

บทที่ 1



บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การตั้งครุฑและการให้กำเนิดทารกเป็นภาวะที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้หญิงที่ต้องรับบทบาทใหม่เพิ่มขึ้น คือ บทบาทการเป็นมารดา ซึ่งเป็นบทบาทที่สำคัญมากที่สุด บทบาทหนึ่งในสังคม ภายหลังจากการคลอดสิ้นสุดลง นอกเหนือจากการปรับตัวเองให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย และจิตสังคม แล้วยังเป็นช่วงเวลาสำคัญที่จะต้องปรับเข้ารับบทบาทการเป็นมารดาในระยะหลังคลอด (พรหมพิไล ศรีอาภรณ์, 2531: 1) ซึ่งเป็นเสมือนจุดเริ่มต้นในการที่มารดาจะแสดงบทบาทโดยตรงต่อบุตร ระยะหลังคลอดเป็นระยะพัฒนาการที่เป็นวิกฤตการณ์ช่วงหนึ่งในชีวิตของเพศหญิง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเป็นมารดาครั้งแรก (Lemaster, 1987: 352) มารดามักจะรู้สึกว่าจะไม่มีความสามารถเพียงพอในการทำหน้าที่บทบาทมารดาได้สมบูรณ์ (Grace, 1993: 431-439) มีความสับสนวิตกกังวลเกี่ยวกับการแปลความหมายพฤติกรรมกรรมการแสดงออกของบุตร และการตอบสนองความต้องการของบุตร (Bull, 1981: 393-394) เนื่องจากขาดความรู้และประสบการณ์ในการเลี้ยงดูบุตร ตลอดจนไม่สามารถสื่อความหมายทำความเข้าใจกับทารกแรกเกิดได้ (Robson and Moss, 1970: 979) ความไม่เข้าใจพฤติกรรม และความต้องการของทารกจะทำให้ปฏิกิริยาของมารดาที่แสดงต่อทารกเป็นไปในทางที่ไม่ยอมรับพฤติกรรมของบุตร (Erickson, 1976: 73) รับรู้พฤติกรรมของบุตรในด้านไม่ดีหรือด้านลบ ขาดความเชื่อมั่นในการเป็นมารดา และมีปัญหาอย่างมากในการเลี้ยงดูบุตร (Broussard, 1979: 91-101) Curry (1983) พบว่า ร้อยละ 25 ของมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกประสบความยุ่งยากในการปรับตัวต่อการเป็นมารดา เนื่องจากขาดแบบอย่างและประสบการณ์การเป็นมารดามาก่อน สอดคล้องกับการศึกษาของ Plasette และคนอื่นๆ (cited in Hall, 1980) ที่พบว่ามารดาที่มีบุตรคนแรก ร้อยละ 50 ยากกลับเข้าไปอยู่ในโรงพยาบาลอีก หลังจากกลับไปที่พักพื้นหลังคลอดที่บ้านแล้ว เพราะเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับปัญหาในการเลี้ยงดูทารกแรกเกิด เช่นเดียวกันกับการศึกษาของ Rush และคนอื่นๆ (1991) พบว่ามารดาใหม่หลังคลอดร้อยละ 67.9 ได้ใช้บริการทางโทรศัพท์ขอคำปรึกษาแนะนำในการทำความเข้าใจความต้องการและพฤติกรรมต่างๆ ของบุตรและจากรายงานการศึกษาความเครียดในบทบาทมารดาหลังคลอดครั้งแรกของ จันทกานต์ อังคณวัฒน์นันท์ (2540) พบว่า มารดาหลังคลอดมีความคลุมเครือในบทบาทมากที่สุด

