคิดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่บุคคลเกี่ยวข้อง และมีความสำคัญต่อบุคคลมากที่สุด เพราะเป็นแหล่งหล่อหลอมชีวิตที่เกิดมา วางรากฐานในการพัฒนาความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของมนุษย์ ครอบครัวและพ่อแม่จึงเปรียบเสมือนเพื่อน ครูคนแรกของลูกเพราะเป็นบุคคลแรกที่ทำหน้าที่ในการอบรมเลี้ยงดู ปลูกฝังทัศนคติ หล่อหลอมบุคลิกภาพ ดังนั้นการเลี้ยงดูเด็กจึงมีความสำคัญต่อพัฒนาการแห่งความรัก ดังที่สายฤดี วรกิจโภคาทร (2532) กล่าวว่าความรักที่ได้รับจากพ่อแม่เป็นสิ่งสำคัญ ในวัยเด็กถ้าได้รับความรักอย่างสม่ำเสมอและยุติธรรม ถูกต้อง จะสามารถป้องกันพฤติกรรมผิดๆในตอนโตเป็นผู้ใหญ่ได้ เช่น การเอาแต่ใจตนเอง ดื้อรั้น ก้าวร้าว ลักขโมย อิจฉา ไม่มีระเบียบขี้เกียจ สุภาพรรณ โคตรจรัส (2542) กล่าวถึงปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการอบรมเลี้ยงดูเด็ก คือ ความรัก ความอบอุ่นที่เด็กได้รับจากบิดามารดา ตั้งแต่ระยะแรกของชีวิตเป็นต้นไป บรรยากาศของความรัก และการยอมรับ ช่วยหล่อหลอมให้บุคคล มีพัฒนาการของบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ เป็นผู้มีสุขภาพจิตดี เพราะความรัก และการยอมรับ ช่วยให้เด็กสามารถพัฒนาความเชื่อถือ ไว้วางใจในบิดามารดา และสิ่งแวดล้อม ความเชื่อถือไว้วางใจดังกล่าว เป็นเสมือนเกราะป้องกันภยันตราย ป้องกันจากความกลัว และความวิตกกังวลต่างๆ ช่วยให้มีความมั่นใจในการสำรวจ และเผชิญสิ่งแวดล้อม ช่วยให้สามารถพัฒนาตนตามงาน

ตามขั้นพัฒนาการได้สำเร็จ นอกจากนี้ในเด็กที่ได้รับความรักจากพ่อแม่อย่างแท้จริง เขาจะรู้โดยจิตใต้สำนึกว่าเขามีคุณค่าสำหรับพ่อแม่ ความรู้สึกว่าตัวเองเป็นคนมีคุณค่าสำหรับพ่อแม่นี้ มีค่ามากยิ่งกว่าทองคำ เมื่อเด็กรู้ว่าพวกเขาได้รับการยอมรับว่ามีคุณค่า (They are valued) และตัวเขาเองรู้สึกในส่วนลึกๆว่าตัวเขาได้รับการยอมรับ เขาจะรู้สึกว่าตัวเขามีคุณค่า (feel valuable) ซึ่งความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า "ฉันเป็นคนมีคุณค่า" เป็นปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการมีสุขภาพจิตที่ดี ที่เป็นผลผลิตโดยตรงของความรักจากพ่อแม่ (เอ็ม สก๊อต เปค แปลโดยวิทยากร เชียงกูล, 2538)

จึงกล่าวได้ว่าพ่อแม่เป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อภาวะอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรม บุคลิกภาพของลูก ครอบครัวที่มีความรัก ความอบอุ่น มีความเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิด ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้ความปลอดภัย เป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องพฤติกรรมต่างๆ ตลอดจนติดตามแก้ไขพฤติกรรมของลูก จะส่งเสริมให้วัยรุ่นมีอิสระในการคิด การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาและมีผลต่อบุคลิกภาพของวันรุ่นคือจะเป็นคนมีเหตุมีผล มีความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อผู้อื่น มีความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น ในทางตรงข้ามเด็กที่เติบโตมาในบรรยากาศที่ขาดความรักและความเอาใจใส่หรือได้รับอย่างไม่สม่ำเสมอ จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่มีความรู้สึกมั่นคงภายใน พวกเขาจะมีความรู้สึกว่า "ฉันได้รับไม่เพียงพอ" และมีความรู้สึกว่าโลกเป็นสิ่งที่คาดการณ์ไม่ได้ ไม่ใช่สิ่งที่พร้อมจะเป็นฝ่ายให้ รวมทั้งความรู้สึกไม่แน่ใจว่าตัวเองมีคุณค่าพอที่จะมีใครมารักหรือไม่ (เอ็ม สก๊อต เปค แปลโดยวิทยากร เชียงกูล, 2538) ส่วน Bowlby (1953) กล่าวว่าถ้าในวัยเด็กไม่ได้รับความรัก ถูกปล่อยปละละเลย จะทำให้เกิดพฤติกรรมถอยหนี เมื่อโตขึ้นก็จะขาดความสามารถที่จะแสดงอัธยาศัยไมตรีต่อผู้อื่น ทำให้ไม่สามารถนับตนเข้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับบุคคลที่รัก ในใจจึงรู้สึกโดดเดี่ยว ทั้งที่ต้องการความรัก แต่ปกปิดไว้ด้วยการแสดงออกว่าไม่สนใจ บางทีก็แสดงออกแบบตรงข้าม คือรักไม่เลือก จนได้ชื่อว่าเจ้าชู้ นอกจากนี้นิคม วรรณราชู (2542) กล่าวว่าการขาดความรักความเห็นใจ ความอบอุ่นจากผู้ที่เลี้ยงดู ขาดการเอาใจใส่จากพ่อแม่ ทำให้เด็กมีความทุกข์ เด็กจะอยู่ในลักษณะถูกทอดทิ้ง เขาจะมีชีวิตอยู่โดยความรู้สึกอ้างว้าง ขาดหลักยึด มีความแห้งแล้งในจิตใจ คือขาดความชื่นบานและชุ่มชื่นในจิตใจ และยังทำให้เกิดความโกรธ ความเศร้า ความกลัวและความผิดหวัง (Gray, 1999 cited in Grohol, 1999) เด็กที่ขาดความรัก เช่น เด็กกำพร้าจะต้องการความรักความเอาใจใส่จากผู้อื่นอยู่เสมอ และเต็มไปด้วยความแข็งกระด้างและเห็นแก่ตัว เพราะเขาไม่เคยได้รับความอบอุ่น ความเมตตาจากคนใกล้ชิด เด็กก็สามารถจะกระทำการใด ๆ อย่างปราศจากความยั้งคิด และสามารถสร้างปัญหาแก่คนอื่นในสังคมได้(สุธาทิพ ธัชยพงษ์, 2544) นอกจากนี้ในครอบครัวที่ไม่มีความรัก มีแต่การดุด่า ติเตียน คอยจับผิด จะทำให้ลูกคิดมาก เศร้าโศกและคิดว่าตนเองด้อยค่า เด็กจะรู้สึกผิด โกรธ รู้สึกขาดพลังอำนาจที่จะช่วยเหลือตนเอง การติเตียนของพ่อแม่จะนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าว เกิดความกดดันสูง เด็กจะรู้สึกว่าบ้านเป็นที่คุมขัง ขาดอิสรภาพ (Parker, 1993 อ้างถึงในจินตนา ตั้งวรพงษ์ชัยและรัชนีบูล เศรษฐภูมิรินทร์, 2539) ครอบครัว

จึงอาจเป็นแหล่งที่วัยรุ่นจะเรียนรู้เกี่ยวกับความเกลียดชัง ความด้อยคุณค่า ความสงสัยในตนเอง ความสิ้นหวังในชีวิต และเป็นต้นเหตุให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและถูกชักจูงเข้าหายาเสพติด (สุชา จันทน์เอม, 2529; อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2540; Holkup, 1998) ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าบุคคลหนึ่งๆจะพัฒนาการรับรู้เรื่องความรักได้ดีเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับคุณภาพของครอบครัวด้วยเป็นสำคัญ พ่อแม่จึงควรเป็นแบบอย่างที่ดี ควรเป็นผู้สนับสนุนให้กำลังใจ ไม่จับผิด มีบทบาทในการให้คำปรึกษาแนะนำแก่ลูก คอยช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา ให้ความเข้าใจ เป็นตัวอย่างให้ลูกเลียนแบบ มีการตัดสินใจในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม (Holkup, 1998)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศพบว่าความรักเป็นดัชนีชี้วัดที่สำคัญที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวที่พึงประสงค์ ครอบครัวเข้มแข็ง ครอบครัวสุขภาพดี ครอบครัวที่มีคุณภาพ ครอบครัวอบอุ่น ครอบครัวอยู่ดีมีสุข การทำหน้าที่ครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว และความมั่นคงของครอบครัว ผู้วิจัยจึงนำเสนอรายละเอียดลักษณะของครอบครัวดังกล่าวข้างต้นดังรายละเอียดต่อไปนี้

ครอบครัวที่พึงประสงค์

สำนักนายกรัฐมนตรี (2539) และคณะอนุกรรมการพัฒนาครอบครัวและแก้ไขความรุนแรงต่อเด็กและสตรี (2541) ได้กำหนดลักษณะครอบครัวไทยที่พึงประสงค์ 8 ประการ ดังนี้

1. สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีความรักใคร่ กลมเกลียว สมานฉันท์ ช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้ออาทร มีการพูดจาให้เกิดความเข้าใจกัน มีการแก้ปัญหาร่วมกันอย่างสร้างสรรค์

2. สมาชิกในครอบครัว มีการทำกิจกรรมร่วมกัน และรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

3. พ่อแม่ และสมาชิกในครอบครัวประกอบอาชีพสุจริต รู้จักประหยัดและออม ร่วมกับเสริมสร้างฐานะของครอบครัวให้มั่นคง

4. พ่อแม่ หัวหน้าครอบครัว ต้องทำตนเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณธรรม ไม่เลือกปฏิบัติ ไม่ทำร้ายกันและกัน อบรมเลี้ยงดูสมาชิกครอบครัวให้เป็นคนดี และมีประโยชน์ต่อสังคม ปฏิบัติตามหลักคุณธรรมของศาสนา

5. พ่อแม่ หัวหน้าครอบครัว หรือผู้ใหญ่ในครอบครัว ถ่ายทอดการเรียนรู้ และภูมิปัญญาแก่สมาชิก และส่งเสริมให้ได้รับการศึกษา มีความสนใจใฝ่รู้ พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และรู้จักใช้เหตุผล

6. สมาชิกในครอบครัวมีสุขภาพดี รู้จักดูแลสุขภาพอนามัยตนเอง สถานที่อยู่อาศัยให้สะอาดถูกสุขลักษณะ และเป็นระเบียบเรียบร้อย

7. สมาชิกในครอบครัวบำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม มีส่วนร่วมในการทำนุบำรุงรักษาสิ่งแวดล้อม ศิลปะ และเป็นระเบียบเรียบร้อย

8. สมาชิกปฏิบัติตามครรลองประชาธิปไตยในครอบครัว เคารพกฎหมาย รู้จักใช้สิทธิและปฏิบัติตามหน้าที่พลเมืองดี มีความเชื่อมั่น และปฏิบัติตนส่งเสริมการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

ครอบครัวเข้มแข็ง

องค์ประกอบที่สำคัญที่จะก่อให้เกิดความรัก ความอบอุ่น ความเข้มแข็งในครอบครัว ต้องมาจากการที่สมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่กัน รู้จักชื่นชมกันและกัน มีการอุทิศตนต่อกัน มีการสื่อสารที่ดีต่อกัน มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในครอบครัวและต่อสมาชิกอื่นในชุมชน สมาชิกของครอบครัวทำงานต่างๆร่วมกัน มีความยืดหยุ่นและพร้อมที่จะรับความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้น ซึ่งครอบครัวที่มีลักษณะเหล่านี้ถือว่าเป็นลักษณะครอบครัวที่เข้มแข็ง(Goddard, 1999) ดังนี้

1. สมาชิกของครอบครัวดูแลเอาใจใส่กัน และรู้จักชื่นชมกันและกัน (caring and appreciation) ครอบครัวเข้มแข็งควรประกอบด้วยบรรยากาศของความรักความเข้าใจ ความเอาใจใส่ซึ่งกันและกันของสมาชิกภายในครอบครัว มีบรรยากาศของการสนับสนุนกัน มีการให้อภัยเมื่อสมาชิกคนใดได้ทำผิดพลาดไป การรู้จักขอโทษ การแบ่งปัน การช่วยเหลือ มีเจตคติและทัศนคติต่อกันและกันในแง่บวก มองเห็นจุดดีของสมาชิกในครอบครัว เช่น ความสามารถ ทักษะ สิ่งต่างๆที่ทำแล้วประสบความสำเร็จ ความสามารถส่วนบุคคล เป็นต้น และที่สำคัญคือการให้เวลาอย่างมีคุณภาพต่อสมาชิกอย่างสม่ำเสมอ เช่นการรับประทานอาหารร่วมกัน การมีกิจกรรมนันทนาการร่วมกัน เช่น การชมภาพยนตร์หรือเล่นเกมส์ด้วยกัน สมาชิกวัยเด็กย่อมต้องการเวลาจากบิดามารดาหรือสมาชิกผู้สูงวัย ต้องการให้บิดามารดาแสดงออกถึงความรักและการเอาใจใส่ ต้องการมีสิ่งสุนทรีและนันทนาการร่วมกับบิดามารดา และต้องการให้บิดามารดาปฏิบัติต่อเขาด้วยความรักและเมตตากรุณา และ บิดามารดาและสมาชิกผู้สูงวัยย่อมต้องการความสนใจ การเอาใจใส่ดูแลจากสมาชิกในวัยเยาว์เช่นกัน

2. สมาชิกของครอบครัวมีการอุทิศตนต่อกัน (commitment) การอุทิศตนต่อกันของสมาชิกครอบครัว คือการให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆในครอบครัว ถึงแม้ครอบครัวจะมีเวลาของความยากลำบาก สมาชิกในครอบครัวก็แก้ปัญหาไปด้วยกัน

3. สมาชิกของครอบครัวมีการสื่อสารที่ดีต่อกัน (communication) ครอบครัวที่เข้มแข็งย่อมมีวิธีการสื่อสาร ถ่ายทอดความผูกพัน ความรู้สึกที่ดี ระหว่างสมาชิกในครอบครัว โดยการพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งความรู้สึก ความต้องการ ความหวัง ความฝัน ความกลัว ความเศร้าใจ เสียใจ ความสนุกสนาน ใช้เวลาในการฟังกันและกัน สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้ฟังที่ดี ฟังด้วยความรัก ฟังด้วยความเข้าใจ และยอมรับข้อคิดเห็นของกันและกัน เมื่อมีความขัดแย้งก็จะนำความขัดแย้งมาพูดคุยกันไม่ปกปิด ไม่เก็บไว้ในใจ แต่พยายามที่จะร่วมกันรับรู้ความรู้สึกของกันและกันและพยายามหาทางเลือกทางแก้ไขที่ดีที่สุดสำหรับทุกคน

4. สมาชิกของครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในครอบครัวและต่อสมาชิกอื่นในชุมชน (community and family ties) ครอบครัวเข้มแข็งจะต้องมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในครอบครัวและต่อบุคคลอื่นๆในชุมชน รวมถึงกับญาติพี่น้อง มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อพื่อน ต่อเพื่อนบ้าน สังคมหน่วยอื่นๆ เช่น โรงเรียน วัด แหล่งบริการสุขภาพในชุมชน เป็นต้น เมื่อครอบครัวมีปัญหาก็ยินดีที่จะขอความช่วยเหลือจากภายนอกครอบครัว

5. สมาชิกของครอบครัวทำงานต่างๆร่วมกัน (working together) สมาชิกครอบครัวร่วมกันตัดสินใจ แก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น และทำสิ่งต่างๆในครอบครัวร่วมกัน แม้ว่าบิดามารดาจะเป็นผู้นำครอบครัวที่สำคัญแต่สมาชิกวัยเด็กก็สามารถแสดงความคิดเห็น ได้แสดงออก และได้รับการยอมรับได้รับความชื่นชมและกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน

6. สมาชิกของครอบครัวมีความยืดหยุ่นและพร้อมที่จะรับความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้น (flexibility and openness to change) แม้ว่าแต่ละครอบครัวจะมีกฎเกณฑ์ต่างๆภายในครอบครัวไม่เหมือนกันอันเนื่องจากความแตกต่างของบุคลิกภาพและความคิด นิสัยและกฎเกณฑ์ต่างๆที่ได้รับการอบรมมา แต่ทุกครอบครัวไม่อาจหลีกเลี่ยงภาวะที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงตามวัฏจักรของชีวิตครอบครัว เช่น การเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงตามวัย การแต่งงาน การย้ายที่อยู่ การเจ็บป่วย การตาย เป็นต้น ดังนั้นจึงต้องมีกฎเกณฑ์ของครอบครัวที่ตั้งขึ้นไว้ให้สมาชิกในครอบครัวปฏิบัติ และต้องสามารถยืดหยุ่นได้ในสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปเพื่อบรรลุเป้าหมายอันเป็นผลดีให้เกิดครอบครัวเข้มแข็ง

