

## การศึกษาการเผชิญปัญหาการแก้ปัญหาและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็ก

### เขตอำเภอเมืองจังหวัดมหาสารคาม

### Coping Problem Solving and Mental Health of Aging od Child.

### Rearing, AmphoeMeaung, Mahasarakham Province

บุญส่ง คงแสนคำ<sup>1</sup>และโชติกา ธรรมวิเศษ<sup>2</sup>

Boonsong Kongsankam<sup>1</sup> and Chotika Thamviset<sup>2</sup>

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม<sup>1,2</sup>

Faculty of Education, Rajabhat MahaSarakhm University<sup>1,2</sup>

Corresponding author, E-mail : Songsueay@hotmail.com<sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาการเผชิญปัญหา การแก้ปัญหาและสุขภาพจิตของ ผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็ก เขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ซึ่งใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research) ผ่านประสบการณ์จากผู้สูงวัยในการเลี้ยงดูเด็ก จำนวน 8 คน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคามที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง โดยผู้สูงวัยยินดีและยินยอมที่จะให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ร่วมกับการสังเกตพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลเพื่อประกอบวิเคราะห์ และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสกัดข้อมูล ผลจากการวิจัยพบว่า

การเลี้ยงดูหลานผู้สูงอายุไม่ได้มองว่าเป็นภาระแต่มีความสุขและยินดีที่จะเลี้ยงดูเพราะผู้สูงอายุมีความเชื่อมั่นว่าสามารถเลี้ยงหลานได้ดีกว่าคนอื่น ปัญหาที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญในการเลี้ยงหลานคือ ปัญหาสุขภาพ ส่วนใหญ่มีอาการปวดข้อเข่าและปวดหลัง ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจที่พบคือมีรายรับกับรายจ่ายไม่สอดคล้องกันเนื่องจากรายได้ส่วนใหญ่มาจากพ่อแม่ของเด็กที่มีรายได้ไม่สูงมากนักปัญหาการอบรมเลี้ยงดูพบว่าเด็กเล็กมีอาการเจ็บป่วยบ่อย ทานข้าวได้น้อย ไม่ค่อยนอน ซึ่งวิธีการที่ผู้สูงอายุใช้ในการเผชิญปัญหาคือการจัดการกับอารมณ์ของตนเองโดยการควบคุมและหลีกเลี่ยงสถานการณ์นั้นก่อนแล้วจึงหาทางแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญ และส่วนใหญ่สุขภาพจิตของผู้สูงวัยยังปกติ ไม่มีภาวะความเครียดสูง โดยพบว่าปัญหาที่ สัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ คือ ปัญหาสุขภาพและปัญหาเศรษฐกิจ

**คำสำคัญ :** การเผชิญปัญหา ; การแก้ปัญหา ; สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

### ABSTRACT

This research aims to studying the problems, problem solving and mental health of the elderly persons in Muang district of MahaSarakhm province, who are transient guardians of their grandchildren. This study is qualitative research, which uses the methodology of phenomenological research with the experiences of the 8 elderly persons in the urban area, who are selected by the purposive sampling method, and are glad and agree to share their experiences with in-depth interview and observation. After that, the collected data were processed, extract and analyzed by using software.



As the result, the elderly persons agree that child caring is not a considered burdensome task, but they are happy. They need to care their grandchild, because they believe that they can take care them better than other. However, when caring the child, the problems of old persons are health and economic. The common health problems are knee and back pain. The income and expense are not balance, is common economic problem. Because, the most of income is come from the parents of their grandchild and it is insufficient. Finding the parental care problems, infants or young children are often sick, eat less and sleepless that older person can be exposed and they have to manipulate their emotions by controlling and escaping from that situation, then they try to solve the problem. For the mental health, the most of elderly persons have normal mental with no high stress. Nevertheless, the mental health is related with the physical health problems and economic problems.

**Keywords :** Coping Problem ; Solving ; Mental Health of Aging

## บทนำ

ในช่วง 50 ปีที่ผ่านมา ประชากรไทยมีจำนวนประชากรเพิ่มขึ้นจากเดิม คือ จำนวน 26.3 ล้านคน เป็น 63 ล้านคน ซึ่งในจำนวนดังกล่าวประชากรผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) เพิ่มขึ้นตามลำดับเช่นเดียวกับประชากรกลุ่มอื่นๆ โดยในปี 2503 เพิ่มขึ้นจาก 1.2 ล้านคน เป็นประมาณ 6.5 ล้านคนในปี 2553 ในขณะที่สัดส่วนของการเกิด และแนวโน้มของประชากรในวัยเด็กกลับลดลง ในขณะที่กลุ่มประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นกับกลุ่ม ประชากรในวัยเด็กที่มีอัตราการลดลงนั้นทั้งสองกลุ่มก็เป็นกลุ่มประชากรที่มีภาวะพึ่งพิงกัน คือ ผู้สูงอายุ เป็นวัยที่ต้องการความรักและความเอาใจใส่อย่างมากเนื่องจากความรู้สึกที่คิดว่าตนเองหมดคุณค่า เพราะไม่ได้ทำงาน ไม่มีเพื่อน ร่างกายไม่แข็งแรง ความสามารถในการช่วยเหลือตนเองลดลงซึ่งไม่เหมือนเดิมและยังต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆในชีวิต ทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้เบื่อหน่าย ดังนั้นผู้สูงอายุจึงต้องการให้ลูกหลานและคนใกล้ชิดเอาใจใส่ให้ความรัก ความอบอุ่นมากยิ่งขึ้น [1] และในบทบาททางสังคมผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้นไม่ได้ประกอบอาชีพทำให้ไม่มีรายได้จำเป็นต้องพึ่งพิงคนในครอบครัว ในขณะที่เดียวกันผู้สูงอายุจำนวนมากต้องมีภาระเลี้ยงดูกลุ่มประชากรวัยเด็กที่ถือได้ว่าเป็นวัยที่ต้องได้รับการให้ความรัก การดูแลเอาใจใส่และต้องพึ่งพิงคนในครอบครัวในการดูแลช่วยเหลือสิ่งต่างๆ เพราะยังเติบโตไม่เพียงพอที่จะประกอบอาชีพหรือช่วยเหลือตนเองได้โดยเฉพาะเด็กที่มีอายุน้อย เมื่อทั้งสองช่วงวัยต้องมาอาศัยอยู่ด้วยกันภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่างๆ มากมายย่อมส่งผลกระทบต่อบุคคลทั้งสองช่วงวัย

