

การศึกษาพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย

A Study of Personal Power of Single-Mothers in Thai Society

Corresponding author¹,
Nattyvip999@gmail.com¹

ณัฐกา สงวนวงษ์¹, พิศมัย รัตนโรจน์สกุล²,
พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์³ และ ทศพร มณีศรีขำ⁴
Nattaka Sanguanwong¹, Pissamai Ratanarojnasakul²,
Patcharaporn Srisawat³ and Totsaworn Maneesrikum⁴

Received: September 20, 2018

Revised: November 15, 2018

Accepted: November 29, 2018

บทคัดย่อ

ครอบครัวแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเป็นปรากฏการณ์ที่หลายภาคส่วนในสังคมให้ความสำคัญ ทั้งนี้พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสามารถในการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงและระดับระบอบครอบครัวให้ทำหน้าที่ได้อย่างมั่นคง แต่ยังไม่มีการให้นิยามพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในเชิงแนวคิดทฤษฎีในบริบทสังคมไทย การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความหมายและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในบริบทสังคมไทย โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพตามแนวทางการสร้างทฤษฎีจากฐานราก กลุ่มเป้าหมายคือแม่เลี้ยงเดี่ยวอายุระหว่าง 30-45 ปี ในกรุงเทพมหานคร ที่มีประสบการณ์เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวมาไม่น้อยกว่า 3 ปี เจาะจงกลุ่มแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสังคมในระดับปานกลางลงมา และพิจารณาคัดเลือกเฉพาะแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีแนวโน้มพลังอำนาจภายในสูง คือสามารถปรับตัวผ่านวิกฤตการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวมาสู่จุดที่มั่นคงได้ ซึ่งได้รับการแนะนำมาจากผู้ที่ทำงานใกล้ชิดกับแม่เลี้ยงเดี่ยวรวมทั้งการบอกต่อกันมา เก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 12 คน โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก มีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาจากการสัมภาษณ์เพื่อนำไปสร้างข้อเสนอเชิงทฤษฎี และยืนยันข้อเสนอเชิงทฤษฎีโดยผู้มีประสบการณ์ทำงานกับแม่เลี้ยงเดี่ยว

ผลการวิจัย แสดงให้เห็นความหมายและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว 5 คุณลักษณะ คือ (1) การรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง คือ การรับรู้และเชื่อความสามารถตนเองในการจัดการปัญหา ซึ่งหล່หลอมจากประสบการณ์ การเรียนรู้ ตัวแบบ การได้รับการยอมรับและความสำเร็จในการเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว (2) การยอมรับและตระหนักในตนเอง คือ การยอมรับตนเอง การคิดพึ่งตนเอง และการเห็นคุณค่าศักดิ์ศรีของตนเอง (3) การมีมุมมองด้านบวก คือ การให้ความหมายเชิงบวกหรือมุมมองที่แตกต่าง การสร้างคุณค่าความหมายให้ชีวิต และความเข้าใจต่อโลกและชีวิต (4) การกำหนดชีวิตตัวเอง คือ การตัดสินใจเลือกและกระทำอย่างอิสระ การกำหนดเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้ของตัวเอง

¹ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาจารย์ประจำ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

³ อาจารย์ที่ปรึกษาช่วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาจารย์ประจำ หลักสูตรการวิจัยและพัฒนาศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

⁴ อาจารย์ที่ปรึกษาช่วย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชำระการบ้านาญ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ความมุ่งมั่นในการกระทำ และความสามารถในการจัดการปัญหา และ (5) การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม คือ การมองเห็นและใช้แหล่งสนับสนุนที่มีอยู่ รวมทั้งสามารถเข้าถึงข้อมูลความรู้ที่นำมาใช้พัฒนาตนเอง ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวนำไปเป็นข้อมูลในการออกแบบกระบวนการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลเพื่อเสริมพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวต่อไป

คำสำคัญ : พลังอำนาจภายใน พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว แม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย

ABSTRACT

The rapidly increasing number of single-mother families is the phenomena that several sectors in society give priority. Although personal power of single-mother is an important factor affecting capability to deal with change, and support her family to do its duties, there was no theoretical definition of personal power of single-mothers in the context of Thai society. This research aimed to study meaning and characteristics of personal power of single-mother in Thai society context using qualitative research with as grounded theory method. Target group is single-mothers aged between 30 and 45 years old who lives in Bangkok, with experience of being single mothers longer than 3 years and socioeconomic status in moderate and level lower. Single mothers having a tendency to have high personal power that could adapt themselves through crisis of changes in families to the secure state were selected from a group of them recommended by persons who had worked closely with single mothers and Snowball Sampling. Information was collected from twelve key informants by in-depth interview. An analysis of the content from the interviews led to the theoretical proposal. The theoretical proposition was confirmed by experienced practitioners working with single mothers.

The results of the research have shown meaning and five characteristics of single-mothers personal power: (1) Recognition and belief in self-efficacy that is recognition and belief in self-efficacy to deal with problems which derived from experiences, learning, models, being acknowledged, and success of being single-mother (2) Self-acceptance and awareness are self-acceptance, thinking of self-reliance and awareness of self-honor (3) Positive thinking perspective is giving positive meaning or accepting different perspectives, creating meaning of life, and world and life understandings (4) Self-determination is decision to choose and act independently, setting possible goal of life for oneself, determination for action, and capability for solving problem (5) Seeing opportunity and social support is perception and using available support including capability to access knowledge to develop oneself. These results of the study would be information to design procedure of individual counseling to enhance personal power of single-mother in the future.

Keywords : Personal Power, Personal Power of Single-Mother, Single-Mother in Thai Society

บทนำ

ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวเป็นรูปแบบครอบครัวที่ขยายตัวอย่างรวดเร็วทั่วโลก ซึ่งมีสาเหตุมาจากการหย่าร้าง การแยกทาง การเสียชีวิตของคู่สมรส ความรุนแรงในครอบครัว การตั้งครภไม่พร้อม รวมทั้งสาเหตุอื่น และส่วนใหญ่เป็นครอบครัวแม่เลี้ยงเดี่ยว หลายภาคส่วนในสังคมไทยตระหนักถึงความสำคัญของครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวมากขึ้น ในฐานะประชากรที่ถูกทำให้เป็นชายขอบและเผชิญความไม่เป็นธรรมในสังคม เช่น ความไม่เท่าเทียมทางเพศ อคติจากสังคม ความเปราะบางทางเศรษฐกิจ (กมลชนก ขำสุวรรณ และ บุรเทพ โชคธนาบุญกุล, 2555, น.319-340) และการประชุมสมัชชาครอบครัวระดับชาติ ประจำปี 2558 โดยกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว ยังเผยแพร่ข้อมูลจากการวิจัยว่า เด็กผู้หญิงที่เติบโตในครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวมีโอกาสเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวในอนาคต อีกทั้งแม่วัยรุ่นจำนวนมากไม่น้อยก็มาจากครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งสะท้อนถึงปัญหาที่ตกทอดกันมา (ไทยรัฐ, 2558, ออนไลน์)

เมื่อต้องเผชิญกับภาวะวิกฤตในชีวิตครอบครัว แม่เลี้ยงเดี่ยวต้องพบกับปัญหาที่หลากหลายและซับซ้อน ทั้งด้านเศรษฐกิจ คุณภาพชีวิต พัฒนาการและโอกาสทางการศึกษาของบุตร (Mather, 2010, p.3-4) ปัญหาสำคัญประการหนึ่งแม่เลี้ยงเดี่ยวต้องเผชิญ คือปัญหาสุขภาพจิต ความทุกข์ทางจิตใจ หรือมีบาดแผลทางจิตใจที่ส่งผลในระยะยาว (Hamid & Salleh, 2013, p.1155; Atkins, 2010, p.159; สุริย์พร และ กมลพรรณ พันพื้ง, 2552, น.140-141) เช่น ความรู้สึกล้มเหลว โดดเดี่ยว สูญเสียความมั่นใจ ต่ำห็นตนเอง ซึมเศร้า ความกังวลเรื่องลูก ความเหงาจากการขาดคู่ชีวิต หรือกรณีผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรง แม้จะพ้นสภาพนั้นมาแล้ว แต่ปัญหาทางจิตใจยังคงอยู่ เป็นต้น ซึ่งความเข้มข้นของสภาพปัญหาหรือผลกระทบทางจิตใจขึ้นอยู่กับบริบทสังคมวัฒนธรรมที่แตกต่างกันด้วย

แม่เลี้ยงเดี่ยวบางคนยังอาจได้รับทัศนคติในเชิงลบจากสังคม ที่ส่งผลต่อภาพลักษณ์ตนเอง ทำให้รู้สึกไม่เชื่อมั่น ไม่ยอมรับตนเอง และมีแนวโน้มตัดสินใจคุณค่าตัวเองตามกรอบความสมบูรณ์แบบของครอบครัว (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย และคณะ, 2558, น.83; สุริย์พร และ กมลพรรณ พันพื้ง, 2558, น.10; กมลชนก ขำสุวรรณ และ บุรเทพ โชคธนาบุญกุล, 2555, น. 327) ซึ่งเป็นแนวคิดที่ได้รับการปลูกฝังมาในครอบครัวและสังคม จึงเป็นสิ่งสำคัญที่แม่เลี้ยงเดี่ยวต้องสร้างพลังอำนาจภายในตนเองเพื่อก้าวพ้นช่วงการปรับตัวให้ได้ สิ่งสำคัญประการหนึ่ง นอกจากอคติจากคนอื่นที่ต้องก้าวข้ามผ่านแล้ว แม่เลี้ยงเดี่ยวยังต้องก้าวพ้นการตัดสินใจตนเองจากกรอบที่ตัวเองมีอยู่ด้วย (สุริย์พร และ กมลพรรณ พันพื้ง, 2558, น.10; กมลชนก ขำสุวรรณ และ บุรเทพ โชคธนาบุญกุล, 2555, น. 327; บุศกร กาศมณี และคณะ, 2552, น. 86-92; สุภาภรณ์ อธิภุมมมงคล, 2552, น.199)

