# บทที่ 1
# บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การใช้ความรุนแรงต่อผู้หญิงเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในทุกสังคม นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นประเทศตะวันตกหรือตะวันออก ผู้หญิงที่ถูกทารุณกรรมส่วนใหญ่ ความรุนแรงที่เกิดขึ้นมีจุดเริ่มต้นมาจากบุคคลภายในบ้าน และสมาชิกในครอบครัวของผู้หญิงเองโดยพบมากว่าเป็นสามีหรือคนรักเป็นผู้กระทำ (Heise et al, 1999; Reeder et al, 1997 อ้างถึงใน กฤติยา อาชวนิจกุล และคณะ, 2544) ผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรงจะมีผลกระทบทางด้านจิตใจมากที่สุด (นิจวรรณ วีระวัฒโนดม, 2540) ทำให้สุขภาพจิตเสื่อมได้

มนุษย์เป็นทรัพยากรที่มีค่า บุคคลที่มีสุขภาพทางกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศในอนาคต เพราะบุคคลเหล่านี้จะเป็นผู้ที่รู้จักใช้ศักยภาพและความสามารถในตนเองออกมาใช้ในทางที่สร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ให้เกิดแก่ตนเองและสังคมได้ ด้วยเหตุนี้ปัญหาทางด้านสุขภาพจิตของประชาชน จึงเป็นปัญหาที่ทุกประเทศให้ความสนใจ ดังจะเห็นได้จาก มาสโลว์ (Maslow, 1954) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การปราศจากอาการที่แสดงถึงการไร้ความสามารถและเป็นทุกข์ ซึ่งกีดกันประสิทธิภาพของสมอง ความมั่นคงทางอารมณ์ หรือความสงบของจิตใจ ดังที่ องค์การอนามัยโลก (WHO, 1976, หน้า 40) กล่าวว่า สภาพจิตใจ ที่เป็นสุขสามารถมีสัมพันธภาพและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่นไว้ได้อย่างราบรื่น สามารถทำตนให้เป็นประโยชน์ได้ ภายใต้ภาวะ สิ่งแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางสังคมและลักษณะความเป็นอยู่ในการดำรงชีวิต วางตัวได้อย่างเหมาะสมในสังคมปราศจากอาการของโรคจิต นอกจากนี้ สมประสงค์ โอวาทกา และฉวีวรรณ สัตยธรรม (2541, หน้า 47 อ้างถึงใน กาญจนา ไทยเจริญ, 2543) มีความเห็นสอดคล้องกับองค์การอนามัยโลกที่ว่า สุขภาพจิตที่ดี คือ ภาวะที่บุคคลมีความพึงพอใจกับสภาพที่ ตนเอง ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการกระทำต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้ที่อยู่รอบตัวมีความสุข อบอุ่น ยอมรับผู้อื่น เป็นตัวของตัวเอง พร้อมที่จะเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้โดยไม่ท้อแท้ ใช้สติปัญญาอย่างสุขุม เพื่อแก้ไขปัญหามากกว่าใช้อารมณ์ และคิดถึงประโยชน์ในระยะยาวมากกว่าเฉพาะหน้าจากความหมายดังกล่าวมาแล้วข้างต้น สรุปได้ว่า บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม มีสมรรถภาพในการทำงานอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข พึงพอใจในชีวิตของตนเอง รู้จักแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม กล้าเผชิญความจริงต่าง ๆ ได้ มีอารมณ์มั่นคง มีความรู้สึกว่าตนเองมีค่าทั้ง

