

การศึกษาระดับความเครียด สาเหตุความเครียด และความต้องการการช่วยเหลือ
ของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก กรณีศึกษา: ศูนย์การศึกษาพิเศษ
A STUDY OF STRESS LEVELS, CAUSES OF STRESS, AND SUPPORT NEEDS
OF PARENTS OF TWINS WITH AUTISM: A CASE STUDY
AT A SPECIAL EDUCATION CENTER

Received: July 3, 2025

Revised: June 22, 2026

Accepted: June 26, 2026

ภูษนิศา ทอนชัย¹ และ ภัทรพร แจ่มใส²

Pusanisa Tornchai¹ and Pattaraporn Jamsai²

¹นิสิตหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

²ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อาจารย์ประจำหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

^{1,2}Faculty of Education, Kasetsart University, Bangkok 10900 Thailand

¹Corresponding author, E-mail: pusanisa.to@ku.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียด สาเหตุความเครียด และความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก เข้ารับบริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษ จำนวน 3 ครอบครัว เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินความเครียดสวนปรุง (Suanprung Stress Test: SPST -20) และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview form) วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแบบวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติกทั้ง 3 ครอบครัว มีระดับความเครียดสูง 2) สาเหตุของความเครียดเกิดจาก 2 ปัจจัยหลัก ได้แก่ (1) ความเครียดจากปัจจัยส่วนตัว เช่น ปัญหาด้านสุขภาพ การไม่มีเวลาให้กับตัวเอง และ(2) ความเครียดจากปัจจัยแวดล้อม เช่น ความเครียดจากสภาพปัญหาเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว ปัญหาพฤติกรรมของเด็กและวิธีการดูแล และ 3) ผู้ปกครองต้องการการช่วยเหลือในเรื่องการจัดการกับพฤติกรรมของลูก ต้องการคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ความต้องการให้ลูกได้ใช้ชีวิตร่วมกับเด็กทั่วไป ต้องการการสนับสนุนด้านการศึกษาให้บุตรหลานได้เข้ารับการศึกษที่สูงขึ้น โดยเรียนร่วมกับนักเรียนทั่วไป ตลอดจนการศึกษาต่อในโรงเรียนเฉพาะความพิการเพื่อฝึกการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันให้มากที่สุด และการสนับสนุนในด้านการประกอบอาชีพสำหรับผู้ปกครอง

คำสำคัญ: ความเครียด, ผู้ปกครอง, ภาวะออทิสติก

ABSTRACT

This study aimed to examine the levels, causes, and support needs related to stress among parents of twins with Autism Spectrum Disorder. The participants were of three families whose twins children with autism were receiving services at a Special Education Center. The research instruments included the Suanprung Stress Test (SPST-20) and an indepth interviews form. Data were analyzed using qualitative content analysis.

The findings revealed that: 1) The parents from all three families, each having twins with autism spectrum disorder, were found to experience a high level of stress.

2) The causes of stress stemmed from two main factors: (1) personal factors, such as health issues and limited personal time; and (2) environmental factors, including financial difficulties, family relationship problems, children's behavioral challenges, and caregiving responsibilities. 3) Parents expressed the need for support in managing their children's behavior, receiving expert consultation, and gaining clarity about their children's future particularly their ability to coexist with typically developing peers, as well as educational support and career support for parents themselves.

Keywords: Stress, Parents, Autism Spectrum Disorder

ความเป็นมาของปัญหาการวิจัย

ความเครียด (Stress) เป็นการตอบสนองของร่างกายและจิตใจ ที่เกิดจากการตื่นตัวเตรียมรับกับเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องที่เกินความสามารถที่จะแก้ไขได้ ทำให้รู้สึกหนักใจเป็นทุกข์ และเกิดอาการผิดปกติทางร่างกายและพฤติกรรม (สุกัญญา ทาโสดี และพรปวิณ์ แก้วมั่งเมือง, 2566) ความเครียดทำให้เกิดทั้งผลดีและผลเสียต่อร่างกายและจิตใจของบุคคล บุคคลที่มีระดับความเครียดที่เหมาะสมจะกระตุ้นให้ร่างกายตอบสนองต่อความท้าทายในชีวิตประจำวันและทำกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ในขณะที่ความเครียดในระดับสูงจะส่งผลเสียต่อร่างกาย เช่น กล้ามเนื้อเกร็งมากกว่าปกติ อ่อนเพลีย วิงเวียนศีรษะ เป็นต้น และส่งผลเสียต่อจิตใจ เช่น กลัว วิตกกังวล ไม่มีสมาธิ เป็นต้น (งรงรบ เทียนสันต์, สาวิตรี แยมศรีบัว และ วาทีนี วิชัยชัชคะ, 2564) ซึ่งตรงกับ ญาดาพร ยอดสวัสดิ์ (2562) ที่กล่าวไว้ว่า ความเครียด (Stress) เป็นภาวะที่รบกวนการทำงานของร่างกายและจิตใจของบุคคล ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ สิ่งที่มากระตุ้นความเครียด (Stressor) และปฏิกิริยาตอบสนองทางร่างกายและจิตใจ (Stress Response) เมื่อเกิดความเครียดร่างกายและจิตใจก็จะเกิดปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียดนั้น โดยอาจเกิดอาการ เช่น ความวิตกกังวล ความกลัว หงุดหงิด โมโหง่าย เศร้า การตัดสินใจแย่ลง และการแก้ไขปัญหาที่ไม่เหมาะสม

ในบริบทของครอบครัวที่มีบุตรหลานซึ่งมีภาวะบกพร่องทางพัฒนาการโดยเฉพาะ “ภาวะออทิสติก” ผู้ปกครองต้องเผชิญกับความเครียดจากบทบาทความรับผิดชอบที่เพิ่มขึ้น การดูแลเด็กออทิสติกต้องใช้ทั้งเวลา ทักษะ และความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ซึ่งหลายครอบครัวอาจยังขาดเครื่องมือหรือการสนับสนุนที่เหมาะสม (สุทธนันท์ กัลละ, 2561) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเครียดในระดับสูงมักส่งผลต่อสุขภาพจิต ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ตลอดจนการดำรงชีวิตประจำวันของผู้ปกครอง (McGrew & Keyes, 2014) งานวิจัยของ Wang, Michaels and Day (2011) พบว่า ผู้ปกครองของเด็กออทิสติกมีระดับความเครียดสูงกว่าผู้ปกครองของเด็กทั่วไป และมีแนวโน้มเผชิญกับภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความเหนื่อยล้า และคุณภาพชีวิตที่ลดลง โดยเฉพาะเมื่อต้องดูแลเด็กที่มีพฤติกรรมท้าทาย เช่น ก้าวร้าว เสียงดัง ทำร้ายตนเอง หรือแสดงพฤติกรรมซ้ำ ๆ อย่างรุนแรง (McStay, Trembath & Dissanayake, 2014) ปัจจัยเหล่านี้ทำให้ผู้ปกครองจำนวนไม่น้อยเผชิญกับภาวะเครียดอย่างต่อเนื่องจนเกิดผลกระทบต่อสุขภาพกายและใจ