นอกจากนี้ Stinnett (1999) ยังกล่าวถึงลักษณะครอบครัวที่เข้มแข็งต้องมาจากการที่สมาชิกในครอบครัวมีการชื่นชมคุณค่ากันและกัน มีเวลาทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารในครอบครัวที่เหมาะสม การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุข มักจะมีวิธีที่ดีในการแก้ไขปัญหา สามารถจัดการกับวิกฤตการณ์ของครอบครัวได้ดี มีการร่วมกันปรึกษาหารือกัน และมีความศรัทธาต่อศาสนา สอดคล้องกับ Vela (1996) กล่าวว่า ลักษณะของครอบครัวที่เข้มแข็งประกอบด้วย การที่สมาชิกของครอบครัวมีพันธะผูกพันมั่นคงใน สมาชิกทุกคนต้องตระหนักถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของครอบครัว มีแบบแผนการสื่อสารระหว่างกันที่ดีและมีประสิทธิภาพ มีการสนับสนุน หรือส่งเสริมซึ่งกันและกัน มีความรักเอื้ออาทรให้แก่กันและกัน มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันและกันและต่อสังคมภายนอก มีความชัดเจนในบทบาทหน้าที่ของตน มีความเชื่อความศรัทธาในศาสนาหรือในจิตวิญญาณ และรู้วิธีจัดการกับความเครียด

ครอบครัวสุขภาพดี

ดุษฎี โยเหลาและคณะ (2547) กล่าวถึงครอบครัวที่มีสุขภาพดี ว่าต้องทำให้เด็กในครอบครัวเป็นผู้มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีความสามารถในการปรับตัว มีสภาพจิตปกติ ไม่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน หรือใช้สารเสพติด ครอบครัวที่มีสุขภาพดี ควรจะมีสิ่งต่างๆดังต่อไปนี้

1. ความรักและการยอมรับ หมายถึงการที่สมาชิกของครอบครัวแสดงความรัก ความชื่นชมยินดีต่อกัน โดยแสดงออกทางร่างกายด้วยการยิ้ม กอด การสัมผัสหรือแสดงออกทางวาจา โดยการพูดว่า แม่รักลูก ลูกเป็นลูกที่ดี

2. การสื่อสารทางบวก หมายถึง สมาชิกครอบครัวแสดงความจริงใจเปิดเผย และยอมรับกันและกัน ทั้งที่เป็นความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกทางลบ ความขัดแย้งใดๆที่เกิดขึ้นต้องแสดงออกเหมาะสม

3. ความยืดเหนี่ยว สมาชิกในครอบครัวมีความสุขในการใช้เวลาร่วมกัน การช่วยกันทำงานบ้านโดยแบ่งงานกันทำ การร่วมกิจกรรมสันทนาการ ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ความมีอิสระ และความเป็นตัวของตัวเอง

4. การกำหนดคุณค่าและมาตรฐานในครอบครัว ครอบครัวจะมีการพูดคุยและกำหนดคุณค่าและมาตรฐานด้านความเชื่อ การปฏิบัติร่วมกัน และพ่อแม่จะเป็นแบบอย่างของลูก ในขณะที่ลูกจะรับรู้ข้อตกลงและนำไปปฏิบัติ โดยมีความอดทนต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล

5. ความสามารถในการเผชิญปัญหา หมายถึงการที่ครอบครัวสามารถเผชิญกับความเครียดปัญหาวิกฤตในทางบวก โดยพยายามหาทางออกและสมาชิกให้กำลังใจและสนับสนุนซึ่งกันและกัน

ครอบครัวที่มีคุณภาพ

ศิริรัตน์ แอดสกุล (2546) กล่าวถึงครอบครัวที่มีคุณภาพ เป็นครอบครัวที่มีความรักความอบอุ่น มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีความผูกพันใกล้ชิดสนิทแนบแน่น มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีความเอื้ออาทรต่อกัน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

1.ทุกคนมีความสำคัญ สมาชิกทุกคนในครอบครัวพึงระลึกเสมอว่า "เราคือคนที่สำคัญคนหนึ่งในครอบครัว" ทุกคนสำคัญเท่ากันหมด หากเป็นเช่นนี้ย่อมทำให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการเป็นเจ้าของบ้าน เจ้าของครอบครัว และร่วมกันสร้างครอบครัวให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

2.ร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วยกัน สมาชิกทุกคนในครอบครัวจะต้องมีความเป็นเนื้อเดียวกัน (homogeneous group) ไม่แตกแยก ทุกคนจะต้องร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ยามที่ทุกข์ก็ทุกข์ด้วยกัน ยามที่สุขก็สุขร่วมกัน สมาชิกครอบครัวใดที่มีลักษณะร่วมทุกข์ ร่วมสุขด้วยกัน ย่อมมีความรัก ความผูกพัน เอื้ออาทรต่อกันอย่างเหนียวแน่น

3.มีการปรับความเข้าใจกัน เป็นเรื่องธรรมดาที่สมาชิกในครอบครัวจะมีเรื่องทะเลาะวิวาทกัน มีความขัดแย้งต่อกันบ้าง ที่สำคัญคือจะต้องมีคนทำหน้าที่ไกล่เกลี่ย ให้คู่ที่ขัดแย้งกัน หันหน้าเข้าหากัน ปรับความเข้าใจและอภัยให้กัน

4.พ่อแม่ต้องเป็นแม่แบบที่ดีให้แก่ลูก ครอบครัวที่มีพ่อแม่เป็นแม่แบบที่ดีให้แก่ลูกๆ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของระเบียบวินัย การใช้เหตุผล การรู้จักประหยัดมัธยัสถ์ การเป็นคนดีมีศีลธรรม เป็นผู้นำที่รู้จักอดทนอดกลั้น ซื่อสัตย์ เสียสละ รับผิดชอบ ตลอดจนการประกอบกรรมดีต่างๆ เมื่อลูกได้เห็น ได้สัมผัสกับแม่แบบที่ดี มีคุณภาพเช่นนี้ ลูกจะค่อยๆซึมซับรับไปปฏิบัติโดยไม่รู้ตัว ซึ่งเท่ากับว่าเป็นการขัดเกลาโดยอ้อมให้กับลูก แต่ที่สำคัญคือ แม่แบบนั้นจะต้องไม่ตึงหรือหย่อนจนเกินไป ขอให้ยึดทางสายกลาง

5.พ่อแม่พร้อมที่จะรับฟังลูก ครอบครัวมีคุณภาพต้องมีสถานะพร้อมที่จะรับฟังลูกเสมอ ควรให้ความสำคัญกับความคิดเห็นของลูก หากพ่อแม่ไม่รับฟังลูก ลูกอาจหาที่ระบายที่อื่นหรือกับคนอื่น ซึ่งอาจเกิดผลเสียมากกว่าผลดีหากผู้อื่นชี้แนะไปในทางไม่ถูกต้อง การฟังลูกพูด ลูกคิด เป็นการเปิดโอกาสให้เขามีความกล้า กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าตัดสินใจ หากพ่อแม่ไม่พร้อมที่จะรับฟังลูก โตขึ้นลูกก็จะกลายเป็นคนขลาด หวาดกลัว ไม่กล้าแสดงออกและขาดความเชื่อมั่นในตนเอง การที่พ่อแม่พร้อมที่จะรับฟังลูก เป็นสิ่งที่ดีและยังเป็นวิธีการที่ทำให้พ่อแม่สามารถรับรู้ความในใจของลูกได้

6.พ่อแม่ควรสื่อภาษาเดียวกับลูก การสื่อภาษาเดียวกับลูกทำให้พ่อแม่ลูกเกิดความเข้าใจตรงกัน เข้าใจถึงอารมณ์ ความรู้สึกของลูก

7.พ่อแม่ต้องมีเวลาให้ลูกเสมอ เวลาเป็นสิ่งที่มีค่ามากสำหรับทุกๆคน ในฐานะเป็นพ่อแม่ควรตระหนักในหน้าที่ความรับผิดชอบต่อลูกๆด้วยการแบ่งเวลาให้เหมาะสม เพราะเวลาที่ให้ลูกนั้น ได้ให้ความรัก ความอบอุ่นแก่ลูก ไม่ทอดทิ้ง และการให้เวลาแก่ลูกยังทำให้มีโอกาสได้ใกล้ชิด พูดคุย ปรึกษากัน เป็นโอกาสที่จะได้รับฟังปัญหาของลูก และเป็นโอกาสที่พ่อแม่จะได้ช่วยกันคิดแก้ไขปัญหาให้แก่ลูกได้อีกด้วย

8.พ่อแม่ต้องรู้จักขอโทษลูกเป็น การขอโทษลูก เมื่อพ่อแม่รู้ตัวว่าทำอะไรกับลูกผิดพลาดไป ไม่ใช่เป็นสิ่งที่น่าอายหรือเป็นการเสียหน้า แต่การขอโทษลูก อย่างน้อยก็ทำให้ลูกรู้ว่าเขาทำถูก การขอโทษกันเป็นสิ่งที่ชี้ให้เห็นว่าทุกคน ไม่ว่าจะเป็นพ่อ แม่ หรือลูกก็ตาม ก็มีโอกาสผิดพลาดได้ด้วยกัน ทั้งนั้น การขอโทษช่วยทำให้บรรยากาศที่ไม่ดีดีขึ้นมาได้ ทั้งยังช่วยทำให้เรื่องใหญ่กลายเป็นเรื่องเล็ก

9.พ่อแม่ไม่ควรเห็นลูกเป็นที่รองรับอารมณ์ หรือกระโถนท้องพระโรง ในภาวะที่สังคมเต็มไปด้วยความเครียด บางครั้งอาจมีผลทำให้พ่อแม่มีอารมณ์ไม่ดี เกิดความเครียดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นจากเรื่องงาน เรื่องส่วนตัว เรื่องเศรษฐกิจ ไม่ควรใส่อารมณ์กับลูก เพราะอาจจะทำให้ลูกมีสุขภาพจิตเสื่อมได้

10.ทุกคนสุขภาพจิตแจ่มใส ครอบครัวจะอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขหรือเป็นครอบครัวที่มีคุณภาพได้นั้น สมาชิกในครอบครัวทุกคนจะต้องมีสุขภาพจิตแจ่มใส สุขภาพจิตดี สุขภาพกายก็ดีเช่นเดียวกัน ครอบครัวที่มีคุณภาพ มักเป็นครอบครัวที่มีรอยยิ้ม เสียงหัวเราะแทนเสียงทะเลาะวิวาทหรือเสียงบ่น บรรยากาศในบ้านแบบนี้จะน่าอยู่ ทำให้ทุกคนรักบ้าน อยากอยู่บ้าน นอกจากนี้อารมณ์ขันจะทำให้คนไม่เครียด มีความสุข

ครอบครัวอบอุ่น

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว (2546) ได้กำหนดความหมายของครอบครัวอบอุ่นให้เป็นเป้าหมายในการพัฒนาสถาบันครอบครัว ได้ให้ความหมายของครอบครัวอบอุ่นหมายถึงการที่บุคคลตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไปดำเนินชีวิตร่วมกันโดยมีความรัก ผูกพัน ปรารถนาดีต่อกัน รับผิดชอบเอาใจใส่ดูแลซึ่งกันและกัน มีส่วนร่วมทุกข์ร่วมสุข ปรึกษาหารือและแก้ปัญหาร่วมกัน โดยสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว (2551) ได้กำหนดคุณลักษณะครอบครัวอบอุ่น 6 คุณลักษณะ ดังนี้

1. สมาชิกในครอบครัวรู้จักบทบาทหน้าที่ของตน ในฐานะสมาชิกที่ดีของครอบครัว

2. สมาชิกในครอบครัวต้องมีความรักความเข้าใจ ความห่วงใย ความเอื้ออาทร และทุกคนมีส่วนร่วมในการช่วยแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

3. สมาชิกในครอบครัวมีการวางแผนการดำเนินชีวิตที่ดี มีคุณธรรม ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของชุมชน ประกอบอาชีพสุจริต รู้จักประหยัดและออม ร่วมกันเสริมสร้างฐานะของครอบครัวให้มั่นคง

4. สมาชิกในครอบครัวบำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม ยึดมั่นในศาสนาประเพณีวัฒนธรรมและมีส่วนร่วมในการรักษาสิ่งแวดล้อม

5. สมาชิกในครอบครัว ต้องเห็นความสำคัญของการศึกษาหาความรู้ ให้ทันต่อเหตุการณ์บ้านเมือง

6. สมาชิกในครอบครัวต้องปฏิบัติตนตามครรลองประชาธิปไตย ในครอบครัว เคารพกฎหมายปฏิบัติตนตามหน้าที่ของพลเมืองที่ดี ส่งเสริมการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

การทำหน้าที่ของครอบครัว

ครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานทางสังคมที่สำคัญที่สุด เป็นสถาบันสากลที่วางรากฐานให้แก่สถาบันอื่นๆ ในสังคม มีหน้าที่ในการสร้างสมาชิกใหม่ ให้การเลี้ยงดู อบรม สั่งสอน ให้การศึกษา ให้ความรักความอบอุ่น คุ้มครองปกป้องอันตราย ให้การดูแลรักษาเมื่ออยู่ในภาวะเจ็บป่วย ให้ความช่วยเหลือสนับสนุน ให้กำลังใจ เป็นส่วนที่สำคัญอย่างยิ่งต่อระบบการพัฒนาทางด้านร่างกาย และจิตใจของสมาชิกให้เจริญเติบโตเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ มีความฉลาดทั้งทางด้านสติปัญญา และอารมณ์ เป็น

ตัวแทนสถาบันสังคมที่ถ่ายทอดค่านิยม ทัศนคติ และคุณลักษณะต่างๆ ของสังคมให้แก่สมาชิก เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม (Friedman, 2003; รุจา ภู่ไพบูลย์, 2541)

Friedman (2003) ให้ความหมายของการทำหน้าที่ครอบครัวว่าเป็นสิ่งที่ครอบครัวได้กระทำต่อกัน ซึ่งการทำหน้าที่พื้นฐานของครอบครัวเกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการของสมาชิกในครอบครัวและสังคม โดยการทำหน้าที่ของครอบครัวเป็นส่วนสำคัญของโครงสร้างของครอบครัว และกล่าวถึงการทำหน้าที่ของครอบครัวไว้ 5 ด้าน ดังนี้

1. หน้าที่ในการตอบสนองความต้องการของสมาชิกทางชีวภาพ โดยจัดหาสิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตอย่างเพียงพอ เช่น ที่อยู่อาศัย อาหาร เครื่องนุ่งห่ม รวมทั้งการดูแลสุขภาพและการรับบริการสุขภาพเมื่อจำเป็น

2. หน้าที่ในการตอบสนองความต้องทางอารมณ์ โดยการให้ความรัก ความเอาใจใส่แก่สมาชิกในครอบครัว ซึ่งจะทำให้สมาชิกมีบุคลิกภาพที่มั่นคงเนื่องจากการได้รับ ความรัก ความอบอุ่น ได้รับการตอบสนองความต้องการด้านจิตใจและอารมณ์อย่างเหมาะสม

3. หน้าที่ในการเลี้ยงดูอบรมสมาชิกให้เป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคม เป็นพลเมืองดีของชาติในอนาคต ต้องมีการอบรมสั่งสอน ให้คำแนะนำ ดูแลความประพฤติของสมาชิก รวมทั้งให้โอกาสในการศึกษาเรียนรู้ และฝึกทักษะเพื่อให้สามารถนำความรู้และทักษะที่ได้ไปใช้ในการดำรงชีวิตต่อไปในอนาคต

4. หน้าที่ในการสร้างฐานะทางเศรษฐกิจและสถานภาพทางสังคม ต้องมีการจัดหารายได้ด้านเศรษฐกิจ และเตรียมสมาชิกที่มีวัยอันสมควรเข้าสังคม ผู้นำครอบครัวต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการประกอบอาชีพสุจริตและออมทรัพย์เพื่อให้ครอบครัวมีสถานภาพที่มั่นคง มีเงินไว้สำรองใช้เมื่อคราวจำเป็น

5. หน้าที่ในการสืบเชื้อสายหรือการผลิตสมาชิกใหม่ เป็นผู้สืบสกุลอย่างต่อเนื่องโดยการแต่งงานมีบุตรหรือรับบุตรบุญธรรม

หลักการทำหน้าที่ครอบครัวนี้สอดคล้องกับตัวชี้วัดครอบครัวอยู่ดีมีสุข ของสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล (2546) องค์ประกอบที่ 2 บทบาทหน้าที่ของครอบครัว ประกอบด้วย 6 ตัวชี้วัด ดังนี้

1. ครอบครัวมีจำนวนสมาชิกที่ทำหน้าที่หารายได้/ผลผลิตมาเลี้ยงดูที่เหมาะสมกับขนาดครอบครัว

2. มีผู้ทำมาหาเลี้ยงครัวเรือนที่อยู่ในวัยแรงงาน

3. ครอบครัวที่สมาชิกมีการเอาใจใส่ ดูแล ช่วยเหลือ และสนับสนุนซึ่งกันและกัน

4. ครอบครัวที่อบรมสั่งสอนให้เป็นคนดี

5. ครอบครัวที่เอื้อต่อการเรียนรู้และพัฒนาทักษะในการดำรงชีวิต

6. ครอบครัวที่ปลูกฝังและถ่ายทอดคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรมและประเพณีที่สร้างสรรค์