ต่อตนเองและผู้อื่นมาก

ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงส่วนใหญ่ได้มาจากรายงานการวิจัย นิจวรรณ วีระวัฒโนดม (2540, หน้า 6) ผู้ถูกกระทำรุนแรงจะได้รับบาดเจ็บและ มีอาการเจ็บปวดเรื้อรัง (Chronic Pain) เกิดอาการซึมเศร้า รู้สึกอยากฆ่าตัวตาย รู้สึกถูกเหยียดหยามขาดความไว้วางใจ ไม่มีพัฒนาการในเรื่องของความใกล้ชิดในชีวิต มูลนิธิผู้หญิง (2532, หน้า 5) ได้ให้ความหมายของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงคือ การทำร้ายร่างกายและจิตใจให้แก่หญิงคู่รักที่มีความสัมพันธ์ฉันท์สามีภรรยา โดยรูปแบบและระดับความรุนแรงที่ต่างกันตั้งแต่การทะเลาะโต้เถียงไปจนถึงการทำร้ายร่างกายด้วยอวัยวะหรืออาวุธ และรุนแรงถึงการทำลายชีวิต คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ (2544, หน้า 1) ได้ให้ความหมายของความรุนแรงต่อสตรีในลักษณะที่คล้ายกันว่าคือ การกระทำใด ๆ ที่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลทั้งทางกาย และจิตใจ โดยการบังคับขู่เข็ญ ทำร้ายทุบตี ดุกคาม จำกัด กีดกันเสรีภาพทั้งในที่สาธารณะและในการดำเนินชีวิตส่วนตัว ซึ่งเป็นผลหรืออาจจะเป็นผลให้เกิดความทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจแก่ผู้ถูกกระทำ

กฤตยา อาชวนิจกุลและคณะ (2544, หน้า 6) ศึกษาพบว่า ผู้หญิงไทยประสบปัญหาเคยถูกกระทำรุนแรงโดยสามีหรือคนรัก โดยร้อยละ 28 เคยถูกกระทำรุนแรงทางกาย จากการศึกษาของบุศรินทร์ คล่องพยาบาล (2542, หน้า 4) พบว่ากลุ่มตัวอย่างภรรยาจำนวน 337 คน ถูกทำร้ายโดยสามีร้อยละ 87.5 มีลักษณะการถูกทำร้ายด้านจิตใจ มากที่สุดถึงร้อยละ 85.5 และจากการศึกษาของดลนภา หงษ์ทอง (2542, หน้า 6) พบว่ากลุ่ม ตัวอย่างผู้หญิงจำนวน 350 คน ถูกกระทำรุนแรงจากสามีเป็นส่วนมากถึงร้อยละ 82.8 โดยระดับการถูกกระทำรุนแรงอยู่ในระดับต่ำ การกระทำรุนแรงจากสามีที่พบมากที่สุด คือ การถูกตะคอก ตะโกนเสียงดังใส่เวลาโกรธ จากการศึกษาในเรื่องของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงมีผลกระทบทางด้านสุขภาพจิตใจ ในผู้หญิงที่ถูกทำร้ายร่างกาย สามารถพบได้ในทุกระดับการศึกษา ระดับอาชีพ ประกอบด้วยอาชีพกรรมกร หรืออาชีพรับจ้างทั่วไป ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ และสามีมักจะควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ มักใช้อวัยวะในร่างกายทำร้ายร่างกาย เช่น เตะ ต่อย ทุบตี ส่งผลกระทบถึงทางด้านสุขภาพจิตจนกลายเป็นปัญหาสังคมอีกอย่างหนึ่ง ในปัจจุบันโรคสุขภาพจิตกำลังระบาดทั่วโลก ในลักษณะของความวิตกกังวล ความระแวง ความไม่มั่นคงในการดำเนินชีวิต สาเหตุให้เกิดผลกระทบต่อภาวะจิตใจ ทั้งปัญหาส่วนตัว ปัญหาครอบครัว และปัญหาสังคม

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เป็นกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาใช้เทคนิคกระบวนการของกลุ่มช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีวุฒิภาวะที่เหมาะสม ให้ตนเองรู้จักใช้ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เชื่อมั่นที่จะพึ่งพาตนเองมากกว่าจะคอยคิดพึ่งพาผู้อื่น และให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ

ในสิทธิและหน้าที่ของตน รับผิดชอบต่อความต้องการของตนที่จะตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้ในชีวิต และพยายามควบคุมตนเอง หรือฟันฝ่าอุปสรรคและแก้ปัญหาที่จะทำให้เป้าหมายนั้นเป็นจริง พิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริง และรู้จักประเมินสิ่งที่ถูกและผิด ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาได้อย่างชัดเจน (Corey, 1991) และจากการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงมีผลกระทบทางด้านสุขภาพจิตและมีการเจ็บปวดเรื้อรัง มักมีปัญหาทางด้านอารมณ์ อีกวิธีหนึ่งที่น่าจะช่วยพัฒนาสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงได้ นั่นคือ การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ เป็นกระบวนการที่กระตุ้นให้บุคคลเข้าใจ การรู้เท่าทันอารมณ์ของตนและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และเสริมสร้างสุขภาพจิต เพื่อช่วยให้เข้าใจผู้อื่นและสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี มีมนุษย์สัมพันธ์สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาและทำการทดลองถึงผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่มาพัก ณ สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีหรือโดยทั่วไปรู้จักในนามบ้านพักฉุกเฉินดอนเมือง เพราะเป็นการบำบัดและพัฒนาสุขภาพจิต ให้มีสุขภาพจิตที่ดี สามารถปรับตัว และสามารถใช้ศักยภาพในตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นการยอมรับข้อจำกัด และเปิดโอกาสให้ได้ปรับปรุงตนเอง ตระหนักรู้ในอารมณ์ของตน มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม พร้อมที่จะก้าวออกไปสู่การดำรงชีวิตประจำวันข้างนอกได้อย่างปกติสุข

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง

## ประโยชน์ของการวิจัย

ผู้ที่ทำหน้าที่ด้านการให้คำปรึกษา สามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแก่ผู้รับการปรึกษาผู้หญิงที่มีประวัติถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตจากผลกระทบของการถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง และนำผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และการฝึกความฉลาดทางอารมณ์เป็นแนวทางพัฒนาด้านคุณภาพชีวิตและสุขภาพจิต เพื่อเป็นการฟื้นฟูสภาพจิตใจและเป็นการส่งเสริมสุขภาพจิต ตลอดจนเป็นแนวทางให้บุคลากรของหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง นำไปประยุกต์ ใช้ในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ที่มี

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ปัญหาอื่น ๆ ได้

## สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

2. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองแตกต่างกัน

3. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลแตกต่างกัน

4. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

5. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

6. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

7. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

8. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

9. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

## ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ ที่มีต่อสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่มีประวัติการถูกกระทำทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ที่มีอายุระหว่าง 18 – 35 ปี ซึ่งอยู่ในระหว่างมาพัก ณ สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ช่วงเดือน ตุลาคม ถึง พฤศจิกายน 2548

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่มีประวัติ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

การถูกกระทำทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งอยู่ในระหว่างมาพัก ณ สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ช่วงเดือน ตุลาคม ถึง พฤศจิกายน 2548 จำนวน 100 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ของสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี (บ้านพักฉุกเฉินดอนเมือง) ที่มีคะแนนสุขภาพจิตตามเกณฑ์ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย ระดับต่ำกว่า 121 คะแนน และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 12 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 6 คน

## ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ

1. วิธีการทดลอง แบ่งเป็น 2 วิธี
   1.1 การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
   1.2 การฝึกความฉลาดทางอารมณ์
2. ระยะเวลา ได้แก่
   2.1 ระยะก่อนการทดลอง
   2.2 ระยะหลังการทดลอง
   2.3 ระยะติดตามผล
3. ตัวแปรตาม คือ สุขภาพจิต

## นิยามศัพท์เฉพาะ

**1. การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง** หมายถึง กระบวนการที่ผู้รับคำปรึกษาได้มีวุฒิภาวะที่เหมาะสม โดยให้ตนเองรู้จักใช้ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เชื่อมั่นที่จะพึ่งพาตนเองมากกว่าจะคอยคิดพึ่งพาผู้อื่น และให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจในสิทธิและหน้าที่ของตน รับผิดชอบต่อความต้องการของตนที่จะตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้ในชีวิต และพยายามควบคุมตนเอง หรือฟันฝ่าอุปสรรคและแก้ปัญหาที่จะทำให้เป้าหมายนั้นเป็นจริง

**2. การฝึกความฉลาดทางอารมณ์** หมายถึง กระบวนการในการฝึกทักษะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เป็นสื่อกระตุ้นให้มีความเข้าใจ และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม เป็นการเสริมแรงหรือเป็นแรงจูงใจให้เพื่อบรรลุการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น สามารถบริหารอารมณ์ของตนได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ และสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี มีมนุษย์สัมพันธ์ดี สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างสร้างสรรค์ มีความสุขและประสบความสำเร็จโดยฝึกตามวิธีที่ผู้วิจัยเป็นผู้กำหนด เพื่อบรรลุองค์ประกอบทั้ง 5 ข้อ คือ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2.1 ความสามารถในการตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง รู้จักและเข้าใจอารมณ์และความ รู้สึกของตนเอง การที่บุคคลสามารถตระหนักรู้ เข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้นั้น จะช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเองและสามารถจัดการกับปัญหาที่เข้ามากระทบกระเทือนอารมณ์ความรู้สึกได้อย่างมีสติ ซึ่งบุคคลส่วนใหญ่มักละเลยไม่ใส่ใจ และไม่ตระหนักรู้ในอารมณ์และความรู้สึกของตน โดยเฉพาะในแง่ลบ จึงทำให้บุคคลไม่สามารถจัดการและแก้ไขปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 ความสามารถในการแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและความเชื่อของตนเอง การให้สมาชิกได้แสดงอารมณ์และความรู้สึกของตนต่อกันและกันออกมา จะช่วยให้สมาชิกได้ฝึกฝนในเรื่องของการแสดงอารมณ์และความรู้สึก เพราะการแสดงอารมณ์และความรู้สึกนั้นจะเป็นพื้นฐานของความเชื่อมั่นในตนเอง พฤติกรรมกล้าแสดงออกอีกทั้งยังช่วยให้บุคคลได้ผ่อนคลายและทำให้คนอื่นได้รับรู้และเข้าใจในอารมณ์และความรู้สึกของเราได้อีกด้วย

2.3 ความสามารถเคารพศักดิ์ศรีของตนเอง สามารถตระหนักรู้คุณค่าและยอมรับในศักดิ์ศรีของตนเอง การเห็นคุณค่า ความเก่ง และความดีของตนเองและผู้อื่น ทำให้ทุกคนมีกำลังใจที่จะก้าวต่อไปในชีวิต สามารถมองเห็นศักดิ์ศรีและความมีคุณค่าของกันและกัน

2.4 ความสามารถในการรู้จักและเข้าใจศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ศักยภาพของบุคคลนั้นถือได้ว่ามีอยู่ในตัวของบุคคลทุกคนอยู่แล้ว อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกัน เพียงแต่บุคคลจะรู้ตัวหรือไม่ว่าตนเองมีศักยภาพด้านใด แค่ไหน ดังนั้นการกระตุ้นให้บุคคลตระหนักในศักยภาพของตนเองบางครั้งอาจมีความจำเป็น บางคนอาจใช้การกระตุ้นเพียงเล็กน้อย ในขณะที่บางคนอาจต้องอาศัยการกระตุ้นมากกว่าหรือหลายอย่างกว่า แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นการที่บุคคลสามารถตระหนักรู้ในศักยภาพของตนเอง ก็จะทำให้บุคคลดึงศักยภาพนั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ดียิ่งขึ้น

2.5 การมีความรู้สึกอิสระ มีอารมณ์ความรู้สึกที่แสดงถึงความเป็นตัวของตัวเอง มีอิสระทางความคิดในการตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และไม่มีความยุ่งยากใจในการตัดสินใจด้วยตนเอง การมีความรู้สึกอิสระที่สามารถแสดงความเป็นตัวของตัวเอง การมีอิสระในการตัดสินใจด้วยตนเองและการแสดงออกถึงความเป็นตัวของตัวเอง โดยปราศจากความยุ่งยากใจนั้น เป็นพื้นฐานของการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกของบุคคล ตลอดจนการมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยปราศจากการควบคุมหรือบีบบังคับจากอิทธิพลภายนอก การที่บุคคลติดยึดกับรูปแบบ การควบคุม คำสั่ง หรือระบบระเบียบที่ไม่สมเหตุสมผลสิ่งเหล่านี้จะเปรียบเสมือนตัวที่คอยกีดขวางความเป็นตัวของตัวเอง อันจะส่งผลให้เกิดความลำบาก ยุ่งยากใจ และขาดความเป็นตัวของตัวเองในการดำเนินชีวิต

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

**3. สุขภาพจิต** หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ ภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

**4. การถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง** คือ พฤติกรรมที่ผู้หญิงถูกกระทำทั้งทางด้านร่างกาย เช่น การผลัก ตบ ตี ต่อย ทุบ กระทืบ เตะ กระชาก บีบคอ หรือการจี้ด้วยของร้อน เป็นต้น และทางด้านจิตใจ เช่น การพูดจาดูถูก การพูดจาประชดประชัน การพูดข่มขู่ การทำให้ขายหน้า รวมถึงการบังคับไม่ให้คบกับคนอื่น เป็นต้น

**5. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง** หมายถึง ผู้หญิงที่ถูกทำร้ายทางด้านร่างกายและทางด้านจิตใจเป็นผู้หญิงที่มีอายุ 18 – 35 ปี

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University