การที่บุคคลสองวัยต้องอาศัยอยู่ด้วยกันเป็นเพราะการเปลี่ยนแปลงทางประชากร สังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมในประเทศไทยทำให้มีผลกระทบต่อน้อยวัยในสังคมนั้นคือครอบครัว ซึ่งต้องปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นผลทำให้คนในวัยทำงานต้องออกไปทำงานในกรุงเทพฯ หรือต่างจังหวัดทั้งพ่อและแม่เพื่อช่วยเหลือและลดภาระค่าใช้จ่ายในครอบครัว ทำให้ขาดคนช่วยเหลือดูจึงไม่มีเวลาเลี้ยงดูลูกเพราะต้องทำมาหากินหรือการเกิดจากปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรซึ่งในวัยที่ยังไม่พร้อมที่จะมีบุตรทำให้พ่อแม่มีวัยรุ่นที่อยู่ระหว่างการศึกษายังไม่สามารถที่จะรับผิดชอบเลี้ยงดูบุตรที่เกิดขึ้นมาได้ หรือปัญหาทางด้านอื่นที่พ่อแม่มีบุตรแต่เกิดจากปัญหาการหย่าร้างของคู่สามีภรรยา ทำให้วัยพึ่งพิงต้องพึ่งพาตนเองคือเด็กและวัยรุ่นต้องมาอาศัยอยู่ด้วยกันเพียงลำพัง กลายเป็นครอบครัวที่เรียกว่า “ครัวเรือนข้ามรุ่น” บางก็เรียกว่า “ครัวเรือนแหวกกลาง” หรือ “Skipped generation households” โดยที่จำนวนครอบครัวแหวกกลางหรือเด็กถูกทอดทิ้งให้อยู่กับปู่ย่าตายายมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ อย่างรวดเร็วเป็น 5 เท่า โดยเฉพาะภาคตะวันออกเหนือและภาคเหนือ สอดคล้องกับสำนักงานสถิติแห่งชาติได้นำเสนอบทความถึงการเปลี่ยนแปลงของครัวเรือนที่มีขยายตัวออกเป็นครอบครัวแหวกกลางเพิ่มมากขึ้น โดยในปี 2553 มี สัดส่วนสูงถึงร้อยละ 94.5 จากร้อยละ 3.2 ในปี 2530 เป็นร้อยละ 5.5 ในปี 2553 สำหรับการเลี้ยงดู ลูกหลานในครอบครัวแหวกกลางของปู่ย่าตายายอาจจะไม่ลำบากมากหากยังไม่แก่ แต่จากข้อมูลของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าปู่ย่าตายายจะเป็นผู้สูงอายุส่วนใหญ่อายุอยู่ระหว่าง 60-65 ปี โดยที่ผู้สูง

วัยที่ต้องรับภาระเลี้ยงดูเด็กก็มีสัดส่วนเพิ่มมากขึ้นเป็น 4 เท่าจากร้อยละ 2.5 ในปี 2530 เป็นร้อยละ 9.6 ในปี 2553

ในการขยายตัวของครัวครัวแหว่งกลางที่เกิดขึ้นในสภาวะการดำรงชีวิตที่มีค่าครองชีพค่อนข้างสูงขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในการต้องรับภาระเลี้ยงดูบุตรหลานและต้องดูแลสุขภาพของตนเอง และจากการสำรวจสุขภาพอนามัยของประชาชนไทยได้มีการรวบรวมเกี่ยวกับข้อมูลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ โดยพิจารณาจากการมีภาวะซึมเศร้าและภาวะอารมณ์ในด้านลบ พบว่า ถึงแม้ผู้สูงอายุจะมีภาวะซึมเศร้าที่มีความสัมพันธ์ กับอายุ เพศ และเขตที่อยู่อาศัย โดยผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้นก็มีภาวะความซึมเศร้าเพิ่มมากขึ้น ผู้สูงอายุที่เป็นเพศหญิงและผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชนบทมีภาวะความซึมเศร้าสูงกว่าผู้สูงอายุที่เป็นชายหรืออาศัยอยู่ในเขตเมือง ซึ่งผู้สูงอายุที่อยู่ชนบทมีภาวะซึมเศร้ามากกว่าผู้สูงอายุในชุมชนเมือง และนอกจากนี้การที่ผู้สูงอายุต้องมารับหน้าที่เลี้ยงดูหลานแทนที่จะเป็นช่วงเวลาของการได้รับการดูแลตนเองเนื่องจากความเสื่อมถอยทางสุขภาพร่างกายและปัญหาโรคภัยไข้เจ็บ แล้วยิ่งที่ ผู้สูงอายุต้องเผชิญคือภาระในเรื่องค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูบุตรหลานเกิดเป็นหนี้สะสม ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกขาดความมั่นคงและเกิดภาวะเครียดขึ้นได้รวมถึงการขาดโอกาสในเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ทำให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ต้องเตรียมความพร้อมในการเผชิญปัญหาและแก้ปัญหาให้ได้ลุล่วงไปด้วยดีรวมถึงพยายามที่จะปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีผลต่อสุขภาพจิตของผู้สูงวัยในกลุ่มนี้มากกว่ากลุ่มอื่นๆ [2]

