

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นมแม่ได้รับการยอมรับกันทั่วโลกว่าเป็นอาหารที่ดีที่สุดสำหรับทารก เพราะมีสารอาหารต่าง ๆ ครบตามที่ร่างกายทารกต้องการ ดังนั้นการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จึงเป็นวิธีที่เหมาะสมที่สุดในการให้อาหารทารก ซึ่งมีประโยชน์ทั้งต่อทารก มารดา ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ (Davidson, London, & Ladewig, 2008; Perry, Hockenberry, Lowdermilk, & Wilson, 2010; Pilliteri, 2010) องค์การอนามัยโลกแนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Exclusive Breastfeeding) 6 เดือน และหลังจากนั้นให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ควบคู่อาหารตามวัยจนอายุครบ 2 ปี หรือนานกว่านั้น (World Health Organization [WHO], 2010)

ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยกระทรวงสาธารณสุข มีนโยบายที่ชัดเจนในการดำเนินงานตามโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูก (Baby-friendly Hospital Initiative) ใช้บันได 10 ขั้นสู่ความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Ten Steps to Successful Breastfeeding) ยึดเป็นแนวปฏิบัติ โดยกำหนดเป้าหมายให้มีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน้อย 6 เดือน ให้ได้ร้อยละ 30 เมื่อสิ้นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) จากสถิติกระทรวงสาธารณสุขในปี พ.ศ. 2549 2551 และปี พ.ศ. 2552 พบว่ามีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือนร้อยละ 5.4 24.4 และ 29.6 ตามลำดับ (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2553 อ้างถึงใน สมพงษ์ สกลสิทธิ์ยาภรณ์, 2553) แม้ว่าสถิติดังกล่าวแสดงถึงแนวโน้มการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มขึ้น แต่พบว่าเป็นตัวเลขที่ลดลงมากเมื่อเทียบกับอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เมื่ออยู่โรงพยาบาล จากสถิติในปี พ.ศ. 2549 ร้อยละของมารดาที่ให้นมลูกวันแรกหลังคลอดร้อยละ 84.8 (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2553 อ้างถึงใน สมพงษ์ สกลสิทธิ์ยาภรณ์, 2553) ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องศึกษาวิธีส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่องเมื่อมารดากลับไปอยู่บ้านให้ดีขึ้นต่อไป

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าปัจจัยที่ทำให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นมีทั้งปัจจัยทางด้านตัวมารดา ทารก สังคมสิ่งแวดล้อมและนโยบาย แต่ปัจจัยที่สำคัญที่สุด คือจากตัวมารดาเกี่ยวกับความเชื่อมั่นหรือการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังเช่น การทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของ Meedya, Fahy, and Kable (2010) พบว่า การรับรู้สมรรถนะแห่งตนเป็นปัจจัยด้านบวกที่มีอิทธิพลต่อระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานขึ้น ทั้งนี้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกส่วนมากยังขาดประสบการณ์ ทำให้ไม่

มั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มีการรับรู้อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และมีพฤติกรรม การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่ถูกต้อง (ศิริวรรณ ทุมเชื้อ และวันเพ็ญ กุลนริศ, 2549) นอกจากนี้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก โดยเฉพาะในระยะ 4 สัปดาห์แรกหลังคลอดนั้นถือเป็นระยะวิกฤตที่สุดของการปรับตัว ซึ่งมารดาต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงเพื่อปรับบทบาทการเป็นมารดา ที่จะต้องเลี้ยงดูบุตร (Davidson et al., 2008) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นบทบาทหนึ่งของมารดาในการเลี้ยงดูบุตร หากได้รับการช่วยเหลือที่เหมาะสมจะทำให้มารดามีความมั่นใจในความสามารถของตนที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือรับรู้สมรรถนะแห่งตน จะส่งผลให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกมีพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง และมีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ยาวขึ้น