แม้ว่าการศึกษาหลายชิ้นจะชี้ให้เห็นว่า ผู้ปกครองของเด็กออทิสติกมีระดับความเครียดสูงและต้องเผชิญกับภาระทางกาย จิตใจ และเศรษฐกิจอย่างมาก แต่ยังพบว่างานวิจัยในกรณี “ผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดและทั้งสองคนมีภาวะออทิสติก” ยังคงมีอยู่อย่างจำกัด ทั้งที่สถานการณ์นี้มีความซับซ้อนและทวีความยากลำบากมากขึ้นกว่ากรณีทั่วไป ผู้ปกครองต้องแบ่งเวลา พลังงาน และทรัพยากรในการดูแลเด็กมากกว่าปกติ Heinonen (2022) กล่าวว่า “ในครอบครัวที่มีลูกเป็นฝาแฝดการเป็นผู้ปกครองหมายถึงการดูแลลูกมากกว่าหนึ่งคนที่มีอายุเท่ากัน” ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาพจิตขั้นรุนแรง จากประเด็นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงความจำเป็นในการศึกษาความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก โดยมุ่งวิเคราะห์ระดับความเครียด ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครอง เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการวางแผนสนับสนุนในเชิงระบบทั้งในระดับสถานศึกษา ครอบครัว ชุมชน และนโยบายสาธารณะในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก
2. เพื่อศึกษาสาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก
3. เพื่อศึกษาความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านกลุ่มเป้าหมาย

การวิจัยครั้งนี้เป็นกรณีศึกษา โดยศึกษาในผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก จำนวน 3 ครอบครัว โดยลูกได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีภาวะออทิสติก อายุ 4 – 7 ปี เป็นฝาแฝดแท้ (เพศเดียวกัน) เข้ารับบริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษมาแล้วเป็นเวลา 2 - 4 ปี ผู้ปกครองใช้เวลาในการดูแลนักเรียนอย่างน้อย 12 ชั่วโมง/วัน และผู้ปกครองสามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

1. ระดับความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก
2. สาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก
3. ความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

ขอบเขตด้านเนื้อหา

มุ่งศึกษาระดับความเครียด สาเหตุความเครียด และความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครอง

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) แบบกรณีศึกษา โดยศึกษาความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก จำนวน 3 ครอบครัว ซึ่งกรณีศึกษา เป็นผู้ปกครองที่มีลูกศึกษาอยู่ในศูนย์การศึกษาพิเศษ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบประเมินความเครียด และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview form)

กรณีศึกษา

กรณีศึกษาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก จำนวน 3 ครอบครัว โดยลูกได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีภาวะออทิสติก อายุ 4 – 7 ปี เป็นฝาแฝดแท้ (เพศเดียวกัน) เข้ารับบริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษมาแล้วเป็นเวลา 2 - 4 ปี ผู้ปกครองใช้เวลาในการดูแลนักเรียนอย่างน้อย 12 ชั่วโมง/วัน และผู้ปกครองสามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินความเครียดสวนปรง (Suanprung Stress Test-20: SPST-20) เป็นแบบวัดประเภทการให้บุคคลรายงานเกี่ยวกับตนเอง (Self-Report) ใช้มาตรวัดประเภทมาตราอันดับ (Ordinal Scale) (มรรยาทรุจิวิชัย, 2556) ผ่านการตรวจสอบความตรงทางด้านเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ นำไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างได้ค่าความเชื่อมั่น 95% ข้อคำถามมีค่าความน่าเชื่อถือคอนบาร์ค แอลฟา มากกว่า 0.7 และมีความแม่นยำตรงตามสภาพมากกว่า 0.27 (สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และ พิมมาศ ตาปัญญา, 2540) ข้อคำถามมีจำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็น 4 ระดับตามช่วงคะแนน ได้แก่ ความเครียดน้อยระดับคะแนน 0 – 23 คะแนน ความเครียดปานกลางระดับคะแนน 24 – 41 คะแนน ความเครียดสูง ระดับคะแนน 42 – 61 คะแนน และความเครียดรุนแรงระดับคะแนน 62 คะแนนขึ้นไป (พรรณภา เรืองกิจ, สนธยา มณีรัตน์ และเยาวลักษณ์ มีบุญมาก, 2562)

2. แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview form) เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแล้วนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของเครื่องมือ โดยการนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) มีขั้นตอน ดังนี้

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับสาเหตุความเครียด ความต้องการการช่วยเหลือสำหรับผู้ปกครอง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview form) ออกแบบข้อคำถามสำหรับสัมภาษณ์ผู้ปกครอง จำนวน 15 ข้อ

2.2 นำร่างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง แล้วปรับปรุงแก้ไขให้มีความเหมาะสม

2.3 นำแบบสัมภาษณ์เชิงลึกที่ผ่านการเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาแล้ว นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อให้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์การวิจัยและปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ซึ่งข้อคำถามของแบบสัมภาษณ์มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.00 ทั้งหมด 15 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากผู้ปกครอง จำนวน 3 ครอบครัว เพื่อขออนุญาตบันทึกข้อมูลจากการสัมภาษณ์ บันทึกเสียงสนทนาขณะสัมภาษณ์ และเผยแพร่ข้อมูลในการวิจัย

2. ผู้วิจัยชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์และกระบวนการวิจัยกับผู้ปกครอง

3. ผู้ปกครองทำแบบประเมินความเครียดสวนปรง (SPST – 20) ด้วยตนเอง

4. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมแบบประเมินความเครียดสวนปรง (SPST – 20) ตรวจสอบความสมบูรณ์

5. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกกรณีศึกษา จำนวน 3 ครอบครัว ด้วยการจดบันทึก บันทึกเสียง ตามประเด็นการสัมภาษณ์ ที่ละครอบครัว โดยมีการขออนุญาตก่อนการสัมภาษณ์ ใช้เวลาประมาณ 40 – 50 นาทีต่อการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยเป็นคนสัมภาษณ์ด้วยตนเอง