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัย พบว่า ปู่ ย่า ตา ยาย ที่ได้รับบทบาทหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุตรหลานเพียงลำพังนั้นภาระหน้าที่อาจส่งผลกระทบต่อภาระดำเนินชีวิตของผู้สูงวัยทั้งด้านบวกและด้านลบ ทำให้นักวิชาการและนักวิจัยให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก โดย กาญจนา เทียนลายและวรรณิหุตะแพทย์ [3] ได้ศึกษาสถานการณ์เลี้ยงดูหลานในครัวเรือนข้ามรุ่นของประเทศไทย โดยทำการศึกษาในจังหวัดขอนแก่น พิษณุโลก และกาญจนบุรี พบว่า ปู่ย่าตา ยายส่วนใหญ่ยินดีและเต็มใจในการดูแลหลาน แต่ในขณะเดียวกันมีบางคนที่รู้สึกว่าการเลี้ยงหลานเป็นภาระ เพราะเงินที่ส่งกลับบ้านไม่เพียงพอ การมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง และฐานะทางเศรษฐกิจของปู่ ย่า ตายายที่มีผลกระทบต่อความมั่นคงทางจิตใจ สอดคล้องกับ Sukree Siriboon. [4] ได้ศึกษาสุขภาพจิตของ ปู่ ย่า ตา ยาย ที่เป็นผู้ดูแลหลักของเด็ก

0-5 ปี เขตอำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 300 คน พบว่า กลุ่มที่ศึกษาร้อยละ 63.7 มีสุขภาพจิตดีและร้อยละ 36.3 มีสภาวะสุขภาพจิตไม่ดี มีความรู้สึกเป็นภาระในการดูแลอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 65.7 ระดับน้อย ร้อยละ 18.7 และระดับมาก ร้อยละ 15.6 และสอดคล้องกับ ดวงหทัย ยอดทอง และคณะ [5] ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอายุ ความรู้สึกเป็นภาระในการดูแลกับการซึมเศร้าในผู้ป่วยต้อกระจกที่ดูแลหลาน อายุระหว่าง 0-5 ปี ในจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 100 ราย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอาการซึมเศร้าร้อยละ 33 ความรู้สึกเป็นภาระในการดูแลด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการซึมเศร้าในผู้ป่วยต้อกระจกที่ดูแลหลานในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.237, p < .05$ ) ส่วนความรู้สึกเป็นภาระในการดูแลด้านการขาดการสนับสนุนจากครอบครัวด้านผลกระทบต่อการเงินด้านผลกระทบต่อกิจวัตรประจำวัน และด้านผลกระทบต่อสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการซึมเศร้าในผู้ป่วยต้อกระจกที่ดูแลหลานในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .459, p = .001$ ;  $r = .427, p = .001$ ;  $r = .299, p < .01$  และ  $r = .352, p < .001$  ตามลำดับ) โดยสรุปจะเห็นได้ว่า การเลี้ยงดูบุตรหลานของผู้สูงวัยเพียงลำพังมีผลกระทบและมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุมุ่งถึงวิธีการเผชิญปัญหาและการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมถึงปัญหา ปัญหาสุขภาพ ซึ่งมีความสำคัญเป็นอย่างมากเนื่องจากผู้สูงวัยที่เลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ย 60 ปี ขึ้นไป นั่นเป็นช่วงวัยที่พัฒนาการด้านร่างกายเริ่มเสื่อมลง โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีฐานะไม่ดีไม่มีรายได้หรือรายได้ไม่เพียงพอสำหรับการเลี้ยงชีพ ทำให้ได้รับความลำบาก ดังนั้นในการแก้ปัญหาในการเผชิญปัญหาจึงเป็นสิ่งสำคัญในการเลี้ยงดูเด็กในบ้านของผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาปรากฏการณ์ที่เป็นข้อเท็จจริงในการเผชิญปัญหา การแก้ปัญหา รวมถึงสุขภาพจิตของผู้สูงวัยที่ต้องเลี้ยงดูเด็กเพียงลำพังซึ่งทั้งสองวัยต่างเป็นวัยที่พึ่งพิงแล้วต้องมาพึ่งพิงกันในอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม และการศึกษครั้งนี้จะได้ข้อมูลวิธีการในการปรับตัว และการแก้ปัญหาของผู้สูงอายุในแต่ละครอบครัวที่ใช้ชีวิตที่แตกต่างกันและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่ต้องดูแลบุตรหลาน ซึ่งข้อมูลจากการวิจัยครั้งนี้ก็เพื่อให้หน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ในการวางแผนพัฒนาต่อไป



## วัตถุประสงค์การวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มุ่งศึกษาการเผชิญปัญหาการแก้ปัญหาและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็ก ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

## ขอบเขตการวิจัย

### 1. ขอบเขตเวลา

ทำการศึกษาระยะเวลา 2 ปี คือระหว่างมกราคม 2558 ถึงกุมภาพันธ์ 2560

### 2. ขอบเขตกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป และต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูเด็กเป็นระยะเวลา 1 ปี ขึ้นไป โดยมีบุตรหลานอยู่ในช่วงวัยแรกเกิด-ประถมศึกษา ที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม จำนวน 8 คน

## วิธีการดำเนินการวิจัย

### กลุ่มตัวอย่าง

ผู้ให้ข้อมูลประกอบไปด้วย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก และคู่สมรสของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นผู้ให้ข้อมูลรอง สำหรับกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักโดยทำการสุ่มอย่างเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลนั้นผู้วิจัยคัดเลือกจาก ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปโดยมีประสบการณ์ในการดูแลบุตรหลาน อย่างน้อย 1 ปี ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักจะต้องเป็นผู้เลี้ยงดูเด็กเป็นหัวหน้าโดยการเลี้ยงดูไม่มีพ่อแม่ของเด็กช่วยเหลือในการเลี้ยงดู ผู้ให้ข้อมูลรองเป็นคู่สมรสที่อาศัยอยู่ในบ้านหลังเดียวกัน ซึ่งมีจำนวนทั้งสิ้น 8 คน ที่อาสาสมัครและยินยอมให้ข้อมูล สำหรับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักนี้ผู้วิจัยทำการศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม

## เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง โดยผู้วิจัยเป็นผู้สร้างเอง โดยข้อคำถามผู้วิจัยสร้างจากกรอบแนวคิดที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและจัดเตรียมไว้เพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ แนวการสัมภาษณ์ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไป เจตคติของผู้สูงอายุต่อการเลี้ยงดูบุตรหลาน สภาพปัญหาที่ต้องเผชิญ

การแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญ รวมถึงสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ร่วมกับการอาศัยการสังเกตพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลขณะให้การสัมภาษณ์ในการหาคุณภาพของแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบข้อคำถาม จำนวน 3 ท่าน หลังจากนั้นนำข้อคำถามมาปรับปรุงแก้ไข แล้วจึงนำไปสัมภาษณ์กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก

## ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ในการดำเนินการวิจัยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

### ขั้นที่ 1 การศึกษาเชิงเอกสาร

การศึกษานี้เริ่มจากการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารงานวิจัย และบทความที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวที่ผู้สูงอายุดูแลเด็กตามลำพัง (Documentary Research) รวมถึงสถิติหรือข้อมูลจากบทความ โดยกำหนดกรอบแนวคิดที่มุ่งศึกษาสภาพการเผชิญปัญหา การแก้ปัญหา และสุขภาพจิตของผู้สูงอายุโดยอาศัยใช้กระบวนการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ร่วมกับการสังเกตพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูลเพื่อประกอบวิเคราะห์

### ขั้นที่ 2 การสัมภาษณ์และการสังเกตพฤติกรรม

ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ที่สมัครให้ข้อมูลและยินยอมให้สัมภาษณ์ โดยการสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลพร้อมกับสังเกตพฤติกรรมขณะสัมภาษณ์ โดยประเด็นสัมภาษณ์เกี่ยวข้องกับสภาพทั่วไปของครอบครัวของผู้ถูกสัมภาษณ์ ด้วยเรื่องของอาชีพค่าใช้จ่ายรายได้ สภาพปัญหาที่เผชิญในการเลี้ยงดูบุตรหลานและการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหาผู้สูงอายุ รวมถึงสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บข้อมูลผู้วิจัยผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บข้อมูล ดังนี้

1. ดำเนินการประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างโดยจะมีการเตรียมข้อคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ไว้ล่วงหน้าก่อนไปสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจริงและสังเกตพฤติกรรมแบบไม่มีส่วนร่วม ซึ่งก่อนที่จะเก็บข้อมูลผู้วิจัยจะชี้แจงอธิบายให้ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ประเด็นที่ศึกษาและวิธีการ

สัมภาษณ์ โดยแจ้งผู้ให้ข้อมูลเข้าใจว่าผลการจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะไม่เปิดเผยชื่อจะเป็นความลับ โดยจะใช้ชื่อสมมติแทน เพื่อลดความวิตกกังวลของผู้ให้ข้อมูล โดยมีการดำเนินเป็นขั้นตอนดังนี้

#### ขั้นที่ 1 ก่อนสัมภาษณ์

1. ตรวจสอบข้อมูลเพื่อหาครอบครัวที่มีผู้สูงอายุเลี้ยงดูเด็ก
2. นัด วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูล
3. เตรียมข้อคำถามในการสัมภาษณ์ให้ตรงประเด็น
4. เตรียมอุปกรณ์สำหรับสัมภาษณ์ดังนี้ เทปบันทึก กระดาษสำหรับจดบันทึก

#### ขั้นที่ 2 ดำเนินการสัมภาษณ์

1. แนะนำตนเอง(สร้างสัมพันธภาพ) แล้วชี้แจงวัตถุประสงค์ให้ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจ และแจ้งว่าการรายงานผลจะไม่ใช้ชื่อจริงเพื่อรักษาความลับให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความสบายใจ
2. ดำเนินการสัมภาษณ์ตามวันเวลาที่กำหนด

#### ขั้นที่ 3 หลังสัมภาษณ์

นำข้อมูลที่ได้ออกไปถอดเทปแล้วตรวจสอบข้อมูลที่ได้ออกจากการสัมภาษณ์ว่าได้ข้อมูลครอบคลุม หรือไม่หากยังไม่เพียงพอไปเก็บข้อมูลเพิ่มเติม

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลนั้น ผู้วิจัยจะกระทำอย่างต่อเนื่องพร้อมกับการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการจัดระบบข้อมูล และหาความหมายและเชื่อมโยงหาความสัมพันธ์ของข้อมูล เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจต่อปรากฏการณ์ที่ศึกษาของผู้สูงอายุอันมาจากประสบการณ์ชีวิตในการเผชิญปัญหาการแก้ปัญหาและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่ได้จากการสัมภาษณ์และการเล่าเรื่องมาถอดเทปและวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสกัดข้อมูลโดยจัดเตรียมข้อมูล (Data Management) ด้วยการลงรหัสแล้วจัดระเบียบข้อมูล โดยจำแนกเป็นหมวดหมู่ หรือการทำดัชนีข้อมูล (Index) ซึ่งอาจเป็นคำ (Word) เป็นประโยค (Sentence) หรือเป็นแนวคิด (Concept) จากนั้นทำการถอดรหัสตีความ และให้ความหมายกับข้อมูล (Making Interpretation And Conceptualized) และ

วิเคราะห์ข้อสรุปทั้งหมดที่เป็นประสบการณ์ชีวิตของผู้ให้ข้อมูลหลักที่สะท้อนออกมาเป็นความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ เจตคติ พฤติกรรม

#### ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย

ระยะเวลา 2 ปี ระหว่าง มกราคม 2558 - มกราคม 2560

#### ผลการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเผชิญปัญหา และการแก้ปัญหา รวมถึงสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็กเพียงลำพังผู้วิจัยจึงนำเสนอผลการศึกษาโดยมีหัวข้อดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้กลุ่มที่ศึกษา