สัมพันธภาพในครอบครัว

ครอบครัวที่สมาชิกในครัวเรือนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เป็นปัจจัยที่เกื้อหนุนให้คนในครอบครัวมีความรัก ความผูกพัน มีความเข้าใจกัน อภัยให้กัน และช่วยเหลือเกื้อกูลกันเมื่อยามต้องเผชิญปัญหาอุปสรรค ซึ่งสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล (2546) ได้จัดทำตัวชี้วัดครอบครัวอยู่ดีมีสุข ในองค์ประกอบที่ 3 สัมพันธภาพในครอบครัว ประกอบด้วย 4 ตัวชี้วัด ดังนี้

1. ครอบครัวที่สมาชิกมีการแสดงอกถึงความรัก เคารพนับถือซึ่งกันและกัน และเอื้ออาทรต่อกัน

2. ครอบครัวที่สมาชิกมีโอกาสอยู่พร้อมหน้ากันและทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ร่วมกันเป็นประจำ

3. ครอบครัวที่สมาชิกมีส่วนร่วมในการปรึกษาหารือและตัดสินใจในเรื่องสำคัญต่างๆ ของครอบครัวร่วมกัน

4. ครอบครัวที่อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

การมีสัมพันธภาพในครอบครัวสอดคล้องกับองค์ประกอบตามตัวชี้วัดของครอบครัวเข้มแข็ง องค์ประกอบที่ 1 ด้านสัมพันธภาพ (บังอร เทพเทียน และคณะ, 2550) ประกอบด้วย 3 ตัวชี้วัด ได้แก่ 1) การร่วมกิจกรรม 2) การสื่อสารในครอบครัว และ 3) การเอื้ออาทรต่อกัน นอกจากนี้เนตรลาวัณย์ เกิดหอม (2548) กล่าวว่าสัมพันธภาพในครอบครัว ประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ความรักห่วงใย อาทรซึ่งกันและกัน 2) การพักผ่อนหย่อนใจร่วมกัน 3) ความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน และ 4) การปรองดองเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ความมั่นคงของครอบครัว

นิคม วรรณราชู (2544) กล่าวว่าความมั่นคงของครอบครัวเป็นพลังที่มีความคงทนอย่างยิ่ง ซึ่งเกิดขึ้นจากความรักใคร่ปรองดอง ความสามัคคีร่วมมือร่วมใจเป็นหนึ่งเดียวของสมาชิกทุกคนในครอบครัว ที่ต่างให้เกียรติกัน เคารพนับถือกันตามวัย ตามฐานะหรือบทบาทหน้าที่ เช่น ลูกเคารพเชื่อฟังพ่อแม่ ปู่ย่าตายาย รวมทั้งผู้ที่อาวุโสกว่า เมื่อเกิดปัญหาขึ้นในครอบครัวก็ร่วมมือร่วมใจกัน ช่วยเหลือกันในการแก้ปัญหา ยินดีและเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน สิ่งสำคัญคือพ่อแม่เรียนรู้ถึงกระบวนการและวิธีการต่างๆที่นำมาปฏิบัติเพื่อให้เป็นผู้นำที่ดีของครอบครัว เพื่อสร้างความมั่นคงของครอบครัว สอดคล้องกับผลการวิจัยของศุภศิลป์ อินรอด (2544) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องดัชนีวัดความมั่นคงของครอบครัวแรงงาน: ศึกษาผู้รับงานมาทำที่บ้านและลูกจ้างในกิจการผลิตเสื้อผ้าและสิ่งทอ ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความมั่นคงของของครอบครัว ได้แก่ ความไว้เนื้อเชื่อใจกัน ความซื่อสัตย์ การ

ให้เกียรติซึ่งกันและกันการเกรงใจกัน การให้อภัย การแสดงความห่วงใยซึ่งกันและกัน ซึ่ง นิคม วรรณราชู (2544) กล่าวถึงหลักการสร้างความมั่นคงของครอบครัวไว้ดังนี้

1.พ่อแม่จะต้องรู้และหาวิธีที่จะสร้างความรัก ความผูกพันที่มั่นคง (bonding) ให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เกิดขึ้นตลอดเวลาในครอบครัว ซึ่งความผูกพันที่มั่นคงหมายถึงความรัก ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่และระหว่างพ่อกับลูก/แม่กับลูก เป็นความต้องการอยู่ใกล้ชิดกัน ชื่นชมและปรารถนาดีต่อกัน ห่วงใยกัน

2.พ่อแม่ต้องพูดคุยถามทุกข์สุขของลูกทุกวัน เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่ต้องกระทำ ช่วงเวลาที่พ่อแม่ลูกได้อยู่ใกล้ชิดกัน เป็นโอกาสที่พ่อแม่จะพูดคุยซักถามลูก ได้รู้ถึงความเป็นไปในชีวิตของลูกว่าลูกขาดแคลนสิ่งใด ลูกกำลังเผชิญปัญหาใดอยู่ เพื่อพ่อแม่จะได้ช่วยลูกแก้ไขปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นทันท่วงที

3.ให้เวลาแก่ครอบครัว(family time) พ่อแม่ต้องรู้จักแบ่งเวลาเพื่ออยู่ใกล้ชิดลูก ให้เป็นเวลาของลูก ซึ่งอาจเป็นตอนเย็นของทุกวันหรือช่วงวันหยุด ด้วยการรับประทานอาหารร่วมกัน ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือด้วยกัน พูดคุยกัน สร้างความรักใคร่ผูกพันกัน นอกจากนั้นการพาลูกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน ไปชมภาพยนตร์ ไปเล่นกีฬาด้วยกันฯลฯ เป็นกิจกรรมที่ทำให้พ่อแม่ลูกใช้เวลาของครอบครัวร่วมกัน ได้หัวเราะร่วมกัน พบเห็นความสวยงาม ความสนุกสนาน เกิดความประทับใจร่วมกัน เป็นสิ่งที่ควรทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ถือเป็นเวลาแห่งคุณภาพ (quality time) คือการที่พ่อแม่ใช้ทุกวินาทีให้เกิดคุณประโยชน์ในการสร้างความรัก ความผูกพันที่มั่นคงให้กับครอบครัว

4.รักและห่วงใย ในกรณีที่พ่อแม่ลูกอาจจะไม่ได้อยู่ด้วยกัน หรืออยู่ห่างไกลกัน การโทรศัพท์พูดคุย เขียนจดหมาย หรือ E-mail สอบถามทุกข์สุข การไปเยี่ยมเยียนด้วยความรัก คิดถึงและห่วงใย เป็นเรื่องสำคัญยิ่งในการเสริมสร้างสายใยรัก ลูกจะเกิดความเชื่อมั่นว่าพ่อแม่ยังรักและห่วงใยตนอยู่เสมอ ตนนั้นยังมีพ่อแม่เป็นที่พึ่ง ยังสามารถปกป้องคุ้มครองผองภัยให้แก่ตนได้อยู่เสมอ

5.รักและให้ความช่วยเหลือ การคอยรับฟัง ให้คำแนะนำปรึกษาด้วยความเห็นอกเห็นใจ ให้การสนับสนุนช่วยเหลือ ลูกจะพึงพอใจและเชื่อมั่นในตัวพ่อแม่ว่า พ่อแม่ยังอยู่เคียงข้างลูก เป็นที่พึ่งให้แก่ลูกทั้งทุกข์และสุขตลอดไป ไม่มีวันเปลี่ยนแปลง จะเป็นการกระชับความสัมพันธ์ที่ดีให้ยั่งยืนตลอดไป ความรักก็มีแต่จะเพิ่มพูนมากขึ้น

6.บ้านคือสถานที่อบอุ่นมั่งคง ปลอดภัย บ้านคือสถานที่ปลอดภัยที่สุดสำหรับทุกคน พ่อแม่พร้อมที่จะอ้าแขนรับลูกกลับบ้านทุกเวลา ดังนั้นถึงแม้ว่าลูกอาจจะแยกย้ายออกไปจากบ้านแล้ว ก็ควรจะมีโอกาสและมีวันที่ลูกกลับมารวมกันที่บ้าน เช่นในวันปีใหม่ วันสงกรานต์ เป็นต้น จะทำให้เสริมสร้างความรัก ความสัมพันธ์และน้ำใจห่วงใยกัน รวมทั้งส่งเสริมความเป็นปึกแผ่นที่มั่นคงของครอบครัว

วิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

ครอบครัวเป็นแหล่งที่สมาชิกได้รับความรัก ความอบอุ่นอย่างบริสุทธิ์ใจ ให้ความคุ้มครอง ความมั่นคงทางจิตใจแก่สมาชิก ทำให้สมาชิกมีพลังใจ ฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปได้ มีกำลังใจการดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างเหมาะสมกัน (สุพัตรา สุภาพ, 2536) ครอบครัวที่สมาชิกมีความรักใคร่กันเป็นครอบครัวที่พึงประสงค์ของประเทศชาติ แต่เนื่องจากความรักเป็นความรู้สึก (Best, 2003) เป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งซึ่งเกิดจากสิ่งเร้า และหายไปได้เหมือนอารมณ์โกรธ เศร้าหรือดีใจ ถ้าสิ่งเร้านั้นหายไป และอาจเกิดขึ้นใหม่ได้ถ้ามีสิ่งเร้าที่ถูกใจ ฉะนั้นความรักจะยั่งยืนหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าสิ่งเร้านั้นมีอิทธิพลต่อผู้ถูกเร้ามากน้อยแค่ไหน ดังนั้นความรักจะเกิดขึ้นได้ต้องมีการฝึกปฏิบัติ ต้องมีการเรียนรู้ มีการฝึกฝนบ่อยๆ มีความสม่ำเสมอและต่อเนื่อง

สายสุรี จุติกุล (2540) ได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับวิธีการสร้างสัมพันธภาพและความรักความอบอุ่นให้กับสมาชิกในครอบครัวไว้ว่า คนเราควรจะต้องมีความรักและความอบอุ่นระหว่างกันและกัน ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดีควรจะต้องมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรัก และความผูกพันกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรต่อกัน ทั้งระหว่างสามี และภรรยา ระหว่างพ่อแม่กับลูก พี่กับน้อง และระหว่างลูกหลานกับผู้สูงอายุ การเอาใจใส่ดูแลครอบคลุมถึงการดูแลสุขภาพของกันและกัน ดูแลเรื่องอาหารการกินในชีวิตประจำวัน การเล่าเรียนของลูก ความสะอาด การใช้จ่ายเงินทอง ความทุกข์และความสุขของสมาชิกในครอบครัวที่ต้องการระบาย เป็นต้น

2. ต้องรู้จักคนที่เรารัก สามีภรรยาต้องรู้จักและเข้าใจกัน พ่อแม่ต้องเข้าใจและรู้ลักษณะนิสัยของลูกสมาชิกทุกคนในครอบครัวจะต้องปรับความรู้สึกซึ่งกันและกัน เพื่อช่วยให้มีการตอบสนองที่ดีต่อกันและกัน เพื่อช่วยให้มีการตอบสนองที่ดีต่อกันและกัน

3. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องเคารพซึ่งกันและกัน การเคารพในที่นี้หมายถึงการเคารพที่มาจากใจ จะมีพฤติกรรมแสดงออกได้หลายอย่าง เช่น การฟังกัน การให้เกียรติกันและกัน การเคารพในความคิดเห็นที่แตกต่างกัน การเกรงใจกัน ความรู้สึกเกรงใจเป็นสิ่งที่มีคุณค่าและจะช่วยให้ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวดีขึ้น

4. ต้องมีความรับผิดชอบ หมายรวมไปถึงการยอมรับความผิดหรือความชอบ การไม่รับผิดชอบของพ่อแม่คือความไม่ถูกต้อง การเป็นต้นแบบที่ไม่ดีก็เป็นการแสดงความไม่รับผิดชอบ การเมินเฉยละเลยไม่ทักท้วงต่อการกระทำที่ไม่ถูกต้องก็เป็นการไม่รับผิดชอบ

5. ต้องมีความวางใจกันและกัน ความไว้วางใจเป็นรากฐานที่ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว ความไว้วางใจควรมีต่อกันทั้งทางกายและทางใจ จะช่วยให้สมาชิกในครอบครัว มีความ

สบาย ไร้ความกังวล หรือความกลัว เป็นที่พึ่งพาได้ ความไว้วางใจกันและกันจึงเป็นเรื่องสำคัญและเพิ่มความรักความอบอุ่นในครอบครัวให้เกิดขึ้นได้

6. ต้องให้กำลังใจกันและกัน การให้กำลังใจกันเป็นเรื่องสำคัญ เป็นการให้พลังแก่สมาชิกในครอบครัวให้ดำเนินชีวิตไปอย่างมีความสุข การให้กำลังใจอาจเป็นคำพูดร่วมด้วยท่าทางที่พร้อมจะสนับสนุนชมเชยในสิ่งที่ได้ทำถูกต้อง ชี้แนะแนวทางในการหาทางออกเมื่อสมาชิกในครอบครัวมีปัญหา ไม่ดุว่า ขู่ หรือกล่าวโทษว่าเป็นความผิด

7. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องให้อภัยกันและกัน ในครอบครัวต้องมีสมาชิกอยู่ด้วยกันหลายคนย่อมจะต้องมีการกระทบกระทั่งกันบ้างไม่มากก็น้อย ถ้ามีความรักกันอยู่ก็จะต้องรู้จักให้อภัยและยกโทษให้กัน

8. สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องรู้จักสื่อสารกันภายในครอบครัว การสื่อสารภายในครอบครัวควรใช้ปิยวาจาระหว่างสามีภรรยา พ่อแม่กับลูก การสื่อสารอาจจะมีทั้งรูปแบบที่ใช้ภาษาท่าทาง ภาษาพูด ภาษาเขียน ฯลฯ การตำหนิกันก็ทำได้ แต่ควรเป็นคำตำหนิที่ใช้ถ้อยคำที่น่าฟัง

9. ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและมีคุณภาพ สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรหาเวลาอยู่ด้วยกัน ถามไถ่สารทุกข์สุกดิบระหว่างกัน ช่วยกันแก้ปัญหาต่าง ๆ มีกิจกรรมร่วมกัน เช่น ไปเที่ยวทางไกล ไปเที่ยวสวนสาธารณะ รับประทานอาหารพร้อมกัน เป็นต้น

10. สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่เปลี่ยนแปลง ของบุคคลในครอบครัว สภาวะของครอบครัวและสภาวะของสมาชิกมิได้อยู่นิ่ง (static) แต่เป็นภาวะพลวัต (dynamic) ที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้น สมาชิกในครอบครัวจะต้องตระหนักในเรื่องความเปลี่ยนแปลงนี้และปรับตามความเปลี่ยนแปลงนั้นๆ ทั้งในฐานะที่ตัวเองเปลี่ยนแปลงไป และปรับตัวในฐานะที่จะต้องสัมพันธ์กับความเปลี่ยนแปลงของคนอื่น

11. สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การอยู่ร่วมกันในครอบครัว ต่างคนต่างมีบทบาทและหน้าที่ ทั้งบทบาทและหน้าที่ต่อตนเองและต่อสมาชิกในครอบครัว ซึ่งบทบาทและหน้าที่เหล่านี้เกิดจากความคาดหวังของตนเอง และความคาดหวังของแต่ละคนในครอบครัว ดังนั้นสมาชิกในครอบครัวจะต้องตกลงกันให้ดีว่าเรื่องต่างๆ ที่จะบริหารครอบครัวให้เป็นปกติสุขนั้นเป็นเรื่องของใคร ในส่วนใด กับใคร ถ้าจะต้องร่วมกันรับภาระ ก็จะต้องมีวิธีการว่าร่วมกันอย่างไร เป็นต้น

12. สมาชิกทุกคนในครอบครัว ควรต้องมีความใกล้ชิดทางสัมผัสด้วยการกอดกันบ้าง โอบกันบ้าง เกี่ยวแขนหรือหอมแก้มกันในครอบครัว เป็นการแสดงความรัก ความอบอุ่นตามธรรมชาติของคน แต่การแสดงออกควรกระทำกันในครอบครัวระหว่างคนใกล้ชิด และแสดงความใกล้ชิดจริง ๆ

นอกจากนี้อุษณีย์ เพชรรัชตะชาติ(2549) กล่าวว่าความรักทำให้สมาชิกทุกคนห่วงใย ต้องการกันและกัน ไม่อยากสร้างความทุกข์ให้เกิดแก่กัน พฤติกรรมการสร้างเสริมความรักในครอบครัว ที่สมาชิกควรมีต่อกัน ได้แก่

1.การเอาใจใส่เอื้ออาทร คือใส่ใจในชีวิตความเป็นอยู่และสุขภาพของกันและกัน เช่นในเรื่องอาหารการกิน ชีวิตประจำวัน การเรียน การทำงาน การคบเพื่อน รับฟังความสุขหรือความคับแค้นที่ต้องการระบาย เป็นต้น

2.การเคารพให้เกียรติ ภายในครอบครัว สมาชิกอาจมีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ต้องเคารพและให้ความสำคัญกับมุมมองของแต่ละคน อธิบายพร้อมชี้แจงเหตุผลในกรณีที่ต้องการการตัดสินใจ เคารพในความเป็นส่วนตัวของแต่ละคน

3.การใช้เวลาด้วยกัน สมาชิกครอบครัว ควรใช้เวลาอยู่ด้วยกันอย่างมีคุณภาพและคุณค่า มีการไต่ถามทุกข์สุข ช่วยกันแก้ปัญหา มีเวลาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อเพิ่มความสัมพันธ์และใกล้ชิดระหว่างกัน