6. เมื่อจบการสัมภาษณ์ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณกรณีศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ จากแบบประเมินความเครียดสวนปรง (SPST – 20) โดยเทียบกับเกณฑ์การประเมิน

2. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ระดับความเครียดของผู้ปกครอง

ตารางที่ 1 แสดงระดับความเครียดของผู้ปกครองจากการประเมินด้วยตนเองตามแบบประเมินความเครียดสวนปรง (SPST-20)

ผู้ปกครอง	ระดับของความเครียด	
	คะแนนรวม	แปลผล
คุณยายน้องเอ น้องบี (นามสมมติ)	60	มีความเครียดสูง
คุณแม่ น้องซี น้องดี (นามสมมติ)	55	มีความเครียดสูง
คุณแม่ น้องอี น้องเอฟ (นามสมมติ)	53	มีความเครียดสูง

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่าผู้ปกครองของนักเรียนที่มีภาวะออทิสติก ทั้ง 3 คน มีความเครียดสูง

ตอนที่ 2 ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

1. สาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

1.1 ปัจจัยส่วนตัว

สาเหตุความเครียดจากปัจจัยส่วนตัว ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิต และการไม่มีเวลาให้กับตนเอง จากการสัมภาษณ์พบว่า การมาดูแลลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติกนั้นทำให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป เช่น จากเคยทำงานก็ต้องออกจากงาน สุขภาพที่เปลี่ยนไป ความสัมพันธ์กับคู่สมรสที่เปลี่ยนไป ดังคำบอกเล่าของผู้ปกครอง ดังนี้

“การมาดูแลหลานทำให้ยารู้สึกเหนื่อย เพราะต้องบ่นให้หลานเป็นประจำ ไม่ได้ไปไหนเหมือนเมื่อก่อนเพราะต้องดูแลหลานตลอดเวลา นอนไม่ค่อยหลับ เป็นหลง ๆ ลืม ๆ มีคนมาทักว่ายายดูเครียด ๆ ลองไปปรึกษาหมอดิฉัน ยายก็เลยไปที่โรงพยาบาลศรีธัญญา ได้ยามากินช่วยให้นอนหลับดีขึ้นบ้าง”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“การดูแลลูกทั้งสองคน ทำให้ชีวิตเปลี่ยนไปมาก เมื่อก่อนแม่ทำงานเป็นช่างเสริมสวยมีงาน มีเงิน อยากไปไหน กินอะไรก็ได้แต่พอมีลูกอยากไปไหนก็ไม่ได้ไป อยากไปกินข้าวข้างนอกก็ไม่ได้ต้องซื้อกลับมากินที่บ้าน ทำอะไรก็ต้องรีบทำ นอนก็ไม่เป็นเวลาเพราะลูกนอนไม่ตรงเวลา บางทีนอนตื่นตี 3 เหนื่อยมาก ตั้งแต่มีลูกนอนไม่เคยพอเลย ไม่เคยได้แต่งตัวสวย ๆ เหมือนเมื่อก่อน เป็นไทรอยด์ตอนคลอด รู้สึกเครียด”

(คุณแม่ น้องซี น้องดี)

“การดูแลลูกทำให้ชีวิตเปลี่ยนไป เมื่อก่อนเคยทำงานหาเงินได้เอง แต่พอมีลูกแล้วรู้ว่าเป็นออทิสติกต้องออกจากงานมาดูแลลูกเต็มที่เลย ให้พ่อเป็นคนทำงานคนเดียวแยกห้องนอนกัน ทำให้ความสัมพันธ์แบบสามีภรรยา ลดน้อยลง รู้สึกว่าสมองเบลอ ๆ เหนื่อยง่าย วูบเหมือนเป็นหลับใน เครียด”

(คุณแม่ น้องอี น้องเอฟ)

1.2 ปัจจัยแวดล้อม

สาเหตุความเครียดจากปัจจัยแวดล้อม ได้แก่ ความเครียดจากสภาพปัญหาเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว ปัญหาพฤติกรรมของเด็กและวิธีการดูแล พบว่าทั้ง 3 ครอบครัวมีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่ายในครัวเรือน สาเหตุอาจเกิดจากแต่ละครอบครัวมีผู้ที่มีรายได้เพียง 1 หรือ 2 คน ดังการบอกเล่าจากผู้ปกครองต่อไปนี้

“พ่อเขาเป็นลูกจ้างที่องค์การบริหารส่วนตำบลแห่งหนึ่ง แม่เป็นเจ้าหน้าที่ในกระทรวงแห่งหนึ่ง พ่อเขาส่งค่าเลี้ยงดูมาให้บ้างช่วยค่าเช่า ค่ากินค่าอยู่บ้าง แต่ก็ไม่พอหรอกครู่เพราะเขาก็ต้องดูแลครอบครัวฝั่งโน้น เขาก็มีพ่อแม่ที่ต้องดูแล อยู่นี้ก็หมดไปกับค่าเดินทางไปเรียน ไปโรงพยาบาล พาเจ้าแฝดไปบ้าง พายายไปบ้าง เหมือนค่าใช้จ่ายก็คุณสองคุณสามไปครู่ ค่าเช่าบ้านก็ประมาณ 8,000 กว่าบาท”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“เป็นบ้านของตัวเองนี้แหละแต่ยังต้องผ่อนอยู่ประมาณเดือนละ 8,000 นิด ๆ พ่อเป็นคนทำงานหาเงิน ทำงานเกี่ยวกับรับเหมา ตอนนี้อำบากไม่ค่อยมีงานถ้ามีก็ไม่ใช่งานใหญ่ ๆ เหมือนเมื่อก่อนส่วนแม่ไม่ได้ทำงานเพราะต้องดูแลลูก ดูแลยายดีหน่อยว่าตอนนี้แม่ไม่ได้พาไปหาหมอบ่อยเหมือนเมื่อก่อนใช้การโทรคุยแล้วหมอก็ส่งยามาที่บ้าน แต่ค่าใช้จ่ายหมดไปเยอะกับพาเขาไปเรียนนั่งแท็กซี่ไปกลับแต่ละวันก็สองร้อยกว่าแล้วนะครู่”

(คุณแม่ น้องซี น้องดี)

“ค่าใช้จ่ายไม่เพียงพอหรอกครู่เพราะต้องรักษาทั้งพ่อ และลูก ของลูกนี้ก็หมดไปกับพวกค่าเดินทาง ค่าฝึกพิเศษ แม่พาเขาไปฝึกพูดของโรงพยาบาลด้วย ของคลินิกเอกชนด้วย บ้านเป็นบ้านของตัวเองแต่ต้องผ่อนประมาณเดือนละ 12,000 บาทค่ะครู่”