ผู้สูงอายุที่เลี้ยงดูเด็กตามลำพังในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ส่วนใหญ่อายุระหว่าง 60-68 ปี มีฐานะครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีรายได้อยู่ระหว่าง 1,000-16,00 บาท แหล่งที่มาของรายได้มาจากพ่อแม่ของเด็กที่เอามาเลี้ยง ส่วนรายจ่ายอยู่ระหว่าง 2,000-13,000 บาท ซึ่งผู้สูงอายุมีฐานะทั้งเป็นเป็นปู่ย่า และตายาย ส่วนใหญ่มีฐานะเป็นตายาย โดยเด็กที่ผู้สูงอายุเลี้ยงดูส่วนใหญ่จะเป็นเด็กเล็ก โดยจะเลี้ยงดูตั้งแต่แรกเกิดในการเลี้ยงดูนั้นผู้สูงอายุมีความชำนาญในการเลี้ยงหลานเพราะมีประสบการณ์เลี้ยงหลานมาก่อนมีวิธีการเลี้ยงดูปกติปล่อยเล่นตามธรรมชาติ เนื่องจากเป็นชนบทบริเวณรอบบ้านเป็นเพื่อนบ้านที่รู้จักและเป็นญาติพี่น้องจึงทำให้ผู้สูงอายุคอยดูแลอยู่ห่างๆ ในช่วงกลางวันการเลี้ยงไม่ได้ควบคุมและตามใจมากเกินไป ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวของผู้เลี้ยงดูหลักกับคู่สมรสยังอาศัยอยู่ด้วยกันมีเพียง 1 ครอบครัวที่สามีเสียชีวิตต้องเลี้ยงหลานเพียงลำพัง

สาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องรับหน้าที่ในการเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่มีปัจจัยที่เกิดจากการโยกย้ายถิ่นฐานในการทำมาหากิน ซึ่งบิดาและมารดาไม่สามารถนำบุตรไปเลี้ยงดูได้จำเป็นต้องนำมาฝากไว้กับผู้สูงอายุรองลงมาคือการที่บิดา มารดาของเด็กไม่ได้อยู่ด้วยกัน ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเสียชีวิตหรือเลิกรากัน ทำให้เด็กต้องถูกนำมาเลี้ยงกับปู่ย่า หรือตายาย

ตอนที่ 2 เจตคติของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็ก

ในมุมมองหรือเจตคติที่ผู้สูงอายุมีต่อการเลี้ยงดูเด็กที่เป็นบุตรหลานของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการเลี้ยงหลานเป็นเรื่องปกตินอกจากนี้ยังช่วยคลายเหงาและมีความสุขที่ได้



เห็นหลานเจริญเติบโต อีกอย่างมองว่าเป็นการช่วยเหลือ เพราะ บางครอบครัวเมื่อหลานไปอยู่กับพ่อแม่ต้องเผชิญกับโรคภัยไข้เจ็บการนำหลานมาอยู่ตามชนบททำให้สุขภาพดีขึ้น จิตใจว่าเรใจแจ่มใส จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขถึงแม้ว่าบางครั้งจะเหนื่อย เพราะร่างกายที่อายุมากแล้วแต่ก็ไม่ได้รู้สึกว่าเป็นภาระมากนักดังต่อไปนี้

“ก็สงสาร อยากเอาหลานมาอยู่ด้วยเพราะคิดว่าตนเองสามารถดูแลหลานได้ พอตอนพอกับแม่เค้าเอาหลานมาให้เลี้ยงก็ดีใจ เมื่อเอาหลานมาเลี้ยงที่บ้านสุขภาพเขาก็ดีขึ้นเยอะเห็นเขา ว่าเรใจแจ่มใส สมบูรณ์แข็งแรงดีมีความสุขไม่ได้คิดว่าเป็นภาระนะ”

“การเลี้ยงดูหลานมองเป็นเรื่องธรรมดา สบายนี้พ่อแม่เขาไป ทำงานเลี้ยงหลานอยู่ที่บ้านก็มีหลายคน”

สำหรับผู้สูงอายุบางคนที่มีร่างกายไม่แข็งแรงและฐานะทางครอบครัวไม่เต็มจะมีเจตคติในการเลี้ยงดูเด็กเป็นภาระที่ผู้สูงอายุจำเป็นต้องทำ ดังต่อไปนี้

“ถ้ามองเป็นภาระก็เป็นภาระนะเพราะอายุมากแล้วไปไหนมาไหนก็ไม่สะดวกอีกอย่างทำงานเหมือนเดิมไม่ได้แล้ว แต่ค่าใช้จ่ายและค่าครองชีพ มันสูงขึ้น ที่บ้านก็มีหลานหลายคน แต่สงสารก็ต้องทนเอา”

ตอนที่ 3 การเผชิญปัญหาและการแก้ปัญหาในการเลี้ยงดูเด็กจากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์ พบว่า ผู้สูงวัยแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กว่าปัญหาที่พบบ่อยได้แก่

## 2. ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุเอง

สำหรับปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุพบว่าส่วนใหญ่เจ็บป่วยบ้างเล็กน้อยมีอาการปวดเมื่อย มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวานแต่ไม่มีผลกระทบในการเลี้ยงดูหลาน ดังต่อไปนี้

“ตอนนี้ก็มีโรคเบาหวานที่เป็นโรคประจำตัว แต่ก็ไม่ได้ถึงขั้นเป็นมาก กินยาและคุมอาหาร ดูแลตัวเอง ก็ไม่ถึงกับเป็นปัญหากับการดำเนินชีวิตและการเลี้ยงหลานแต่ก็มีบ้างที่รู้ว่าอยากมีสุขภาพแข็งแรง เพราะอายุมากแล้วก็มีปวดเมื่อยตามร่างกาย”

## 3. ปัญหาทางเศรษฐกิจ

ในด้านปัญหาทางเศรษฐกิจส่วนใหญ่ยอมรับว่าการเลี้ยงดูหลานจำเป็นต้องมีค่าใช้จ่ายและค่าใช้จ่ายนั้นค่อนข้างสูงโดยเฉพาะเมื่อบุตรหลานเติบโตขึ้นอีกทั้งผู้สูงวัยเห็นว่าค่าครองชีพในปัจจุบันแพงขึ้นเรื่อยๆ ทำให้บางครั้งมีบ้างที่เกิดปัญหาทางการเงิน

ในครอบครัว แต่เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่บ้านของตนเองและอยู่ตามชนบท หากประหยัดค่าใช้จ่ายหรือทำมาหากินเล็กน้อยรวมถึงได้รับเงินค่าเลี้ยงดูจากพ่อแม่ของเด็กก็ช่วยให้ผ่านพ้นปัญหาไปได้บ้าง ดังนี้