4.การเพิ่มพูนความสดชื่นในชีวิต ครอบครัวต้องมีวันพิเศษ วันเฉพาะของสมาชิก มีการให้ของขวัญเนื่องในวันสำคัญ เช่น วันเกิด วันครบรอบแต่งงาน พูดให้กำลังใจกันในโอกาสพิเศษ และที่สำคัญคือ ควรมีการสัมผัส ใกล้ชิด เช่น โอบกอด เป็นการแสดงความรัก ความอบอุ่นระหว่างกันในโอกาสอันควร

วิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวจากการศึกษาที่ผ่านมา (สงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร, 2548) พบว่าวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวตามทัศนะของวัยรุ่น ผู้ปกครองและครูมี 8 วิธีได้แก่ 1) มีการช่วยเหลือเกื้อกูล เอาใจใส่ ห่วงใย เอื้ออาทรกัน 2) มีการพูดจาสื่อสารให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน 3) การมีเวลาให้แก่กัน มีโอกาสอยู่ใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน 4) การมีความเข้าใจและให้อภัยแก่กัน 5) มีการแสดงออกของความรักด้วยคำพูด การสัมผัส การโอบกอด 6) มีการให้รางวัล ทั้งรางวัลที่เป็นสิ่งของ และลักษณะของรางวัลด้วยคำพูดและการกระทำ เช่นการสัมผัส การให้คำชมเชย เป็นต้น 7) การมีความสามัคคีปรองดองกัน อยู่ด้วยกันพ่อแม่และลูก อยู่แบบไม่มีเรื่องขัดแย้ง มีปัญหาก็คุยกัน ไม่ใช้กำลังกัน และ 8)การมีความรับผิดชอบตามบทบาทและหน้าที่ของตน

โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยเชื่อว่า พลังความรักมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมถูกต้องตามครรลองและบรรทัดฐานของสังคม ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นขึ้น เพราะหากสามารถเสริมสร้างให้ครอบครัวอยู่กันด้วยความรัก ย่อมทำให้ครอบครัวนั้นเข้มแข็ง พลังความเข้มแข็งของครอบครัวดังกล่าวนี้จะเป็น

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

เสมือนเกราะป้องกันสมาชิกของครอบครัวให้พ้นจากอันตรายและภัยต่างๆ รวมถึงเป็นปราการป้องกันปัญหายาเสพติดในวัยรุ่น อีกทั้งเป็นการเตรียมคุณภาพที่ดีให้กับประชากรของสังคมอีกด้วย ดังคำกล่าวที่ว่าความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก และความรักของลูกที่มีต่อพ่อแม่ เป็นเครื่องมือที่ก่อให้เกิดความอบอุ่น ความปลอดภัย เป็นภูมิคุ้มกันและเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดพลังสร้างสรรค์อันยิ่งใหญ่ (ประเวศ วะสี, ม.ป.ป. อ้างถึงในโพธิพันธุ์ พานิช, 2544) บุคคลที่เกิดมาได้รับความรักจากพ่อแม่และบุคคลในครอบครัวอย่างเหมาะสม มักมีพัฒนาการทางจิตใจที่ดี และเติบโตเป็นคนที่มีสุขภาพจิตดี (เกษม ตันติผลาชีวะ, 2540) สอดคล้องกับดุษฎี โยเหลา, งามตา วนินทานนท์, ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา และ ทัศนา ทองภักดี (2545) กล่าวว่าครอบครัวที่มีสุขภาพดี ที่มีการแสดงความรักและการยอมรับซึ่งกันและกัน มีการอบรมเลี้ยงดูบุตรแบบให้ความรัก สนับสนุน และให้เหตุผล เป็นลักษณะของครอบครัวที่นำไปสู่การมีความพึงพอใจของสมาชิก เป็นครอบครัวที่สามารถสร้างให้บุตรเป็นผู้ที่มีลักษณะทางจิตใจที่ดี และมีพฤติกรรมที่เหมาะสม นอกจากนี้การเลี้ยงดูแบบให้ความรัก สนับสนุนยังส่งผลให้เด็กมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี เด็กมีการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี มีมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวก และลดปัญหาการใช้สารเสพติด การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ (Amato & Fowler, 2002; Deslandes& Bertrand, 2005; Sheldon & Epstein,2005) และพบว่า ความรักและการเอาใจใส่ดูแล การเข้าใจซึ่งกันและกันของคนในครอบครัว การมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ความเข้าใจ ยอมรับฟังความคิดเห็นของวัยรุ่น การสื่อสารด้วยวาจาและการสัมผัส และการให้คำปรึกษาที่มีเหตุผลโดยไม่มีการดุด่าเป็นปัจจัยที่สำคัญในการปกป้องวัยรุ่นจากยาเสพติด (สำนักพัฒนาการพละศึกษา สุขภาพและนันทนาการ, 2541; วชิราภรณ์ ศรีเบญจกุล, 2543; ศิโรตม์ โสวัณณะ, 2545; โสภา ชปีลมันน์,2547; Scheer & Unger, 1998)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผลงานวิจัยที่ผ่านมาดังรายละเอียดข้างต้น และจากการสนทนากลุ่มกับวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัคร จำนวน 5 ครอบครัว ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา จากการวิเคราะห์เนื้อหาองค์ประกอบได้พัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ จากนั้นนำองค์ประกอบดังกล่าวมาสร้างกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา

กิจกรรมครอบครัวของเรามีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้แสดงถึงสิ่งที่ประทับใจและได้ทราบความต้องการหรือความปรารถนาของสมาชิกในครอบครัว สิ่งสำคัญที่จะก่อให้เกิดความรัก ความอบอุ่น ความเข้มแข็งในครอบครัว ต้องมาจากการที่สมาชิกในครอบครัวมีการชื่นชมคุณค่ากันและกัน การที่สมาชิกในครอบครัวได้แสดงออกถึงสิ่งที่ประทับใจ การแสดงความชื่นชมต่อกันอยู่เสมอเป็นสิ่งที่ดี และสามารถเป็นกำลังใจในการต่อสู้อุปสรรคและสร้างความอบอุ่น ความเข้าใจในครอบครัวได้ ความพึงพอใจ ชื่นชมและเห็นคุณค่าของกันและกันในครอบครัว พ่อเห็นคุณค่าของแม่และลูก แสดง

306.874
ส139ป
ค.2
321183

ความชื่นชมพอใจในตัวแม่และลูก ขณะเดียวกันลูกก็แสดงความรู้สึกที่ดีต่อพ่อแม่เช่นกัน เมื่อคนในครอบครัวแสดงความรู้สึก แสดงการกระทำว่ามีความพึงพอใจในคนอื่นๆ ที่อยู่ร่วมครอบครัวด้วยกัน ตระหนักในคุณค่าซึ่งกันและกัน คุณสมบัติประการนี้เปรียบเสมือนพื้นฐานของความอบอุ่น และความมั่นคงในครอบครัว ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นการหล่อหลอมสมาชิกของสังคมให้มีทัศนคติมองสังคมส่วนรวมในแง่ดี (Stinnett, 1999) สอดคล้องกับ Goddard (1999) กล่าวว่าการมีเจตคติและทัศนคติต่อกันและกันในแง่บวก มองเห็นจุดดีของสมาชิกในครอบครัว เช่น ความสามารถ ทักษะ สิ่งต่างๆที่ทำแล้วประสบความสำเร็จ ความสามารถส่วนบุคคล เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดครอบครัวเข้มแข็ง นอกจากนี้การได้ทราบความต้องการของสมาชิกในครอบครัวจะทำให้เกิดการปรับปรุงตนเองเพื่อที่จะสามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิกในครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน อันจะนำไปสู่ความรักความเข้าใจกันยิ่งขึ้น

กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

กิจกรรมบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเองในครอบครัว และสามารถปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสายสุรี จุติกุล(2540) กล่าวว่าการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ต่างคนต่างก็มีบทบาทและหน้าที่ ดังนั้นสมาชิกในครอบครัวจะต้องตกลงกันให้ดีถึงเรื่องต่างๆ ที่จะบริหารครอบครัวให้เป็นปกติสุข สอดคล้องกับเกษม ตันติผลาชีวะและกุลยา ตันติผลาชีวะ (2540) ที่กล่าวว่าสมาชิกครอบครัวที่ดี ต้องทำบทบาทของตนเองให้ถูกต้อง พ่อต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำครอบครัว เอาใจใส่ ดูแลความทุกข์สุขที่เกิดขึ้นแก่ครอบครัว นำทางครอบครัวสู่ความรุ่งโรจน์และเป็นปึกแผ่น เป็นตัวอย่างแก่ลูกและสร้างความมั่นคงทางจิตใจให้กับลูก ส่วนแม่ก็ช่วยสร้างเสริมครอบครัวให้มีความสุข ดูแลลูกให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่ถูกต้อง ส่วนลูกต้องให้ความนับถือพ่อแม่ เอาใจต่อการเรียน ดังนั้นบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวที่แสดงต่อกันอย่างเหมาะสม จะส่งผลให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เกิดความอบอุ่น และหากทุกคนในครอบครัวตระหนักถึงหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัวที่ต้องมีร่วมกัน ไม่ปล่อยให้ผู้หนึ่งผู้ใดรับภาระแต่เพียงคนเดียว ก็จะทำให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แบ่งเบาภาระหน้าที่ความรับผิดชอบต่องานในครอบครัว เมื่อสมาชิกคนใดคนหนึ่งไม่สามารถปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ก็มีผู้รับผิดชอบแทน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะนำไปสู่ความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว

กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี

กิจกรรมสร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวสามารถใช้ภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัว การสื่อสารที่ดีได้แก่ การสื่อสารแบบเปิด คือ การที่ทั้งสองฝ่ายกล้าที่จะแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกต่อกันอย่างเปิดเผย

ตรงไปตรงมา แสดงการยอมรับซึ่งกันและกัน ให้ความเข้าใจบุคคลอื่น หลีกเลี่ยงการประเมินหรือตัดสินบุคคลอื่น การออกคำสั่ง การโต้เถียงเพื่อเอาชนะ การพยายามที่จะควบคุมบุคคลอื่น การสื่อสารที่ดีจะช่วยให้เกิดความเข้าใจกันและนำไปสู่การเพิ่มความรักความผูกพันที่มีต่อกัน ทำให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและทำให้ครอบครัวมีการปรับตัวดี ดังที่ Olson & Gorall (2003) กล่าวว่าครอบครัวที่ดีควรมีการสื่อสารที่แสดงถึงความเห็นอกเห็นใจ มีการสะท้อนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการรับฟัง มีการช่วยเหลือ สนับสนุนซึ่งกันและกัน ครอบครัวที่ดี สามีภรรยาควรแสดงความคิดเห็นร่วมกัน สนองความต้องการซึ่งกันและกัน การสื่อสารในครอบครัวที่ไม่ดี เช่น การมีเลศนัยในการสื่อสาร การตำหนิติเตียนซึ่งกันและกัน ทำให้ระบบครอบครัวเกิดความไม่สมดุล สอดคล้องกับสายสุรี จุติกุล (2540) กล่าวว่าคนที่อยู่ในครอบครัวเดียวกันต้องมีการสื่อสารกัน ดังนั้นจึงต้องสื่อสารกันให้ได้ความถูกต้อง และต้องรู้จักสื่อสารให้เกิดประโยชน์ การสื่อสารที่ดีควรจะไม่ใช่ประโยคทางลบ ปิยะวาจาเป็นสิ่งสำคัญมาก ที่จะเป็นการแสดงความรัก ความเมตตา จะตำหนิก็ตำหนิได้แต่ควรจะเป็นการตำหนิด้วยปิยะวาจา ส่วนศิริรัตน์ แอดสกุล(2546) กล่าวว่าการที่พ่อแม่ให้ความสนใจฟังลูกพูด ลูกจะรู้สึกเป็นกันเอง สบายใจ รู้สึกอบอุ่น และจะกล้าพูดขึ้นเรื่อยๆ จึงไม่ควรคิดว่าเรื่องที่ลูกพูดเป็นเรื่องเด็กๆ ไร้สาระ และยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ (2540) กล่าวว่า ครอบครัวถือเป็นสถาบันแรกที่เด็กต้องสัมผัสการรับรู้การใช้ชีวิตการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว ถ้าครอบครัวใดเข้าใจหลักพื้นฐานของการสื่อสารเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจกันและกัน เชื่อว่าครอบครัวเหล่านี้จะต้องสมบูรณ์ไปด้วยความสุข ความอบอุ่นและเป็นหลักประกันได้ว่าเด็กที่มีพื้นฐานจากครอบครัวที่ดีมีเหตุผล มีความรักให้กันอย่างจริงใจแล้วเด็กเหล่านี้จะเป็นกำลังที่เข้มแข็งของประเทศชาติต่อไป

กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน

กิจกรรมการพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกครอบครัวใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความผูกพันกันแน่นแฟ้นขึ้น เกษม ตันติผลาชีวะและกุลยา ตันติผลาชีวะ (2540) กล่าวถึงการสร้างเสริมความรักในครอบครัวว่าสมาชิกในครอบครัวควรให้เวลาแก่กัน มีเวลาที่จะมีความสุข ร่วมกันมีวันพิเศษ มีวันเฉพาะของสมาชิกในครอบครัว การที่สมาชิกครอบครัวได้ทำกิจกรรมร่วมกัน และรับฟังซึ่งกันและกัน เช่น การกินอาหารร่วมกัน อ่านหนังสือกับลูก ทำงานบ้านด้วยกัน ทำกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก เช่น ขี่จักรยาน เล่นกีฬา ดูโทรทัศน์ หรือ ทำกิจกรรมนอกบ้าน เช่น เดินเล่น ไปชมภาพยนตร์ เดินห้างสรรพสินค้าด้วยกัน เป็นต้น สิ่งต่างๆเหล่านี้มีความสำคัญต่อชีวิตของลูก จะเป็นการเสริมสร้างความสนิทสนมและเสริมสร้างความเชื่อมั่นและความศรัทธาให้เกิดขึ้นในใจลูก (นิคม วรรณราชู, 2542) สอดคล้องกับสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2548) ที่ให้ความสำคัญและเห็นคุณค่าของการใช้เวลาอย่างมีคุณภาพกับครอบครัว โดยกล่าวว่าการใช้

เวลาร่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูกเป็นพื้นฐานสำคัญต่อพัฒนาการและความอยู่ดีมีสุขของลูก ถือเป็นเกราะป้องกันลูกที่ดีที่สุดเพราะเมื่อความสัมพันธ์ระหว่างลูกกับครอบครัวแน่นแฟ้น ลูกจะรักพ่อแม่ มีภูมิคุ้มกันและไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุข โดยพ่อแม่สามารถช่วยลูกให้เรียนรู้ถึงชีวิตในสังคมเพื่อให้ลูกเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ โดยเด็กเรียนรู้เกี่ยวกับครอบครัวจากเวลาและกิจกรรมในครอบครัว การที่พ่อแม่อยู่พร้อมหน้าในครอบครัว เด็กจะเรียนรู้ความสัมพันธ์ การแบ่งปันและเรียนรู้ที่จะรักผู้อื่น

กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน

กิจกรรมการแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้พัฒนาทักษะการแสดงความรักและความเอื้ออาทรกัน การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน สามารถทำได้ด้วยคำพูด และ/หรือการกระทำ เช่น การบอกว่ารัก การสัมผัส โอบกอด ซึ่ง อุมาพร ตรังคสมบัติ (2545) กล่าวว่าความรักเป็นความผูกพันทางอารมณ์ที่แสดงออกในด้านการกระทำ คือ การสัมผัส กอดจูบ โดยการแสดงออกถึงความรักของลูกผ่านการสัมผัสที่มีความนุ่มนวล ไม่ว่าจะเป็นการโอบกอด หรือการจูบที่แก้มของลูก การให้สัมผัสที่นุ่มนวลอยู่เสมอ จะทำให้ลูกรับรู้ทั้งในด้านความรู้สึกที่ผ่านทางการสัมผัสนั้น และยังได้รับรู้ถึงความเป็นห่วงที่พ่อแม่มีกับเขาด้วย (พรรณพิมล หล่อตระกูล, 2549) นอกจากนี้นิคม วรรณราชู (2542) กล่าวว่าการบอกให้ลูกฟังว่าพ่อแม่มีความรักต่อลูกนั้นเป็นการย้ำให้ลูกรู้ ให้เขาได้ยินด้วยหูเพิ่มขึ้นอีก จะมีอิทธิพลต่อจิตใจของลูกเป็นอย่างยิ่ง และเป็นการย้ำให้เข้าใจว่าความรักของพ่อแม่ต่อเขานั้นเป็นสิ่งยั่งยืนตลอดไป ส่วนในเรื่องการโอบกอด วิทยา นาควัชระ (2006) กล่าวว่าการกอดเป็นภาษากายที่แสดงออกถึงความรักได้อีกอย่างหนึ่ง เพราะการถูกกอดจะทำให้บุคคลรู้สึกว่า 1) เป็นคนพิเศษ เป็นคนสำคัญ 2) ได้รับพลังของความรัก คือได้รับความเข้าใจ การยอมรับ ความเห็นอกเห็นใจ การช่วยเหลือ และการให้อภัยกัน เมื่อมีการกอดกันดังกล่าว จะเป็นการถ่ายเทพลังของความรักดังกล่าวให้ซึ่งกันและกัน และ 3) ลดความรู้สึกว้าเหว่ ขาดความรัก ขาดกำลังใจ ขาดมิตรภาพ สอดคล้องกับนิคม วรรณราชู (2542) กล่าวว่าการโอบกอดลูกเป็นการแสดงออกที่สำคัญ ลูกจะรู้สึกเป็นสุขและเกิดความอบอุ่นใจ เพราะเขาจะรู้สึกตัวเองปลอดภัยและกำลังได้รับการปกป้องจากสิ่งเลวร้ายทั้งปวง การโอบกอดลูกนี้เป็นเสมือนน้ำทิพย์อันวิเศษที่จะช่วยหล่อเลี้ยงให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นมาได้อย่างสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ และถือว่าเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการ

กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน

กิจกรรมเติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกครอบครัวมีทักษะในการให้กำลังใจตนเองและผู้อื่น การปลูกฝังให้บุคคลสามารถให้กำลังใจตนเองและผู้อื่นได้ จะช่วยเสริมสร้างพลังใจและพัฒนาความรักความเข้าใจในการต่อสู้อุปสรรคในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ การที่บุคคลเป็นทั้งผู้ให้และเป็นทั้งผู้ที่ได้รับกำลังใจจากสมาชิกในครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญ เป็นการให้พลังต่อกันเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างมีความสุขและเพื่อต่อสู้อุปสรรคต่างๆในการ

ดำรงชีวิต การให้กำลังใจกันสามารถให้ได้ทั้งจากคำพูดร่วมด้วยท่าทางที่พร้อมที่จะสนับสนุนอยู่เสมอ ชมเชยในสิ่งที่ได้ทำถูกต้องแล้วเสริมในทางบวก ขจัดทางลบ เช่น ไม่ดุว่า ขู่ หรือกล่าวโทษว่าเป็นความผิด แต่ชี้แนะทางออกหลายทางให้เลือกและให้เขาเลือกเองได้ (สายสุรี จุติกุล, 2540) ส่วน พรรณพิมล หล่อตระกูล (2549) กล่าวว่าการให้กำลังใจกับลูก แสดงให้เห็นว่าพ่อแม่มีความรักและความเอาใจใส่กับลูกมากเพียงไร เพราะ การที่พ่อแม่จะให้กำลังใจกับลูกได้ แสดงว่าพ่อแม่ต้องสังเกตเห็นได้ว่าลูกกำลังมีความตึงเครียด หรือเกิดความไม่สบายใจขึ้น เขากำลังต้องการคนที่อยู่ใกล้ชิดกับเขา คอยปลอบโยนหรือคอยให้กำลังใจกับเขา

กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด

กิจกรรมการจัดการกับความเครียด มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และช่วยกันหาวิธีจัดการกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในครอบครัว การให้สมาชิกครอบครัวแลกเปลี่ยนจากประสบการณ์ตรง เรียนรู้และหาวิธีแก้ไขปัญหาร่วมกัน สมาชิกในครอบครัวจะต้องร่วมมือร่วมใจกัน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นกับครอบครัวหรือเกิดขึ้นกับสมาชิกคนใดคนหนึ่งของครอบครัว ทุกๆคนควรมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา ด้วยวิธีการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับสภาพปัญหานั้นๆ การได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การรับรู้ การซักถาม การวางแผน และการลงมือปฏิบัติของสมาชิกในครอบครัวก็จะทำให้ปัญหาลดลงได้ สอดคล้องกับเกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ (2540) กล่าวว่าการสร้างความสงบให้กับครอบครัว การแก้ปัญหาของครอบครัวด้วยสันติวิธี จะทำให้เกิดความสุขของครอบครัว พ่อแม่รักกันลูกก็มีความสุข และ Stinnett, et al., (1999) กล่าวว่าแม้ว่าการประสบปัญหาความทุกข์ยากจะเป็นธรรมชาติของมนุษย์ แต่ครอบครัวที่มีคุณภาพ ครอบครัวที่เข้มแข็ง จะจัดการได้ดีแม้ในความยากลำบากอย่างที่สุดก็ตาม คนในครอบครัวจะมีความมั่นใจ และไว้วางใจต่อกัน จะร่วมกันต่อสู้กับปัญหาแทนที่จะท้อถอยหรือแตกแยกไปคนละทิศละทาง จะให้กำลังใจซึ่งกันและกันและร่วมกันคลี่คลายปัญหาได้ในที่สุด

กิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

กิจกรรมผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้ระลึกถึงสิ่งที่ทำให้เกิดการสร้างเสริมความรัก ความสุข และสิ่งดีๆที่เกิดขึ้นในครอบครัว กล่าวคือ เมื่อครอบครัวมีความรัก ความอบอุ่นแล้ว สมาชิกในครอบครัวก็ย่อมจะมีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆในสังคมได้อย่างเต็มที่ ครอบครัวที่มีความสุขสมาชิกทุกคนในครอบครัวจะต้องมีความรัก ใคร่กลมเกลียว สมานฉันท์ ช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้ออาทร มีการพูดจาให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน รวมถึงการแสดงความรักที่มีต่อกันอย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการสื่อสารให้เห็นว่าสมาชิกแต่ละคนมีความรักและปรารถนาดีต่อกัน ความรักและปรารถนาดีต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่ควรเกิดขึ้นในครอบครัว(สำนักนายกรัฐมนตรี, 2539)

บทที่ 3
ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นประเภทการวิจัยและพัฒนา (research and development: R&D) ที่มีการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น และนำไปทดลองใช้เพื่อยืนยันประสิทธิผลของโปรแกรมฯ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมด้วยการสนทนากลุ่มคือกลุ่มวัยรุ่นอายุ 11-21 ปีที่เป็นนักเรียนในโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาในภาคตะวันออก และครอบครัวอาสาสมัคร ที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว และทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น จำนวน 15 ครอบครัว คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดคุณสมบัติของวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้แก่ วัยรุ่นที่มีคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัวต่ำกว่า 70 เปอร์เซ็น มีความสมัครใจ และผู้ปกครองยินยอมเข้ามาร่วมโปรแกรมด้วย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นคำถามข้อมูลส่วนบุคคลได้แก่เพศ อายุ ลำดับที่การเกิด สถานภาพสมรสของบิดามารดา จำนวนพี่น้องในครอบครัว และการศึกษาของบิดาและมารดา

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวจากงานวิจัยของสงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร (2548) มีจำนวน 8 ข้อ โดยให้กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนวัยรุ่นให้คะแนนแต่ละข้อ (คะแนนจาก 1-10) ในสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติต่อกันในครอบครัว

ส่วนที่ 3 โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยมีขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวและการสร้างความรักในครอบครัว จากเอกสาร แนวคิดการเรียนรู้และกระบวนการกลุ่มในการทำกิจกรรม แนวคิดเกี่ยวกับการจัดดำเนินการสนทนากลุ่ม รวมถึงศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ

ขั้นตอนที่ 2 ใช้การสนทนากลุ่ม(focus group) วัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัคร โดยคัดเลือกจากวัยรุ่นและครอบครัวที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว เพื่อศึกษาถึงลักษณะและวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัว เพื่อใช้ในการพัฒนาโปรแกรม โดยใช้เวลาดำเนินการสนทนากลุ่มนาน 90 นาที ตามแนวคำถามที่สร้างขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความรักในครอบครัว (สายสุรี จุติกุล, 2540; อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545; สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล, 2546; ดุษฎี โยเหลา และคณะ, 2547; โสภา ชปีลมันน์, 2547; Fromm, 1962; Vela. 1996; Goddard, 1999; Stinnett, et al.,1999; Friedman, 2003) การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัว และครู และใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group) หลังจากการสังเคราะห์เนื้อหาของโปรแกรมได้ 8 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) ครอบครัวของเรา 2) บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว 3) สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี 4) การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน 5) การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน 6) เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน 7) การจัดการกับความเครียด และ 8) ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก แล้วนำองค์ประกอบดังกล่าวมาสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้และกระบวนการกลุ่มในการทำกิจกรรม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ สะท้อนความคิด ช่วยกันสรุป อภิปราย และการประยุกต์เพื่อนำไปปฏิบัติใช้จริง ซึ่งจะทำให้สมาชิกครอบครัวได้เรียนรู้แนวทางการสร้างเสริมความรักในครอบครัว โปรแกรมที่สร้างขึ้นประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาที ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด และกิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก ดังรายละเอียดในภาคผนวก

ขั้นตอนที่ 4 การหาคุณภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว โดยนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนวัยรุ่นและครอบครัวที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 1 ครอบครัว เพื่อหาความเป็นไปได้ในการใช้ หาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลอง และปรับแก้ไขโปรแกรมโดยทีมผู้วิจัยก่อนนำไปใช้จริง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

นำแบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัวไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นที่ไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาความเชื่อมั่นด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าเท่ากับ .85

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา และผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญในการปกป้อง และคุ้มครองการเข้าร่วมโครงการของกลุ่มตัวอย่างตามหลักจริยธรรมการวิจัยอย่างเคร่งครัด โดยชี้แจงรายละเอียดให้กับวัยรุ่นและครอบครัวทราบอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร และถามความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการ การเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้จะไม่มีผลต่อผู้เข้าร่วมโครงการแต่อย่างใด โดยคำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างในแบบสอบถามและเอกสารที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมจะถือเป็นความลับ ผลการศึกษาจะถูกนำเสนอในภาพรวมเท่านั้นและสามารถที่จะออกจากโครงการได้เมื่อไม่สมัครใจ ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลจะวิเคราะห์ในภาพรวม ข้อมูลที่ได้จะนำมาใช้ในการวิจัยเท่านั้นและจะทำลายข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ภายใน 1 ปี หลังจากผลงานวิจัยตีพิมพ์เผยแพร่แล้ว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรม และระยะที่ 2 การทดสอบโปรแกรม

ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรม เป็นขั้นตอนพัฒนาองค์ประกอบและกระบวนการของโปรแกรมโดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความรักในครอบครัว การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัวและครู และใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group) วัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัคร โดยคัดเลือกจากวัยรุ่นและครอบครัวที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว ใช้เวลาดำเนินการสนทนากลุ่มนาน 90 นาที ตามแนวคำถามที่สร้างขึ้น

ระยะที่ 2 การทดสอบโปรแกรม ผู้วิจัยทดสอบโปรแกรมโดยใช้การวิจัยแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อน หลัง และติดตามผล 1 เดือน (one group pretest-posttest-follow up design) โดยใช้แบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดคุณสมบัติของวัยรุ่น นำโปรแกรมไปทดสอบกับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 15 ครอบครัว และทำการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรม ข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรม การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัวและครู และจากการสนทนากลุ่ม (focus group) ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) เพื่อหาองค์ประกอบของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

ระยะที่ 2 การทดสอบโปรแกรม ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยข้อมูลคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัว นำมาวิเคราะห์ทางสถิติ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one-way ANOVA repeated measures) และเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni

บทที่ 4
ผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นประเภทการวิจัยและพัฒนา (research and development: R&D) ที่มีการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น และนำไปทดลองใช้เพื่อยืนยันประสิทธิผลของโปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมด้วยการสนทนากลุ่มคือกลุ่มวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัคร ที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว และทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นจำนวน 15 ครอบครัว ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนสิงหาคมถึงกันยายน 2550 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยายดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

ระยะที่ 2 การทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 15 ครอบครัว พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเป็นเพศชาย (ร้อยละ86.67) อายุ 14 ปี (ร้อยละ 60) เป็นลูกคนแรกและคนที่ 3 (ร้อยละ 46.67 และ 33.33) ตามลำดับ บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 73.33) มีจำนวนพี่น้อง 2 และ 3 คน (ร้อยละ 40.00 และ 33.33) ตามลำดับ และบิดารมารดาจบการศึกษาระดับประถมศึกษา ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	13	86.67
หญิง	2	13.33
อายุ		
14	9	60.00
15	6	40.00
ลำดับที่การเกิด		
ลำดับที่ 1	7	46.67
ลำดับที่ 2	3	20.00
ลำดับที่ 3	5	33.33

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง(ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	11	73.33
หย่าร้าง	1	6.67
แยกกันอยู่	3	20.00
จำนวนพี่น้องในครอบครัว		
1 คน	3	20.00
2 คน	6	40.00
3 คน	5	33.33
5 คน	1	6.67
การศึกษาของบิดา		
ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	10	66.67
มัธยมศึกษาตอนต้น	5	33.33
การศึกษาของมารดา		
ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	11	73.33
มัธยมศึกษาตอนต้น	4	26.67

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผลงานวิจัยที่ผ่านมาและจากการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา จากการวิเคราะห์เนื้อหาองค์ประกอบได้พัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ จากนั้นนำองค์ประกอบดังกล่าวมาสร้างกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาที ดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้แสดงถึงสิ่งที่ประทับใจและได้ทราบความต้องการหรือความปรารถนาของสมาชิกในครอบครัว

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกครอบครัวเขียนลงในใบงาน โดยให้ลูกเขียนในสิ่งดีๆที่พ่อแม่ทำแล้วลูกประทับใจ และสิ่งที่ลูกปรารถนาหรือต้องการจากพ่อแม่ ส่วนพ่อแม่/ผู้ปกครองให้เขียนในสิ่งดีๆที่ลูกทำแล้วประทับใจ และสิ่งที่พ่อแม่ใฝ่ฝันหรือความปรารถนา แล้วให้สมาชิกครอบครัวพูดคุย

กัน และให้สรุปประเด็นและนำเสนอในสิ่งดีๆที่ครอบครัวมี และสิ่งที่ครอบครัวจะปฏิบัติเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้บรรลุในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเองในครอบครัว และสามารถปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกครอบครัวสำรวจตนเองและครอบครัว ว่าแต่ละคนมีบทบาทหน้าทีอย่างไรในครอบครัว และให้เขียนลงในใบงาน ให้แต่ละคนเล่าเกี่ยวกับความรู้สึกว่าแต่ละคนมีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับภารกิจที่เขารับผิดชอบ ความรู้สึกและความคาดหวังซึ่งกันและกันกับสมาชิกคนอื่นในครอบครัว แล้วให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันสรุปและอภิปรายความสำคัญของการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวสามารถใช้ภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัว

กิจกรรมที่ทำคือสมาชิกทุกคนในครอบครัวร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการสื่อสารในครอบครัว แล้วให้สมาชิกในครอบครัวตอบคำถามในใบงานการสื่อสารในครอบครัว โดยตอบใน 4 ประเด็นได้แก่ คำพูดที่ไม่อยากได้ยิน ท่าทางหรือการกระทำที่ไม่อยากเห็น คำพูดที่อยากได้ยิน และท่าทางหรือการกระทำที่อยากเห็นจากสมาชิกในครอบครัว หลังจากแต่ละคนเขียนใบงานของตนเองแล้วนำมารวมกลุ่ม ให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว เสนอแนวทางในการสื่อสารที่เหมาะสม สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกครอบครัวใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความผูกพันกันแน่นแฟ้นขึ้น

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกในครอบครัวทบทวนความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและสมาชิกคนอื่นในครอบครัว และร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน แจกใบงานการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการใช้เวลาร่วมกันให้สมาชิกครอบครัวตอบ เมื่อสมาชิกตอบเรียบร้อยแล้ว ให้สมาชิกครอบครัวได้สำรวจความคิด ความรู้สึกและความต้องการของตนเองในเรื่องเกี่ยวกับการใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกันและบอกความรู้สึกของตนเองให้สมาชิกครอบครัวคนอื่นได้รับรู้ แล้วร่วมกัน

อภิปรายถึงแนวทางการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้พัฒนาทักษะการแสดงความรักและความเอื้ออาทรกัน

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการแสดงออกถึงความรักและความเอื้ออาทรระหว่างสมาชิกในครอบครัว ตอบใบงานประกอบกิจกรรม แล้วให้สำรวจความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกถึงความรักและความเอื้ออาทรระหว่างสมาชิกในครอบครัว เพื่อที่จะสื่อให้สมาชิกในครอบครัวคนอื่นๆได้รับรู้ หลังจากนั้นให้สมาชิกในครอบครัวแสดงบทบาทสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่แสดงถึงการแสดงออกถึงความรักและความเอื้ออาทรระหว่างสมาชิกในครอบครัวและบอกความรู้สึกของตนเองให้สมาชิกในครอบครัวคนอื่นๆได้รับรู้ ร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการแสดงบทบาทนั้นๆ สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน

วัตถุประสงค์เพื่อให้ สมาชิกครอบครัวมีทักษะในการให้กำลังใจตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญกำลังใจให้ทุกคนสำรวจความคิด ความรู้สึก ตอบคำถามในใบงาน โดยเขียนถึงความรู้สึกหรือสิ่งที่ทำให้ท้อแท้มากที่สุด และเขียนคำหรือวิธีการให้กำลังใจตนเอง รวมถึงเขียนถึงบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการให้กำลังใจ แล้วนำมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกคนอื่น โดยให้สมาชิกได้มีการให้กำลังใจกันและกันทั้งด้านคำพูดและการแสดงออก ร่วมกันอภิปรายถึงแนวทางในการเสริมสร้างกำลังใจ สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด

วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และช่วยกันหาวิธีจัดการกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในครอบครัว

กิจกรรมที่ทำคือแจกใบงานให้สมาชิกในครอบครัวคิดและเขียนเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดความเครียด และมีวิธีทำให้คลายจากความเครียดได้อย่างไร แล้วให้สมาชิกครอบครัวช่วยกันคัดเลือกเหตุการณ์นั้นมานำเสนอในกลุ่ม และสมาชิกร่วมกันแสดงความรู้สึกและอภิปรายแนวทางหรือวิธีการจัดการกับความเครียดนั้นๆ สรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้ระลึกถึงสิ่งที่ทำให้เกิดการสร้างเสริมความรัก ความสุข และสิ่งดีๆที่เกิดขึ้นในครอบครัว

กิจกรรมที่ทำคือให้สมาชิกครอบครัวเล่าถึงประสบการณ์และแสดงความรู้สึกที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว แจกใบงานประกอบกิจกรรมเป็นกระดาษรูปหัวใจเพื่อให้สมาชิกครอบครัวเขียนพฤติกรรมหรือสิ่งที่จะทำต่อไปในอนาคตเพื่อให้ครอบครัวของตนเองมีแต่บรรยากาศของความรัก ความอบอุ่น ให้สมาชิกแต่ละคนได้เล่าและระบายความรู้สึกในสิ่งที่ได้เขียนไว้ในกระดาษ ซึ่งเปรียบเสมือนสัญญาใจที่มีให้ไว้กับครอบครัว แล้วให้สมาชิกครอบครัวสรุปผลและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยสรุปผลการดำเนินกิจกรรม และกล่าวยุติการทำกิจกรรม

ระยะที่ 2 การทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

จากการทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น จำนวน 15 ครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเพิ่มขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล เท่ากับ 53.53 66.80 และ 62.93 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.51 6.83 และ 3.92) ตามลำดับ ดังรายละเอียดในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเสริมสร้างความรักในครอบครัวก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล (n=15)

กลุ่ม	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
ระยะก่อนการทดลอง	53.53	1.51
ระยะหลังการทดลอง	66.80	6.83
ระยะติดตามผล 1 เดือน	62.93	3.92

เปรียบเทียบคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัวก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่าคะแนน

เฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($F_{1.27, 17.76} = 30.28, p < .001$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเปรียบเทียบก่อน หลังและระยะติดตามผลหลังเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างความรัก

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
time	1396.58	1.27	1100.93	30.28	<.001
error(time)	645.76	17.76	36.36		

จากการทดสอบรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni พบว่าคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวระหว่างก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลอง และระหว่างก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังรายละเอียดในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ผลต่างของค่าเฉลี่ยและผลการทดสอบรายคู่ โดยวิธี Bonferroni

กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย	ผลต่างของค่าเฉลี่ย	
		ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล 1 เดือน
ระยะก่อนการทดลอง	53.53	13.27***	9.40***
ระยะหลังการทดลอง	66.80		3.87
ระยะติดตามผล 1 เดือน	62.93		

*** $p < .001$

บทที่ 5
สรุป อภิปรายและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นประเภทการวิจัยและพัฒนา (research and development: R&D) ที่มีการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น และนำไปทดลองใช้เพื่อยืนยันประสิทธิผลของโปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมด้วยการสนทนากลุ่มคือกลุ่มวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัคร ที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว และทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่นจำนวน 15 ครอบครัว คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดคุณสมบัติของวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้แก่วัยรุ่นที่มีคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัวต่ำกว่า 70 เปอร์เซ็น มีความสมัครใจ และผู้ปกครองยินยอมเข้ามาร่วมโปรแกรมด้วย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 2)แบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวจากงานวิจัยของสงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร (2548) มีจำนวน 8 ข้อ โดยให้กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนวัยรุ่นให้คะแนนแต่ละข้อ (คะแนนจาก 1-10) ในสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติต่อกันในครอบครัว หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัวได้ค่าค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ .85 และ 3)โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง การบูรณาการผลการวิจัยที่ผู้วิจัยและคณะศึกษาจากกลุ่มวัยรุ่น ครอบครัวและครู และใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (focus group) กับวัยรุ่นและครอบครัวอาสาสมัครที่สมัครใจเข้าร่วมสนทนากลุ่ม จำนวน 5 ครอบครัว จากนั้นทำการสังเคราะห์เนื้อหาของโปรแกรมได้ 8 องค์ประกอบ ประกอบด้วย 1) ครอบครัวของเรา 2) บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว 3) สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี 4) การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน 5) การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน 6) เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน 7) การจัดการกับความเครียด และ 8) ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก หาคุณภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว โดยนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนวัยรุ่นและครอบครัวที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 1 ครอบครัว เพื่อหาความเป็นไปได้ในการใช้ หาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลอง และปรับแก้ไขโปรแกรมโดยทีมผู้วิจัยก่อนนำไปใช้จริง

ผลการวิจัยจากการวิเคราะห์เนื้อหาองค์ประกอบได้พัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ จากนั้นนำองค์ประกอบดังกล่าวมาสร้างกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาทีได้แก่ กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการ

สื่อสารที่ดี กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด และกิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

จากการทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น จำนวน 15 ครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเพิ่มขึ้น โดยมีคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล เท่ากับ 53.53 66.80 และ 62.93 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.51 6.83 และ 3.92) ตามลำดับ

เปรียบเทียบคะแนนการเสริมสร้างความรักในครอบครัวก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001($F_{1.27,\ 17.76} = 30.28, p < .001$) จากการทดสอบรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni พบว่าคะแนนเฉลี่ยการเสริมสร้างความรักในครอบครัวระหว่างก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลอง และระหว่างก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผลการวิจัย

ระยะที่ 1 การสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น โดยผู้วิจัยสร้างโปรแกรมจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผลงานวิจัยที่ผ่านมาและจากการสนทนากลุ่มวัยรุ่นและครอบครัวจำนวน 5 ครอบครัว จากการสนทนากลุ่มสรุปได้ว่าสิ่งสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างความรักให้เกิดขึ้นในครอบครัวได้แก่การมีเวลาให้แก่กัน มีโอกาสอยู่ใกล้ชิด ดูแลเอาใจใส่และทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การพูดคุยนั่งปรึกษาหารือกัน เล่นกีฬา กินข้าวร่วมกัน ไปเที่ยวด้วยกัน มีการแสดงความรักต่อกันทั้งทางคำพูดและการสัมผัส การโอบกอด การที่สมาชิกในครอบครัวไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ทุกคนเข้าใจกันดีและพร้อมให้อภัยแก่กัน พูดคุยกันดีๆ พูดคุยกันด้วยเหตุผล เมื่อมีปัญหาหรือมีความข้องใจเกิดขึ้นก็ช่วยกันแก้ไข อยู่ร่วมกันแบบถ้อยทีถ้อยอาศัย แบบเอาใจเขามาใส่ใจเรา ช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้ออาทรกัน สมาชิกในครอบครัวทำหน้าที่ของตนอย่างดีและช่วยกันทำงานบ้าน มีการให้รางวัล มีการชมเมื่อทำดี

ข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มนี้สอดคล้องกับวิธีการเสริมสร้างความรักในครอบครัวจากงานวิจัย(สงวน ธานี อาภรณ์ ดีนาน และชนัดดา แนบเกษร, 2548) และสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับวิธีการสร้างเสริมความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัว ครอบครัวที่มีสุขภาพดี

และครอบครัวเข้มแข็ง(สายสุรี จุติกุล, 2540; อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545; สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล, 2546; ดุษฎี โยเหลา และคณะ, 2547; โสภา ชปีลมันน์, 2547; Fromm, 1962; Vela. 1996; Goddard, 1999; Stinnett, et al.,1999; Friedman, 2003) ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มานี้ประมวลรวมกัน นำมาสร้าง เป็นโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้และกระบวนการกลุ่มในการทำกิจกรรม ซึ่งเน้นพัฒนาความรู้ ทักษะ และเจตคติที่สำคัญที่เกี่ยวกับความรักในครอบครัว ในการพัฒนาความรู้ ผู้วิจัยใช้วิธีการถาม-ตอบ การสะท้อนคิด การอภิปรายเป็นหลัก ในการพัฒนาทักษะ ผู้วิจัยใช้วิธีการให้ทำกิจกรรมกลุ่ม การฝึกปฏิบัติกิจกรรมเป็นหลักและร่วมกับการอภิปราย สำหรับการพัฒนาเจตคติใช้กิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การคิดพิจารณาไตร่ตรอง การทบทวนประสบการณ์ การแสดงบทบาทสมมติ การทดลองปฏิบัติ การอภิปราย หาคุณภาพของโปรแกรมโดยนำโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัวไปทดลองใช้กับนักเรียนวัยรุ่นและครอบครัวที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 1 ครอบครัว เพื่อหาความเป็นไปได้ในการใช้ หาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลอง และปรับแก้ไขโปรแกรมก่อนนำไปใช้จริง

ระยะที่ 2 การทดสอบประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น

จากการทดสอบโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัววัยรุ่น ที่เป็นนักเรียนในโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษา พร้อมผู้ปกครอง จำนวน 15 ครอบครัว พบว่าหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมแล้วผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนจากแบบสอบถามการเสริมสร้างความรักในครอบครัว เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมภายในโปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัวทั้ง 8 กิจกรรมเป็นสิ่งที่จำเป็น เป็นวิธีการช่วยเหลือครอบครัวทั้งครอบครัว ให้สามารถดำเนินชีวิตร่วมกันได้ราบรื่น มีความรักเกิดขึ้น โดยผู้วิจัยทำหน้าที่ช่วยเหลือ เอื้ออำนวยให้เกิดประสบการณ์ บรรยากาศในการทำกิจกรรม เอื้อให้สมาชิกในครอบครัวได้มีโอกาสพูดคุยกัน ได้แสดงความคิด ความรู้สึก ทำให้แต่ละครอบครัวเริ่มมีความเข้าใจกันและกัน เข้าใจพฤติกรรม การกระทำของตนเอง และครอบครัวมากขึ้น เรียนรู้ว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ และทำอย่างไรที่จะไม่ให้เกิดสภาพปัญหานี้ขึ้นมาอีก ช่วยให้สมาชิกในครอบครัวได้พัฒนาทักษะในด้านการรับความรู้สึก การแสดงความรู้สึก การตระหนักรู้เกี่ยวกับการแสดงออกทั้งทางด้านคำพูดและการกระทำ การสื่อความต้องการและความรู้สึกให้สมาชิกอื่นในครอบครัวรับรู้ ทำให้ครอบครัวมีความผูกพัน ใกล้ชิดสนิทสนม มีชีวิตชีวามากขึ้น (Nichols & Schwartz, 2001) สมาชิกได้มีโอกาสใกล้ชิดและได้มีเวลาเพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน นำไปสู่ความรู้สึกความพึงพอใจ และ ความผูกพัน ความมั่นใจในสวัสดิภาพของครอบครัวท่ามกลางความรู้สึกถึงความเป็นครอบครัวเดียวกัน (Stinnett, et al.,1982 cited in Schlesinger, 1998) สอดคล้องกับคำกล่าวของนิคม วรรณราชู (2542) ว่าการทำกิจกรรมต่างๆร่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูก มีความสำคัญต่อชีวิตของลูก จะเป็นการเสริมสร้างความสนิทสนมและเสริมสร้างความเชื่อมั่นและความศรัทธาให้เกิดขึ้นในใจลูก จากการ

ได้ทำกิจกรรมร่วมกันทำให้เข้าใจกันมากขึ้น ตลอดจนรับรู้ถึงความรู้สึกห่วงใย ความเอื้ออาทร การดูแลเอาใจใส่ที่สมาชิกมีต่อกัน จึงทำให้เกิดความรัก ความอบอุ่นขึ้นในครอบครัว เพราะความรักคือสภาวะทางอารมณ์ ที่สื่อผ่านความรู้สึกอบอุ่น ประคับประคอง ห่วงใย จากบุคคลหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง(นวลศิริ เปาโรหิตย์, 2545) นอกจากนี้การที่สมาชิกในครอบครัวได้เรียนรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเองในครอบครัว ว่าแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่อย่างไรในครอบครัว และสามารถปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบได้อย่างเหมาะสม ช่วยส่งเสริมบทบาทของกันและกัน ตอบสนองความต้องการของสมาชิกได้ จะส่งผลให้ครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เกิดความอบอุ่น เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข (สายสุรี จุติกุล,2540) และเป็นครอบครัวที่มีสุขภาพจิตดี (สมพร รุ่งเรืองกลกิจ,2547) และการที่สมาชิกในครอบครัวได้พูดคุย สนทนา สื่อสารกันทั้งด้านคำพูดและการกระทำ ทำให้สมาชิกรับรู้ถึงความคิด ความรู้สึกและความต้องการที่แท้จริงของสมาชิกในครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยของพัชนี เชยจรรยา และประทุม ฤกษ์กลาง (2531) พบว่าการพูดจากันด้วย น้ำเสียงนุ่มนวลชวนฟัง พูดส่งเสริมให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ พร้อมที่จะช่วยแก้ไขข้อสงสัยและปัญหาต่าง ๆ ให้แก่ลูก ตลอดจนเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นยอมรับฟัง และเคารพในความคิดเห็นของเด็ก การสื่อสารดังกล่าวเป็นการสร้างความรัก ความเข้าใจ ระหว่างพ่อ แม่ และบุตร และตรงกับ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ (2540) ที่กล่าวว่า ครอบครัวถือเป็นสถาบันแรกของเด็กต้องสัมผัสการรับรู้การใช้ชีวิตการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว ถ้าครอบครัวใดเข้าใจหลักพื้นฐานของการสื่อสารเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจกันและกัน เชื่อว่าครอบครัวเหล่านี้จะต้องสมบูรณ์ไปด้วยความสุข ความอบอุ่นและเป็นหลักประกันได้ว่าเด็กที่มีพื้นฐานจากครอบครัวที่ดีมีเหตุผล มีความรักให้กันอย่างจริงใจแล้วเด็กเหล่านี้จะเป็นกำลังที่เข้มแข็งของประเทศชาติต่อไป

จะเห็นได้ว่าการทำกิจกรรมสร้างเสริมความรักในครอบครัว จะเป็นแนวทางในการนำไปสู่การเรียนรู้การปฏิบัติของครอบครัวที่จะสร้างให้เกิดความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว และสามารถนำการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปใช้ในครอบครัว ได้แก่ การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน การเรียนรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเองในครอบครัว การให้กำลังใจให้แก่กันและกัน การแสดงออกถึงความชื่นชม พูดชมเชย ให้คุณค่าสมาชิกในครอบครัว การใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน ครอบครัวที่มีเวลาให้แก่กันและกัน จะทำให้สมาชิกในครอบครัวได้สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน การสื่อสารที่ดีทั้งด้านคำพูดและการกระทำ การจัดการกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในครอบครัว ซึ่งสิ่งต่างๆเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญส่งผลให้เกิดความรักความผูกพันซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตามการกระตุ้นให้มีพฤติกรรมสร้างเสริมความรักอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้เกิดการกระทำที่กลายเป็นพฤติกรรมปกติของครอบครัว และนำไปสู่ครอบครัวเป็นสุขที่ยั่งยืนต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.ควรนำโปรแกรมเสริมสร้างความรักในครอบครัวไปขยายผลในการส่งเสริมการแสดงความรักต่อกันของบุคคลในครอบครัวในสถานที่ต่างๆ เช่น สถาบัน หน่วยงาน/องค์กรต่างๆ และกลุ่มวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเสี่ยง เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่เสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด กลุ่มวัยรุ่นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

2.สถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการดูแลวัยรุ่น สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้บูรณาการในการจัดการเรียนการสอนทั้งในและนอกห้องเรียน

3.สถาบันการศึกษาที่มีนักเรียนวัยรุ่น ควรส่งเสริมให้จัดกิจกรรมส่งเสริมสถาบันครอบครัวเพื่อเสริมสร้างให้เกิดความรักในสถาบันครอบครัวให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นและต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1.ควรทำวิจัยซ้ำเพื่อทดสอบโปรแกรมเสริมสร้างความรักในครอบครัวแบบมีกลุ่มเปรียบเทียบและเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างเพื่อยืนยันผลการวิจัย

2.การศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบวัดการเสริมสร้างความรักในครอบครัวมีเฉพาะวัยรุ่นจึงควรศึกษาเพิ่มโดยใช้แบบสอบถามนี้ทั้งในวัยรุ่น บิดาหรือมารดาด้วย

3.ควรศึกษาเพิ่มเติมในครอบครัววัยรุ่นกลุ่มอื่น เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเสี่ยง กลุ่มวัยรุ่นที่มีการเจ็บป่วยเรื้อรัง และกลุ่มวัยรุ่นที่ด้อยโอกาส เพื่อให้ได้ผลการวิจัยที่หลากหลาย

เอกสารอ้างอิง

เกษม ตันติผลาชีวะ. (2540). "ความรักกับสุขภาพจิต." *วารสารใกล้หมอ, 24*(2), 71-72.

เกษม ตันติผลาชีวะและกุลยา ตันติผลาชีวะ. (2540). สุขภาพจิตในครอบครัว. ใน*การพัฒนาครอบครัว* (หน้า 209–240). กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี.

คณะอนุกรรมการพัฒนาครอบครัวและแก้ไขความรุนแรงต่อเด็กและสตรี ในคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ, สำนักปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี. (2541). *นโยบายและแผนงานในการพัฒนาสถาบันครอบครัว*. กรุงเทพฯ : บริษัทอมรินทร์.