(คุณแม่ น้องอี น้องเอฟ)

ลักษณะความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวพบว่า ไม่ค่อยได้มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันเท่าที่ควร เนื่องจากผู้ดูแลนักเรียน นักเรียน กับสมาชิกในครอบครัวมีเวลาไม่ตรงกัน เนื่องจากลักษณะการทำงานของสมาชิกในครอบครัวที่ต้องออกไปทำงานในตอนเช้า และกลับบ้านเย็น

“ในบ้านก็ไม่ค่อยคุยกันหรอกเพราะหลานที่อายุ 13 เขาโตแล้วกินอาหารก็ไม่เหมือนน้อง ๆ เขากินแล้วเขาก็เข้าห้อง ส่วนลูกของยาย (แม่ กับน้า) ออกไปทำงานตั้งแต่เช้า แล้วก็กลับดึกมาถึงบ้าน 3 ทุ่มบ้าง 4 ทุ่มบ้าง เพราะเขาทำงานในกรุงเทพฯ พ่อเด็กทำงานอยู่ที่บุรีรัมย์”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“พ่อออกจากบ้านก็ 7 โมงเช้า กลับบ้านก็เย็น หรือดึกเลยแทบไม่ได้คุยกันเลย ส่วนแม่ไม่ได้ทำงานเพราะต้องดูแลลูก ดูแลยาย ยายก็ช่วยดูแลบ้างเพราะแม่แยกน้องเมื่อก่อนอยู่ที่บ้าน ดิจะอยู่ข้างล่าง ซิอยู่ข้างบน เพราะถ้าอยู่ด้วยกันเขาจะตีกัน”

(คุณแม่ น้องซี น้องดี)

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

แต่สำหรับครอบครัวของน้องอี เอฟ พบว่ามีช่วงเวลาที่ใช้ร่วมกันเพราะเวลาทำงานของพ่อไม่ต้องไปเช้ามาก บางครั้งทำงานที่บ้านได้และกลับบ้านในเวลาปกติ แต่ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่ในฐานะสามีภรรยาขาดหายไป แม่เล่าว่า “แม่แยกห้องนอนกับสามีมา 3 ปีแล้ว เพราะนอนด้วยกันแล้วลูกนอนไม่หลับ พ่อก็นอนไม่หลับ ปล่อยให้ลูกนอนกันสองคนก็ไม่ได้พวกเขาก็จะให้แม่นอนด้วย แม่เลยแยกห้องนอนกันกับพ่อ”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

จากการสัมภาษณ์เรื่องอาการของลูกและความรุนแรงของอาการเหล่านั้นพบว่าในความคิดของผู้ปกครองนั้นลูกของตนเองมีอาการที่รุนแรง และมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ มีอาการร้องไห้ กรีดร้อง ทำลายข้าวของ ทำร้ายตนเอง บางครั้งมีการทำร้ายร่างกายของอีกคน และผู้ปกครองมีความกังวลในเรื่องการดูแลเด็ก ดังการให้สัมภาษณ์ของผู้ปกครองต่อไปนี้

“รุนแรงสิ แต่เอ (แฝดพี่) ตอนนี้เหมือนดีกว่าเมื่อก่อนเยอะเลย เมื่อก่อนซึ่งนอน ร้องไห้ โมโหร้าย ส่วนบี (แฝดน้อง) กรีดร้องทำลายข้าวของ โยนของ ทบตีข้าวของ เมื่อไม่พอใจบางครั้งทั้ง 2 คนทะเลาะกัน ทำร้ายร่างกายกัน”

“กลัวว่าหลาน ทำสิ่งอันตรายมากกว่า”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“รุนแรงมาก แต่มีคนหนึ่งรุนแรงกว่า คือ น้องดีชอบเอาหัวโขกพื้น โขกหัวน้อง (ซี) ผลักกัน กรีดร้อง ดึงผม ข่วนแขนตัวเอง หยิกคนอื่น กินอาหารแล้วขว้างทิ้ง ส่วนซีจะแบบว่าอยู่ไม่นิ่ง เดินไปเดินมา กรีดร้อง บ้างเมื่อขัดใจ”

“แม่กลัวว่าแม่จะอดใจไม่ได้ กลัวทำร้ายลูกเพราะบางทีแม่ทนพฤติกรรมเขาไม่ไหว”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

“รุนแรงมาก ทั้งสองคน ร้อง กรีด ไม่พูด แต่ส่วนใหญ่น้องอีอยู่ไม่นิ่ง กรีดร้อง กระแทบเท้าลงไปนอนกับพื้น ร้องเสียงดัง เอฟจะอยู่ไม่นิ่ง เดินไปเดินมา กรีดร้อง ทำร้ายตัวเอง

“กลัวเรื่องการดูแลลูกกว่าเราทำอะไรพลาดไปรีไปล่า ทำไมลูกเราดูไม่ค่อยพัฒนาเลย”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

2. ความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

2.1 ความต้องการเกี่ยวกับวิธีการดูแลและปรับพฤติกรรม

จากการสัมภาษณ์ พบว่าผู้ปกครองต้องการคำแนะนำในการดูแล และจัดการพฤติกรรมของบุตรหลานอย่างถูกวิธี ดังนี้

“ยายก็อยากรู้นะ บางทีก็ถามครูบ้าง แต่เวลาเขามีพฤติกรรมยาก็ตีเขาเลย แต่ครูก็เคยบอกยายนะว่าไม่ให้ตี เพราะตีพฤติกรรมเขาก็ไม่ดีขึ้น แต่ยายก็ไม่รู้จะทำยังไง พอตีปั๊บเขาก็หยุดพฤติกรรมแต่ก็แป๊บเดียว ก็กลับมาเป็นใหม่”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

“แม่อยากได้คำแนะนำเรื่องการสอนให้เขารู้ว่า จะต้องเข้าห้องน้ำเมื่อไหร่ หมายถึง การนั่ง ล้วนนะครู เพราะเขาไม่รู้จักเข้าห้องน้ำเลยทุกวันนี้อยู่บ้านต้องถ่ายในกะละมัง แต่เขาก็พอพาเข้าไปได้นะ แต่เจ้า ดินะไม่ยอมเลย แต่มาเรียนไม่เคยถ่ายเลยนะครูก็กลับไปถ่ายที่บ้าน ส่วนเรื่องพฤติกรรมกรีดร้อง ตีกันก็ไม่รู้จะ ทำยังไงแล้วครูแม่ก็เริ่มจะชินแล้วนะ”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