“ค่าใช้จ่ายในบ้านไม่ถึงขั้นวิกฤตถึงขั้นไม่มี ทุกเดือนแม่ของน้องก็ส่งเงินมาให้ เดือนไหนที่คิดว่ามีค่าใช้จ่ายเยอะเพราะเขาโตแล้วก็บอกแม่เค้า แม่เค้าก็ส่งมาให้ ก็พออยู่ได้ และก็สอนให้หลานประหยัดไม่ฟุ่มเฟือย”

“บางเดือนแม่เขาส่งเงินมาให้หน่อยก็ไม่พอจ่ายรายเดือนเก็บผักเก็บหญ้าตามบ้านมาทำกินพอช่วยไป”

“ก็ไม่มีอะไรมาก รายจ่ายกับรายรับพอใช้ พ่อแม่เค้าอยู่กรุงเทพฯ เขาก็ส่งมาให้ เอาไว้เลี้ยงหลาน แต่ละเดือนก็ใช้จ่ายตามปกติ ไม่ถึงขั้นว่าไม่มี หรือ มีเยอะ เรียกว่า พออยู่พอกิน ถ้าไม่ฟุ้งเฟ้อ”

“ปัจจุบันค่าครองชีพมันก็สูงขึ้น รายได้ที่มีก็น้อย บางทีก็ทำให้รู้สึกท้อแท้กับการดำรงชีวิต ถามว่าเครียดไหม เครียดแต่ก็พยายามต่อสู้ดิ้นรน”

## 4. ปัญหาในการอบรมเลี้ยงดู

ในการอบรมเลี้ยงดูเด็กวิธีการอบรมเลี้ยงดูโดยส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุมีความเชื่อมั่นและคิดว่ามีความชำนาญในการอบรมเลี้ยงดูเด็กจึงไม่คิดว่าเป็นปัญหาเพราะคิดว่าเลี้ยงเด็กมาหลายคนวิธีการเลี้ยงดูเด็กจึงไม่ได้ยากในการเลี้ยงดูคุณยายหรือคุณย่าจะทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลหลักๆ ส่วนผู้สูงอายุในฐานะคุณตาหรือคุณปู่ก็ช่วยดูแลเวลาคุณยายไม่อยู่หรือเหนื่อย การเลี้ยงดูก็ตามปกติทั่วไปไม่ได้เลี้ยงแบบตามใจ ประเด็นที่ผู้สูงอายุเห็นว่าเป็นปัญหาในการเลี้ยงดู คือ สุขภาพของเด็ก เพราะป่วยบ่อยรับประทานอาหารยาก ต้องกำกับให้รับประทานอาหารแต่ในการอบรมสั่งสอนผู้สูงอายุได้พยายามให้เด็กช่วยเหลือตนเอง สั่งสอนว่าจะไรควรทำและไม่ควรทำ บางรายเด็กมีงบแบ่งแต่อาศัยการดักเตือนมาตลอดจึงไม่ค่อยมีปัญหา ดังนี้

“ตอนแรกย้ายไปเลี้ยงหลานที่กรุงเทพฯ ช่วงที่เขาเกิดใหม่ๆ เจ็บป่วยบ่อยมาก บางทีก็ไม่ได้นอนเลยละ และก็ตอนเอามาเลี้ยงที่มหาสารคามช่วงแรกๆ เพราะต้องปรับตัว เลี้ยงกับปู่สองคนเราก็มองอะไรมาบางทีก็บอกละเล่นตามทีต่างๆ ที่มีผู้ใหญ่ดูแลนะ ไม่ได้เคร่งครัดอะไร เพราะคิดว่าถ้าเขาได้เล่นเขาจะได้มีพัฒนาการด้านอื่นที่ดีด้วย”

“ช่วงวัยนี้ซุกซน และเอาแต่ใจตัวเอง บางทีก็ว่ากล่าว ตักเตือน ต้องสอนเขาไม่งั้นโตไปพฤติกรรมที่ไม่ดีจะติดตัวไปด้วย ก็ต้องเข้าใจเขาด้วย”

#### วิธีเผชิญปัญหา

วิธีการเผชิญปัญหาส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้วิธีการปรับตัวตามสถานการณ์ มีทั้งการเข้าไปแก้ปัญหาโดยตรงและการจัดการอารมณ์ของตนเองก่อน เช่น หากเป็นเด็กเล็กเมื่อเผชิญปัญหาในการเลี้ยงดูเด็กเองจะพยายามทำให้เขาเด็กหยุดร้องไห้ โดยการพาเดินออกไปนอกบ้าน ชื่นชมไม้ กรณีนเป็นเด็ก หากเป็นเด็กผู้สูงวัยจะใช้วิธีเดินหนีออกจากสถานการณ์ที่เผชิญจนกว่าจะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ จึงกลับและอธิบายเหตุผลให้เด็กฟัง ส่วนการแก้ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับค่าใช้จ่ายในยุคที่ค่าครองชีพแพงผู้สูงวัยจะใช้วิธีการแก้ปัญหาโดยการปรับตัวโดยการประหยัดค่าใช้จ่ายไม่ฟุ่มเฟือย หากมีทางไหนช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายได้ผู้สูงอายุจะนำมาเป็นทางเลือก เช่นการเก็บพืชผักในสวนมาประกอบอาหาร หรือให้สามี (ปู่ ตา) ที่ทำหน้าที่เป็นผู้เลี้ยงดูออกไปรับจ้างทั่วไปในการเลี้ยงดูส่วนใหญ่ผู้เลี้ยงดูหลักจะเป็น ย่า หรือยาย ส่วนตา หรือปู่ จะทำหน้าที่ช่วยเหลืออำนาจการตัดสินใจจึงเป็นหน้าที่ของ ย่าหรือยาย ดังนี้

“บางครั้งต้องมีบ้างที่เลี้ยงเด็กแล้วมีอารมณ์ หรือความเครียดแต่อย่าคิดว่า ตัวเองควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ให้เครียดไม่ให้โมโหได้ ก็จัดการกับตัวเองก่อนนั้นแหละ ไม่งั้นถ้าเหนื่อยๆเดี๋ยวก็ทะเลาะกับปู่”

“เมื่อโมโหจนยายจะพยายามหลีกเลี่ยงโดยแยกกันอยู่เมื่ออารมณ์ดีแล้วค่อยมาคุยกับหลานใหม่”