ในกระบวนการช่วยเหลือทางด้านจิตใจ การเสริมพลังอำนาจเป็นกระบวนการหนึ่งที่น่าสนใจใช้ฟื้นฟูพลังอำนาจให้กับผู้หญิง หรือบุคคลที่มีประสบการณ์ถูกเลือกปฏิบัติ อยู่ภายใต้เงื่อนไขของความไร้อำนาจ หรือถูกกดขี่ในวัฒนธรรม ระบบโครงสร้าง หรือความสัมพันธ์ทางสังคม การเสริมพลังอำนาจเป็นการเปลี่ยนแปลงจากความไร้อำนาจไปสู่การมีอำนาจภายในตน (Gutierrez, Parsons, & Cox, 1998, p.29) โดยเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงความคิด เพิ่มความสามารถในการเข้าถึงคุณค่าแห่งตน เกี่ยวโยงกับความเข้มแข็งภายใน และนำไปสู่การกระทำที่จะเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ชีวิตให้ดีขึ้น (Gutierrez et al., 1998, p.35; Perkins & Zimmerman, 1995, p. 569)

พลังอำนาจภายในเป็นคุณลักษณะทางจิตวิทยาซึ่งสร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคล เป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อต่อการสร้างหรือเปลี่ยนแปลงรูปแบบชีวิต (Chandler, 1991, p.222-223; Citing Adler, 1964) และยังเป็นเป้าหมายสำคัญในการเสริมศักยภาพประชากรกลุ่มเปราะบาง อาทิ ผู้หญิง เด็ก ในบริบทของการให้คำปรึกษาชุมชน (Community Counseling) โดยเฉพาะในระยะเปลี่ยนผ่านของชีวิต อาทิการกลายเป็นครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว (Lewis, Lewis, Daniels, & D. Andrea, 2003, p.95-96) ซึ่งจากที่ผู้วิจัยได้ศึกษาประสบการณ์ชีวิตของแม่เลี้ยงเดี่ยวในเบื้องต้น พบว่า พลังอำนาจภายในเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อ ความสามารถในการดำรงอยู่อย่างมั่นคง การปรับตัว และการสร้างความหมายใหม่ให้กับชีวิต

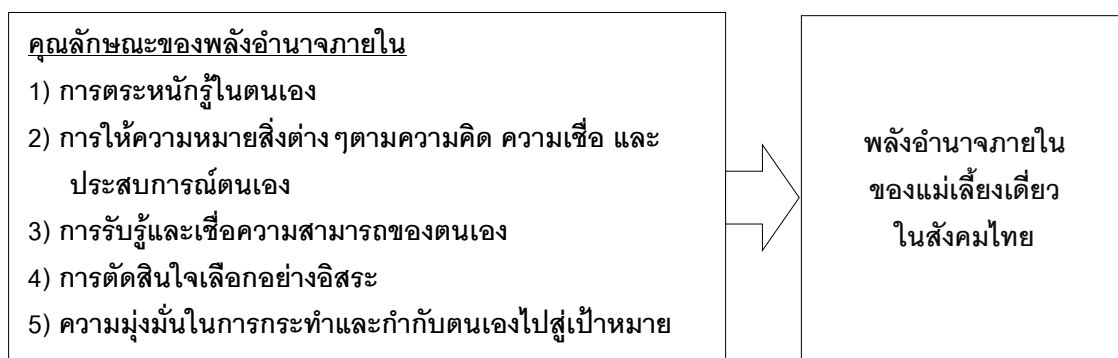
โดยจะช่วยเสริมพลังผู้หญิงในการต้องใช้ชีวิตทวนกระแสอุดมการณ์ครอบครัวสมบูรณ์แบบที่ครอบงำอยู่ และสร้างตัวตนใหม่ เพื่อเปิดพื้นที่ให้ครอบครัวในอีกรูปแบบหนึ่ง

ด้วยข้อมูลดังกล่าว ประกอบกับการที่ผู้วิจัยมีโอกาสได้พบแม่เลี้ยงเดี่ยวหลายคน ที่ต่างเศรษฐกิจ ต่างภูมิภาค ต่างวัฒนธรรม ได้สัมผัสทั้งจุดที่เปราะบาง และความเข้มแข็งของแม่เลี้ยงเดี่ยว และมองเห็นการพยายามก้าวข้ามกรอบที่ครอบอยู่ รวมทั้งเห็นการก้าวข้ามได้ด้วยพลังความคิดบางอย่างภายในตนเอง จึงจุดประกายให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในบริบทสังคมไทย ซึ่งเป็นองค์ความรู้สำคัญที่ยังมีคนที่ให้ความสนใจไม่มากนัก เพื่อเปิดพื้นที่ให้ชุมชนพลังและคุณค่าภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวให้ปรากฏในฐานะความรู้ความจริงจากประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวเอง เพื่อนำผลจากการศึกษาไปสร้างเครื่องมือการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จะช่วยเสริมพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในบริบทสังคมไทยได้ต่อไป

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างความเข้าใจ ครอบคลุมเนื้อหาสำคัญ คือ (1) ปรากฏการณ์แม่เลี้ยงเดี่ยว ที่อธิบายความหมายครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว สาเหตุการเข้าสู่การเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว วาทกรรมแม่เลี้ยงเดี่ยว สภาพปัญหาและการปรับตัวของแม่เลี้ยงเดี่ยว และ (2) พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว ที่อธิบายถึงความสำคัญ ความหมาย คุณลักษณะของพลังอำนาจภายใน และการเสริมพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว

การวิจัยนี้ได้กำหนดกรอบแนวคิดของการวิจัยจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับพลังอำนาจภายใน (Personal power) (Thomas, 1917, p. 3-6; Chandler, 1991, p. 222-223; Lammers; et al., 2009, p. 1543-1545; Van Dijke; et al., 2006, p. 538-539) และหลายแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง คือ ทฤษฎีจิตวิทยาแบบปัจเจกบุคคล (Individual Psychology) ของอัลเฟรด แอดเลอร์ (Adler, 1964) ทฤษฎีการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment Theory) แนวคิดปัญญาทางจิตวิญญาณ (Spiritual Intelligence) (Zohar & Marshall, 2004) รวมทั้งศึกษาคุณลักษณะที่ใกล้เคียงกับพลังอำนาจภายใน คือ อำนาจภายใน (Power-within) (Zohar & Marshall, 2004; Vanzant, 2008; อวยพร เชื้อนแก้ว, 2554) การเสริมพลังอำนาจภายในบุคคล (Personal Empowerment) (Mathews, 2011; Cattaneo, & Chapman, 2010, p. 647) และการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจ (Psychological Empowerment) (Tahir, & Rana, 2012, p. 87; Citing L. M. Gutierrez, 1995, p. 229-237; Zimmerman, 1995, p. 581-582, 588; Sparks, 2012, p. 453; citing Daiski, 2004, p. 43-50, Spreitzer, 1995, p. 1442-1465) จากแนวคิดทฤษฎีที่ศึกษาทั้งหมด ผู้วิจัยได้นำมาสร้างกรอบแนวคิดเป็นแผนที่นำทางสำหรับการศึกษาความหมายและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว โดยเป็นกรอบแนวคิดที่สามารถปรับเปลี่ยนได้เมื่อพบข้อมูลจากประสบการณ์ที่เฉพาะเจาะจงและแตกต่างกันไป ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาและพัฒนาข้อเสนอเชิงทฤษฎีเกี่ยวกับความหมายและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย

การดำเนินการวิจัย

วิธีวิทยาในการวิจัย

ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีการสร้างทฤษฎีฐานราก (Grounded Theory Method) ซึ่งเป็นการสร้างข้อเสนอเชิงทฤษฎีจากข้อมูลที่ค้นพบ อันมาจากประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวเองที่ทำงานร่วมกับผู้วิจัยในการให้ความหมาย ตีความ วิเคราะห์ และสรุปเป็นข้อเสนอเชิงทฤษฎี ซึ่งเป็นการสร้างความจริงที่ยกระดับขึ้นมาจากประสบการณ์ของผู้เป็นเจ้าของประสบการณ์เอง ทำให้ได้ข้อมูลในมิติที่เฉพาะเจาะจงกับกลุ่มเป้าหมายและสอดคล้องกับบริบทของสังคมไทย

กลุ่มเป้าหมายการวิจัย

กลุ่มเป้าหมายในการวิจัย เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวอายุระหว่าง 30-45 ปี ซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบหลักในครอบครัว และทำหน้าที่ดูแลบุตรที่อายุต่ำกว่า 18 ปี เพียงลำพัง ผ่านประสบการณ์ชีวิตการเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวมาไม่ต่ำกว่า 3 ปี จากสาเหตุการหย่าร้าง การแยกกันอยู่ การถูกทอดทิ้ง การเสียชีวิตของคู่สมรส การตัดสินใจเลิกอยู่ด้วยกัน การตั้งครมภ์โดยไม่พร้อม หรือสาเหตุอื่น เน้นกลุ่มแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมในระดับปานกลางลงไป ซึ่งเป็นกลุ่มแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีโอกาสได้รับการสนับสนุนทางสังคมค่อนข้างน้อย

การเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) จำนวน 12 คน เป็นการเลือกกลุ่มเป้าหมายในทางทฤษฎี (Theoretical Sampling) กำหนดเกณฑ์การเลือกโดยพิจารณาจากแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีแนวโน้มของอำนาจภายในที่สูง ตามที่ผู้วิจัยศึกษาจากเอกสารและงานวิจัย คือ เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ผ่านวิกฤตการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวมาสู่จุดที่มีความมั่นคง มีความสามารถในการปรับตัวกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ มีความรู้สึกและมุมมองเชิงบวก รู้สึกพึงพอใจในชีวิตตนเอง เชื่อในความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่นที่จะเอาชนะอุปสรรคและความท้าทายในชีวิต รวมทั้งเป็นผู้ที่มีความพร้อมจะบอกเล่าประสบการณ์ชีวิตและสภาวะทางจิตใจ มีการค้นหาผู้ให้ข้อมูลหลักโดยวิธีการบอกต่อ (Snowball) และค้นหาจากองค์กร หน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการดูแลแม่เลี้ยงเดี่ยว

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น คือ คุณลักษณะของพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว ประกอบไปด้วย 1) การตระหนักรู้ในตนเอง 2) การให้ความหมายสิ่งต่างๆ ตามความคิด ความเชื่อ และประสบการณ์ตนเอง 3) การรับรู้และเชื่อความสามารถของตนเอง 4) การตัดสินใจเลือกอย่างอิสระ และ 5) ความมุ่งมั่นในการกระทำและกำกับตนเองไปสู่เป้าหมาย