“อยากได้คำแนะนำเรื่องการจัดการพฤติกรรมเวลาลูกทำพฤติกรรมแย่ ๆ กรีดร้อง ทำร้าย ตัวเอง ทำร้ายคนอื่น”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

2.2 การวางแผนอนาคต

ความต้องการการช่วยเหลือเกี่ยวกับอนาคตของบุตรหลานนั้นพบว่า ทั้ง 3 ครอบครัวมีความ คาดหวังเกี่ยวกับอนาคตของลูกคล้ายคลึงกัน เช่น อยากให้ลูกได้ใช้ชีวิตร่วมกับเด็กทั่วไป ช่วยเหลือตนเองได้ สื่อสารบอกความต้องการของตนเองได้ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

“คาดหวังกับน้องเอ (แฝดพี่) อยากให้เรียนพิเศษ แต่ตอนนี้คงไม่ได้เรียนแล้วเพราะไม่มีเงินแล้ว อยากให้เขาได้เรียนในโรงเรียน ใช้ชีวิตกับเด็กปกติ พูดสื่อสารได้ ช่วยเหลือตัวเองได้”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“อยากให้ลูกช่วยเหลือตัวเองได้ รู้จักบอกความต้องการ ป้องกันตัวเองจากอันตรายได้ และ อยากให้เลิกพฤติกรรมกรีดร้อง ทำร้ายตัวเอง และคนอื่นเวลาไม่พอใจ”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

“อยากให้ลูกพูดได้ บอกความต้องการตัวเองได้ เข้าเรียนในโรงเรียนกับเด็กปกติเพื่อเขาจะพูด ได้”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

2.3 ความช่วยเหลือทางการแพทย์

ในด้านความช่วยเหลือทางการแพทย์นั้น พบว่าแต่ละครอบครัวมีความต้องการที่แตกต่างกัน เช่น บางคนต้องการในเรื่องการกินยาควบคุมพฤติกรรม บางคนต้องการการฝึกกิจกรรมพิเศษ

“อยากได้เรื่องกินยาให้เขาสงบลง เวลาที่เขาปรี๊ดตายเหนื่อยมาก แม่เขาก็บอกนะว่าไม่อยากให้ ลูกกินยากลัวว่าจะส่งผลในระยะยาว แต่ยายนี่ยากให้กินเลยถ้ากินแล้วเขาสงบลงเพราะยายเหนื่อยมาก”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“แม่พาไปฝึกที่โรงพยาบาล แต่พอไปถึงลูกร้องก็ไม่ได้ฝึก แม่ก็เลยยกเลิกไม่ได้ไปต่อแล้ว ทุก วันนี้ก็แค่รอรับยาที่บ้านเขาส่งมาให้ถึงบ้านเลย แต่ถ้าเป็นเรื่องไปฝึกแบบพิเศษ แม่ก็อยากลองให้ลูกไปฝึกว่ายน้ำ ชีมน้ำ เผื่อมันจะดีขึ้นบ้าง”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

“ถ้าเป็นไปได้ต้องการเรื่องการฝึกทางเลือก เช่น ชี้นำ ว่ายน้ำ ดนตรี ฝึกพูดค่ะครู เพราะแม่รู้สึก
ว่าลูกชอบแล้วเหมือนเขาดีขึ้นแต่พวกนี้นั้นต้องใช้เงินเยอะอยู่นะคะครู”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

2.4 ความช่วยเหลือทางการศึกษา

ในด้านการศึกษาทั้ง 3 ครอบครัวต้องการอยากให้ลูกได้เรียนต่อในโรงเรียนทั้งโรงเรียนเรียนร่วม
และโรงเรียนเฉพาะความพิการ

“อยากให้หลานได้เรียนในโรงเรียนเรียนร่วม เพราะจะได้มีความรู้ เรียนต่อไปสูง ๆ ช่วยเหลือ
ตัวเองได้ อีกอย่างถ้าเรียนในโรงเรียนแบบนี้จะทำให้ได้เจอเด็กทั่วไป ยายว่าเขาน่าจะเลียนแบบกัน เพื่อเขาพูดได้
เหมือนเด็กปกติ”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“อยากให้ลูกได้เรียนในโรงเรียน ไม่ต้องไปโรงเรียนเรียนร่วมก็ได้ เพราะรู้ว่ายากด้วยพฤติกรรม
ความรุนแรงของลูกเรา อยากไปโรงเรียนประจำเพื่อจะได้ฝึกการช่วยเหลือตัวเอง”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

“อยากให้ลูกได้เรียนในโรงเรียนเรียนร่วม เพราะจะได้เรียนรู้การเข้าสังคม ช่วยเหลือ
ตัวเอง แต่แม่เคยไปสอบถามโรงเรียนใกล้บ้านแล้วเขาบอกไม่มีครูดูแล เขาไม่กล้ารับ”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

2.5 ความช่วยเหลือในเรื่องอื่น ๆ

ด้านความต้องการช่วยเหลือในเรื่องอื่น ๆ พบว่า ทั้ง 3 ราย มีความต้องการที่เหมือนกัน คือ
การประกอบอาชีพ

“ยายอยากแบ่งเบาภาระของลูก อยากให้หลานได้ไปโรงเรียนแล้วยายทำอาชีพเสริมอยู่บ้านก็ได้
ยายถนัดพวกเย็บผ้า ถักโครเชต์นะคะ เมื่อก่อนยายเคยทำ”

(คุณยายน้องเอ น้องบี)

“อยากให้ลูกไปโรงเรียนเพื่อแม่จะได้กลับไปทำงานเดิม เมื่อก่อนแม่ทำร้านเสริมสวยทำผมใจครู
หรือทำงานเสริมอื่นก็ได้นะตอนนี้แม่ก็ลองทำปลาหมึกขายไปด้วยนะคะ”

(คุณแม่น้องซี น้องดี)

“อยากมีงานทำที่บ้าน อยากมีรายได้เป็นของตัวเอง พวกงานในอินเทอร์เน็ตที่เราทำกัน แต่
ไม่ใช่ไลฟ์ขายของนะคะแม่ไม่ถนัด (หัวเราะ)”

(คุณแม่น้องอี น้องเอฟ)