“เขามองแสบ้างเวลาอยากได้สิ่งที่เขาต้องการแต่ยากก็สอนและบอกเหตุผลในปัญหานั้นให้เขาเข้าใจ เขาโตแล้วอย่าไม่ให้อารมณ์หรือดูเขาแรงๆ ย่าเองก็ทำเป็นตัวอย่างให้เขาดูด้วยเวลาเจอปัญหาหรือเรื่องที่ทำให้เครียดไม่ค่อยใช้อารมณ์ในบ้านจะพูดคุยกันแบบมีเหตุผลนั้นแหละเวลาคูยกกับปู่เขาเห็นเขาก็ยอมรับนะเพราะยาก็จะทำให้เขาเห็น”

#### 5. สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ

ปัญหาที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตส่วนใหญ่ พบว่า เกิดจากปัญหาสุขภาพกายและปัญหาทางเศรษฐกิจ โดยที่ปัญหาสุขภาพกายมีผลต่อรายรับในครัวเรือน แต่การที่ผู้สูงวัยได้เลี้ยงดูหลานนอกจากจะทำให้เกิดความรักความผูกพันในครอบครัวแล้วยังพบว่าผู้สูงอายุลดความเครียดด้วยการไปวัด

### สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีประเด็นสำคัญนำมาสรุปผลและอภิปรายผลการวิจัยดังนี้

#### เจตคติของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็ก

สำหรับเจตคติของผู้สูงอายุในการเลี้ยงดูเด็กส่วนใหญ่พบว่า ส่วนใหญ่มีเจตคติที่ดีต่อการเลี้ยงดูเด็ก เนื่องจากผู้สูงวัยเห็นว่าเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ของเด็กที่ต้องทำงานต่างจังหวัด ทั้งนี้เป็นเพราะสังคมไทยในอดีตบทบาทการเลี้ยงดูเด็กนอกจากพ่อแม่แล้วปู่ย่าตายายยังมีความสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูขัดเกลาเด็กให้เจริญเติบโตดังนั้นปู่ย่าตายายจึงมองว่าเป็นเรื่องปกติที่จะต้องเลี้ยงหลาน ยามที่พ่อแม่ต้องย้ายถิ่นฐานไปทำงานต่างจังหวัด ซึ่ง สอดคล้องกับกาญจนา เทียนลายและ วรณิ หุตะ แพทย์ [3] ที่ได้อธิบายว่า การย้ายถิ่นของพ่อแม่ของเด็กส่วนใหญ่เป็นการย้ายถิ่นเพื่อหางานทำแล้ว ส่งหลานมาให้ปู่ย่า ตายายเลี้ยงดู โดยส่วนใหญ่เป็นการตัดสินใจของพ่อแม่ ซึ่งผู้สูงวัยไม่ได้คัดค้าน เพราะเห็นว่าเป็นวิธีการที่จะช่วยให้ครอบครัวมีรายได้เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ผู้สูงอายุบางคนที่เลี้ยงหลานมาหลายคนมีความคิดเห็นของตนเองดูแลหลานได้ดีกว่าคนอื่นซึ่งสอดคล้องกับกาญจนา เทียนลายและ วรณิ หุตะ แพทย์ [3] ที่ได้อธิบายว่า ผู้สูงวัยเชื่อว่าตนเองเลี้ยงหลานได้ดีกว่าคนอื่น เพราะคนอื่นจะรู้สึกลัวเด็กที่เลี้ยงไม่ใช่ลูกหลานของเขาเอง ดังนั้นการเอาใจใส่ในการดูแลจะน้อยกว่า นอกจากนี้การวิจัยครั้งนี้พบว่า เจตคติต่อการเลี้ยงดูบุตรมีความสัมพันธ์กับเศรษฐกิจในครอบครัวและสุขภาพร่างกาย เนื่องจากผู้สูงอายุบางคนที่มีเจตคติในการเลี้ยงดูเด็กว่าเป็นภาระนั้นจะมีรายได้น้อยและสุขภาพไม่แข็งแรง

อย่างไรก็ตามถึงแม้การเลี้ยงดูเด็กในมุมมองของผู้สูงวัยส่วนใหญ่จะไม่ได้เป็นปัญหาหรือเป็นภาระในการดำเนินชีวิตแต่การที่เด็กและผู้สูงอายุต้องอาศัยอยู่ด้วยกันหรือเรียกว่าครอบครัวแห่งกลาง นั้น เพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติหรือยูนิเซฟ รายงานว่าประเทศไทยมีเด็กประมาณ 21 % หรือกว่า 3 ล้านคนที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เพราะพ่อแม่หรือแม่หรือทั้งสองคนต้องย้ายถิ่นฐานเพื่อไปหางานทำในเมือง และข้อมูลจากการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2555 ซึ่งจัดทำโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติยังชี้ให้เห็นว่าในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทยมีเด็กถึง 30% (หรือเด็ก 1 ใน 3) ที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เพราะไปทำงาน



ที่อื่น ซึ่งเป็นอัตราที่สูงมาก และอาจส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ในระยะยาวได้ [6]