ถึงแม้ว่าการให้การพยาบาลมารดาหลังคลอดในปัจจุบันจะมีการให้ความรู้ และสอนทักษะเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร การปฏิบัติตนในระยะหลังคลอด ก่อนจำหน่ายกลับบ้าน แต่พบว่าความรู้และทักษะที่ได้รับขณะอยู่ในโรงพยาบาลยังไม่ครอบคลุม และเพียงพอกับความต้องการของมารดาหลังคลอด เช่น การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการทางจิตใจในบทบาทมารดาหลังคลอด ซึ่งมีลักษณะพฤติกรรมแตกต่างกันไปตามระยะเวลา รวมทั้งการให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมและตอบสนองความต้องการของทารกแรกเกิด ยังไม่มีรูปแบบที่ชัดเจนและเหมาะสม โดยเฉพาะกับมารดาหลังคลอดครั้งแรกประกอบกับสภาพเศรษฐกิจและวิวัฒนาการทางการแพทย์ในปัจจุบัน ทำให้มีการมุ่งแสวงหาแนวทางที่จะปรับปรุงคุณภาพการดูแลมารดาและทารกหลังคลอดให้เป็นที่พึงพอใจ และตรงกับความต้องการของผู้รับบริการโดยไม่ต้องเพิ่มบุคลากร ขณะเดียวกันก็ลดค่าใช้จ่ายลงด้วย ทำให้ระยะพักฟื้นหลังคลอดที่โรงพยาบาลของมารดาและบุตรสั้นลง (McGregor, 1996: 191-196) โดยเฉพาะในรายที่คลอดปกติ หรือคลอดทางช่องคลอดโดยไม่มีภาวะแทรกซ้อนจะใช้เวลาเพียง 24-48 ชั่วโมง เป็นผลให้การให้ความรู้ การฝึกทักษะ และคำแนะนำในระยะก่อนกลับบ้านเป็นไปอย่างไม่มีประสิทธิภาพ (Abriola, 1990: 114; Lemmer, 1986: 230) และมารดามีโอกาสน้อยในการฝึกบทบาทการเป็นมารดาของทารกเกิดใหม่ เช่น การให้นม การอาบน้ำสระผม การอุ้ม เป็นต้น อีกทั้งสภาพสังคมปัจจุบันลักษณะครอบครัวไทยเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น เมื่อหญิงหลังคลอดกลับมาเลี้ยงดูบุตรที่บ้าน จึงขาดทั้งแบบอย่างของการเป็นมารดาและการให้คำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือในการเลี้ยงดูบุตรอาจเกิดความรู้สึกผิดที่ไม่สามารถเป็นมารดาที่ดีได้ จึงเป็นช่วงเวลาที่ย่ำแย่และเต็มไปด้วยความเครียด (Donaldson, 1981: 249)

เนื่องจากบทบาทการเป็นมารดานั้นเป็นปรากฏการณ์ที่สลับซับซ้อน ยุ่งยากและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับประสบการณ์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างมารดาและทารก ที่มารดาจะต้องเรียนรู้ และปรับตัวปฏิบัติบทบาทหน้าที่รับผิดชอบให้เหมาะสม (Grace, 1993; Young, 1986) ตามความคาดหวังต่อบทบาทของตนเองและสังคม และการรับรู้เกี่ยวกับบทบาท (Sarbin, 1954 cited in Zabieski, 1994: 4) การที่บุคคลจะสามารถแสดงบทบาทการเป็นมารดาได้อย่างเหมาะสม จะต้องทำหน้าที่ของการเป็นมารดาโดยใช้สติปัญญา มีการแสดงออกทางพฤติกรรมการกระทำ (instrumentive behavior) และพฤติกรรมอารมณ์ความรู้สึก (expressive behavior) ที่สอดคล้องกัน (Parson and Bales, 1955 อ้างถึงใน สุพรรณิ สุ่มเล็ก, 2538: 36) ดังนั้นการแสดงพฤติกรรมบทบาทมารดาจึงไม่ได้เกิดขึ้น เนื่องจากสัญชาตญาณการเป็นผู้หญิง และการกระทำสืบเนื่องกันมาตามวัฒนธรรมเท่านั้น แต่เป็นพฤติกรรมของการเรียนรู้ซึ่งเป็นกระบวนการที่ประกอบกันระหว่างสติปัญญา ความรู้คิด และความรู้สึก (cognitive-affective process) (Mercer, 1985: 198; Walker et al., 1986: 352-355) ที่มารดาสามารถกระทำบทบาทและผสมผสานพฤติกรรมการเป็นมารดา เข้ากับบทบาทใหม่ที่

มารดาสร้างขึ้น มารดาจะรู้สึกมีความสุข เกิดความมั่นใจ และรู้สึกกลมกลืนกับการแสดงบทบาทใหม่ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะของมารดาในระยะหลังคลอด

การดำรงบทบาทใหม่นั้น มารดาหลังคลอดต้องใช้ศักยภาพและความสามารถในการปรับตัว ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และต้องการการเรียนรู้เกี่ยวกับบทบาทที่ถูกต้องเพียงพอ (Pridham et al., 1991: 21-22; Wakler et al., 1989: 10) ในการผสมผสานความคาดหวังในบทบาทและการปฏิบัติบทบาทของมารดาในสถานการณ์ที่เป็นจริงขณะเดียวกันก็ต้องปรับตัวต่อบทบาทเดิมที่เคยครองอยู่ เช่น บทบาทของภรรยา บทบาทในการประกอบอาชีพ บทบาททางสังคมและชุมชน ตลอดจนบทบาทตามวัยและระยะพัฒนาการเพื่อดำเนินสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคู่สมรส บุคคลในครอบครัวและสังคม (Ruchala and Halstead, 1994: 86) Barnett และ Baruch (1985: 135-140) ได้ศึกษาปัญหาด้านจิตใจของสตรีที่ทำหน้าที่ในหลายบทบาท พบว่า สตรีมีความเครียดจากการดำรงบทบาทมากเกินไป นอกจากนี้ยังพบว่าสตรีที่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน และมีความคาดหวังสูงเกี่ยวกับการทำหน้าที่ในบทบาทการเป็นมารดาให้ดีที่สุด มีความสัมพันธ์กับความขัดแย้งในบทบาทและความวิตกกังวล ดังนั้นมารดาหลังคลอดจึงต้องเรียนรู้เกี่ยวกับการปรับตัว และตัดสินใจเลือกปฏิบัติตามบทบาทได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้การปรับตัวเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเรียนรู้พฤติกรรมของทารกจากประสบการณ์ตรงในการปฏิบัติต่อบุตร และเรียนรู้จากสิ่งเร้าซึ่งเป็นความคาดหวังของตนเอง ผู้อื่น และพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ผ่านกระบวนการคิดริเริ่มของตนเองด้วยกระบวนการซับซ้อนลึกซึ้งของปัญญา และสังคม นักจิตวิเคราะห์เชื่อว่าพัฒนาการของการปรับตัวเป็นมารดาครั้งแรกนี้ จะเป็นการนำไปสู่ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาที่เหมาะสมต่อไป (maternal role mastery) (Rubin, 1967; 1984)

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่าในระยะหลังคลอดที่มารดาเริ่มมีการปรับตัวเข้าสู่บทบาทใหม่นี้ โดยเฉพาะช่วงเวลาที่มารดาและทารกพักฟื้นอยู่ในโรงพยาบาล ความดูแลเอาใจใส่ที่ได้รับจากพยาบาลหน่วยหลังคลอด จะมีผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกของมารดาอย่างยิ่ง วิธีที่จะช่วยให้มารดามีการปรับตัวได้ดีที่สุดคือ การเพิ่มความมั่นใจและพยายามหลีกเลี่ยงไม่ให้มารดาเกิดความวิตกกังวลหรือความเครียด ขณะเดียวกันการให้ความรู้หรือคำแนะนำต่าง ๆ ก็ควรจะครอบคลุมและตรงกับความต้องการของมารดา โดยมีรูปแบบที่จะช่วยให้มารดาได้เรียนรู้และฝึกทักษะเกี่ยวกับพฤติกรรมบทบาทมารดาอย่างมีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะนำไปสู่ความสามารถทำหน้าที่บทบาทมารดาที่ถูกต้อง เมื่อต้องเลี้ยงดูบุตรด้วยตนเอง ภายหลังจากกลับไปอยู่บ้าน จากการศึกษาของ โสมภัทร ศรีชัย (2530) พบว่า ในระยะ 6 สัปดาห์หลังคลอด หลังการจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล มารดาเป็นห่วงเรื่องการดูแลสุขภาพบุตรเป็นอันดับแรก รองลงมาคือ พฤติกรรมและพัฒนาการของบุตร นอกจากนี้ยังพบว่าแหล่งข้อมูลที่มารดาภายหลังคลอดใช้มากที่สุดคือ คำแนะนำ

นำจากพยาบาลขณะพักรักษาตัวภายหลังคลอด สอดคล้องกับรายงานการศึกษาของ สุพรรณิคุ้มเล็ก (2538: 77) ที่พบว่าด้านการปฏิบัติบทบาทมารดาของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้ข้อมูลว่า การให้ความรู้ในระหว่างหลังคลอด ขณะที่อยู่โรงพยาบาลเกี่ยวกับการดูแลบุตรต้องการให้บุคลากรสุขภาพให้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมบุตรด้วย