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

สรุปผล

1. ระดับความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

ข้อมูลจากการประเมินความเครียดของผู้ปกครองโดยใช้แบบประเมินความเครียด สนวนปรุง (SPST – 20) พบว่า ผู้ปกครองทั้ง 3 คน มีความเครียดสูง โดยผู้ปกครองคนแรกมีระดับความเครียด 60 คนที่ 2 มีระดับความเครียด 55 และคนสุดท้ายมีระดับความเครียด 53 ซึ่งความเครียดในระดับนี้เป็นระดับที่ทำให้ได้รับความเดือดร้อนจากสิ่งต่าง ๆ หรือเหตุการณ์รอบตัว ทำให้เกิดความวิตกกังวล กลัว รู้สึกขัดแย้ง หรืออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่อาจแก้ไขจัดการปัญหานั้นได้ ไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้น ส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน และอาจก่อให้เกิดการเจ็บป่วยได้

2. สาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล พบสาเหตุของความเครียดเกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยส่วนตัว และปัจจัยแวดล้อม โดยปัจจัยส่วนตัวเกิดจากการเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิต เช่น สุขภาพที่เปลี่ยนไปบางรายต้องทานยานอนหลับ บางรายมีภาวะเหนื่อยง่าย พักผ่อนไม่เพียงพอ การไม่มีเวลาให้กับตัวเอง ปัจจัยแวดล้อม ได้แก่ ความเครียดจากสภาพปัญหาเศรษฐกิจ ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว ปัญหาพฤติกรรมของเด็ก และวิธีการดูแล

3. ความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล พบว่าผู้ปกครองมีความต้องการการช่วยเหลือในเรื่องการจัดการกับพฤติกรรมของลูก ต้องการคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ความต้องการให้ลูกได้ใช้ชีวิตร่วมกับเด็กทั่วไป ต้องการการสนับสนุนด้านการศึกษาให้บุตรหลานได้เข้ารับการศึกษาระดับที่สูงขึ้น โดยเรียนร่วมกับนักเรียนทั่วไป ตลอดจนการศึกษาต่อในโรงเรียนเฉพาะความพิการเพื่อฝึกการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันให้มากที่สุด และการสนับสนุนในด้านการประกอบอาชีพสำหรับผู้ปกครอง

อภิปรายผลการวิจัย

1. ระดับความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

จากการศึกษาพบว่า กรณีศึกษาทั้ง 3 คน มีความเครียดอยู่ในระดับสูง อาจเกิดจากผู้ปกครองทั้ง 3 คน เป็นผู้ดูแลนักเรียนทั้ง 2 คนด้วยตนเอง และทำงานบ้านอื่นด้วย มีปัญหาด้านสุขภาพ ทุกคนไม่ได้ทำงาน ทำให้ผลการประเมินมีความเครียดอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ แสงนภา บาร์มี และทยาวิโรจน์ (2566) เรื่อง การศึกษาระดับความเครียดและแนวทางการจัดการความเครียดของผู้ปกครองเด็กออทิสติกที่เข้ารับการรักษาแผนกจิตเวชเด็กและวัยรุ่น โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์ ที่พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความเครียดสูง คิดเป็นร้อยละ 46 อีกทั้งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์นารา จงไพศาลสกุล และศิริลักษณ์ ศุภปีติพร (2557) เรื่อง ภาวะเครียดของผู้ปกครองเด็กพิการที่นำบุตรมารับบริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษ ส่วนกลาง กรุงเทพมหานคร ที่พบว่า มีจำนวนผู้ปกครองกว่าครึ่งหนึ่งที่นำบุตรหลานมารับ

บริการที่ศูนย์การศึกษาพิเศษ มีความเครียดมากถึงมากที่สุด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Basri and Hashim (2019) ได้ศึกษาความเครียดของผู้ปกครองชาวมาเลเซียที่ลูกมีภาวะออทิสติก ซึ่งพบว่า ผู้ปกครองที่ลูกมีภาวะออทิสติกมีความเครียดสูงกว่าผู้ปกครองของเด็กทั่วไป

2. สาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

สาเหตุความเครียดของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติกนั้น เกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยส่วนตัว และปัจจัยแวดล้อม ซึ่งสาเหตุของความเครียดด้านปัจจัยแวดล้อมไม่ได้แตกต่างไปจากผู้ปกครองที่มีลูกออทิสติกคนเดียว แต่สำหรับผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติกนั้นมีสาเหตุด้านปัจจัยส่วนตัวที่แตกต่างไป โดยปัจจัยส่วนตัวเกิดจากการเปลี่ยนแปลงในการดำเนินชีวิต เช่น จากเคยทำงานก็ต้องออกจากงาน สุขภาพที่เปลี่ยนไปบางรายต้องทานยานอนหลับ บางรายมีภาวะเหนื่อยง่าย พักผ่อนไม่เพียงพอ การไม่มีเวลาให้กับตัวเองเพราะต้องดูแลบุตรหลานตลอด 24 ชั่วโมง ปัจจัยแวดล้อม ได้แก่ ความเครียดจากสภาพปัญหาเศรษฐกิจ เกิดจากความไม่เพียงพอของรายได้ และการรับรู้เรื่องความรุนแรงของอาการของลูก ตลอดจนการรับมือกับการเลี้ยงดูลูก การคาดหวังกับอนาคตของลูก เพราะเป็นไปตามสาเหตุของความเครียด คือ สิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวบุคคลแต่ละคนมีความเปลี่ยนแปลง ไม่แน่นอน อาจทำให้ปรับตัวไม่ทันจนก่อให้เกิดความเครียดได้ การขาดปฏิสัมพันธ์ หรือการมีมนุษย์สัมพันธ์ที่ไม่ดี การขาดการสนับสนุนทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นจากเพื่อน ชุมชน สังคม ย่อมส่งผลให้บุคคลเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยวและเกิดความเครียด การยับยั้งอารมณ์ควบคุมความรู้สึกของตนเองได้นั้น ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียดได้ง่ายกว่าบุคคลที่รู้จักยับยั้ง และควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ หากบุคคลไม่เคยมีประสบการณ์กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง ทำให้ไม่เคยเกิดการเรียนรู้และไม่สามารถแก้ไขจัดการกับสิ่งนั้นได้ ส่งผลให้เกิดความเครียดมากกว่าคนที่เคยมีประสบการณ์ (ยุพภรณ์ อภินันท์ดา, 2563) ซึ่งสอดคล้องกับ McStay, Trembath & Dissanayake. (2014) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความเครียดของผู้ปกครองในช่วงปีแรกหลังจากการวินิจฉัยความผิดปกติในกลุ่มออทิสติก ซึ่งพบว่าสาเหตุของความเครียดของผู้ปกครองส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมที่ยากต่อการควบคุม เช่น การทำร้ายตนเองและผู้อื่น การกรีดร้อง การทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ และการไม่สื่อสารบอกความต้องการที่ชัดเจน ความไม่มั่นใจในวิธีการเลี้ยงดูลูก ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ ปิยะนุช ศรีนวลเอียด (2566) ที่พบว่าปัจจัยด้านความรุนแรงของอาการของเด็กมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ปกครอง โดยพบว่าหากเด็กมีอาการรุนแรง จะทำให้ผู้ปกครองมีความเครียดสูง เนื่องจากผู้ปกครองเกิดความยากลำบากในการดูแลบุตรหลาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธีรารัตน์ เจริญชัยภรณ์ (2554) เรื่องความสัมพันธ์ของความรู้และระดับความเครียดของผู้ปกครองออทิสติกพบว่า ผู้ปกครองทุกรายมีความเครียดจากความรู้สึกผูกพันกับบุตรหลานของตนอยากให้มีการพัฒนาที่ดีขึ้น และส่วนใหญ่มีความเครียดจากความคาดหวังกับพัฒนาการและ พฤติกรรมความรุนแรงของลูก และพบว่าผู้ปกครองที่มีความรู้เกี่ยวกับออทิสติกสูง จะมีความเครียดต่ำ นอกจากนี้ยังพบว่า ความเครียดจากสภาพเศรษฐกิจ เรื่องของรายได้ที่ไม่เพียงพอกับรายจ่ายก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้ปกครองมีความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดวงใจ พันธภาค และปรีชวัน จันทศิริ (2556) ที่ได้ศึกษาเรื่องระดับความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของ บิดามารดาเด็กออทิสติกที่นำบุตรเข้ารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก สถาบันราชานุกูล พบว่า รายได้ของ