ตัวแปรตาม คือ พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย

วิธีการเก็บข้อมูล

ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นรายบุคคลใช้เวลา 3-4 ชั่วโมง โดยระหว่างเก็บข้อมูลจะมีการวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมๆ กัน จนกว่าข้อมูลจะอิ่มตัว หรือเมื่อพบว่าไม่มีข้อมูลใหม่ หรือแตกต่างไปจากข้อมูลที่ได้รับมาก่อนหน้านี้แล้วจึงยุติการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือหลักที่ใช้ในการวิจัย คือ แนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structure Interview) สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) เพื่อเป็นแนวทางเจาะลึกข้อมูลที่ต้องการ เน้นคำถามปลายเปิด แนวคำถามหลักจะมองผ่านประสบการณ์การเข้าสู่สถานะแม่เลี้ยงเดี่ยว สภาวะทางจิตใจ กระบวนการปรับตัว การเสริมพลังตนเอง การสร้างคุณค่า ความหมายของครอบครัวใหม่ บทเรียนจากประสบการณ์ เพื่อนำไปวิเคราะห์ให้เห็นความหมายและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว แนวคำถามนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นตามคำถามการวิจัย เป้าหมายการวิจัย และกรอบแนวคิดการวิจัย และมีการตรวจสอบคุณภาพของแนวคำถามโดยผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้ รวมทั้งในระหว่างเก็บข้อมูลมีการพัฒนาข้อคำถามที่เจาะลึกและเฉพาะเจาะจงกับข้อมูลที่ต้องการมากขึ้น

จรรยาบรรณของการวิจัย

งานวิจัยเรื่องนี้ได้รับการอนุมัติจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เลขที่ IRB SWUEC/E-218/2559 โดยผู้วิจัยคำนึงถึงจรรยาบรรณ ความรับผิดชอบ และไม่ทำให้เกิดผลกระทบทางลบต่อกลุ่มเป้าหมาย ให้ความเคารพในสิทธิ ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของบุคคล ผู้วิจัยอธิบายเป้าหมายการวิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเข้าใจอย่างชัดเจน ไม่หลอกลวงหรือบีบบังคับ โดยให้เป็นความยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลหลักก่อนเริ่มสัมภาษณ์และบันทึกเสียง มีการรักษาความลับ นำข้อมูลไปใช้เพื่อการวิเคราะห์ข้อมูลเท่านั้น ไม่นำข้อมูลส่วนบุคคลไปเปิดเผย และใช้ชื่อสมมติในการนำเสนอข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาเพื่อนำไปสู่การสร้างข้อเสนองเชิงทฤษฎีตามแนวทางของทฤษฎีจากฐานราก (Grounded Theory) โดยเริ่มจากการถอดเทปอย่างละเอียด เรียบเรียงเนื้อหาเบื้องต้น คัดเลือกข้อมูล ตีความและให้ความหมายข้อมูล สร้างความคิดรวบยอด จัดกลุ่มข้อมูล เปรียบเทียบข้อมูล จัดลำดับข้อมูล และสรุปข้อมูลสร้างเป็นข้อเสนองเชิงทฤษฎี ในระยะของการเก็บข้อมูลผู้วิจัยมีการตรวจสอบข้อมูลไปพร้อมกัน ซึ่งเป็นกระบวนการวิเคราะห์ที่เปรียบเทียบข้อมูลเดิมกับข้อมูลใหม่ตลอดเวลา มีการตีความข้อมูลที่ได้รับเข้ามาเรื่อยๆ เพื่อให้รู้ว่าข้อมูลที่ได้รับนั้นอ้อมตัวเพียงพอจะตอบคำถามการวิจัยได้หรือไม่ และมีการวิเคราะห์ต่อเนื่องหลังการเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยเป็นผู้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเอง และนำข้อมูลไปตรวจสอบกับผู้ที่มีประสบการณ์ทำงานกับแม่เลี้ยงเดี่ยวเพื่อยืนยันข้อเสนองเชิงทฤษฎีอีกครั้ง (ชาย โพธิ์สิตา, 2556, น.172-174; วรรณดี สุทธินิรากร, 2556, น.111-146; ศิริพร จิรวินน์กุล, 2555, น.118-133; เบญจฯ ยอดดำเนิน-แอ็ดติงค์ และ กาญจนา ตั้งชลทิพย์, 2552, น. 51-63,77-78)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยซึ่งวิเคราะห์จากประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักจะนำเสนอเป็น 2 ส่วน คือ ความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว และคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว โดยมีการวิเคราะห์ในรายละเอียดดังนี้

1. **ความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว** จากการสัมภาษณ์เชิงลึกแม่เลี้ยงเดี่ยวจำนวน 12 คนที่มีแนวโน้มพลังอำนาจภายในสูง ทำให้เห็นความหมายพลังอำนาจภายในที่เฉพาะเจาะจงมากยิ่งขึ้น ข้อค้นพบมีทั้งส่วนที่สอดคล้องและส่วนที่เพิ่มเติมจากการวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎี ข้อมูลในส่วนที่สอดคล้องกันอธิบายว่า เป็นอำนาจที่จะกำหนดชีวิตตนเองอย่างเป็นอิสระ โดยไม่ขึ้นกับกับสิ่งอื่น หรือบุคคลอื่น ซึ่งแม่เลี้ยงเดี่ยวหลายคนสะท้อนถึงการมีชีวิตที่ลิขิตด้วยตัวเอง การสร้างชีวิตของตัวเอง โดยไม่ยอมแพ้โชคชะตา และข้อมูลยังขยายความถึงพลังอำนาจภายในที่มาจากความสามารถในการรับผิดชอบตัวเอง การพึ่งพาตนเองได้ ทำให้รู้สึกถึงอำนาจเหนือตนเอง

พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวเกี่ยวข้องกับความสามารถในการกำหนดชีวิตตัวเอง โดยสะท้อนจากการตัดสินใจเลือกอย่างอิสระในการเลือกเส้นทางชีวิต หรือเดินออกจากความสัมพันธ์ที่พังลง ซึ่งเป็นการตัดสินใจด้วยเหตุผล ตามการไตร่ตรองของตัวเอง พร้อมทั้งยอมรับผลจากการตัดสินใจนั้น และยังคงแสดงให้เห็นจากความมุ่งมั่นลงมือทำอย่างจริงจัง ดินรนสู่เอาชนะอุปสรรค เพื่อพึ่งตนเอง เพื่อความมั่นคงในชีวิต และมุ่งสู่เป้าหมายของตัวเอง

พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวยังมาจากการใช้พลังของความคิดกำหนดการเดินทางของชีวิต เป็นมุมมองความคิดด้านบวก การให้ความหมายเชิงบวกต่อสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงความเข้าใจต่อสถานการณ์ความจริงในชีวิต การยอมรับความเปลี่ยนแปลง ทั้งความทุกข์และสุขในชีวิตว่าเป็นธรรมดาที่ต้องพบ ซึ่งเป็นการให้ความหมายที่ขยายความเพิ่มเติมมากกว่าการวิเคราะห์เชิงทฤษฎี

พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในอีกแง่มุมหนึ่งคือความสามารถในการมองเห็นและเปิดโอกาสให้ตัวเอง เข้าถึงการสนับสนุนทางสังคมในด้านต่างๆ ทั้งความรัก การเกื้อกูลดูแล การรับฟัง การให้คำปรึกษา การช่วยเหลือด้านการเงินจากคนในครอบครัว เครือญาติและแหล่งช่วยเหลืออื่น รวมทั้งการแสวงหาของแม่เลี้ยงเดี่ยวเพื่อเข้าถึงทักษะ ข้อมูล ความรู้ที่นำมาใช้พัฒนาตนเอง โดยการเชื่อมโยงกับแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญคือการเชื่อมพลังความรักจากครอบครัวและสายสัมพันธ์แม่ลูก ที่ทำให้แม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถสร้างพลังใจให้ตัวเองได้

ในงานวิจัยนี้จึงสรุปความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว หมายถึง ความสามารถในการกำหนดชีวิตของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือกอย่างเป็นอิสระ ไม่ขึ้นกับบุคคลอื่นหรือปัจจัยภายนอก มีความมุ่งมั่นอย่างสูงเพื่อรับผิดชอบพึ่งพาตนเองและดูแลครอบครัว พยายามเอาชนะอุปสรรคที่ยากลำบาก ผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ด้วยการรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง การยอมรับและตระหนักในตนเอง มุมมองด้านบวก ความเข้าใจต่อโลกและชีวิต การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม

2. คุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทำให้สามารถอธิบายคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวได้ชัดเจน เป็นรูปธรรม มีมิติที่ลุ่มลึกมากขึ้น เห็นน้ำหนักความสำคัญและจัดกลุ่มคุณลักษณะให้เด่นชัดขึ้น คุณลักษณะส่วนหนึ่งสอดคล้องกับกรอบแนวคิดที่วิเคราะห์จากทฤษฎี บางส่วนมีความแตกต่างเช่น มีคุณลักษณะย่อยที่แตกต่าง และเพิ่มเติม เป็นต้น โดยพบคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว 5 คุณลักษณะ คือ (1) การรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง (2) การยอมรับและตระหนักในตนเอง (3) การมีมุมมองด้านบวก (4) การกำหนดชีวิตตัวเอง และ (5) การมองเห็นโอกาสและแสวงสนับสนุนจากสังคม มีรายละเอียดแต่ละคุณลักษณะ ดังนี้

1) **การรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง** เป็นคุณลักษณะสำคัญที่แม่เลี้ยงเดี่ยวแสดงออกผ่านคำพูดที่แสดงถึงการเชื่อในความสามารถตนเอง ความเชื่อนี้มาจากกระบวนการเรียนรู้และหล่อหลอมทางสังคม ทั้งจากประสบการณ์ จากตัวแบบที่มีอิทธิพล และเสียงสะท้อนจากสังคม การเชื่อในความสามารถของตนเองที่มาจาก การผ่านประสบการณ์ชีวิตที่ยากลำบากมาได้เป็นลักษณะที่เห็นเด่นชัด โดยเฉพาะแม่เลี้ยงเดี่ยวซึ่งเคยผ่านความลำบากในวัยเด็ก หรือผ่านจุดเปลี่ยนสำคัญมาหลายครั้ง รวมทั้งกรณีผู้หญิงที่อยู่ในสถานะแม่เลี้ยงเดี่ยวเป็นครั้งที่สอง ซึ่งเคยผ่านการเปลี่ยนแปลงในครอบครัวครั้งแรกมาได้ ทำให้เห็นและเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองว่าผ่านเรื่องที่ยากได้ พึ่งตัวเองได้ ดูแลครอบครัวได้

การเรียนรู้จากตัวแบบในสังคมที่ทำให้แม่เลี้ยงเดี่ยวเชื่อความสามารถตนเองนั้น ตัวแบบที่มีอิทธิพลคือแบบอย่างของแม่ซึ่งเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว หรือแม่ที่มีบทบาทนำในบ้าน ซึ่งมีมากกว่า 6 คน รวมทั้งแม่เลี้ยงเดี่ยวในทำงานที่มีบริบทแวดล้อมใกล้เคียงกันที่สามารถประคับประคองครอบครัวจนมั่นคงได้ แบบอย่างเหล่านี้มีส่วนหล่อหลอมให้แม่เลี้ยง

เดียวเชื่อมั่นในความสามารถตนเอง นอกจากนี้หลายคนยังได้รับเสียงสะท้อนชื่นชมจากคนรอบข้างที่ให้การยอมรับ จึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ช่วยให้รับรู้ถึงความสามารถตนเอง เช่น ได้รับคำชมว่าเก่งที่สามารถเลี้ยงลูกคนเดียวได้ จัดการปัญหาได้ หรือได้รับการยกย่องเป็นต้นแบบในการเลี้ยงลูก เป็นต้น

จากผลการศึกษาตามที่กล่าวมาข้างต้น จึงสรุปความหมายของการรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง ว่า การรับรู้และเชื่อถึงความสามารถตนเองในจัดการสิ่งต่างๆ ได้ พึ่งตนเองได้ ผ่านอุปสรรคได้ โดยเป็นกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ยากลำบากหรือพบปัญหาแล้วสามารถจัดการได้มาก่อน หรือการเรียนรู้จากประสบการณ์ของคนอื่นที่มีบริบทใกล้เคียงกันที่ฝ่าฟันปัญหาได้ เช่น แบบอย่างของแม่ที่เป็นผู้นำครอบครัว แบบอย่างแม่เลี้ยงเดี่ยว หรือการได้รับการยกย่องชื่นชมและยอมรับจากคนอื่นในสถานะของแม่เลี้ยงเดี่ยว รวมทั้งมาจากประสบการณ์ความสำเร็จในการเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว โดยมีองค์ประกอบย่อยคือ การผ่านประสบการณ์ที่ยากลำบากได้ การเรียนรู้จากแบบอย่างของแม่ การได้รับการยอมรับจากคนอื่นในสถานะแม่เลี้ยงเดี่ยว และ การเรียนรู้จากประสบการณ์ความสำเร็จในการเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว

2) การยอมรับและตระหนักในตนเอง คำบอกเล่าของแม่เลี้ยงเดี่ยวแต่ละคนได้สะท้อนถึงการยอมรับตนเองตามที่เป็นจริง ทั้งยอมรับการเป็นแม่คนเดียว ยอมรับว่าลูกไม่มีพ่อ ยอมรับภาระที่มากขึ้น ยอมรับสภาพการทำงานทุกอย่างเพื่อหาเลี้ยงครอบครัวแม้เป็นงานที่ไม่เคยทำมาก่อน เช่น รับจ้างซักผ้า เป็นแม่บ้านทำความสะอาด เป็นต้น โดยบอกกับคนอื่นในสิ่งที่ตัวเองเป็นได้โดยไม่รู้สึกอาย การยอมรับตัวเองยังสะท้อนผ่านความพึงพอใจในชีวิต การมีความสุขกับชีวิตในแบบที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของตัวเอง

การตระหนักในตนเองที่สำคัญของแม่เลี้ยงเดี่ยว คือ การคิดพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุดในทุกเรื่อง มากกว่าจะคิดหวังพึ่งพาคนอื่น ซึ่งจะช่วยนำชีวิตแม่เลี้ยงเดี่ยวไปสู่อิสรภาพอย่างแท้จริง โดยเฉพาะสำหรับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่เคยต้องพึ่งพาทางการเงินจากสามี เมื่อสามารถลดการพึ่งพาคนอื่นได้ก็สามารถเป็นอิสระจากความสัมพันธ์นั้นได้

การยอมรับและตระหนักในตนเองยังเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าศักดิ์ศรีตนเอง ในบริบทความสัมพันธ์กับครอบครัว ผู้หญิงบางคนอาจถูกคาดหวังให้เป็นเมียหรือแม่ที่ดีในแบบหนึ่ง โดยเฉพาะในครอบครัวที่มีความต่างทางวัฒนธรรม การพยายามทำบางสิ่งที่ไม่ใช่ตัวเอง ทำให้รู้สึกด้อยค่า ขาดความภาคภูมิใจ จนเมื่อเธอออกจากความสัมพันธ์เดิมและค้นพบว่าตัวเองสามารถทำบางอย่างได้ พึ่งตัวเองได้ จึงตระหนักถึงคุณค่าตนเองมากขึ้น หรือแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ตัดสินใจออกจากความสัมพันธ์ ด้วยเหตุผลว่าสามีนอกใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่กระทบต่อศักดิ์ศรีของผู้หญิง และเป็นสภาวะที่เธอไม่สามารถยอมรับได้ แม้การออกจากความสัมพันธ์หมายถึงการสูญเสียความมั่นคง แต่ผู้หญิงก็เลือกทางนี้ ซึ่งสะท้อนว่าในท่ามกลางความยากลำบาก ความรู้สึกที่ตัวเองมีคุณค่าศักดิ์ศรียังเป็นทรัพย์สินสมบัติภายในที่แม่เลี้ยงเดี่ยวหวงแหนไว้และสร้างพลังให้กับตัวเอง

จากการศึกษาข้อมูลผ่านประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวตามที่กล่าวมา จึงสรุปความหมายของการยอมรับและตระหนักในตนเองว่าคือ ความสามารถของแม่เลี้ยงเดี่ยวในการการยอมรับตนเองตามที่เป็นจริง ทั้งการยอมรับการเป็นแม่คนเดียว การยอมรับว่าลูกไม่มีพ่อ การยอมรับสภาพการทำงานทุกอย่างเพื่อหาเลี้ยงครอบครัวโดยไม่รู้สึกอาย มีความพอใจในชีวิต มีความสุขในแบบของตัวเอง มีการคิดพึ่งพาตนเองก่อนคิดพึ่งคนอื่น และเห็นคุณค่าศักดิ์ศรีของตนเอง โดยมีองค์ประกอบย่อยคือ การยอมรับตนเอง การคิดพึ่งตนเอง และการเห็นคุณค่าศักดิ์ศรีตนเอง

3) การมีมุมมองด้านบวก แม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่สะท้อนถึงการให้ความหมายเชิงบวกต่อสถานการณ์ต่างๆ ทำให้เห็นแง่มุมใหม่ที่แตกต่างไปกับปัญหาเดิมที่เผชิญอยู่ มุมมองด้านบวกยังเกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี การมีความหวังในชีวิต เช่น เชื่อว่าทุกเรื่องต้องมีทางออก ไม่มองสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเป็นเรื่องหนักหรือยาก การมองเห็นความโชคดี

ท่ามกลางความลำบาก การจดจำแ่งมุมหรือสิ่งดีๆ ที่ตัวเองมีอยู่ การมองลูกเป็นของขวัญ การปรับมุมมองใหม่จึงเป็นพลังจากภายในที่จะกำหนดความคิดตัวเองต่อสิ่งต่างๆ

มุมมองด้านบวกในอีกส่วนหนึ่งยังมาจากการสร้างคุณค่าความหมายบางอย่างให้ชีวิต ข้อมูลจากแม่เลี้ยงเดี่ยวสะท้อนถึงการชื่นชมและขอบคุณต่อบางคนหรือบางสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่าความหมาย โดยขอบคุณทั้งประสบการณ์ดีและร้ายที่มีส่วนสร้างความเป็นตัวเอง ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าในท่ามกลางความยากลำบาก แม่เลี้ยงเดี่ยวยังมองเห็นแ่งมุมด้านบวกที่ช่วยสร้างความหมายให้ตัวเอง

แม่เลี้ยงเดี่ยวหลายคนยังสะท้อนถึงความเข้าใจต่อโลกและชีวิตที่มากขึ้น โดยสามารถเข้าใจและยอมรับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเองได้ สามารถอยู่กับปัจจุบัน ยอมรับทั้งความทุกข์ ความสุข ความไม่แน่นอนของชีวิต โดยตระหนักว่าเราสามารถกำหนดทุกข์สุขในชีวิตได้ด้วยตัวเอง ซึ่งความเข้าใจในความจริงของชีวิตนี้เป็นการยกระดับความเข้าใจที่นำธรรมชาติเข้ามาช่วยลดความทุกข์และสร้างความสุขในชีวิตมากยิ่งขึ้น

จากประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวดังกล่าวมาแล้ว **สรุป**ความหมายคุณลักษณะของมุมมองด้านบวกได้ว่าเป็นความสามารถของแม่เลี้ยงเดี่ยวในการมีมุมมองใหม่ต่อสถานการณ์ในชีวิต มองเห็นแ่งมุมที่ดี มีความหวัง และมองด้านบวก เช่น เชื่อว่าทุกปัญหาจะมีทางออก มองเห็นความโชคดีท่ามกลางความลำบาก มองลูกเป็นของขวัญ สิ่งเติมเต็ม เป็นต้น ซึ่งเป็นมุมมองที่ช่วยสร้างพลังให้ตัวเอง สร้างคุณค่าความหมายให้ชีวิต รวมทั้งมีความเข้าใจต่อโลกและชีวิต โดยยอมรับทั้งความทุกข์และความสุข ความไม่แน่นอนของชีวิตด้วยความเข้าใจ โดยมีองค์ประกอบย่อย คือ การมีมุมมองใหม่ต่อปัญหาที่เกิดขึ้น การสร้างคุณค่าความหมายให้ชีวิต และความเข้าใจต่อโลกและชีวิต

4) **การกำหนดชีวิตตัวเอง** เป็นคุณลักษณะสำคัญที่แม่เลี้ยงเดี่ยวสะท้อนจากการตัดสินใจเลือกและกระทำอย่างเป็นอิสระจากความต้องการที่แท้จริงของตัวเอง การตัดสินใจที่สำคัญในชีวิตของแม่เลี้ยงเดี่ยวเป็นการตัดสินใจ ยุติความสัมพันธ์กับคู่ครอง การตัดสินใจนี้สร้างการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ โดยเฉพาะเมื่อต้องตัดสินใจด้วยเหตุผลว่าสามีนอกใจ การตัดสินใจอย่างอิสระยังรวมถึงการพร้อมยอมรับผลที่จะตามมาโดยไม่คิดโทษสิ่งอื่น ซึ่งแสดงถึงความสามารถในการกำหนดชีวิตได้ด้วยตนเอง และทำให้มีพลังในการดำเนินชีวิตตามสิ่งที่ตัวเองเลือก

อีกคุณลักษณะสำคัญของการกำหนดชีวิตตัวเอง คือการกำหนดเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้ แม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่มองอนาคตของลูกเป็นหลักมากกว่าตัวเอง สำหรับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ฐานะไม่ค่อยดีนักการตั้งเป้าหมายมักไม่ได้ใหญ่โตเกินกว่าจะมองเห็นได้ แต่จะเน้นเป้าหมายที่เป็นจริงได้ตามสถานการณ์ชีวิต ส่วนใหญ่เพื่อความอยู่รอดของครอบครัวในแต่ละวัน เดือน ปี เป็นสำคัญ นอกจากนี้การกำหนดชีวิตตัวเองได้ ยังเกี่ยวข้องกับความมุ่งมั่นในการกระทำ ซึ่งแม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่แสดงผ่านการลงมือทำอย่างพากเพียร พยายาม มานะ อดทน มีวินัย ไม่ท้อถอย แม้พบอุปสรรคก็คิดสู้ จัดการปัญหาและฝ่าฟันไปให้ได้ รวมทั้งมีการใช้คำพูดให้กำลังใจตัวเอง

สุดท้าย การกำหนดชีวิตตัวเองยังรวมถึงความสามารถในการจัดการปัญหา ซึ่งสะท้อนความสามารถของแม่เลี้ยงเดี่ยวในการคิดและกระทำโดยใช้ศักยภาพภายในตนเองทุกด้านเพื่อจัดการความยุ่งยาก และทำให้ชีวิตแต่ละวันราบรื่นอยู่รอดได้ ด้วยการวางแผนอย่างรอบคอบ ลงมือทำอย่างเคร่งครัด ทั้งการจัดการเรื่องงาน การบริหารเวลา การเตรียมค่าใช้จ่ายในครอบครัวให้เพียงพอ การมีแผนสำรองกรณีฉุกเฉิน เป็นต้น

จากการวิเคราะห์ข้อมูลของแม่เลี้ยงเดี่ยวดังกล่าว จึง **สรุป**ความหมายของการกำหนดชีวิตตัวเองได้ว่าเป็นความสามารถในการตัดสินใจเลือกและกระทำสิ่งใดด้วยตัวเองอย่างอิสระ จากความต้องการที่แท้จริงของตัวเอง สอดคล้องกับสถานการณ์ชีวิตตามการประเมินของตนเอง ไม่ได้ขึ้นกับปัจจัยภายนอกหรือคนอื่นมากำหนด สามารถกำหนดเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้ด้วยตัวเอง โดยมีความมุ่งมั่นตั้งใจ ทู่เมเทแรงกายแรงใจในการกระทำอย่างเต็มที่เพื่อไปสู่เป้าหมาย พร้อมจะ

ฝ่าฟันอุปสรรคอย่างไม่ย่อท้อ มีการใช้คำพูดให้กำลังใจตัวเอง มีความสามารถในการจัดการปัญหา มีวินัยในการกระทำอย่างสูง มีเป้าหมายให้ครอบครัวอยู่รอดและมีอนาคตที่ดี โดยมีลูกเป็นแรงผลักดันสำคัญ โดยมีองค์ประกอบย่อยคือ การตัดสินใจเลือกอย่างอิสระและยอมรับผลจากการเลือก กำหนดเป้าหมายชีวิตที่เป็นไปได้ของตัวเอง ความมุ่งมั่นในการกระทำด้วยใจสู้และความสามารถในการจัดการปัญหา

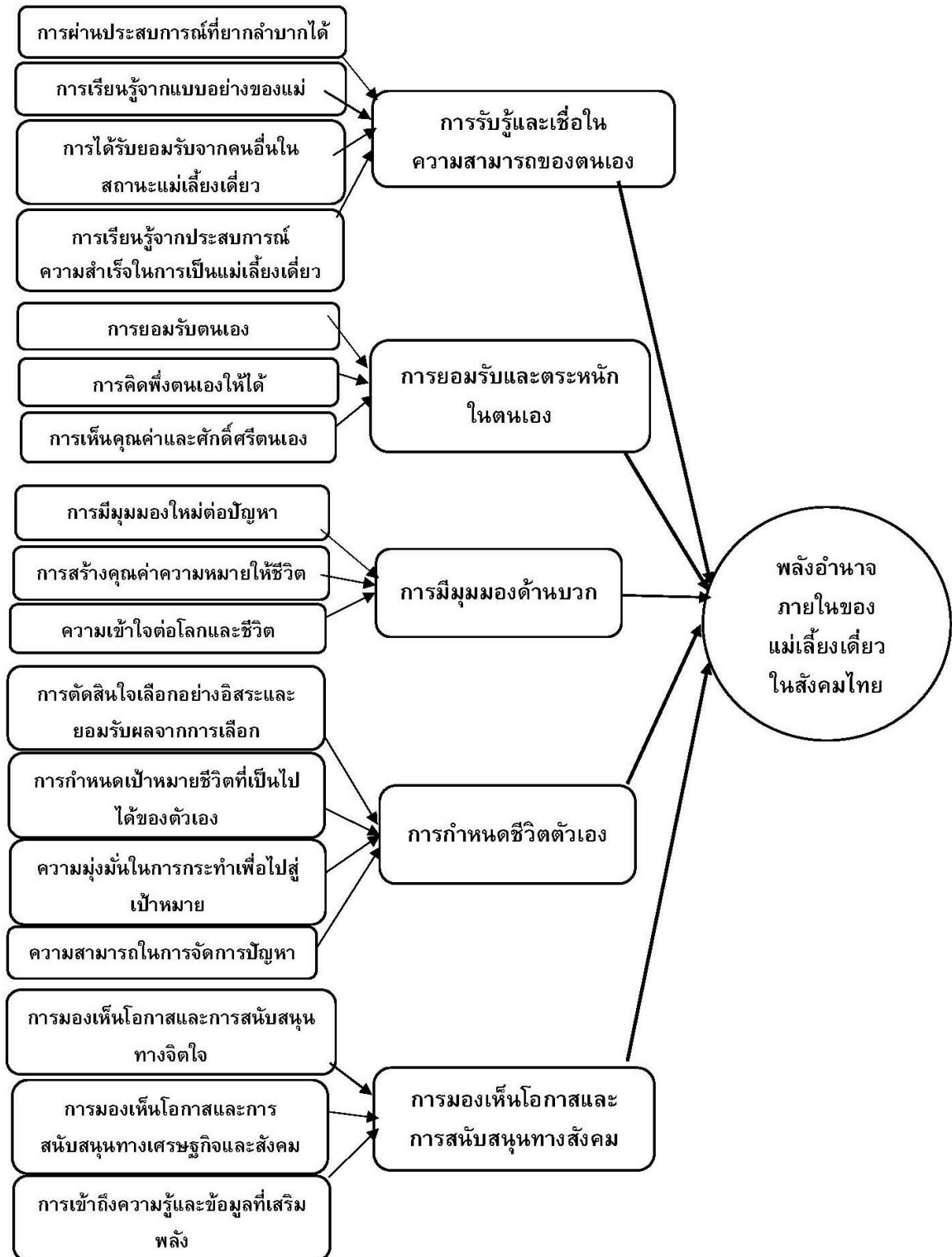
5) **การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม** จากข้อมูลของแม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่พบว่า การที่แม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถมองเห็นโอกาสและเข้าถึงการสนับสนุนทางสังคมด้านต่างๆ ที่มีอยู่เป็นพลังอำนาจภายในที่สำคัญ ซึ่งเป็นโอกาสและการสนับสนุนที่เข้ามาช่วยในรูปแบบต่างๆ ทั้งด้านจิตใจ ด้านเศรษฐกิจ จากคนใกล้ชิด ครอบครัว หรือสังคมที่อยู่แวดล้อม โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่แม่เลี้ยงเดี่ยวกำลังแสวงหาความช่วยเหลือ

การสนับสนุนทางจิตใจที่แม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถมองเห็น เปิดรับ และเข้าถึงได้ เช่น การรับฟัง การให้กำลังใจ การให้คำปรึกษา การดูแลจากเพื่อนและครอบครัวในวันที่จิตใจยังอ่อนแอ ต้องการกำลังใจและทิศทาง ทำให้ได้รับความเข้าใจและรู้สึกไม่โดดเดี่ยว สำหรับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ยังมีครอบครัวเดิมอยู่ด้วยในวันที่ครอบครัวใหม่เผชิญปัญหา สายสัมพันธ์และการโอบอุ้มจากครอบครัวเป็นแรงสนับสนุนสำคัญ โดยเฉพาะสายสัมพันธ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวกับลูกสาวที่ผูกพันแน่นแฟ้นเป็นพิเศษ รวมทั้งแบบอย่างของพ่อที่เป็นผู้นำที่ดีในหลายครอบครัว

การเข้าถึงการสนับสนุนด้านเศรษฐกิจเป็นอีกการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ แม่เลี้ยงเดี่ยวเกือบทุกคนเคยขอความช่วยเหลือทางการเงินจากครอบครัว เพื่อน และมูลนิธิ ที่สำคัญการช่วยเหลือเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นอย่างไม่มีที่มาที่ไป แต่ยังคงมาจากการพิสูจน์ตัวเองของแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ทั้งทำงานหนักและแสดงออกถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการช่วยตัวเอง อย่างถึงที่สุด จนคนอื่นเห็นความตั้งใจนี้และยินดีเข้ามาช่วยเหลือ

สุดท้าย การที่แม่เลี้ยงเดี่ยวพยายามแสวงหาเพื่อเข้าถึงความรู้และข้อมูลที่สำคัญจำเป็นนับเป็นการสนับสนุนที่ช่วยเสริมพลังอำนาจภายใน ในกลุ่มแม่เลี้ยงเดี่ยวที่เข้มแข็งและตื่นตัวในการพัฒนาตนเองจะพยายามแสวงหาและนำตัวเองให้เข้าถึงการสนับสนุนในรูปแบบต่างๆ เช่น การเรียนวิชาชีพ การเรียนรู้ด้วยตัวเอง การค้นหาข้อคิดดีๆ จากหนังสือ การเข้าฝึกอบรม ซึ่งเป็นการแสวงหาและการเปิดรับความรู้จากแหล่งข้อมูลที่มีอยู่ใกล้ตัวและพอจะเข้าถึงได้เพื่อช่วยเปิดมุมมองใหม่และนำมาใช้พัฒนาตัวเอง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลของแม่เลี้ยงเดี่ยวดังกล่าวมา สามารถสรุปความหมายของการมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม ได้ว่า เป็นความสามารถของแม่เลี้ยงเดี่ยวในการเปิดรับโอกาสและเข้าถึงการสนับสนุนในลักษณะต่างๆ ทั้งด้านจิตใจ เศรษฐกิจ และสังคม อาทิ ความรัก การดูแลเอาใจใส่ การรับฟัง การให้กำลังใจ การให้คำปรึกษา การเข้าถึงการสนับสนุนทางการเงิน และการเกื้อกูลดูแล ฯลฯ โดยมาจากครอบครัว เครือญาติ เพื่อน องค์กรและแหล่งช่วยเหลือต่างๆ รวมทั้งแม่เลี้ยงเดี่ยวมีการแสวงหาและเปิดรับโอกาสจนสามารถเข้าถึงข้อมูลความรู้ที่นำมาใช้พัฒนาตนเอง โดยมีองค์ประกอบย่อยคือ การมองเห็นและใช้แหล่งสนับสนุนทางจิตใจที่มีอยู่ การมองเห็นและใช้สนับสนุนทางเศรษฐกิจและสังคม และการมองเห็นและเปิดโอกาสให้ตัวเองเข้าถึงข้อมูลความรู้



ภาพที่ 2 แผนภาพข้อเสนอเชิงทฤษฎีพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย

อภิปรายผล

การอภิปรายผลพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทยจากประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวผู้ให้ข้อมูลหลักร่วมกับการวิเคราะห์จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะนำเสนอเป็น 2 ส่วน คือ ความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวและคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว ดังนี้

1. **ความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย** จากการศึกษาความหมายพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อการรับมือความเปลี่ยนแปลงของครอบครัว โดยใช้ทฤษฎีฐานราก ผลการศึกษาพบว่า พลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย หมายถึง ความสามารถที่อยู่ภายในตัวแม่เลี้ยงเดี่ยวในการกำหนดชีวิตของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือกอย่างเป็นอิสระ ไม่ขึ้นกับบุคคลอื่นหรือสิ่งแวดล้อมภายนอก มีความมุ่งมั่นอย่างสูงเพื่อรับผิดชอบพึ่งพาตนเอง และดูแลครอบครัว พยายามเอาชนะอุปสรรคที่ยากลำบาก ผลักดันตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ด้วยความรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง ความเข้าใจในชีวิตและการตระหนักในตนเอง มุมมองด้านบวก ความเข้าใจต่อโลกและชีวิต การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม

ความหมายดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ คีธ เจ. โทมัส (Thomas, 1917, p.3-6) และอัลเฟรด แอดเลอร์ (Alfred Adler) (1964) เจ้าของทฤษฎีจิตวิทยาแบบปัจเจกบุคคล (Individual Psychology) ที่อธิบายพลังอำนาจภายในในลักษณะอำนาจเชิงสร้างสรรค์ที่อยู่ภายในตนเอง เป็นอำนาจที่มีอิทธิพลเหนือตนเองเหนืออำนาจภายนอกเหนือสิ่งแวดล้อมหรือแม้แต่โชคชะตา ช่วยนำตนเองไปสู่เป้าหมาย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ โซฮาร์ และ มาร์แชล (Zohar & Marshall, 2004, p.51) ที่บอกว่าพลังอำนาจภายในเป็นอำนาจที่บุคคลมีเหนือตนเอง สามารถนำตนเองในการทำสิ่งต่างๆ อย่างมีทิศทาง โดยไม่ต้องอาศัยการนำจากคนอื่น และคีธ เจ. โทมัส (Thomas, 1917, p.3-6) ยังอธิบายเชื่อมโยงถึงการมีโลกทัศน์เชิงบวกในการมองเห็นสิ่งดีงามในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับประสบการณ์ของแม่เลี้ยงเดี่ยวที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก 8 คนจาก 12 คน ที่สะท้อนมุมมองด้านบวกต่อชีวิต เชื่อว่าทุกอย่างกำหนดได้ที่ความคิดตัวเอง

ความหมายที่พบยังสอดคล้องกับแนวคิดของมารีอุส แวน ไดค์ และคณะ (Van Dijke et al., 2006, p.538-539) ที่อธิบายพลังอำนาจภายในว่าเป็นอำนาจภายในตนเองที่ทำให้บุคคลมีความสามารถในการกระทำใดๆ โดยการเพิ่มอำนาจภายในตนเองจะมุ่งเน้นที่การลดการพึ่งพิงบุคคลอื่นมากกว่ามุ่งเพิ่มอำนาจเหนือคนอื่น ซึ่งจากข้อมูลของแม่เลี้ยงเดี่ยว 8 จาก 12 คนเน้นย้ำและให้ความสำคัญในเรื่องการพึ่งพาตนเองให้ได้ เพื่อจะสามารถเป็นอิสระอย่างแท้จริง ความหมายนี้สอดคล้องกับ ไอลยา แวนแซนท์ (Vanzant, 2008) ที่เขียนเกี่ยวกับการเสริมพลังอำนาจสำหรับผู้หญิงในกลุ่มชาติพันธุ์แอฟริกัน ที่บอกว่าอำนาจภายในนี้ทำให้เกิดการตระหนักรู้ มีพลังในการปรับมุมมองความคิดเชิงบวกต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต

2. **คุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย** จากการศึกษาคุณลักษณะพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย พบว่า ประกอบด้วย 5 คุณลักษณะ คือ (1) การรับรู้และเชื่อความสามารถตนเอง (2) การยอมรับและตระหนักในตนเอง (3) การมีมุมมองด้านบวก (4) การกำหนดชีวิตตัวเอง และ (5) การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งข้อมูลทีวิเคราะห์จากประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักมีส่วนเติมเต็มองค์ความรู้ให้ชัดเจนและเฉพาะเจาะจงมากขึ้น

2.1 **การรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง** สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจของซิมเมอร์แมน (Zimmerman, 1995, p. 588) ที่กล่าวถึงองค์ประกอบหนึ่งของการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจว่าคือการรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเองที่จะส่งผลต่อการกระทำสิ่งต่างๆ โดยเฉพาะในเหตุการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตขณะที่สปริตเซอร์ (Spreitzer, 1995, p.1442-1465) ก็กล่าวถึงการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจ ที่ต้องมีกรรับรู้และเชื่อความสามารถและประสิทธิภาพของตนเองในการบริหารซึ่งสอดคล้องกับการนำตนเองไปสู่เป้าหมาย นั่นคือสามารถจัดการ

สถานการณ์บางอย่างในชีวิตได้ (Redmond, 2016, ออนไลน์) การเชื่อความสามารถตนเองยังได้รับการระบุเป็นองค์ประกอบหลักในกระบวนการเสริมพลังอำนาจด้วย (Cattaneo & Chapman, 2010, p. 652)

การรับรู้และเชื่อในความสามารถของตนเอง มีความสอดคล้องกับการเชื่อในความสามารถตนเอง (Self-efficacy) คือการเชื่อความสามารถของตนเองในการจัดการสิ่งต่างๆ หรือเชื่อมั่นว่ามีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จและสร้างสรรค์ผลงานที่ดีได้ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของแรงจูงใจและพฤติกรรม และมีอิทธิพลต่อการประสบความสำเร็จ (Tahir & Rana, 2012, p.87; Citing Gutierrez, 1995, p. 229-237; Zimmerman, 1995, p. 588; Akhtar, 2008, online) คุณลักษณะนี้ยังเชื่อมโยงกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) ที่ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้โดยการสังเกตตัวแบบในสิ่งแวดล้อม โดยมีการใส่ใจ จดจำ และแสดงพฤติกรรมเหมือนกับตัวแบบ เช่นเดียวกับแม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่ที่เห็นแบบอย่างแม่ตัวเองแสดงบทบาทในครอบครัว ส่งผลให้เชื่อมั่นถึงความสามารถนั้น และแสดงพฤติกรรมตามที่ได้รับหล่อหลอมมา

2.2 การยอมรับและตระหนักในตนเอง มีความใกล้เคียงกับเรื่องการยอมรับตัวเอง (Self-Acceptance) ซึ่งหมายถึง ความเข้าใจในธรรมชาติของตัวเอง มีทัศนคติทางบวกต่อตัวเอง ยอมรับการกระทำและการเลือกของตัวเองที่ได้ทำลงไป ยอมรับทุกแง่มุมของชีวิต ทั้งส่วนที่ดีและส่วนที่ไม่สมบูรณ์ โดยไม่ตัดสินตนเอง และไม่ได้ต้องการจะเป็นสิ่งที่แตกต่างไปจากที่เป็นอยู่ (Henriques, 2014, online; Michael, 2014, p. 1-9) เช่นเดียวกับแม่เลี้ยงเดี่ยวส่วนใหญ่ที่สะท้อนถึงการยอมรับตนเองได้ในลักษณะต่างๆ และสามารถยอมรับความจริงของตัวเองได้ด้วยความเข้าใจ และการยอมรับตนเองนี้ยังสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองด้วย (Michael, 2014)

การยอมรับและตระหนักในตนเองเกี่ยวข้องกับความคิดฟุ้งตนเองซึ่งแม่เลี้ยงเดี่ยวตระหนักว่าจะนำไปสู่อิสรภาพอย่างแท้จริง คุณลักษณะนี้ใกล้เคียงกับการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) ที่หมายถึงการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเองในหลายมิติ ซึ่งพัฒนาขึ้นผ่านการสำรวจตัวเองและประสบการณ์ทางสังคม การเข้าใจตัวเองที่มากขึ้นจะมีส่วนให้บุคคลได้ปรับเปลี่ยนชีวิตให้สอดคล้องกับทิศทางชีวิตที่ต้องการได้มากขึ้น และมีส่วนที่ต่อเนื่องกับการยอมรับตนเอง (Klosowski, 2014, online; Mathews, 2011, online; Zimmerman, 1995, p.588; Michael, 2014, p.15) ซึ่งสอดคล้องกับการที่แม่เลี้ยงเดี่ยวผ่านประสบการณ์ความเปลี่ยนแปลง และตระหนักว่าการเป็นแม่คนเดียวต้องพึ่งพาตนเองจึงจะดำรงรักษาครอบครัวได้ และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของดانا อัลชีราวี (AlShirawi, 2016, p.106-124) ที่ศึกษาพลังอำนาจภายในของผู้หญิงมุสลิมและพบว่าหนึ่งในคุณลักษณะของอำนาจภายในที่แสดงออกมานั้นสะท้อนถึงการตระหนักรู้ในตนเองเช่นเดียวกัน