ปัจจัยสำคัญอีกประการที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือ ทักษะคิดต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กล่าวคือ การมีทักษะคิดที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำเร็จ (Zainal, Isaranurug, Nanthamongkolckai, & Voramongol, 2004) ทักษะคิดต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว (Cernadas, Noceda, Barrera, Martinez, & Garsd, 2003) แต่หากมารดามีทัศนคติไม่ดีหรือมีเจตคติที่ไม่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทำให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ไม่นานเมื่อจำหน่ายกลับบ้าน เช่น มารดารับรู้ว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องยาก มีนมผสมที่เป็นทางเลือกที่ดีกว่า (Barber, Abernathy, Steinmetz, & Charlebois, 1997; Bick, Mac, & Lancashire, 1998) และมีความรู้สึกว่าการป้อนนมด้วยขวดง่ายกว่า สะดวกสบายกว่า ไม่มีปัญหาตอนไปทำงาน ใครก็ป้อนนมลูกได้ ที่สำคัญไม่เจ็บหัวนม (Dennis, 2002; Khoury, Moazz, Jarjoura, Carothers, & Hinton, 2005; Losch, Dungy, Russell, & Dusdeiker, 1995) การส่งเสริมให้มารดารู้ ตื่น เบิกบาน ปราศจากความขุ่นมัว หรือมีจิตประภัสสร (แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด, 2554) เมื่อมารดามีจิตเบิกบานกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ มารดามีจิตสงบไม่เครียด สอริมนออกซิโทซินหลังส่งผลต่อการไหลของน้ำนม (Perry et al., 2010) ที่สำคัญจิตประภัสสรเป็นเรื่องของคนทุกคนทุกวัย และควรอยู่ในวงจรชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย (แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด, 2554) ที่ผ่านมายังไม่มีงานวิจัยเกี่ยวกับการนำจิตประภัสสรไปใช้ส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นการส่งเสริมทัศนคติที่ดีในวิชาชีพพุทธ คือ การใช้จิตประภัสสรน่าจะทำให้มารดา มีพฤติกรรมเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง และระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยาวนาน

ประการสุดท้ายปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอดเมื่อมารดากลับไปบ้านคือ การได้รับการยอมรับ และการช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัว จากการศึกษาพบว่า การช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัวมี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับระยะเวลาของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ภัสรา หากุลลาบ และนันทนา ธนาโนวรรณ, 2552) ดังเช่น Chaemsai (2007) ศึกษาผลของการมีส่วนร่วมของสามีในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่ามารดาคนที่สามีมีส่วนร่วมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนานกว่า และมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่า ในทางตรงกันข้าม ถ้าสมาชิกในครอบครัวไม่เห็นด้วยกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือมีทัศนคติที่ไม่ดีกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในระยะหลังคลอดถึงแม้ได้รับนมแม่ไปแล้วมักได้นมผสมสลับนมแม่ตั้งแต่ 1-2 สัปดาห์แรกหลังคลอด การกระทำดังกล่าวมักได้อิทธิพลจากสมาชิกในครอบครัว (อรทัย บัวคำ, นิตยา สีนสุกใส, เขียวลักษณ์ เสรีเสถียร และกรรณิการ์ วิจิตรสุคนธ์, 2550) จะเห็นได้ว่าการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จได้นั้น การให้ข้อมูลกับมารดาหลังคลอดฝ่ายเดียวนั้นไม่เพียงพอ จึงจำเป็นต้องนำครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมด้วย