ผู้ปกครองที่ต่ำ มีระดับความเครียดที่สูงกว่ากลุ่มผู้ปกครองที่มีรายได้สูง เนื่องจากรายได้เป็นสิ่งสำคัญสำหรับครอบครัวที่ลูกมีภาวะออทิสติก เพราะต้องใช้จ่ายในครอบครัว การรักษา ลูก การเดินทางไปรับบริการที่โรงพยาบาล โรงเรียน ค่าฝึกส่งเสริมพัฒนาการที่เป็นพิเศษ ตลอดจนในทุกครอบครัวพบว่าสมาชิกในครอบครัวต้องออกจากงานเพื่อมาดูแลลูกออทิสติก ทำให้ภาระไปตกที่คนใดคนหนึ่งครอบครัว

3. ความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติก

ผู้ปกครองมีความต้องการการช่วยเหลือในเรื่องการจัดการกับพฤติกรรมของลูก คำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ความคาดหวังในอนาคตของลูก การสนับสนุนด้านการศึกษา และการสนับสนุนในด้านอาชีพ ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ 5 ชั้น ได้แก่ ความต้องการทางด้านร่างกายเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เพื่อความอยู่รอด เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย การพักผ่อน เป็นต้น ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง เช่น ความมั่นคงในการทำงาน การมีสุขภาพที่ดี ความปลอดภัยจากอันตราย เป็นต้น ความต้องการทางสังคม เช่น การต้องการความรัก มิตรภาพ การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ต้องการเป็นเจ้าของ เป็นต้น ความต้องการการเคารพนับถือ เช่น การต้องการการยอมรับ การยกย่อง ความภูมิใจในตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่าในสายตาของผู้อื่น เป็นต้น และความต้องการความสำเร็จในชีวิต ซึ่งเป็นความต้องการสูงสุดของมนุษย์ (อิทธิพัฒน์ วรนิธิภาคย์, 2566) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพัตรา จันทร์สุวรรณ, สุนทรี ชะชาตย์, ปวีดา โพธิ์ทอง และ เสาวลักษณ์ แสนฉลาด (2559) เรื่อง ความต้องการการได้รับความช่วยเหลือของมารดาเด็กออทิสติก พบว่าผู้ปกครองต้องการให้ลูกช่วยเหลือตนเองได้ในอนาคต ทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง ต้องการสนับสนุนจากสังคม กล่าวคือ ต้องการเครือข่ายทางสังคม การรวมกลุ่มเพื่อให้การช่วยเหลือเด็กออทิสติกด้วยกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ความต้องการการช่วยเหลือของผู้ปกครองในด้านต้องการคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ตรงกับงานวิจัยของ วิลาวรรณ กล้าแรง, ชัยวัฒน์ อ่อนไธสงค์, กัลย์รัตน์ ศรีกล้า, พะยอม ตันจรรยา และรุจิสร สุธะถาวร (2567) เรื่อง ประสบการณ์ของผู้ปกครองเด็กออทิสติกในการพัฒนาศักยภาพเด็กและการเตรียมความพร้อมเข้าโรงเรียน พบว่า ผู้ปกครองต้องการให้มีบุคลากรที่เชี่ยวชาญในการพัฒนาเด็กอย่างเพียงพอเหมาะสม มีโรงเรียนใกล้บ้าน มีโอกาสทางการศึกษาแก่เด็ก ต้องการให้หน่วยงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และต้องการให้มีบุคลากรทางการแพทย์ที่เชี่ยวชาญเพียงพอในการกระตุ้นพัฒนาการเด็กและการฝึกพูด ซึ่งจากผลการวิจัยและการศึกษางานวิจัยอื่นพบว่า ความต้องการการช่วยเหลือสำหรับผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝดที่มีภาวะออทิสติกแตกต่างจากผู้ปกครองที่มีลูกคนเดียว เรื่อง การต้องการสนับสนุนด้านอาชีพ อาจเนื่องมาจากผู้ปกครองต้องดูแลนักเรียน 2 คนในเวลาเดียวกัน ทำให้ต้องออกจากงานทำให้ครอบครัวขาดรายได้ ผู้ปกครองจึงต้องการหารายได้เพิ่มเติมมาดูแลครอบครัว

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย

1. สำหรับผู้ปกครอง

1.1 เสริมทักษะการรับมือกับความเครียดด้วยกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลาย เช่น การออกกำลังกายเบา ๆ การนั่งสมาธิ การพูดคุยกับผู้มีประสบการณ์คล้ายกัน

1.2 เข้าร่วมกลุ่ม หรือชมรมผู้ปกครองที่มีลูกที่มีภาวะออทิสติก เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และกำลังใจ ตลอดจนทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกัน

2. สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

2.1 ควรมีโปรแกรมปรับพฤติกรรมให้กับผู้ปกครองเพื่อให้เข้าใจการดูแลและการปรับพฤติกรรมเด็กที่มีภาวะออทิสติกและมีการกำกับติดตาม

2.2 สนับสนุนการเข้าถึงบริการสุขภาพจิตสำหรับครอบครัวที่มีลูกออทิสติก โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เพื่อลดภาระเรื่องค่าใช้จ่ายในครอบครัว และเพื่อลดความเครียดที่อาจเกิดกับผู้ปกครอง

2.3 จัดให้มีนักจิตวิทยาหรือที่ปรึกษาครอบครัวในศูนย์การศึกษาพิเศษ เพื่อให้คำปรึกษาผู้ปกครองที่มาใช้บริการ

2.4 ประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับสิทธิประโยชน์สำหรับนักเรียนและผู้ปกครอง เพื่อให้ผู้ปกครองพานักเรียนไปรับบริการทางการแพทย์ การประกอบอาชีพสำหรับผู้ปกครอง และอื่น ๆ ที่เป็นไปตามสิทธิ์ที่พึงได้รับ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาพัฒนาหลักสูตร โปรแกรม การปรับพฤติกรรมนักเรียนสำหรับผู้ปกครองที่มีความกังวลหรือความเครียดเกี่ยวกับพฤติกรรมนักเรียนว่าสามารถลดความเครียดที่เกิดกับผู้ปกครองได้หรือไม่อย่างไร

2. ควรศึกษาเกี่ยวกับการรับมือกับความเครียดสำหรับผู้ปกครอง หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ

3. ควรศึกษาเปรียบเทียบความเครียดระหว่างผู้ปกครองที่มีลูกฝาแฝด กับผู้ปกครองที่มีลูกคนเดียว หรือกับผู้ปกครองที่มีลูกออทิสติก 2 คน (ไม่ได้เป็นฝาแฝด)

บรรณานุกรม

ดวงใจ พันธภาค, และ ปรัชวัน จันทศิริ. (2556). ระดับความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของบิดามารดาเด็กออทิสติกที่นำบุตรเข้ารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก สถาบันราชานุกูล. *วารสารเวชศาสตร์ร่วมสมัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 57(2), 224-238.

ญาดาพร ยอดสวัสดิ์. (2562). *ภาวะวิตกกังวล ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในมารดาของผู้ป่วยกุมาร คลายศาสตร์หลังผ่าตัด ณ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.*

วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ

ปิยะนุช ศรีนวลเอียด. (2566). ความเครียดและพฤติกรรมการจัดการความเครียดของผู้ปกครองที่พาเด็กมารับบริการที่คลินิกจิตเวชเด็กและวัยรุ่นในโรงพยาบาลทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช. *มหาวิทยาลัยนครศรีธรรมราชเวชสาร*, 7(1), 67-81.

ธรรบ เทียนสันต์, สาวิตรี แยมศรีบัว, และ วาทีนี วิชัยชตะเค. (2564). การจัดการความเครียด สำหรับสถานการณ์ Covid-19. *วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 15(3), 453 - 466.

ธีรารัตน์ เจริญชัยภรณ์. (2554). ความสัมพันธ์ของความรู้และระดับความเครียดของผู้ปกครองออทิสติก. *วิทยานิพนธ์ ศึกศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*.

พรรณภา เรืองกิจ, สนธยา มณีรัตน์, และ เยาวลักษณ์ มีบุญมาก. (2562). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นพรัตน์วชิระ. *Humanities, Social Sciences and arts*. 12(1), 1208 – 1225.

มรรยาท รุจิวิษณุ. (2556). *การจัดการความเครียดเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิต*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วิลาวลัย กล้าแรง, ชัยวัฒน์ อ่อนโธสงค์, กัลย์รัตน์ ศรีกล้า, พะยอม ตันทจรรยา, และ รุจิสร สุธะถาวร. (2567). ประสบการณ์ของผู้ปกครองเด็กออทิสติกในการพัฒนาศักยภาพเด็กและการเตรียมความพร้อมเข้าโรงเรียน. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี*, 7(3), 76 - 90.

สุกัญญา ทาโสด, และ พรปวีณ์ แก้วมั่งเมือง. (2566). การลดความเครียดในผู้ดูแลเด็กที่มีภาวะออทิสซึม สเปกตรัม: บทบาทพยาบาล. *วารสารวิจัยและสุขภาพ*, 24(2), 112 - 124.

สุทธนันท์ กัลละ. (2561). *การช่วยเหลือเด็กออทิสติก: กรณีศึกษา*. *รามธิบดีพยาบาลสาร* 24 (3), 227-238.

สุพัตรา จันทร์สุวรรณ, สุนทรี ชะชาตย์, ปวีดา โพธิ์ทอง, และ เสาวลักษณ์ แสนฉลาด. (2559). ความต้องการการได้รับการช่วยเหลือของมารดาเด็กออทิสติก. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์*, 43(2), 197-207.

สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และ พิมมาศ ตาปัญญา. (2540). การสร้างแบบวัดความเครียดสวนปรง. *วารสารสวนปรง*, 13(3), 1 - 20.

แสงนภา บาร์มี และ ทยาวิร์ จันทรวีวัฒน์. (2566). การศึกษาระดับความเครียดและแนวทางจัดการความเครียดของผู้ปกครองเด็กออทิสติก ที่เข้ารับการรักษาระดับจิตเวชเด็กและวัยรุ่นโรงพยาบาลจิตเวช นครราชสีมาราชนครินทร์. *วารสารวิจัยและพัฒนาด้านสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา*, 9(1), 44 – 61.

- Basri, N. A., & Hashim, N. W. (2019). Stress in Parents of Children with Autism: A Malaysian Experience. *Intellectual Discourse*, 27, 923–943.
- Heinonen, K. (2022). Listening to the Fathers of Twins—Being Sensitive to Fathers’ Needs in Maternity and Child Healthcare. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 1 - 11.
- McGrew, J. H., & Keyes, M. L. (2014). Caregiver Stress During the First Year After Diagnosis of an Autism Spectrum Disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(10), 1373–1385.
- McStay, R. L., Trembath, D., & Dissanayake, C. (2014). Stress and Family Quality of Life in Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: Parent Gender and the Double ABCX Model. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44, 3101–3118.
- Wang, P., Michaels, C. A., & Day, M. S. (2011). Stresses and Coping Strategies of Chinese Families with Children with Autism and other Developmental Disabilities. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41, 783–795.