#### การเผชิญปัญหาและการแก้ปัญหาในการเลี้ยงดูเด็ก

ในการเผชิญปัญหาและการแก้ปัญหาของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ในการเลี้ยงดูเด็กตามลำพัง นั้น พบว่า ปัญหาด้านร่างกายปัญหาด้านเศรษฐกิจ และปัญหาจากการเลี้ยงดูเด็กมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุทั้งนี้เป็นเพราะผู้สูงอายุเมื่อมีอายุมากขึ้นร่างกายจะไม่แข็งแรงเหมือนเดิม ทำให้มีปัญหาสุขภาพซึ่งเกิดจากโรคต่างๆ เช่น อาการปวดเข่าปวดหลัง บางรายมีโรคประจำตัวเช่น โรคเบาหวาน ซึ่งต้องดูแลรักษาตนเองจึงเป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงดูเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับ Prapaporn Manorath. [7] ที่ได้อธิบายว่า ผู้สูงวัยจะมีปัญหาสุขภาพ ร่างกายทุรกันดาร โดยเฉพาะระบบกล้ามเนื้อและกระดูก โดยปัญหาสุขภาพร่างกายเหล่านี้เป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงดูเด็กและจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในระยะยาว นอกจากนี้ปัญหาเศรษฐกิจยังเป็นอีกปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุเนื่องจากผู้สูงอายุไม่มีรายได้ประจำรายได้ส่วนใหญ่มาจากการที่พ่อแม่เด็กเป็นผู้ส่งเงินมาให้ใช้สอย ในบางครั้งค่าใช้จ่ายในการดำเนินชีวิตประจำวันและค่าเลี้ยงดูไม่เพียงพอหากพ่อแม่ของเด็กไม่ส่งเงินมาหรือส่งมาในจำนวนที่น้อยเพราะภาระค่าใช้จ่ายทำให้ผู้สูงอายุหนักใจในการเลี้ยงดูหลาน รวมถึงปัญหาด้านเลี้ยงดูเด็กที่ต้องเผชิญกับลักษณะนิสัยของเด็กแต่ละคน เช่น ไม่ชอบ ทานข้าว ไม่ค่อยนอน และปัญหาสุขภาพของเด็ก ซึ่งการเผชิญปัญหาดังกล่าวทำให้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ถึงแม้ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพร่างกาย ปัญหาทางเศรษฐกิจและปัญหาการเลี้ยงดูซึ่งปัญหาเหล่านี้มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุก็ตาม แต่ผู้สูงอายุสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเพราะผู้สูงอายุมีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาโดยส่วนใหญ่มีการใช้การปรับตัวตามสถานการณ์ และมีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหาโดยตรงและการจัดการกับอารมณ์ ทำให้โดยรวมผู้สูงอายุยังมีสุขภาพจิตที่ดี เนื่องจากส่วนใหญ่มีประสบการณ์การเลี้ยงหลานมากกว่า 1 คน ในการแก้ปัญหาเมื่อต้องเลี้ยงดูเด็กจึงเป็นสิ่งที่ผู้สูงวัยอาศัยประสบการณ์ในการจัดการ เช่น หากประสบปัญหาในเรื่องของเด็กงอแงแต่ใจผู้สูงวัยจะพยายามควบคุมอารมณ์และหาวิธีแก้ปัญหา ดังนั้น ประสบการณ์จากการเลี้ยงดูช่วยให้ผู้

สูงอายุเผชิญปัญหาได้ดีกว่า อีกทั้งพบว่า หากผู้สูงอายุยังแข็งแรงหรือมีความพร้อมในการเลี้ยงดูเด็ก ในการเลี้ยงดูเด็กจะให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าที่ตัวเองได้ช่วยเหลือครอบครัวและผู้สูงอายุเชื่อมั่นว่าการเลี้ยงดูเด็กจะช่วยให้เด็กมีการเจริญเติบโตแข็งแรง ร่าเริงแจ่มใส อีกทั้งผู้สูงอายุบางคนยังมีความสุขที่ได้เลี้ยงดูเด็ก และได้เห็นพัฒนาการการเจริญเติบโตของเด็ก ซึ่งสอดคล้องกับ Duanghathai Yodthong. [5] ได้อธิบายว่า หากปัจจัยด้านบุคคลที่ดี เช่น ภาวะที่สมบุรณ์แข็งแรงหรือร่าเริง ความรู้สึกที่ภาคภูมิใจในการดูแลหลาน การรับรู้ภาระการดูแลระดับต่ำ รวมทั้งปัจจัยทางด้านสถานการณ์ที่เป็นแหล่งสนับสนุนเพียงพอ ได้แก่ การได้รับการช่วยเหลือหรือได้รับคำแนะนำด้านค่าใช้จ่ายด้านวัตถุดิบของ ด้านอารมณ์จากสมาชิกในครอบครัว ชุมชนหรือภาครัฐจะช่วยให้ผู้สูงวัยมีกำลังใจที่จะดูแลลูกหลาน สามารถจัดการกับความเครียดหรือเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสมนำไปสู่ภาวะสุขภาพจิตที่ดี เกิดความผาสุกในชีวิตตามมา

#### ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยในครั้งต่อไป

ในการศึกษาวิจัยผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลในเขตอำเภอเมืองซึ่งเป็นเขตตำบลที่อยู่ห่างจากชุมชนเมืองในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการเก็บข้อมูลในชุมชนที่แออัด เนื่องจากสภาพแวดล้อมอาจเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้สูงวัยในการเลี้ยงดูเด็กตามลำพังได้

#### เอกสารอ้างอิง

- [1] Waraporn Trakoolsarid. (2006), **Psychology of Adaptation**. 3<sup>rd</sup> edition.Bangkok :
- [2] Publishing Center for Academic Promotion, Thai Elderly Research and Development Institute Foundation and the College of Demography, Chulalongkorn University. (2012), **Annual report of Thai elderly situation 2011**.Bangkok : Phongphanit Chareonpon Ltd.
- [3] Kanchana Thianlai and Wannee Hutaphaed. (2015).**"Situation of Migrant Children in Skipped-generation Households in Thailand"**. The 11<sup>th</sup> National Conference on the topic of Population and Social Diversity in Thailand 2015 on July 1, 2015 Mahidol University.



- [4] Sukree Siriboon. (1999). **Mental health of the grandparents who are the primary caregivers of children aged 0-5 years in Kanthalalakdistict, Sriseket province.** Master of Science Thesis (Family Health), Faculty of Public Health, Mahidol University,
- [5] Duanghathai Yodthong, Acharaporn Seeherunwong, Wanna Kongsuriyanavin and Atittaya Pornchaikate Au-Yeong. (2014). "Correlation between Age, Caregiving Burden Feelings and Depressive Symptoms in Grandparents Rearing Their Grandchildren". **Thai Journal of Nursing Council**, 29(1), January-March, 108-121.
- [6] Karnjana Dechawattanakul. (2014). Where is my parent? [Online] from : <http://thailandunicef.blogspot.com/2014/07/blog-post.html> (20April 2017)
- [7] Prapaporn Manorath. (2013).The Elderly Who are Alone : Impact and Social Role and Care. **Boroma rajonani College of Nursing, Uttaradit Journal**, 5 (2), July-December.