โรงพยาบาลพุทธโสธรได้ดำเนินงานส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตามโครงการสายสัมพันธ์แม่-ลูก และผ่านการประเมินเป็นโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูกในปี พ.ศ. 2537 ผ่านการประเมินซ้ำในปี พ.ศ. 2547 และในปี พ.ศ. 2552 ผ่านการประเมินโครงการสายใยรักแห่งครอบครัวระดับทอง เนื่องจากโรงพยาบาลพุทธโสธร ได้ดำเนินงานส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง โดยหน่วยฝากครรภ์เน้นการประเมินและแก้ไขปัญหาลูกหวนนม ลานนมที่ผิดปกติและดำเนินการแก้ไขความผิดปกติให้สำเร็จก่อนคลอด ในห้องคลอดให้ลูกได้ดูดนมแม่ทันทีหลังคลอด และในระยะหลังคลอดได้มีการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียรร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดสำหรับมารดาเป็นรายบุคคลเมื่อรับย้ายมาจากห้องคลอด โดยมีการประเมินลักษณะเต้านม หัวนม การไหลของน้ำนม และการให้นมบุตร มีการจัดมารดาทุกคนเข้ารับคำแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดเป็นรายกลุ่มและติดตามเยี่ยมทางโทรศัพท์ในสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 2 หลังคลอด จากสถิติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวของโรงพยาบาลพุทธโสธรก่อนจำหน่ายมารดากลับบ้าน พบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร้อยละ 98 และเมื่อ 6 เดือนหลังคลอด พบว่าอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลงอย่างมากเป็นร้อยละ 18.22, 31.42 และ 34.4 ในปี พ.ศ. 2550, 2551 และ 2552 ตามลำดับ (หน่วยหลังคลอดสามัญ, 2550)

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีทั้งการศึกษาทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ แต่ยังพบอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลงเมื่อมารดากลับบ้าน งานวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระยะหลังคลอดที่ผ่านมายังไม่ครอบคลุมการส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนการส่งเสริมทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยจิตประภัสสร และการส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วม ที่สำคัญแนวคิดครอบครัวมีส่วนร่วมยังมีน้อยและไม่มีรูปแบบที่ชัดเจน

ผู้วิจัยคาดหวังการนำแนวคิดดังกล่าวมาสร้างโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก เพื่อให้มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องและมีระยะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนในช่วงระยะ 4 สัปดาห์หลังคลอด ซึ่งเมื่อผ่านระยะนี้ไป ได้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระยะต่อไปเป็นการง่ายสำหรับมารดา ซึ่งส่งผลให้มารดาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยาวนาน 6 เดือนสำเร็จตามเป้าหมายของประเทศ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกต่อระยะเวลาและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในช่วงระยะเวลา 4 สัปดาห์หลังคลอด

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อเปรียบเทียบระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวยระหว่างกลุ่มมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ระหว่างกลุ่มมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่กับกลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

สมมติฐานของการวิจัย

1. มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ามารดาที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ
2. มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกที่ได้รับ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สูงกว่ามารดาที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกต่อระยะเวลาและพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยประชากรเป้าหมายในการศึกษาครั้งนี้ คือ มารดาหลังคลอดบุตรคนแรก ซึ่งรับบริการที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธร จังหวัดฉะเชิงเทรา ในช่วงเดือนพฤษภาคม ถึง เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2554 จำนวน 60 ราย โดยแบ่งมาเป็นกลุ่มควบคุม 30 ราย และกลุ่มทดลอง 30 ราย

ตัวแปรที่ศึกษา

การวิจัยนี้มีตัวแปรต้นและตัวแปรตาม ดังนี้

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก

ตัวแปรตาม คือ ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวน (ในช่วง 4 สัปดาห์หลังคลอด ซึ่งนับเป็นจำนวนวัน) พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นิยามศัพท์เฉพาะ

โปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรก หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริม ให้มารดาหลังคลอดบุตรคนแรกมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้องและยาวนานประกอบด้วย 1) การส่งเสริมให้มารดาเรียนรู้สมรรถนะแห่งตนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการฝึกทักษะ การใช้ตัวแบบกระตุ้น การพูดคุย และ การกระตุ้นทางอารมณ์ 2) การส่งเสริมทัศนคติที่ดีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยจิตประภัสสร คือ การมีสติอยู่กับปัจจุบันขณะ สภาวะจิตที่รู้ ตื่น เบิกบาน ปราศจากความขุ่นมัว และ 3) ส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการจัดสิ่งแวดล้อมที่อำนวยความสะดวกแก่มารดาและลูก แบ่งเบาภาระงาน พัฒนาบทบาทบิดามารดา อยู่ช่วยเหลือในขณะที่ยังให้นมลูก และการให้ความรักและกำลังใจ โดยโปรแกรมนี้จะเริ่มเมื่อวันแรกและวันที่สองหลังคลอด หลังจากนั้น โทรศัพท์ติดตามเยี่ยมให้คำปรึกษามารดาและครอบครัวทางโทรศัพท์ในระยะเวลาสัปดาห์ที่ 1 และสัปดาห์ที่ 2 หลังคลอด

การพยาบาลตามปกติ หมายถึง กิจกรรมการพยาบาลประจำที่หน่วยหลังคลอด โรงพยาบาลพุทธโสธรปฏิบัติต่อมารดาตามโครงการโรงพยาบาลสายสัมพันธ์แม่-ลูก โดยมีการสอนเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดเป็นรายบุคคลเมื่อรับย้ายมาจากห้องคลอด มีการประเมินลักษณะเต้านม หัวนม การไหลของน้ำนม และการให้นมบุตร มีการให้คำแนะนำการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ร่วมกับคำแนะนำการปฏิบัติตัวหลังคลอดเป็นรายกลุ่ม เน้นมารดาให้สามารถให้นมบุตรได้ก่อนกลับบ้าน โดยประเมินจาก Latch Score และให้คำปรึกษามารดาทางโทรศัพท์ในระยะเวลา 1 และ 2 สัปดาห์หลังคลอด

ระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง ระยะเวลาที่มารดาหลังคลอดบุตรคนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวซึ่งรวมการให้บุตรคนแรกจากเต้านมมารดา หรือ บุตรคนแรกแม่ที่บีบเก็บไว้ โดยป้อนด้วยแก้ว ถ้วย หรือช้อน โดยนับระยะเวลาเป็นวันในช่วงระยะ 4 สัปดาห์แรกหลังคลอด

พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หมายถึง การปฏิบัติของมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกในการให้นมตนเองแก่บุตร เกี่ยวกับวิธีการในการให้นมบุตร รวมถึงการบีบ และเก็บน้ำนม โดยวัด

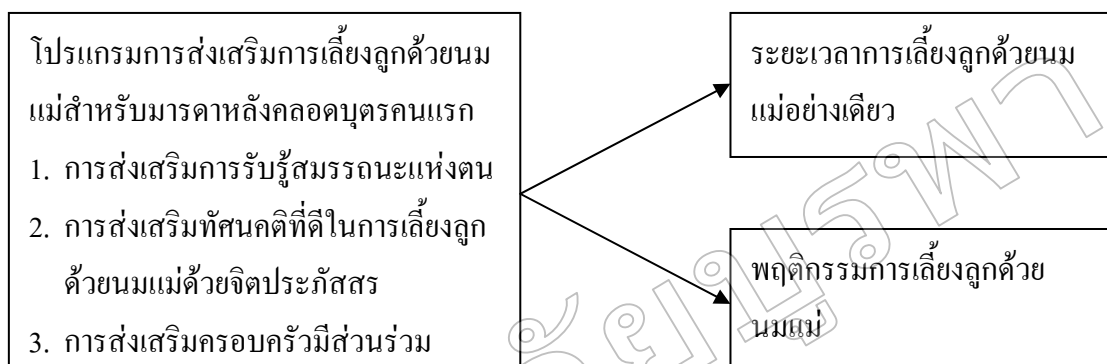
จากแบบประเมินพฤติกรรมการเล่นลูกด้วยนมแม่ของมารดา ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม

กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมการเล่นลูกด้วยนมแม่สำหรับมารดาหลังคลอดบุตรคนแรกในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1977) การส่งเสริมทัศนคติที่ดีด้วยจิตประภัสสร (แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด, 2554) และการมีส่วนร่วมของครอบครัวตามแนวคิดของ Pontes, Osorio, and Alexandrino (2009) มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย

การเล่นลูกด้วยนมแม่ เป็นบทบาทหนึ่งของมารดาในระยะหลังคลอด โดยเฉพาะมารดาครรภ์แรกไม่เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับการเล่นลูกด้วยนมแม่มาก่อน ถ้าหากมารดาไม่สามารถตอบสนองความต้องการของทารก เนื่องจากไม่มั่นใจ ขาดการเรียนรู้สมรรถนะแห่งตนในการเล่นลูกด้วยนมแม่ มีทัศนคติที่ไม่ดีกับการเล่นลูกด้วยนมแม่ และขาดการสนับสนุนในการเล่นลูกด้วยนมแม่จากสมาชิกในครอบครัวเอง ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิด ก็จะทำให้มารดาไม่สามารถเล่นลูกด้วยนมแม่ต่อไปได้หรือได้ไม่นาน การส่งเสริมการเรียนรู้สมรรถนะแห่งตนนั้นเกิดจากการเรียนรู้ข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ 4 แหล่ง ดังนี้ 1) จากประสบการณ์หรือการกระทำที่ประสบผลสำเร็จด้วยตนเอง 2) การสังเกตตัวแบบหรือการสังเกตประสบการณ์ของผู้อื่น 3) การได้รับคำแนะนำหรือการชักจูงด้วยคำพูด และ 4) การกระตุ้นทางอารมณ์ให้เกิดความรู้สึกทางบวก (Bandura, 1977) การเล่นลูกด้วยนมแม่เป็นการเรียนรู้อย่างหนึ่งของมารดา อาจทำให้มารดาเครียด ที่เกิดจากการปรุงแต่งอารมณ์ แม้บางครั้งเหตุการณ์ต่าง ๆ ยังมาไม่ถึงหรือผ่านไปแล้ว การส่งเสริมให้มารดามีการเจริญสติอยู่กับปัจจุบันขณะ รู้ ตื่น เบิกบาน ปราศจากความขุ่นมัว ไม่จมอยู่ในอารมณ์ใด ๆ หรือมีจิตประภัสสร (แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด, 2554) ทำให้มารดาสงบไม่เครียด ฮอว์โมนออกซิโทซินหลังส่งผลต่อการไหลของน้ำนม (Perry et al., 2010)) เมื่อมีน้ำนมเพียงพอทำให้มารดามั่นใจ และเล่นลูกด้วยนมแม่วานานขึ้น (Otsuka, Dennis, Tatsuoka, & Jimba, 2008) นอกจากนี้การมุ่งช่วยเหลือแก่มารดาเพียงฝ่ายเดียวนั้น ไม่อาจทำให้มารดาเล่นลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จถ้าหากครอบครัวไม่ให้การสนับสนุนส่งเสริมในการเล่นลูกด้วยนมแม่ ดังนั้นการส่งเสริมการเล่นลูกด้วยนมแม่แก่ครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญ โดยมุ่งเน้นให้เห็นความสำคัญของการเล่นลูกด้วยนมแม่ และการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้มารดาเล่นลูกด้วยนมแม่ ตามแนวทางดังนี้ 1) จัดสิ่งแวดล้อมที่อำนวยความสะดวกแก่มารดาและทารก 2) แบ่งเบาภาระงาน 3) พัฒนาบทบาทความเป็นบิดามารดา และ 4) อยู่ในขณะมารดาให้นมบุตร (Pontes et al., 2009) การวิจัยครั้งนี้เชื่อว่า เมื่อมารดาเรียนรู้สมรรถนะแห่งตน มีทัศนคติที่ดีต่อการเล่นลูกด้วยนมแม่ และครอบครัวมีส่วนร่วม จะสามารถทำให้มารดามี

พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ถูกต้อง และมีระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ยาวนานขึ้นซึ่งสามารถเขียนเป็นกรอบแนวคิดได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย