

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

1. วัยรุ่นและแนวคิดของวัยรุ่น
2. สถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้
3. ความเข้มแข็งในการมองโลก

วัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่นหรือ Adolescence มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า Adolescere หมายถึง การเจริญเติบโตหรือการเจริญเติบโตสู่วุฒิภาวะ ซึ่งการที่เด็กจะบรรลุถึงการมีวุฒิภาวะนั้น จำเป็นต้องมีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ไปพร้อม ๆ กัน (พัชร โชติภพพงศ์, 2547) โดยได้มีการให้ความหมายของวัยรุ่นแตกต่างกัน ดังนี้

องค์การอนามัยโลกให้คำจำกัดความว่า วัยรุ่น เป็นบุคคลที่มีอายุอยู่ระหว่าง 10 – 19 ปี มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ มีพัฒนาการด้านร่างกาย โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศจนมีวุฒิภาวะทางเพศอย่างสมบูรณ์ พัฒนาการด้านจิตใจ โดยเป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ และการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม โดยเปลี่ยนจากการพึ่งพาครอบครัวมาเป็นผู้ที่สามารถประกอบอาชีพ และมีรายได้เป็นของตนเอง มีสิทธิทางกฎหมายในด้านต่าง ๆ เช่น ในประเทศกำหนดให้บุคคลตั้งแต่อายุ 18 ปีขึ้นไป ใช้สิทธิในการออกเสียงเลือกตั้งได้ และหากมีการกระทำผิดจะต้องมีการขึ้นศาลผู้ใหญ่ ไม่ใช่ศาลเด็กและเยาวชน เป็นต้น (สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2551)

ฟรีดแมน (Feldman, 2008) กล่าวว่า วัยรุ่น คือ ช่วงเวลาของชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย การรับรู้ บุคลิกภาพ และสังคม เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วกว่าช่วงอื่น ๆ ของชีวิต ยกเว้นในวัยทารก

การเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นไม่สามารถบอกได้อย่างชัดเจน ว่าควรกำหนดเมื่ออายุเท่าใด เพราะการพัฒนาเพื่อเข้าสู่ความเป็นวัยรุ่นของเด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ตามทฤษฎีจิตสังคมของอีริกสัน (Erikson, 1968 อ้างถึงใน พัทรี โชติภพพงศ์, 2547) กล่าวว่า บุคคลจะเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นเมื่อ

อายุ 12 ปี ขณะที่สตีเวนเบิร์กและแซนทรอก (Steinberg, & Santrock, 1968 อ้างถึงใน กัลยา นาคเพ็ชร, จุไร อภัยจิรรัตน์ และสมพิศ ไชยสุน, 2548) ระบุว่าบุคคลจะเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นตอนต้นเมื่อมีอายุ 11 ปี และ WHO (สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์, 2551) กำหนดว่าเด็กจะเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นเมื่อมีอายุ 10 ปี สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ชัดช่วงเวลาการเข้าสู่วัยรุ่นตามหลักของ WHO โดยเริ่มเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นเมื่ออายุ 10 ปี และสิ้นสุดการเป็นวัยรุ่นเมื่ออายุ 19 ปี และแบ่งวัยรุ่นออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีอายุน้อยกว่า 15 ปี และมีอายุเท่ากับหรือมากกว่า 15 ปี โดยใช้เกณฑ์การแบ่งตามพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2542 ซึ่งระบุว่าเด็กไทยทุกคนต้องทำบัตรประจำตัวประชาชนเมื่อมีอายุครบ 15 ปีบริบูรณ์

พัฒนาการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ระหว่างการเจริญเติบโตจากความเป็นเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ จึงมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อย่างรวดเร็ว แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ

1. พัฒนาการด้านร่างกาย ในช่วงของวัยรุ่นตอนต้นจะมีการเพิ่มของส่วนสูง และน้ำหนักอย่างชัดเจน โดยวัยรุ่นหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงเร็วกว่าวัยรุ่นชายประมาณ 2 ปี (เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์, 2550) แต่เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เพศชายจะมีการเพิ่มของส่วนสูงที่เร็วกว่า และมีการสะสมของกล้ามเนื้อและก้างกระดูกที่มากกว่า ในขณะที่วัยรุ่นหญิงมีการสะสมของไขมันได้ผิวหนังเพิ่มขึ้น นอกจากนี้จะมีการเจริญเติบโตทางเพศ โดยวัยรุ่นหญิงจะมีสเปกผายออก มีเต้านม มีประจำเดือน มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศและรักแร้ ส่วนวัยรุ่นชายจะมีการหลั่งอสุจิเป็นครั้งแรก นมแตกพาน เสียงเริ่มแตกห้าว มีหนวดเครา มีขนตามแขนขามากขึ้นรวมทั้งบริเวณอวัยวะเพศและรักแร้ (กัลยา นาคเพ็ชร และคณะ, 2548) จึงทำให้วัยรุ่นหญิงมีความวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายมากกว่าวัยรุ่นชาย (ประเสริฐ สุวรรณศรี, 2544) เป็นผลให้มีโอกาสเรียนรู้และปรับตัวได้น้อยกว่า แต่อย่างไรก็ตามในช่วงของวัยรุ่นนี้ ถือเป็นวัยที่มีพลังงานในร่างกายสูงมาก และมีความพร้อมในการนำไปใช้ทำกิจกรรมต่าง ๆ แต่หากวัยรุ่นต้องได้รับผลกระทบทางด้านร่างกายจากสถานการณ์ความไม่สงบ เช่น ได้รับบาดเจ็บหรือพิการ จะทำให้วัยรุ่นสูญเสียโอกาสในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ไม่สามารถดูแลตนเองได้ ทำให้มีความสามารถในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ลดลง ต้องพึ่งพิงผู้อื่นในการดำรงชีวิต ส่งผลให้วัยรุ่นรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งจากการศึกษาของสุวรรณา ก่อสุวรรณวงศ์ (2550) พบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งในการมองโลก ดังนั้นเมื่อวัยรุ่นมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ก็ส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลงด้วยเช่นกัน โดยการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นจะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ตามมา

2. พัฒนาการด้านอารมณ์ วัยรุ่นตอนต้นจะมีอารมณ์รุนแรง ไม่ค่อยสมเหตุสมผล เอาแต่ใจ และมักควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้ จึงทำให้ขาดความรอบคอบในการพิจารณาเหตุการณ์ต่าง ๆ และขาดความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ปัญหา (กัลยา นาคเพ็ชร์ และคณะ, 2548) จึงอาจเกิดความล้มเหลวในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้น ในขณะที่วัยรุ่นตอนปลายนั้นจะมีอารมณ์ที่มั่นคงขึ้น มีความสอดคล้องกับเหตุการณ์ และมีความเข้าใจในเหตุผลของตนเองและผู้อื่น ทำให้วัยรุ่นมีความรอบคอบในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น ซึ่งจากการศึกษาของศิริพันธ์ สุระรัมย์ (2546) พบว่า วัยรุ่นที่มีแนวโน้มปัญหาทางอารมณ์สูง จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น แต่สำหรับสถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งถือว่ามีผลกระทบอย่างมากต่ออารมณ์และความรู้สึกของเด็กและวัยรุ่น จากการที่ต้องประสบกับความไม่ปลอดภัยในชีวิต หรือแม้กระทั่งการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ทำให้เกิดความรู้สึกเครียด หวาดกลัว และโกรธแค้น โดยเด็กส่วนหนึ่งมีความคิดอยากจะทำร้ายตนเองและครอบครัว (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) ซึ่งสิ่งนี้อาจจะกลายเป็นวงจรของความรุนแรงต่อไปในอนาคตได้ ในขณะที่เยาวชนส่วนหนึ่งตัดสินใจเข้าร่วมขบวนการกับกลุ่มผู้ก่อความไม่สงบ (ธรรมศักดิ์ คำนคร, 2550) ซึ่งถือเป็นจุดเริ่มต้นที่จะนำวัยรุ่นไปสู่ประสบการณ์ที่เลวร้ายต่าง ๆ เช่น การใช้สารเสพติด การใช้ชีวิตที่ดองหลบซ่อน การทำร้ายผู้อื่น หรือเป็นผู้ก่อทำร้ายเมื่อเกิดความขัดแย้งกับกลุ่มผู้ก่อความไม่สงบ หรือมีการปะทะกับเจ้าหน้าที่ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นส่วนสำคัญที่จะบั่นทอนความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่น แต่หากวัยรุ่นสามารถควบคุมอารมณ์โกรธ กลัว และเครียดของตัวเองได้ และเลือกใช้วิธีการเผชิญความเครียดที่เหมาะสมอย่างวัยรุ่นส่วนใหญ่ในพื้นที่ เช่น การใช้หลักคำสอนของศาสนา การเพิ่มความมีคุณค่าของตนเอง และการหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (รอฮานี เจาะอาแซ, 2548) ก็จะช่วยให้วัยรุ่นมีการเผชิญกับสถานการณ์อย่างถูกต้อง ไม่ต้องกลายเป็นผู้ก่อความรุนแรงในอนาคต ตลอดจนสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมต่อไป