จตุพร ธัมมปที. (2548). พ่อแม่เป็นพิษ อนาคตลูกเป็นอย่างไร. *นิตยสารบันทึกคุณแม่, 12* (139), 142-147.

จินตนา ตั้งวรพงษ์ชัย และ รัชนีบูล เศรษฐภูมิรินทร์. (2539). บทบาทบิดาในการส่งเสริมสุขภาพจิตบุตรวัยรุ่นในชุมชนแออัด เขตเทศบาลเมือง จังหวัดขอนแก่น. *รายงานการวิจัย*. ขอนแก่น: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ชื่นฤทัย กาญจนะจิตราและคณะ. (2549). *สุขภาพคนไทย 2549*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ภายใต้แผนงานพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารสุขภาพ.

ดุษฎี โยเหลา, งามตา วนินทานนท์, ชัยวัฒน์ วงศ์อายา และ ทัศนา ทองภักดี. (2545). ความเข้มแข็งของครอบครัว : ครอบครัวสุขภาพดี. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 8*(1), 1–10.

ดุษฎี โยเหลาและคณะ. (2547). ความเข้มแข็งของครอบครัว: ครอบครัวสุขภาพดี. ใน*รวมบทความคัดสรรเนื่องในวาระครอบรอบวันสถาปนา 49 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ* (หน้า 91-99). กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

นวลศิริ เปาโรหิตย์ . (2545). *ก่อนจะถึงวันนั้น* (พิมพ์ครั้งที่4). กรุงเทพฯ :บริษัท เคล็ดไทย จำกัด.

นิคม วรรณราชู. (2542). *อบรมบ่มนิสัยลูกด้วยความรัก*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพาณิชย์ จำกัด

นิคม วรรณราชู. (2544). *ครอบครัว : พ่อแม่คือผู้นำ*. กรุงเทพฯ : ส.เอเซียเพรส

เนตรลาวัณย์ เกิดหอม. (2548). *ผลของโปรแกรมการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลครอบครัว. มหาวิทยาลัยบูรพา.

บังอร เทพเทียน และคณะ (2550). *โครงการสำรวจสภาพ ครอบครัวตามตัวชี้วัดสถาบันครอบครัวเข้มแข็ง*. สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน : มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรรณพิมล หล่อตระกูล. (2549). ความรักกับการพัฒนาลูก. วันที่ค้นข้อมูล 15 มิถุนายน 2549, เข้าถึงได้จาก http://www.mahidol.ac.th/mahidol/ra/rapc/.

พัชนี เชยจรรยา และประทุม ฤกษ์กลาง. (2531). *รูปแบบการสื่อสารในครอบครัวและการเปิดรับสื่อมวลชนของเยาวชนในกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ : คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โพธิพันธุ์ พานิช. (2544). *การสร้างครอบครัวไทยให้มีความสุข*. กรุงเทพฯ : สมาคมผู้ปกครองและครูวิทยาลัยนาฏศิลป์.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2540). การสื่อสารในครอบครัว. ใน*การพัฒนาครอบครัว* (หน้า 27-39). กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี.

รุจา ภู่ไพบูลย์. (2541). *การพยาบาลครอบครัว : แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้* (พิมพ์ครั้งที่ 3 ฉบับปรับปรุงใหม่). กรุงเทพฯ : วี เจ พริ้นติ้ง.

วชิราภรณ์ ศรีเบญจกุล. (2543). *ปัจจัยของครอบครัวต่อการเสพยาบ้าในทัศนะของวัยรุ่น : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จ.นนทบุรี*. วิทยานิพนธ์ สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วิทยา นาควัชระ (2006). พลัง...ของการกอด. *บทความเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว*.วันที่ค้นข้อมูล 15 มิถุนายน 2549, เข้าถึงได้จาก http://www.clinicrak.com/messages/viewmessage.php?id=5011&maintype=บทความเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว.

ศิริรัตน์ แอดสกุล. (2546). *ครอบครัว : สาระน่ารู้* (พิมพ์ครั้งที่3). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศิโรตม์ โสวัณณะ. (2545). *สภาพครอบครัวและวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กได้รับจากพ่อแม่ผู้ปกครองกับพฤติกรรมของเยาวชนไทย : กรณีศึกษาของเยาวชนคนเก่ง ดี มีสุข และเยาวชนที่ติดยาเสพติด*. คณะกรรมการวิจัยการศึกษาการศาสนาและการวัฒนธรรม กระทรวงศึกษาธิการ.

ศุภศิลป์ อินรอด. (2544). *ดัชนีวัดความมั่นคงของครอบครัวแรงงาน ศึกษาผู้รับงานมาทำที่บ้านและลูกจ้างในกิจการผลิตเสื้อผ้าและสิ่งทอ*. สารนิพนธ์ปริญญาพัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สงวน ธานี, อาภรณ์ ดีนาน, และชนัดดา แนบเกษร. (2548). ความหมายของความรักในมุมมองของครู ผู้ปกครอง วัยรุ่นที่ติดสารเสพติด และวัยรุ่นที่ไม่ติดสารเสพติด. *วารสารสุขศึกษา, 28*(100), 84-101.

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล. (2546). *การพัฒนาดัชนีความอยู่ดีมีสุขด้านชีวิตครอบครัวสำหรับประเทศไทย.* กรุงเทพฯ: สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล.

สมพร รุ่งเรืองกลกิจ และคณะ. (2547). *ลักษณะครอบครัวอีสานกับการส่งเสริมสุขภาพจิต.* รายงานการวิจัย . ขอนแก่น: คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สมหมาย เลาหะจินดา, วนิดา พุ่มไพศาลชัย.(2543). ลักษณะการเลี้ยงดูของพ่อแม่กับความคิดฆ่าตัวตายของเด็กวัยรุ่น. *เอกสารประชุมวิชาการกรมสุขภาพจิต ครั้งที่ 6* วันที่ 6-8 กันยายน 2543.

สายฤดี วรกิจโภคาทร. (2532). รักนั้นฉันใด. *วิทยาจารย์, 87*(2): 12-16.

สายสุรี จุติกุล. (2540). ความรักความอบอุ่นในครอบครัว.ใน *การพัฒนาครอบครัว* (หน้า 15-24) (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการด้านครอบครัว สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี.

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2548). *อยู่ด้วยกันวันอาทิตย์ : คู่มือการใช้เวลาอย่างมีคุณภาพกับครอบครัว.* กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว. (2551). *รายงานโครงการพัฒนามาตรฐานครอบครัวเข้มแข็ง.คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.* กรุงเทพฯ: เจปรินซ์.

สำนักนายกรัฐมนตรี. (2539). *นโยบายและแผนงานในการพัฒนาสถาบันครอบครัว.* มปท.

สำนักพัฒนาการพละศึกษา สุขภาพและนันทนาการ. (2541). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมในการป้องกันการติดสารเสพติดของนักเรียนมัธยมปลายในประเทศไทย.* รายงานการวิจัย. สำนักพัฒนาการพละศึกษา สุขภาพและนันทนาการ.

สุชา จันทน์เอม (2529). *จิตวิทยาวัยรุ่น.* กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.

สุธาทิพ ธัชยพงษ์ (2544). ครอบครัวอบอุ่น. ใน*สองทศวรรษแห่งการพัฒนาแม่และเด็ก มูลนิธิเด็กอ่อนในสลัม* ฉบับวันที่ 22 มิถุนายน 2544 (หน้า 93). วันที่ค้นข้อมูล 15 มิถุนายน 2549, เข้าถึงได้จาก http://www.childthai.org/cic/cd006.htm

สุพัตรา สุภาพ. (2536). *สังคมและวัฒนธรรมไทยค่านิยม ครอบครัว ศาสนา ประเพณี.* กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2542). พัฒนาการบุคคล: แบบแผนของครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดูนั้นสำคัญไฉน. *วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม, 22* (4), 81-89.

สุรีรัตน์ จุลานุพันธ์. (2549). *ความคาดหวังเกี่ยวกับรูปแบบครอบครัวที่พึงปรารถนา: กรณีศึกษาสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถีและสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ.* ภาคนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

โสภา ชปีลมันน์ (2546). เอกสารประกวดเรียงความเรื่อง "ครอบครัวที่ฉันต้องการ" ใน *มูลนิธิโสภาธารน้ำใจเพื่อพัฒนาสังคมไทย.* กรุงเทพฯ: มปท.

โสภา ชปีลมันน์ (2547). *ครอบครัว : ปัจจัยปกป้องและผลักดันปัญหายาเสพติดของวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร.* รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ: สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย.

อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา. (2542). *การพัฒนาศักยภาพอย่างสมบูรณ์.* กรุงเทพฯ: สถาบันการศึกษาสัตยาไส.

อารี ตัณฑ์เจริญรัตน์. (2539). ความรักตามหลักจิตวิทยา. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 1*(1), 42-47.

อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2540). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว (Family therapy and family counseling).* กรุงเทพฯ: เฟื่องฟ้า พริ้นติ้ง.

อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2545). *จิตวิทยาชีวิตคู่และการบำบัดคู่สมรส.* กรุงเทพฯ:ซันต้าการพิมพ์.

อุษณีย์ เพชรรัชตะชาติ. (2549). *การสร้างเสริมสุขภาพครอบครัวไทย.* สงขลา: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

เอ็ม สก๊อต เปค; แปลโดยวิทยากร เชียงกูล. (2538). *ความรักในทัศนะใหม่.* กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ปรัชญา.

Amato, P.R., & Fowler, F. (2002). Parenting practices, child adjustment, and family diversity. *Journal of Marriage and Family, 64,* 703–716.

Best, B. (2003). "Some philosophizing about love." [On-line] Available: Retrieved March 10, 2007, from http://www.benbest.com/philo/philove.html.

Bowlby J. (1953). *Child Care and the Growth of Love.* Baltimore: Penguin Books Inc.

Deslandes. R., & Bertrand, R. (2005). Motivation of parent involvement in secondary-level schooling. *The Journal of Educational Research, 98,* 164-175.

Friedman, M. M. , Bowben, V.R., & Jones, E.G. (2003). *Family nursing research theory and practice* (5th ed.). New Jersey: Prentice Hall.

Fromm, E. (1962). *The art of loving.* New York: Harper & Row Publishers.

Goddard, H.W. (1999). "Building family strengths." [On-line] Available: Retrieved March 10, 2007, from http://www.fww.org/articles/misc/0512f.htm.

Grohol, J.M. (1999). "Life, love, & meaning: Making sense of it all." [On-line] Available: Retrieved March 10, 2007, from http://psychcentral.com/archives/n102299.htm.

Holkup, P.A. (1998). Our parents, our children, ourselves: A therapy group to facilitate understanding of intergenerational behavior patterns and to promote family healing. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services, 36*(2), 20-26.

King, U. (2004). Theories of Love: Sorokin, Teilhard, and Tillich. *Zygon, 39*(1), 77-102.

Nichols, M.P., & Schwartz, R.C. (2001). *Family therapy.* Boston : Pearson Education Company.

Olson, D.H., Gorall, D.H. (2003). Circumplex Model of Marital and Family Systems. In *Normal Family process.*, p.541-547. Walsh,F.(editor). (3 rd edition.). New York: Guilford.

Scheer, S.D., & Unger, D.G. (1998). Russian adolescents in the era of emergent democracy: The role of family environment in substance use and depression. *Family Relation, 47*(3), 297-303.

Schlesinger, B. (1998). *Strengths in families: Accentuating the positive.* Vancouver BC: Vanier Institute of the Family, University of Toronto.

Sheldon, S.B., & Epstein, J.L. (2005). Involvement counts: Family and community partnerships and math achievement. *Journal of Educational Research, 98,* 196-206.

Stinnett, N., Beam, J., Beam, A., & Stinnett, N. (1999). *Fantastic families:6 Proven steps to building a strong family.* LA. West Monroe: Howard Publishing Co.

Vela, D.G. (1996). *The role of religion / spirituality in building strong families respondents' perceptions: A qualitative, grounded theory.* A Dissertation presented to University of Lincoln – Nebraska.

Wong, P.T.P. (1999). "A positive psychology of love." [On-line] Available: Retrieved March 10, 2007, from http://www.meaning.ca/articles/presidents-column/psychology-love-june03.htm.

ภาคผนวก

เลขที่แบบสอบถาม.....

แบบสอบถาม

ชื่อเรื่องวิจัย โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด

คำชี้แจง แบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ตอน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของวัยรุ่นและบิดามารดา

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

ในการตอบคำถามของแบบสอบถามนี้ คำตอบของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับจึงขอให้ท่านสบายใจในการตอบคำถาม และผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านที่ตอบคำถามมา ณ โอกาสนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของวัยรุ่นและบิดามารดา

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย √ ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1.เพศ () ชาย () หญิง

2.อายุ (นับเฉพาะจำนวนปีเต็ม ตัดเดือนและวันทิ้งไป)

() 13 ปี () 14 ปี () 15 ปี () 16 ปี

3.บิดามารดาของท่าน

() อยู่ด้วยกัน () หย่าร้าง () แยกกันอยู่

() บิดาเสียชีวิต () มารดาเสียชีวิต

3.ท่านมีพี่น้องร่วมบิดารมารดาเดียวกันทั้งหมดกี่คน (รวมตัวท่านด้วย)

() 1 คน () 2 คน () 3 คน

() 4 คน () มากกว่า 4 คน(โปรดระบุ).....คน

4.ท่านเป็นบุตรลำดับที่เท่าไรของบิดามารดา

() ลำดับที่ 1 () ลำดับที่ 2 () ลำดับที่ 3

() ลำดับที่ 4 () มากกว่าลำดับที่ 4 (โปรดระบุ).....

5.บิดาของท่านจบการศึกษาสูงสุดชั้นใด

() ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า () มัธยมศึกษาตอนต้น

() มัธยมศึกษาตอนปลาย () อนุปริญญา/ ป.วช/ ป.วส

() ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า () สูงกว่าระดับปริญญาตรี

6.มารดาของท่านจบการศึกษาสูงสุดชั้นใด

() ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า () มัธยมศึกษาตอนต้น

() มัธยมศึกษาตอนปลาย () อนุปริญญา/ป.วช/ป.วส

() ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า () สูงกว่าระดับปริญญาตรี

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

<u>คำชี้แจง</u> ขอให้นักเรียนให้คะแนน ในสิ่งที่นักเรียนได้รับจากพ่อแม่ โดยให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นระหว่างท่านและพ่อแม่ **โดยให้คะแนนจาก 0 ถึง 10**

(คะแนน 0 หมายถึงนักเรียนไม่เคยได้รับสิ่งนั้นจากพ่อแม่ ส่วนคะแนน 10 หมายถึงนักเรียนได้รับสิ่งนั้นจากพ่อแม่สม่ำเสมอ)

สิ่งที่นักเรียนได้รับ	**คะแนน**
1.การช่วยเหลือเกื้อกูล เอาใจใส่ ห่วงใย เอื้ออาทรกัน	.....
2.การมีเวลาให้แก่กัน ได้อยู่ใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน	.....
.	.....
.	.....
.	.....
.	.....
.	.....
8.การสื่อสารที่ดี พูดจาและรับฟังกัน	.....

เอกสารคำอธิบาย/คำชี้แจงแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

เนื่องด้วยดิฉัน นางสาวสงวน ธานี อาจารย์สังกัดภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังศึกษาวิจัยเรื่อง โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความรัก ความเข้าใจ และความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่น พ่อแม่ และครู เพื่อพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักให้เกิดขึ้นกับวัยรุ่น และเพื่อทดลองใช้โปรแกรมการเสริมสร้างความรักให้เกิดขึ้นกับวัยรุ่น ซึ่งจะนำไปสู่การป้องกันวัยรุ่นจากสารเสพติด

ดิฉันใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยท่านจะได้เข้าร่วมในกิจกรรมที่จัดขึ้นของโปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด ซึ่งเข้าร่วมทั้งหมด 8 ครั้งๆละประมาณ 60 นาที โดยท่าน/ครอบครัวจะได้รับการจ่ายค่าตอบแทน 200 บาทต่อครั้งของการเข้าร่วมในโปรแกรม การเข้าร่วมในกิจกรรมที่จัดขึ้นจะไม่มีผลกระทบที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดทางร่างกาย และ *"หากกิจกรรมใดที่ก่อให้เกิดความเครียดและก่อให้เกิดความอึดอัดไม่สบายใจผู้วิจัยจะยุติกิจกรรมนั้นทันที"*

การเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ของท่านจะมีคุณค่า เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความรักให้เกิดขึ้นกับวัยรุ่น เพื่อสามารถนำไปสร้างเป็นรูปแบบหรือโครงการต่างๆเพื่อเป็นประโยชน์ในการกำหนดนโยบาย การวางแผน ป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติดต่อไป การเข้าร่วมวิจัยจะเป็นไปตามความสมัครใจของท่าน หากท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัยและภายหลังเกิดเปลี่ยนใจ ท่านมีสิทธิจะขอถอนตัวได้โดยไม่มีข้อแม้ใดๆ ข้อมูลที่ได้จากท่านทั้งหมดจะถือเป็นความลับ การรายงานผลการวิจัยจะรายงานเป็นผลสรุปของการศึกษาทั้งหมด มิใช่การรายงานผลเป็นรายบุคคล ขอรับรองว่าจะไม่มีการเปิดเผยชื่อของท่านตามกฎหมาย โดยในการวิจัยครั้งนี้ผู้กำกับดูแลการวิจัย ผู้ตรวจสอบคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย สามารถเข้าไปตรวจสอบบันทึกข้อมูล เพื่อเป็นการยืนยันถึงขั้นตอนในการวิจัยและข้อมูลอื่นๆ โดยไม่ล่วงละเมิดเอกสิทธิ์ในการปิดบังข้อมูลของท่าน ตามกรอบที่กฎหมายและกฎระเบียบได้อนุญาตไว้

หากท่านมีปัญหา หรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อ นางสาวสงวน ธานี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โทร 038-745900 ต่อ 3668 หรือ 0816836255 ซึ่งยินดีตอบข้อสงสัยของท่านทุกประการ

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

ใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย

การวิจัยเรื่อง **โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด**

วันให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึง วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย อันตราย หรืออาการที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัยหรือจากยาที่ใช้ รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด และมีความเข้าใจดีแล้ว

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้น จนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้โดยสมัครใจ

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปที่เป็นสรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยรับรองว่าหากมีข้อมูลเพิ่มเติมที่ส่งผลกระทบต่อการวิจัย ข้าพเจ้าจะได้รับการแจ้งให้ทราบโดยไม่ปิดบัง ซ่อนเร้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ โดยบุคคลในครอบครัวที่จะเข้าร่วมโครงการประกอบด้วย

ลงนาม.....บิดา

(.....)

ลงนาม.....มารดา

(.....)

ลงนาม.....นักเรียน

(.....)

โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

โปรแกรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว มุ่งเน้นการเสริมสร้างความรัก ความอบอุ่นให้เกิดขึ้น เป็นการเสริมสร้างให้ครอบครัวอยู่กันด้วยความรัก ย่อมทำให้ครอบครัวนั้นเข้มแข็ง พลังความเข้มแข็งของครอบครัวดังกล่าวนี้จะเป็นเสมือนเกราะป้องกันสมาชิกของครอบครัวและเพิ่มภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจของวัยรุ่นให้พ้นจากอันตรายและภัยต่างๆ รวมถึงเป็นปราการป้องกันปัญหายาเสพติดในวัยรุ่น และหล่อหลอมให้เด็กวัยรุ่นมีพัฒนาการไปในทางที่ถูกต้อง เติบโตขึ้นมาเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี มีเหตุผล รู้ผิดชอบชั่วดี มีความรับผิดชอบ และเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป โปรแกรมที่สร้างขึ้นประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มสำหรับวัยรุ่นและครอบครัว จำนวน 8 กิจกรรม ๆ ละ 60-90 นาที ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี กิจกรรมที่ 4 การพัฒนาความใกล้ชิดผูกพันด้วยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมที่ 5 การแสดงออกซึ่งความรักและความเอื้ออาทรกัน กิจกรรมที่ 6 เติมเต็มกำลังใจให้แก่กันและกัน กิจกรรมที่ 7 การจัดการกับความเครียด และกิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

กิจกรรมที่ 1 ครอบครัวของเรา

เวลา 60-90 นาที

วัตถุประสงค์

1.เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกในครอบครัวทุกคน

2.เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวทราบวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโครงการ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมโครงการ

3.เพื่อให้สมาชิกครอบครัวทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมโครงการ

4.เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้แสดงถึงสิ่งที่ประทับใจและได้ทราบความต้องการหรือความปรารถนาของสมาชิกในครอบครัว

อุปกรณ์

เอกสารประกอบการทำกิจกรรมครั้งที่ 1

วิธีดำเนินการ

1.ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้สมาชิกครอบครัวแนะนำตนเอง

2.ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโครงการ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมโครงการ

3.ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

4.ผู้วิจัยให้สมาชิกครอบครัวเขียนสิ่งที่อยู่ในใจออกมาลงในใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 1 โดยให้ลูกเขียนในสิ่งดีๆที่พ่อแม่ทำแล้วลูกประทับใจ และสิ่งที่ลูกปรารถนาหรือต้องการจากพ่อแม่ ส่วนพ่อแม่/ผู้ปกครองให้เขียนในสิ่งดีๆที่ลูกทำแล้วพ่อแม่/ผู้ปกครองประทับใจ และสิ่งที่พ่อแม่ใฝ่ฝันหรือความปรารถนาของพ่อแม่

5.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนพูดคุยกันในเรื่องที่ประทับใจและความต้องการของแต่ละคน ว่าแต่ละคนต้องการอะไรหรือปรารถนาอะไรจากสมาชิกในครอบครัว

6.ผู้วิจัยให้สมาชิกครอบครัวพูดคุยกัน และให้เขียนสรุปออกมาในสิ่งที่ครอบครัวจะปฏิบัติเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้บรรลุในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ

7.ผู้วิจัยสรุปถึงการแสดงออกของสมาชิกในครอบครัวที่ทำให้เกิดความประทับใจต่อกัน และสิ่งที่สมาชิกในครอบครัวปรารถนาให้เกิดขึ้น

8.ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมโครงการครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากการที่สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว
3. สังเกตการสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว

โดยผู้วิจัยจดบันทึกสิ่งที่สังเกตได้ในแบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 1 สำหรับนักเรียน

ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่อยู่ในใจออกมา

1. สิ่งดีๆที่พ่อแม่/ผู้ปกครองทำแล้วนักเรียนประทับใจ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.สิ่งที่นักเรียนปรารถนาหรือต้องการจากพ่อแม่

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 1 สำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง

ให้พ่อแม่/ผู้ปกครองเขียนสิ่งที่อยู่ในใจออกมา

1. สิ่งดีๆที่ลูกทำแล้วพ่อแม่/ผู้ปกครองประทับใจ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ความใฝ่ฝันหรือสิ่งที่พ่อแม่/ผู้ปกครองต้องการ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 1 สิ่งที่ครอบครัวจะปฏิบัติ

สิ่งที่สมาชิกในครอบครัวจะปฏิบัติเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้บรรลุในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ มีดังต่อไปนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 1

สิ่งที่สังเกต	รายละเอียด
1.สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม	
2.การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว	
3.การสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว	

กิจกรรมที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

เวลา 60-90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเองในครอบครัว และสามารถปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบได้อย่างเหมาะสม

อุปกรณ์

เอกสารประกอบการทำกิจกรรมครั้งที่ 2

วิธีดำเนินการ

1.ผู้วิจัยให้สมาชิกครอบครัวสำรวจตนเองและครอบครัว ว่าแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่อย่างไรในครอบครัว และให้เขียนลงในใบบันทึกกิจกรรมเรื่องบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

2.ผู้วิจัยให้แต่ละคนเล่าเกี่ยวกับความรู้สึกว่าแต่ละคนมีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับภารกิจที่เขารับผิดชอบ ความรู้สึกและความคาดหวังซึ่งกันและกันกับสมาชิกคนอื่นในครอบครัว

3.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวตามภารกิจที่สมาชิกแต่ละคนรับผิดชอบ และร่วมกันอภิปรายความสำคัญของการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง

4.ผู้วิจัยสรุปประเด็นปัญหาที่เกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวตามภารกิจที่สมาชิกแต่ละคนรับผิดชอบตามบทบาทหน้าที่ของตน โดยผู้วิจัยจะเน้นในการที่ให้สมาชิกของครอบครัวแต่ละคนมีวิธีการและแนวทางที่จะปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตน

5.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันสรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

6.ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมโครงการครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากการที่สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว
3. สังเกตการสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว
4.สังเกตความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว จากการแสดงออกของสมาชิกครอบครัว โดยผู้วิจัยจดบันทึกสิ่งที่สังเกตได้ในแบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 2 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

ให้ท่านสำรวจตนเองและสมาชิกครอบครัว หลังจากนั้นเติมข้อความเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัวของท่านให้เข้าใจได้ชัดเจน

สมาชิกในครอบครัว	งานที่รับผิดชอบตามบทบาทและหน้าที่ภายในครอบครัว	ลักษณะที่ดี	ลักษณะที่ต้องปรับปรุง
พ่อ			
แม่			
ลูก			

แบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 2

สิ่งที่สังเกต	รายละเอียด
1.สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม	
2.การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว	
3.การสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว	
4.ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว	

กิจกรรมที่ 3 สร้างความรักในบ้าน ด้วยการสื่อสารที่ดี

เวลา 60-90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวสามารถใช้ภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัว

อุปกรณ์

เอกสารประกอบการทำกิจกรรมครั้งที่ 3

วิธีดำเนินการ

1.ผู้วิจัยและสมาชิกทุกคนในครอบครัว ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการสื่อสารในครอบครัว

2.ผู้วิจัยให้สมาชิกครอบครัวสำรวจการสื่อสารในครอบครัว แล้วให้สมาชิกในครอบครัวเขียนลงในแบบบันทึกการสื่อสารในครอบครัว โดยตอบใน 4 ประเด็นได้แก่ คำพูดที่ไม่อยากได้ยิน ท่าทางหรือการกระทำที่ไม่อยากเห็น คำพูดที่อยากได้ยิน และท่าทางหรือการกระทำที่อยากเห็นจากสมาชิกในครอบครัว

3.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว

4.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนสื่อความคิด ความรู้สึกและความต้องการต่อกัน โดยใช้ถ้อยคำที่เหมาะสม และร่วมกันเสนอแนวทางในการสื่อสารที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัว

5.ผู้วิจัยสรุปประเด็นเกี่ยวกับการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว โดยเน้นให้เห็นความสำคัญของการสื่อสาร และให้นำแนวทางในการสื่อสารที่เหมาะสมทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางระหว่างสมาชิกในครอบครัวไปปฏิบัติ

6.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวร่วมกันสรุปและอภิปรายประเด็นที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

7.ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมโครงการครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากการที่สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว
3. สังเกตการสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว
4.สังเกตการใช้ภาษาถ้อยคำ และ ท่าทางที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัว

โดยผู้วิจัยจดบันทึกสิ่งที่สังเกตได้ในแบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 3 การสื่อสารในครอบครัว

ให้ท่านสำรวจตนเองและสมาชิกครอบครัว หลังจากนั้นเติมข้อความเกี่ยวกับการสื่อสารของสมาชิกในครอบครัวของท่านให้เข้าใจได้ชัดเจนและตามความเป็นจริง

1.คำพูดที่ไม่อยากได้ยินจากสมาชิกในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.ท่าทางหรือการกระทำที่ไม่อยากเห็นจากสมาชิกในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.คำพูดที่อยากได้ยินจากสมาชิกในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.ท่าทางหรือการกระทำที่อยากเห็นจากสมาชิกในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

.....

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 3 แนวทางในการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว

สิ่งที่สมาชิกในครอบครัวจะปฏิบัติเพื่อให้เกิดการสื่อสารที่เหมาะสมระหว่างสมาชิกในครอบครัวมีดังต่อไปนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 3

สิ่งที่สังเกต	รายละเอียด
1.สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม	

2.การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว	
3.การสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว	
4.การใช้ภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทางระหว่างสมาชิกในครอบครัว	

.

.

.

.

.

.

.

กิจกรรมที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

เวลา 60-90 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้ระลึกถึงสิ่งที่ทำให้เกิดการสร้างเสริมความรัก ความสุข และสิ่งดีๆที่เกิดขึ้นในครอบครัว

อุปกรณ์

เอกสารประกอบการทำกิจกรรมครั้งที่ 8

วิธีดำเนินการ

1.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวเล่าถึงประสบการณ์และแสดงความรู้สึกที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

2.ผู้วิจัยให้แจกใบงานประกอบกิจกรรมเป็นกระดาษรูปหัวใจ 2 แผ่น เพื่อให้สมาชิกครอบครัวเขียนพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงหรือเลิก และสิ่งที่จะทำต่อไปในอนาคตเพื่อให้ครอบครัวของตนเองมีแต่บรรยากาศของความรัก ความอบอุ่น

3.ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนได้เล่าและระบายความรู้สึกในสิ่งที่ได้เขียนไว้ในกระดาษ ซึ่งเปรียบเสมือนสัญญาใจที่มีให้ไว้กับครอบครัวในการที่จะทำให้ครอบครัวเกิดความรักความอบอุ่น

4.ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับการเสริมสร้างความรักในครอบครัว และผลของการเข้าร่วมโครงการในครั้งนี้ จะทำให้สมาชิกในครอบครัวมีเวลาอยู่ร่วมกัน มีความใกล้ชิดสนิทสนม รักใคร่ผูกพัน และเกิดความรัก ความเข้าใจ และความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัวมากยิ่งขึ้น

5. ผู้วิจัยให้สมาชิกในครอบครัว สรุปผลที่ได้จากการเข้าร่วมโครงการ รวมทั้งการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโครงการไปใช้ในชีวิตประจำวัน

6.ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามการเสริมสร้างความรักในครอบครัว ซึ่งเป็นฉบับเดียวกันกับที่นักเรียนทำก่อนเข้าร่วมโครงการ

7.ผู้วิจัยกล่าวยุติโครงการ และนัดหมายอีก 1 เดือนเพื่อให้นักเรียนตอบแบบสอบถามการเสริมสร้างความรักในครอบครัวในระยะติดตามผล

การประเมินผล

1. สังเกตจากการที่สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว
3. สังเกตการสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว

4.สังเกตการแสดงออกของสมาชิกในครอบครัว ที่แสดงถึงความรู้สึกที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว

โดยผู้วิจัยจดบันทึกสิ่งที่สังเกตได้ในแบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม

ใบบันทึกกิจกรรมครั้งที่ 8 ผูกสัมพันธ์วันแห่งความรัก

สมาชิกในครอบครัวทุกท่านจะได้รับแจกกระดาษแข็งตัดเป็นรูปหัวใจ คนละ 2 แผ่น สีและปากกา

1.ให้สมาชิกเขียนถึงพฤติกรรมที่ตนเองต้องการเปลี่ยนแปลงหรือเลิกเพื่อให้เกิดผลดีต่อครอบครัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ให้สมาชิกเขียนถึงสิ่งที่ตนเองจะปฏิบัติหรือสิ่งที่จะทำต่อไปในอนาคตเพื่อให้ครอบครัวของตนเองมีแต่บรรยากาศของความรัก ความอบอุ่น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งที่ 8

สิ่งที่สังเกต	รายละเอียด
1.สมาชิกครอบครัวให้ความร่วมมือ สนใจในการทำกิจกรรม	
2.การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือแสดงความรู้สึกของสมาชิกในครอบครัว	
3.การสนใจซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกครอบครัว	
4.การแสดงความรู้สึกที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมการเสริมสร้างความรักในครอบครัว	

แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
มหาวิทยาลัยบูรพา

---

1. โครงการวิจัย

ภาษาไทย โปรแกรมการเสริมสร้างความรักเพื่อพิทักษ์วัยรุ่นไทยจากสารเสพติด

ภาษาอังกฤษ **Program of Promoting Love to Prevent Drug Addiction for Thai Adolescents.**

2. ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : อาจารย์สงวน ธานี

3. หน่วยงานที่สังกัด : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

4. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดโครงการวิจัย เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวกับ

1) เคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย
2) วิธีการอย่างเหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์ และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัย ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(/) รับรองโครงการวิจัย

( ) ไม่รับรอง

5. วันที่ที่ให้การรับรอง : **5 มกราคม พ.ศ. 2549**

ลงนาม .....

(ศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ พันธุวัฒนา)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

321183

รายชื่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
งานส่งเสริมการวิจัย กองบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา

เพื่อเป็นการคุ้มครอง และปกป้องต่อตัวอย่างที่จะดำเนินการวิจัยทั้งที่เป็นมนุษย์ สัตว์ พืช วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม ในการดำเนินงานวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพา และให้การดำเนินการวิจัยถูกต้องตามหลักจริยธรรม หลักสิทธิมนุษยชน และจรรยาบรรณนักวิจัย โดยพิจารณาและให้ความเห็นประเด็นจริยธรรมของโครงการวิจัย ในมนุษย์ สัตว์ พืช วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ตำแหน่ง	หน่วยงานที่สังกัด
1.	ศ.ดร.สมศักดิ์ พันธุวัฒนา	ประธานกรรมการ	สำนักงานอธิการบดี
2.	ศ.ดร.นพ.ศาสตรี เสาวคนธ์	รองประธานกรรมการ	คณะสาธารณสุขศาสตร์
3.	นพ.วรรณะ อูนากูล	กรรมการ	คณะแพทยศาสตร์
4.	ดร.พิศมัย หอมจำปา	กรรมการ	คณะสาธารณสุขศาสตร์
5.	ดร.สมโภชน์ อเนกสุข	กรรมการ	คณะศึกษาศาสตร์
6.	ผศ.ดร.วุฒิชาติ สุนทรสมัย	กรรมการ	คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
7.	ดร.วรเทพ มุธุวรรณ	กรรมการ.	สถาบันวิทยาศาสตร์ทางทะเล
8.	นางสาวสุชาดา มณีสุธรรม	กรรมการ	งานวินัยและนิติกร กองการเจ้าหน้าที่
9.	รศ.ดร.วรรณี เดียวอิศเรศ	กรรมการและเลขานุการ	สำนักงานอธิการบดี
10.	นางสาวกฤษณา วีระญาโณ	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ	งานส่งเสริมการวิจัย กองบริการการศึกษา
11.	นางสาวรุ่งนภา มานะ	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ	งานส่งเสริมการวิจัย กองบริการการศึกษา