2.3 มุมมองด้านบวก ใกล้เคียงกับความคิดเชิงบวก (Positive Thinking) ซึ่งหมายถึง กระบวนการคิดที่มีการสร้างภาพเชิงบวก การพัฒนาการคิดในทิศทางที่ดี ในทิศทางที่มีความหวัง สามารถรับรู้และยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริงด้วยเหตุผล การมีมุมมองที่จะทำให้มีกำลังใจ มีความสุขมากขึ้น มีความทุกข์น้อยลง (Itsarapong, Sarakan, & Arunyakanon, 2018, p.76 ; ศิริชัย กมลบาล, นันทา สุรักษา และ ศิริพันธ์ ศรีวันยงค์, 2554, p.131) ซึ่งสอดคล้องกับที่แม่เลี้ยงเดี่ยวมีมุมมองด้านบวกที่สร้างความหมายให้ชีวิต โดยแสดงถึงการขอบคุณทุกประสบการณ์ที่มีส่วนสร้างความเป็นตัวเอง นอกจากนี้ความคิดเชิงบวกยังสอดคล้องกับความพึงพอใจในชีวิต ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง การมองโลกในแง่ดี (Caprara & Steca, 2005, p. 275) มุมมองเชิงบวกยังเป็นคุณลักษณะที่สอดคล้องกับการให้ความหมาย (Meaning) คือ ความสามารถในการรับรู้และให้ความหมายสิ่งแวดล้อมบนฐานความคิด ความเชื่อ และประสบการณ์ตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของของการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจ (Spreitzer, 1995, p.1442-1465)

2.4 การกำหนดชีวิตตนเอง คุณลักษณะที่โดดเด่นในการกำหนดชีวิตตัวเองคือความสามารถในการตัดสินใจเลือกอย่างอิสระจากความคิดของตัวเอง ซึ่งใกล้เคียงกับการกำหนดตัวเอง (Self-determination) คือการตัดสินใจเลือกด้วยตัวเองอันเป็นการตัดสินใจจากแรงจูงใจภายใน โดยไม่ได้ขึ้นกับคนอื่นหรือเงื่อนไขปัจจัยภายนอกมากำหนด ซึ่งการตัดสินใจด้วยตัวเองนี้เป็นความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาที่ต้องการความเป็นอิสระการได้รับการสะท้อนเชิงบวกในความสามารถของตน รวมทั้งการเชื่อมสัมพันธ์กับผู้คนและสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการมีชีวิต (Ryan, 2009, online) และสอดคล้องกับ สปริตเซอร์ (Spreitzer, 1995, p.1443) ที่ระบุว่า การตัดสินใจอย่างอิสระด้วยตัวเองเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการเสริมพลังอำนาจทางจิตใจ ซึ่งหมายถึงการรู้สึกว่าคุณมีทางเลือก มีอิสระในการคิด ริเริ่ม ตัดสินใจและกระทำ และสอดคล้องกับการเสริมสร้างศักยภาพส่วนบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องกับการที่บุคคลมีอิสระในการตัดสินใจอย่างมีความหมายเกี่ยวกับชีวิตของตนเอง (Garces-Ozanne et al., 2016, p. 623-624)

อีกมิติหนึ่งของการกำหนดชีวิตตนเอง คือ การกำหนดเป้าหมายที่เป็นไปได้ของตัวเอง ซึ่งหมายถึงการกำหนดเป้าหมายชีวิตที่มีความหมาย มีความเฉพาะเจาะจง เป็นไปได้จริง โดยการตั้งเป้าหมายจะทำให้เห็นทิศทางในชีวิต และทิศทางจะมีส่วนที่ช่วยเสริมพลังอำนาจภายใน รวมทั้งทำให้สามารถสร้างรูปแบบชีวิตเฉพาะของตนเองขึ้นมาได้ (Tahir & Rana, 2012, p.87; Zimmerman, M. A., 1995, p. 581-582; Sparks, 2012, p. 453) การกำหนดตัวเองยังต่อเนื่องไปถึงความมุ่งมั่นในการกระทำด้วยใจสู้เพื่อไปสู่เป้าหมาย ซึ่งใกล้เคียงกับ การนำตนเองไปสู่เป้าหมาย (Self-Directed) คือความมุ่งมั่นในการกระทำและควบคุมกำกับตนเองไปสู่เป้าหมาย (Tahir & Rana, 2012, p. 87) เช่นเดียวกับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่กำหนดภารกิจการดูแลครอบครัวให้อยู่รอดและมีอนาคตที่ดีเป็นเป้าหมายสำคัญ โดยมุ่งมั่นทุ่มเทแรงกายแรงใจอุทิศตนสู่อย่างที่สุด ไม่ย่อท้อ ควบคุมกำกับสร้างแรงจูงใจให้ตนเองจนไปสู่เป้าหมาย

2.5 การมองเห็นโอกาสและการสนับสนุนทางสังคม ใกล้เคียงกับการสนับสนุนทางสังคม (Social Support) ซึ่งหมายถึงการรับรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การได้รับการช่วยเหลือดูแลจากคนอื่น และความเป็นเครือข่ายทางสังคม โดยเฉพาะจากครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยหลายเรื่องที่ว่าแม่เลี้ยงเดี่ยวตระหนักว่าการสนับสนุนจากครอบครัวเป็นสิ่งที่จำเป็นมากในช่วงเวลาที่ยากลำบาก โดยเฉพาะการสนับสนุนทางจิตใจด้วยความเข้าใจสำหรับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่หย่าร้างและสูญเสียคู่ (Hamid & Salleh, 2013, p.1155-1157) นอกจากนี้ฐานความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นจากครอบครัวเดิมที่เติบโตมาด้วยด้วยความรักและแบบอย่างที่ดียังเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยสร้างฐานความมั่นคงภายในอันเป็นภูมิคุ้มกันให้ผู้หญิงเมื่อต้องเผชิญจุดเปลี่ยนสำคัญในช่วงชีวิตต่อมา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดานา ไชชีวาริ (AlShirawi, 2016, p.75-91) ที่ศึกษากระบวนการพัฒนาและประสบการณ์พลังอำนาจภายในของผู้หญิงมุสลิม พบว่าการสนับสนุนจากครอบครัวในวัยเด็กมีส่วนส่งเสริมพลังอำนาจภายใน โดยเฉพาะครอบครัวที่ให้ความสำคัญกับการศึกษาและมีผู้นำในครอบครัวที่เป็นแบบอย่างด้านความเข้มแข็ง ยังเป็นปัจจัยหนุนให้รู้สึกถึงพลังอำนาจภายในและความสำเร็จ

นอกจากนี้ การที่แม่เลี้ยงเดี่ยวพยายามไขว่คว้าหาโอกาสจนเข้าถึงข้อมูลความรู้ที่จะนำมาช่วยเหลือตัวเองได้เป็นพลังอำนาจภายในที่สำคัญ สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมพลังอำนาจที่ให้ความสำคัญกับการเข้าถึงข้อมูลความรู้ (Access to Knowledge and Information) ว่าเป็นแหล่งที่มาของพลังอำนาจ ขอบเขตความรู้ที่เข้าถึงได้กว้างมากขึ้น ทำให้สังคมของแม่เลี้ยงเดี่ยวเปิดกว้างมากขึ้น โดยเฉพาะผู้หญิงที่มีโอกาสทางการศึกษาและทางเลือกในอาชีพจำกัด การพยายามเข้าถึงความรู้จึงเป็นพลังอำนาจภายในของผู้หญิงที่จะกระทำเพื่อเพิ่มอำนาจให้ตนเอง (Spreitzer, 1995, p. 1445-1449) การเพิ่มความสามารถให้กลุ่มผู้หญิงในการเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากข้อมูลเพื่อนำไปพัฒนาตนเองในชีวิตประจำวันได้ ยังเป็นเป้าหมายหนึ่งของเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) เพราะมองว่าผลที่เกิดขึ้นจะส่งผลต่อการพัฒนาสังคมโดยรวมด้วย (Nancy, 2017, p.77)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป ข้อค้นพบจากงานวิจัยเผยให้เห็นพลังด้านบวกภายในตัวแม่เลี้ยงเดี่ยว เป็นการยืนยันได้ดีว่าท่ามกลางการถูกกดทับจากสถานการณ์ชีวิตที่หนักหน่วง แต่ยังคงมีพลังอำนาจภายใน อันเป็นพลังเชิงสร้างสรรค์ทำให้แม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถเข้าถึงศักยภาพภายในตนเองและกำหนดชีวิตตนเองอย่างเป็นอิสระได้ จึงมีข้อเสนอจากการวิจัยดังนี้

1. ประชาชนในสังคมและผู้ทำงานเกี่ยวข้องกับแม่เลี้ยงเดี่ยวควรมีมุมมองต่อแม่เลี้ยงเดี่ยวในฐานะบุคคลที่มีศักยภาพ มีคุณค่า พึ่งพาตนเองได้ และสามารถทำหน้าที่ครอบครัวที่สมบูรณ์ในแบบของตัวเองได้
2. หน่วยงานและผู้ทำงานเกี่ยวข้องกับแม่เลี้ยงเดี่ยว รวมทั้งบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดควรมีส่วนสนับสนุน เอื้ออำนวยให้แม่เลี้ยงเดี่ยวได้มีโอกาสเข้าถึงการสนับสนุนทางสังคมรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะการเข้าถึงข้อมูล ความรู้ การศึกษา เพื่อสามารถพัฒนาตนเองตามศักยภาพได้อย่างเต็มที่ ด้วยการเข้าถึงความรู้ที่เป็นแหล่งอำนาจที่สำคัญที่จะเข้ามาเสริมพลังอำนาจภายในให้แม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถเป็นหลักที่เข้มแข็งในการดูแลครอบครัวอย่างมีคุณภาพ
3. ประชาชนในสังคมและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการสนับสนุนครอบครัวและชุมชนเข้มแข็ง ควรให้ความสำคัญกับการเตรียมการเพื่อสร้างครอบครัวที่มีคุณภาพ โดย