3 พัฒนาการด้านสังคม เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นจะมีความต้องการเป็นอิสระ มีสังคมที่กว้างขึ้น ไม่ยอมให้ผู้ใหญ่เข้ามาเกี่ยวข้องในชีวิต และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนเพิ่มขึ้น ทำให้วัยรุ่นมีการเรียนรู้ทักษะการเข้าสังคมและสิ่งต่าง ๆ จากเพื่อน (กัลยา นาคเพ็ชร์ และคณะ, 2548) ซึ่งวัยรุ่นจะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง (ประเสริฐ สุวรรณศรี, 2544) และการที่วัยรุ่นให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมากขึ้น อาจทำให้เกิดความขัดแย้งกับครอบครัวได้ แต่ถ้าวัยรุ่นและครอบครัวมีโอกาสในการทำกิจกรรมร่วมกัน ก็จะช่วยลดช่องว่างดังกล่าวลง จากสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่มีการทำร้ายประชาชนและเจ้าหน้าที่อย่างต่อเนื่อง ตลอดจนการที่พื้นที่ทำกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน ต้องกลายเป็นเป้าหมายของผู้ก่อความไม่สงบ ทำให้ประชาชนส่วนหนึ่งไม่กล้าออกไปร่วมกิจกรรมทางสังคม เนื่องจาก

กลัวว่าจะได้รับอันตราย ทำให้โอกาสในการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว และการเรียนรู้ทางสังคมของวัยรุ่นลดลง ร่วมกับหากมีพ่อแม่ได้รับบาดเจ็บจากเหตุการณ์ความไม่สงบ จะทำให้ความผูกพันระหว่างพ่อแม่และวัยรุ่นลดลงด้วย ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่น (Han, 2005) แต่อย่างไรก็ตามเด็กและวัยรุ่นก็ยังคงรู้สึกว่าเป็นบ้านของตนเอง บ้านญาติ และบ้านผู้นำชุมชนเป็นสถานที่ที่ปลอดภัย (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) ดังนั้นหากวัยรุ่นและครอบครัวพยายามหากิจกรรมทำร่วมกันภายในบ้าน เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน ดูโทรทัศน์ ปลูกต้นไม้ ก็จะช่วยพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัว และเพิ่มโอกาสในการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่าง ๆ ต่อกัน ซึ่งจะเป็นการเพิ่มการเรียนรู้เรื่องต่าง ๆ ให้กับวัยรุ่นมากขึ้น

4. พัฒนาการด้านสติปัญญา วัยรุ่นตอนต้นจะมีการใช้ความคิดในระดับนามธรรมมากขึ้น สามารถคิดหาเหตุผลนอกเหนือจากข้อมูลที่มีอยู่ ต้องการให้ผู้ใหญ่ฟังเหตุผลของตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็จะฟังเหตุผลของผู้ใหญ่มากขึ้น มีความสนใจที่จะหาประสบการณ์ใหม่ ๆ อยากรู้ อยากเห็น มีความมั่นใจและกว้างขวางเกี่ยวกับความคิดด้านต่าง ๆ มากขึ้น ในขณะที่วัยรุ่นตอนปลายจะสามารถคิดเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างมีเหตุผล มีการตีความและวิเคราะห์เรื่องต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจนมากขึ้น มีการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ (กัลยา นาคเพ็ชร และคณะ, 2548) และจะเริ่มมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง โดยระดับความเครียดของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับระดับของการศึกษาและนิสัยในการเรียน (สมเดช คูทวิกุล, 2546) ในขณะที่วัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ นั้น บ่อยครั้งที่โรงเรียน ไม่สามารถเปิดการเรียนการสอนได้ตามปกติ หรือครูและนักเรียนไม่สามารถมาโรงเรียนได้ด้วยเหตุผลของความไม่ปลอดภัยในชีวิต สิ่งเหล่านี้มีผลกระทบโดยตรงต่อความสามารถทางการเรียนและระดับสติปัญญาของวัยรุ่น ทำให้เรียนไม่ทันเพื่อน มีความสามารถในการสอบแข่งขันน้อยลง ซึ่งการมีโอกาสนในการพัฒนาด้านสติปัญญาน้อยลงนี้ จะส่งผลกระทบต่อความสามารถในการทำความเข้าใจ วิเคราะห์ และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของวัยรุ่น ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อความเข้มแข็งในการมองโลกในที่สุด