การเป็นมารดาเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งประกอบกันระหว่างสติปัญญา ความคิด และความรู้สึก แต่ความรู้เพียงอย่างเดียว ไม่เพียงพอที่จะทำให้มารดาหลังคลอดมีการกระทำพฤติกรรมบทบาทมารดาได้ จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาลังคมของ Bandura (1977) ได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับการเกิดพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดจากการเรียนรู้โดยการเรียนรู้ความสามารถของตนเอง ซึ่งต่อมาได้พัฒนาแนวคิดนี้เป็นทฤษฎีการเรียนรู้ความสามารถของตนเอง (perceived self-efficacy theory) ที่อธิบายถึงกระบวนการทางปัญญาที่บุคคลประเมินความสามารถของตนว่าจะสามารถแสดงพฤติกรรมในการเผชิญกับสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งได้มากน้อยเพียงใด และจะเลือกแสดงพฤติกรรมตามที่ได้ประเมินความสามารถของตนไว้ เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง บุคคลจะรับรู้ถึงความสามารถของตนเองและเรียนรู้ถึงการแสดงพฤติกรรมนั้น ๆ Bandura ได้เน้นว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้และการปฏิบัติจริง กล่าวคือ ความรู้และทักษะ แม้จะเป็นปัจจัยสำคัญของการเกิดพฤติกรรมแต่ยังไม่เพียงพอที่จะทำให้บุคคลดำเนินการกระทำพฤติกรรมนั้นสำเร็จได้ บุคคลต้องการความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นๆ บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะมีความอดทน อุทิศหะพยายาม และมีความกระตือรือร้นที่จะกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ ให้สำเร็จ ยิ่งถ้าได้รับผลลัพธ์ตามที่คาดหวังไว้ ก็จะเป็นแรงเสริมให้มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงขึ้น มีความมั่นใจเพิ่มขึ้น มีความวิตกกังวลและตื่นกลัวน้อยลงเมื่อประสบกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน ในทางกลับกันบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ เมื่อพบกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา จะคิดว่าตนไม่สามารถเผชิญปัญหาได้ และมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงปัญหา Bandura (1997) กล่าวว่า การสร้างหรือส่งเสริมให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นสร้างได้จาก 4 แหล่งคือ 1) การมีประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง (enactive mastery or performance accomplishments) 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น (viscious experience) 3) การใช้คำพูดชักจูง (verbal persuasion) 4) การกระตุ้นทางร่างกายและการกระตุ้นทางอารมณ์ (physiological and affective states)

ดังนั้นเพื่อช่วยให้มารดาหลังคลอดครั้งแรกได้รับความรู้และฝึกทักษะเกี่ยวกับการดูแลทารก แรกเกิดให้เกิดความมั่นใจและรับรู้ความสามารถของตนเองในการเป็นมารดาเพิ่มขึ้น พยาบาลหน่วยหลังคลอดในฐานะที่เป็นบุคลากรสุขภาพที่ใกล้ชิดกับมารดาหลังคลอดมากที่สุด จึงมีบทบาท

สำคัญในการให้ความรู้ คำแนะนำ ฝึกทักษะในการดูแลบุตร ตลอดจนสนับสนุนให้กำลังใจแก่ มารดาหลังคลอดครั้งแรกให้มีการปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ได้รับความสามารถของตนเองในการเป็นมารดาเพิ่มขึ้นอันจะนำไปสู่ความสามารถดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกได้อย่างเหมาะสมต่อไป

จากการค้นคว้าการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับบทบาทการเป็นมารดาในระยะหลังคลอดพบว่า รายงานการศึกษาส่วนใหญ่เน้นไปที่การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่สัมพันธ์กับการปรับตัว ต่อบทบาทการเป็นมารดา ในช่วงต่างๆของวัย ชนิดของการคลอดและสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดา และทารก แต่ขาดการนำผลการวิจัยมาประยุกต์ใช้ในการจัดรูปแบบของระบบการให้บริการการ พยาบาลในระยะหลังคลอด และจากการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการรับรู้ความสามารถของ ตนเองกับพฤติกรรมสุขภาพ และประสิทธิผลของวิธีการส่งเสริมให้บุคคลมีการรับรู้ความสามารถ ของตนเองเพิ่มขึ้นมาใช้ในการทำนายการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของพฤติกรรม รวมถึงเพื่อการ ดูแลสุขภาพ เช่น การลดน้ำหนัก การเลิกสูบบุหรี่ ความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบา หวาน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดไปเลี้ยง แต่ไม่พบว่ามีรายงานการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการส่งเสริมการ รับรู้ความสามารถของตนเองในบทบาทมารดาหลังคลอดครั้งแรก ผู้วิจัยเห็นว่าควรจะมีรูปแบบของ การให้ความรู้ คำแนะนำ และฝึกทักษะเกี่ยวกับการดูแลบุตร โดยนำแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความ สามารถของ Bandura มาใช้เป็นแนวทางเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองสำหรับมารดาหลัง คลอด ในการกระทำพฤติกรรมบทบาทมารดาและสามารถดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกได้อย่าง เหมาะสม ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญของคุณภาพชีวิตที่ดีของทารก รวมถึงสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่าง มารดากับบุตรและครอบครัว