3.1 การสร้างการเรียนรู้หรือการหล่อหลอมในครอบครัวด้วยตัวแบบที่มีความเข้มแข็งในการทำหน้าที่รับผิดชอบครอบครัวร่วมกันอย่างเท่าเทียมทั้งเพศหญิงและเพศชาย

3.2 การให้ความสำคัญในการส่งเสริมการใช้เวลาที่มีคุณภาพของครอบครัวเพื่อสร้างสายสัมพันธ์อันมั่นคง ซึ่งจะส่งผลต่อความมั่นคงทางจิตใจ และจะเป็นประสบการณ์ที่สนับสนุนการสร้างพลังอำนาจภายในให้กับเด็กที่เติบโตในครอบครัวได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ควรนำข้อเสนอเรื่องคุณลักษณะพลังอำนาจภายในที่ศึกษาได้ไปพัฒนาองค์ความรู้ต่อไปดังนี้

1. นำไปพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษาทางจิตใจเพื่อเสริมพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยว ทั้งแบบรายบุคคลและกลุ่ม ซึ่งเป็นบริการทางสังคมที่สำคัญสำหรับแม่เลี้ยงเดี่ยวและเป็นประโยชน์สำหรับหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวข้องกับแม่เลี้ยงเดี่ยวสามารถนำไปใช้เสริมศักยภาพแม่เลี้ยงเดี่ยวได้อย่างมีคุณภาพ
2. นำไปใช้ออกแบบกระบวนการเสริมพลังอำนาจครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวในรูปแบบต่างๆ เช่น กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน การเป็นคู่ปรึกษา (Co-counseling) การโค้ชชิ่ง (Coaching) ฯลฯ เพื่อสร้างพื้นที่เรียนรู้สำหรับพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวที่มีหลากหลายประสบการณ์ ให้สามารถสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพกันเองได้
3. นำไปยืนยันองค์ประกอบกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA)

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของปริญญาานิพนธ์เรื่องความหมายและการเสริมพลังอำนาจภายในของแม่เลี้ยงเดี่ยวในสังคมไทย ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ประจำปี 2560 และผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

บรรณานุกรม

- กมลชนก ขำสุวรรณ และ บุรเทพ ไชยธรรมาภรณ์. (2555). **ครอบครัวแม่เดียว: การเป็นชายขอบและความไม่เป็นธรรมในสังคม**. ใน **ประชากรชายขอบและความเป็นธรรมในสังคมไทย ประชากรและสังคม 2555**. กุลภา วจนสาร และกตยา อาชวณิชกุล. บรรณาธิการ. (น. 319-340). นครปฐม: สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม.
- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย; และ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2558). รายงานสถานการณ์ประชากรไทย พ.ศ. 2558 โฉมหน้าครอบครัวไทย ยุคเกิดน้อย อายุยืน. ชาย โพธิสิตา. (2556). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- บุษกร กาศมณี; ปราโมทย์ ภัคดีณรงค์, ลัดดา ประสพสมบัติ, สมชาย ปรีชาศิลปกุล, สุภาพร อัญมณกุล และ เสนาะ เจริญพร. (2552). เป็นพ่อแม่หลังชีวิตคู่แยกทาง : มุมมองด้านกฎหมาย, มิติหญิงชายและวาทกรรม : โครงการการศึกษาการแบ่งปันภาระในการดูแลบุตร ภายใต้สถานการณ์หย่าร้าง/แยกกันอยู่. เชียงใหม่: มูลนิธิไฮนริค เบิลล์ สำนักงานภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้.
- เบญจา ยอดดำเนิน-แอ็ดติง และ กาญจนา ตั้งชลทิพย์. (2552). การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ : การจัดการข้อมูล การตีความ และการหาความหมาย. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรรณดี สุทธินากร. (2556). การวิจัยเชิงคุณภาพ: การวิจัยในกระบวนการตัดสินใจทางเลือก. กรุงเทพฯ: สยามปริทัศน์.
- ศิริชัย กมลบาล, นันทา ผู้รักษา และ ศิริพันธ์ ศรีวันยงค์. (2554). ผลการใช้โปรแกรมการช่วยเหลือตนเองโดยการฟังเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกของวัยรุ่นที่พิการทางการมองเห็น. วารสารศรีนครินทร์วิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์). 3 (6), 129-136.
- ศิริพร จิรวัดน์กุล. (2555). การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล: ระเบียบวิธีวิจัยและกรณีศึกษา. กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒนา.
- สุรีย์พร พันพื้ง และ กมลพรรณ พันพื้ง. (2558). **ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว : การปรับตัวของครอบครัวท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง**. ในเอกสารประกอบการประชุมสมัชชาครอบครัวระดับชาติ ประจำปี 2558. กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- สุรีย์พร พันพื้ง และ กมลพรรณ พันพื้ง. (2552). การจัดการของรัฐต่อความต้องการของครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว. ในครอบครัวไทยในสถานการณ์การเปลี่ยนผ่านทางสังคมและประชากร ประชากรและสังคม 2552. ชาย โพธิสิตา และสุชาดา ทวีสิทธิ์. บรรณาธิการ. นครปฐม: สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม 2552.
- ไทยรัฐออนไลน์. (2558). ชูจิตส์สวัสดิการครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว. สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2558, จาก <http://www.thairath.co.th/content/488661>
- AIShirawi, D. (2016). *El Azima : Arab Women, Islam, And Power. How Personal Power Is Developed, Experienced, And Expressed By Bahraini Muslim Women*. Doctoral Dissertation in Clinical Psychology: Sofia University
- Akhtar, M. (2008). What is Self-Efficacy? Bandura's 4 Sources of Efficacy Beliefs. Retrieved October 15, 2017, from <http://positivepsychology.org.uk/self-efficacy-definition-bandura-meaning/>
- Atkins, R. (2010). Self-efficacy and the promotion of health for depressed single Mothers. *Mental Health in Family Medicine*, 2010, 7(3), 155-168.
- Bernard, M.E. (2014). *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. Springer Science & Business Media.
- Caprara, G. V., & Steca, P. (2005). Affective and Social Self-Regulatory Efficacy Beliefs as Determinants of

- Positive Thinking and Happiness. *European Psychologist*, 10, pp. 275-286.
- Cattaneo, L., & Chapman, A. (2010). The Process of Empowerment: A Model for Use in Research and Practice. *American Psychologist*, 65, 646-659.
- Chandler, C. K. (1991). Tapping Creative personal power. *Individual psychology*. 47(2): 222-229.
- Corey, G. (2010). *Theory and Practice of Group Counseling*. 8th ed. United of America: Brooks/Cole, Cengage Learning
- Garces-Ozanne, A., Kalu, E. I., & Audas, R. (2016). The Effect of Empowerment and Self-Determination on Health Outcomes. *Health Education & Behavior*, Vol.43(6), p.623-631
- Gutierrez, L., Parsons, Ruth J, & Cox, Enid Opal. (1998). *Empowerment in Social Work Practice a Sourcebook*. United States of America: Brooks / Cole Publishing company.
- Hafkin, N. (2017). *A2I for Gender Equality How access to information empowers women and girls*. Development and Access to Information. Netherlands: The International Federation of Library Associations and Institutions (IFLA) and the Technology and Social Change Group, University of Washington.
- Hamid, S. R. A., & Salleh, S. (2013). Exploring single parenting process in Malaysia: Issues and coping strategies. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1154-1159.
- Henriques, G. (2014). Six Domains of Psychological Well-being. *Psychology Today*. Retrieved May 28, 2018, from <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/theory-knowledge/201405/six-domains-psychological-well-being>
- Itsarapong, P., Sarakan, K., & Arunyananon, L. (2018). Promoting the Positive Thinking and Mindfulness Training for Autism Caregiver with Depression. *International journal of child development and mental health*, 6 (1), 75-86.
- Keltner, D., Gruenfeld, D.H., & Anderson, C. (2003). Power, approach, and inhibition. *Psychological Review*, 110, 265-284.
- Klosowski, T. (2014). The Importance of Self-Awareness, and How to Become More Self Aware. Retrieved October 15, 2017, from <https://lifehacker.com/the-importance-of-self-awareness-and-how-to-become-mor-1624744518>
- Lammers, Joris; Stoker, Janka I.; and Stapel, Diederik A. (2009). Differentiating Social and Personal Power Opposite Effects on Stereotyping, but Parallel Effects on Behavioral Approach Tendencies. *Journal of Association for Psychological Science*. 20(12): 1543-1550.
- Lewis, J. A. ,Lewis, M.D., Daniels, J. A., & D Andrea, M. J. (2003). *Community Counseling: empowerment strategies for a diverse society* (3rd ed.). Pacific Grove, [Calif.]: Brooks/Cole.
- Mathews, A. (2011). Power vs. Personal Empowerment. Retrieved January 30, 2015, from <https://www.psychologytoday.com/blog/traversing-the-innerterrain/201110/power-vs-personal-empowerment>.

- Mather, M. (2010). U.S. Children in Single-Mother Families. Population Reference Bureau. Retrieved July 31, 2015, from <http://www.prb.org/Publications/Reports/2010/singlemotherfamilies.aspx>
- Perkins, D., & Zimmerman, D. (1995). Empowerment theory, research, and application. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 569-579.
- Redmond, B. (2016). Self-Efficacy and Social Cognitive Theories. Retrieved October 15, 2017, from <https://wikispaces.psu.edu/display/PSYCH484/7.+Self-Efficacy+and+Social+Cognitive+Theories>
- Sparks, Amy M. (2012). Psychological Empowerment and Job Satisfaction Between Baby Boomer and Generation X Nurses. *Journal of Nursing Management*. 20: 451-460
- Spreitzer, G. (1995). Psychological Empowerment in the workplace: Dimensions, Measurement, and validation. *Academy of Management journal*, 38 (5), 1442-1465
- Tahir, M. A., & Rana, S. A. (2013). Balochistan: An Evaluation of Level of Psychological Empowerment and well-being among Baloch and other Ethnic Groups. *The Dialogue*. 8 (1): 86-97.
- Thomas, Keith J. (1917). *Personal power*. New York & London: Funk & Wagnalls Co..
- Van Dijke, M. & Poppe, M. (2006). Striving for personal power as a basis for social power dynamics. *Journal of Social Psychology*, 36(4), 537-556.
- Vanzant, I. (2008). *Tapping the power within: a part to self-empowerment*. the United States: Smiley Books
- Zimmerman, M. (1995). Psychological Empowerment: Issue and Illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23 (5), 581-599
- Zohar, D.; & Marshall, I. N. (2004). *Spiritual capital: Wealth we can live by*. Berrett-Koehler Store.