### ปัญหาการวิจัย

ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด ภายหลังจาก ใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง จะสูงกว่ามารดาหลังคลอดที่ได้รับการสอน และคำแนะนำตามปกติจากพยาบาลประจำการหรือไม่

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ได้ใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดระหว่างกลุ่มที่ใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองกับกลุ่มที่ได้รับคำแนะนำและการสอนตามปกติเพียงอย่างเดียวจากพยาบาลประจำการ

## แนวเหตุผลและสมมติฐานการวิจัย

การเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการชีวิตและครอบครัว ทำให้บุคคลจำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่และกระทำพัฒนาที่สำคัญ ที่ถูกคาดหวังเมื่อบทบาทมีการเปลี่ยนแปลงไปในแต่ละระยะ เพื่อตอบสนองต่อความต้องการตามพัฒนาการของครอบครัว และตามความคาดหวังของสังคม ซึ่งก่อให้เกิดความตึงเครียดต่อบุคคลๆ นั้น และอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะวิกฤติได้ จึงควรจะมีการเตรียมความพร้อมให้แก่ผู้ที่จะมีการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม (รุจา ภูโพนุลย์, 2541: 125-128)

สำหรับบทบาทการเป็นมารดาที่เช่นเดียวกัน เป็นวิกฤตการณ์ช่วงหนึ่งในชีวิตของเพศหญิง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเป็นมารดาของบุตรคนแรก ที่ต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตอารมณ์ สังคม และหน้าที่ความรับผิดชอบในบทบาทใหม่ที่เพิ่มขึ้น รวมทั้งบทบาทเดิมที่เคยครอบครองอยู่ก่อน ให้สอดคล้องกันกับความหวังของตนเองและสังคม ซึ่งจำเป็นจะต้องได้รับการช่วยเหลือให้สามารถกระทำพัฒนาการของการเป็นมารดาและปรับตัวดำรงบทบาทมารดาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาเป็นผลลัพธ์ของการปรับตัวจากการเรียนรู้กระบวนการเป็นมารดา ซึ่งประกอบด้วยทักษะการคิดรู้ด้านการปฏิบัติ (cognitive-motors skills) และทักษะการคิดรู้ด้านความรู้สึก (cognitive-affective skills) ในพฤติกรรมบทบาทมารดา 2 ลักษณะคือ พฤติกรรมการกระทำ (instrumentive behaviors) และพฤติกรรมความรู้สึก (expressive behaviors) เพื่อตอบสนองในด้านบทบาทหน้าที่ของมารดาที่มีต่อตนเองต่อตัวบุตร ต่อบุคคลในครอบครัว และรับเข้าเป็นบทบาทหนึ่งในชีวิตของคน (Mercer, 1985: 198, Parson and Bales, 1955, Steele and Pollack, 1968 cited in Bobak et al., 1995: 450)

จากแนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อรับมือบทบาทมารดาในระยะหลังคลอดของ Rubin (1971) ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระยะคือ ระยะที่ 1 taking-in ระยะที่ 2 taking-hold และระยะที่ 3 letting-go ได้อธิบายถึงลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของมารดาในระยะที่ 1 ว่าเกิดขึ้นในช่วง 2-3 วันแรกหลังคลอด มารดามักจะอ่อนเพลียจากการคลอดต้องการพักผ่อนและได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น วิตกกังวลเกี่ยวกับการได้รับนมของบุตร และต้องการพูดคุยถึงเรื่องประสบการณ์คลอดของตนที่ผ่านมาและได้อธิบาย ในระยะที่ 2 ว่าระยะนี้มารดามีความสนใจในการดูแลตนเองและบุตร เริ่มมีความรับผิดชอบต่อบทบาทการเป็นมารดา ต้องการได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำในการดูแลบุตร และการปรับตัว มารดามักมีอาการแปรปรวนง่าย ต้องการคนมาเยี่ยมหลังคลอด ถ้าความต้องการในระยะนี้ไม่ได้รับการตอบสนองมารดาจะรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ระยะนี้ใช้เวลาประมาณ 10 วัน เริ่มตั้งแต่วันที่ 2 หลังการคลอด แต่จากการศึกษาตามแนวคิดของ Rubin ในระยะต่อมาพบว่าความรู้สึกความคิดและพฤติกรรมของระยะดังกล่าวเกิดขึ้นรวดเร็วกว่าที่ Rubin อธิบายไว้คือ พบตั้งแต่วันที่ 2 หลังการคลอด ขณะรับการรักษาในโรงพยาบาล (Martell and Mitchell, 1984) จากการศึกษาของ Ament (1990) พบว่า เกิดขึ้นหลังจาก 24 ชั่วโมงแรกของการคลอด สำหรับในประเทศไทย จากการศึกษาของ จิราพร วรวงศ์ (2537) พบว่า มารดาวัยผู้ใหญ่ที่มีบุตรคนแรก มีการเปลี่ยนแปลงสู่บทบาทมารดาในระยะนี้เกิดขึ้นตั้งแต่วันแรกหลังคลอด จากรายงานการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ในระยะ 1-3 วันแรกหลังคลอดขณะพักฟื้นอยู่ในโรงพยาบาล มารดาหลังคลอดได้มีการเปลี่ยนแปลงสู่บทบาทมารดาในระยะที่ 2 ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมที่พยาบาลจะให้การช่วยเหลือมารดาให้ปรับตัวเข้าสู่บทบาทการเป็นมารดา โดยการให้ความรู้คำแนะนำและฝึกทักษะในการดูแลบุตรให้มารดามีความมั่นใจและรับรู้ความสามารถของตนในการแสดงบทบาทการเป็นมารดา สามารถปรับตัวดำรงบทบาทมารดาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในการประเมินถึงคุณภาพการปรับตัวดำรงบทบาทมารดาประเมินได้จากความสามารถในการแสดงพฤติกรรมการเป็นมารดา โดยนำทักษะการดูแลทารกมาใช้และแสดงความพอใจในบทบาทการเป็นมารดาของตน รวมทั้งการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุตร โดยการยอมรับเอาใจใส่และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุตร (Mercer, 1986: 24, Reeder et al., 1992: 606, Sherwen et al., 1991: 755)

ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลโดยตรงต่อความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรก คือ การรับรู้ความสามารถในการเป็นมารดา และการรับรู้พฤติกรรมทารกแรกเกิด (สุพรรณิ สุ่มเล็ก, 2538:21) ดังนั้นการส่งเสริมให้มารดามีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้นเกี่ยวกับปัจจัยดังกล่าว ก็น่าที่จะทำให้มารดาหลังคลอด สามารถดำรงบทบาทมารดาได้อย่างเหมาะสมและจากแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของ Bandura (1977; 1986; 1997) เชื่อว่าความรู้อย่างเดียวไม่สามารถทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ ถ้าบุคคลรู้ว่าตนเองมีความสามารถที่จะ

พฤติกรรมใด ๆ ได้สำเร็จ และคาดหวังว่าเมื่อกระทำพฤติกรรมนั้น แล้วจะเกิดผลดีก็จะมี ความพยายาม และมีความอดทนในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ จนสำเร็จ เนื่องจากการรับรู้ความสามารถของตนเอง เป็น ส่วนหนึ่งของกระบวนการนึกคิดที่จะช่วยสร้างพลังให้กับบุคคลเกิดความรู้สึกว่า “ฉันทำได้” (Ross, 1992) เป็นตัวเชื่อมระหว่างความรู้กับการกระทำ (Moore, 1990: 22-23) จากการศึกษาของ Gross, Fogg และ Tucker (1995) ที่ได้จัดโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองสำหรับบิดา มารดา ในการดูแลบุตรวัยหัดเดินที่มีปัญหาทางพฤติกรรม โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการรับรู้ ความรู้ ความสามารถของตนเองของ Bandura มาใช้ในการจัดกิจกรรม ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มมารดาที่ได้รับ การฝึกตามโปรแกรม มีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น มีความเครียดลดลง และสัมพันธ์ ภาวะระหว่างมารดากับบุตรดีขึ้น

จากแนวเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงนำมาตั้งเป็นสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ใช้ โปรแกรม ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง อยู่ในระดับมาก
2. ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอดที่ใช้ โปรแกรม ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง สูงกว่ามารดาหลังคลอดที่ได้รับการสอนและคำ แนะนำตามปกติจากพยาบาลประจำการ

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถ ของตนเองต่อความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด ซึ่งประชากรใน การ ศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ มารดาหลังคลอดครั้งแรกที่คลอดปกติ ครรภ์ครบกำหนด มีอายุระหว่าง 20-35 ปี ที่มาคลอดและรับไว้ที่ตึกสูติกรรมโรงพยาบาลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเลือกมาจาก มารดาหลัง คลอดครั้งแรกที่มารับบริการที่ตึกสูติกรรม โรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี และ โรง พยาบาลสิงห์บุรีระหว่างวันที่ 7 กุมภาพันธ์ ถึง 21 มีนาคม 2542 ซึ่งมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 40 คน

2. การใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง วิธีการและ กิจกรรมที่ผู้วิจัยวางแผนและจัดกระทำขึ้นสำหรับมารดาหลังคลอดครั้งแรก โดยประยุกต์ทฤษฎีการ รับรู้ความสามารถของตนเองของ Bandura เป็นแนวทางจัดกิจกรรมร่วมกับการได้รับคำแนะนำและ การสอนตามปกติจากพยาบาลประจำการ เพื่อให้มารดาหลังคลอดได้เรียนรู้และฝึ กการกระทำ



การสอนตามปกติจากพยาบาลประจำการ เพื่อให้มารดาหลังคลอดได้เรียนรู้และฝึกการกระทำ พฤติกรรมบทบาทมารดาเป็นเวลา 3 วัน ตั้งแต่วันที่ 1-3 หลังการคลอดขณะที่มารดาและบุตรอยู่ที่ โรงพยาบาล และในช่วง 2 สัปดาห์แรกเมื่อมารดาและบุตรจำหน่ายออกจากโรงพยาบาลกลับไปอยู่ บ้าน โดยมีวิธีดำเนินการและการจัดกิจกรรมดังนี้

2.1 การให้คำแนะนำและการสอนตามปกติ หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นโดย พยาบาลประจำการหน่วยห้องคลอดและหลังคลอด ซึ่งปฏิบัติอยู่เป็นประจำเพื่อให้คำแนะนำและ ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติตนหลังคลอด การเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา อาการผิดปกติของมารดาและ บุตร การนัดตรวจหลังคลอดของมารดาและบุตร การแจ้งบุตรเข้าทะเบียนบ้าน และการวางแผน ครอบครัว สำหรับมารดาในระยะ 3 วันแรกหลังคลอด ขณะที่อยู่ในโรงพยาบาลของโรงพยาบาล อินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี และโรงพยาบาลสิงห์บุรี

2.2 การส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองในบทบาทมารดา ประกอบด้วย 4 วิธีคือ

วิธีที่ 1 ประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง โดยการ จัดให้มารดามีประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเองในการดูแลบุตร (เช่น การอุ้ม การเช็ดตา เช็ดสะดือ การอาบน้ำสระผม) โดยการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) เพิ่มการปฏิบัติในสิ่งที่ แสดงออกถึงความสำเร็จ 2) การมีส่วนร่วมในตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จ 3) ลดการปฏิบัติใน สิ่งที่ไม่ต้องการ

วิธีที่ 2 การได้เห็นตัวอย่างหรือประสบการณ์ของผู้อื่น โดยการจัดให้มารดา หลังคลอดได้เห็นตัวอย่างหรือประสบการณ์ที่ประสบผลสำเร็จในการดูแลบุตรของผู้อื่นที่มีสภาพ สอดคล้องหรือคล้ายคลึงกับตนเอง โดยการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) การสังเกตประสบการณ์การดูแล บุตรผ่านตัวอย่างซึ่งเป็นมารดาหลังคลอดครั้งแรกคนอื่นๆ 2) การสังเกตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมการ ดูแลบุตรผ่านการสาธิตจากผู้วิจัย 3) การสังเกตตัวอย่างผ่านภาพพลิกประกอบการสอน

วิธีที่ 3 การใช้คำพูดชักจูง โดยการใช้คำพูดชี้แจง อธิบายให้ความรู้ คำแนะนำ และกระตุ้นชักชวนให้มารดาเชื่อว่าตนมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการกระทำ พฤติกรรมบทบาทมารดาได้ โดยการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) ผู้วิจัยให้คำแนะนำต่าง ๆ เกี่ยวกับการดูแล บุตรขณะที่อยู่ในโรงพยาบาลและเมื่อกลับไปอยู่ที่บ้าน 2) การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม ในการดูแลบุตร โดยการกล่าวสนับสนุนให้กำลังใจและเสริมแรงจูงใจโดยกล่าวคำชมเชย 3) ให้ ความรู้โดยการสอนเป็นรายบุคคล/รายกลุ่ม ประกอบสื่อการสอน (ภาพพลิก) เรื่องพฤติกรรมและ ความต้องการของทารกแรกเกิด (ใช้เวลา 30 นาทีในวันที่ 2 หลังคลอด) และเรื่องการเปลี่ยนแปลงส่ว บทบาทมารดาในระยะหลังคลอด (ใช้เวลา 30 นาทีในวันที่ 3 หลังคลอด)

วิธีที่ 4 การกระตุ้นทางร่างกายและการกระตุ้นทางอารมณ์ โดยการกระตุ้นทางร่างกายและกระตุ้นทางอารมณ์ของมารดาหลังคลอดให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม เพื่อให้มารดามีการรับรู้ถึงความสามารถของตนเองและแสดงออกถึงความสามารถในพฤติกรรมบทบาทมารดาได้เหมาะสม โดยการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) การสนับสนุนให้มารดาคุ้นเคยกับสถานการณ์การเป็นมารดาครั้งแรก 2) การจัดให้มารดาได้มีการฝึกผ่อนคลายร่างกาย และจิตใจหลังคลอด เช่น การบริหารร่างกายหลังคลอด 3) การแสดงออกถึงความรู้สึก เช่น การเปิดโอกาสและกระตุ้นให้มารดาได้พูดคุยระบายความรู้สึก

3. ตัวแปรที่ศึกษาคือความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกของมารดาหลังคลอด หมายถึง การที่สตรีหลังให้กำเนิดทารกมีชีพซึ่งเป็นบุตรคนแรกโดยการคลอดปกติและครรภ์ครบกำหนด ขณะที่มีอายุระหว่าง 20-35 ปี ในระยะ 2 สัปดาห์แรกหลังการคลอด สามารถแสดงออกถึงพฤติกรรมกระทำและพฤติกรรมความรู้สึกได้เหมาะสมกับบทบาทของการเป็นมารดา ประกอบด้วย 2 ด้านคือ

1. การรับรู้บทบาทการเป็นมารดา หมายถึง การที่มารดาที่มีบุตรคนแรกสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกได้เหมาะสมในบทบาทของมารดา ตามการเรียนรู้และความคาดหวังเกี่ยวกับการให้ความสำคัญการให้การดูแลบุตรของตนเอง การให้ความสำคัญกับบุตรและประสบการณ์ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป สามารถประเมินได้โดยคะแนนรวมของการรับรู้บทบาทการเป็นมารดา ที่คัดแปลงมาจากแบบวัดการตระหนักรู้บทบาทการเป็นมารดาซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแบบวัดความสามารถดำรงบทบาทได้เหมาะสมของ สุพรรณิ สุ่มเล็ก (2538) ที่แปลและคัดแปลงมาจากแบบวัดการเป็นมารดาของทารกควรเป็นอย่างไร (What Being the Parent of a New Baby is Like: Revision of an Instrument: WPL) ของ Pridham และ Chang (1989)

2. การปฏิบัติบทบาทการเป็นมารดา หมายถึง การที่มารดาที่มีบุตรคนแรกตอบสนองพฤติกรรมความต้องการของบุตร และสามารถกระทำและแสดงออกถึงความรู้สึกได้เหมาะสมในกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับการดูแลทารกในด้านการให้อาหาร การนอน การร้องไห้ การขับถ่าย การสวมใส่เสื้อผ้า ความปลอดภัย และความเจ็บป่วย อันเป็นการตอบสนองต่อพฤติกรรมความต้องการของบุตรวัยทารก ตามทักษะและความรู้สึกในบทบาทของมารดา สามารถประเมินได้โดยคะแนน

รวมของการตอบสนองความต้องการของทารกแรกเกิดและการปฏิบัติบทบาทการเป็นมารดา ที่ดัดแปลงมาจากแบบวัดการปฏิบัติบทบาทมารดาซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแบบวัดความสามารถดำรงบทบาทมารดาได้เหมาะสมของ สุพรรณิ สุ่มเล็ก (2538) ที่แปลและดัดแปลงจากแบบวัดการปฏิบัติบทบาทการเป็นมารดา (Maternal Role Performance Scale) ของ Perry และ Gottlieb (1985)

ในการศึกษานี้ประเมินโดยคะแนนรวมของแบบวัดความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรก ที่ดัดแปลงจากแบบวัดความสามารถดำรงบทบาทมารดาได้เหมาะสมของ สุพรรณิ สุ่มเล็ก (2538) ซึ่งประกอบด้วย 2 ส่วนคือ 1) การรับรู้บทบาทการเป็นมารดา และ 2) การตอบสนองความต้องการของทารกแรกเกิดและการปฏิบัติบทบาทการเป็นมารดา

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ด้านการบริการพยาบาล สามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นกลยุทธ์ของระบบการให้บริการพยาบาล เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ของมารดาหลังคลอด ให้มีความสามารถในการดำรงบทบาทมารดาครั้งแรกได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ด้านการศึกษา สามารถนำผลการวิจัยเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน ให้แก่นักศึกษาพยาบาล โดยพิจารณาเลือกวิธีการช่วยเหลือให้มารดาหลังคลอดครั้งแรกสามารถปรับตัวทำหน้าที่บทบาทมารดาได้อย่างถูกต้องเหมาะสมต่อไป
3. ด้านการวิจัย เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยประเด็นอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับบทบาทการเป็นมารดาหลังคลอดครั้งแรกต่อไป