จากการที่วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตเพื่อไปสู่ความมีวุฒิภาวะ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้านไปพร้อม ๆ กัน เพื่อเตรียมวัยรุ่นไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ แต่หากวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วนี้ได้ ก็จะก่อให้เกิดความเครียดและพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ตามมา นอกจากนี้การรับรู้และแปลเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ก็สามารถก่อให้เกิดความเครียดกับวัยรุ่นได้เช่นกัน โดยเฉพาะเหตุการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งมีผลกระทบต่อชีวิตของวัยรุ่นในหลาย ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ (กันตพร ยอดไชย และคณะ, 2550) จึงทำให้วัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ต้องเรียนรู้วิธีการจัดการกับความเครียดที่มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

สถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้

ผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้

พื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ประกอบด้วยจังหวัดยะลา ปัตตานี และนราธิวาส มีพื้นที่ทั้งหมด 10,936 ตารางกิโลเมตร มีประชากรทั้งสิ้น 1,837,626 คน (สำนักงานสถิติจังหวัดยะลา ปัตตานี และนราธิวาส, 2551) นับตั้งแต่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบขึ้น ทำให้ประชาชนในพื้นที่ได้รับผลกระทบใน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคมและเศรษฐกิจ โดยมีรายละเอียด ดังนี้ (กันตพร ยอดไชย และคณะ, 2550)

1. ด้านร่างกาย สถานการณ์ความไม่สงบจากการก่อการร้ายรายวันในปัจจุบัน ทำให้มีผู้บาดเจ็บและเสียชีวิตมากขึ้น (รติวรรณ วังนาร, 2550) โดยส่งผลกระทบทางด้านร่างกายของประชาชนผู้บริสุทธิ์ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ตำรวจและทหารใน 2 ลักษณะ คือ การบาดเจ็บและสูญเสียอวัยวะ การเคลื่อนไหวลำบากและปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ลดลง (กันตพร ยอดไชย และคณะ, 2550) จากรายงานสาเหตุของการบาดเจ็บและเสียชีวิต ตั้งแต่เดือนมกราคมจนถึงธันวาคม 2550 พบว่าสาเหตุการบาดเจ็บและเสียชีวิต 3 อันดับแรก ได้แก่ บาดแผลเปิดบริเวณทรวงอก (ร้อยละ 20.8) บาดแผลเปิดบริเวณศีรษะ (ร้อยละ 18.8) และบาดเจ็บบริเวณขาส่วนล่าง (ร้อยละ 6.7) (ศูนย์เฝ้าระวังการบาดเจ็บจากความรุนแรงในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้, 2550) อ้างถึงใน อภยาภรณ์ คำรงสุสกุล, 2552) ซึ่งการบาดเจ็บจะทำให้พ่อแม่มีความพร้อม และความสามารถในการตอบสนองความต้องการของลูกลดลง (Janoff & Bulman, 1992 cited in Han, 2005) ทำให้ลูกรู้สึกไม่มั่นคงต่อความผูกพันที่เกิดขึ้น และรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ จนเกิดการขัดขวางการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่น (Han, 2005) ดังการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ของการรับรู้การบาดเจ็บของพ่อแม่ ความผูกพันกับพ่อแม่ และความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นผู้ลี้ภัยชาวเอเชียในอเมริกา พบว่า หากพ่อแม่ได้รับบาดเจ็บรุนแรง จากเหตุสงครามหรือความขัดแย้งทางการเมือง จะทำให้วัยรุ่นมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลง และอาจเป็นสาเหตุของความผิดปกติทางสุขภาพจิตในระยะต่อมาได้ (Han, 2005)

2. ด้านจิตใจ จากสถานการณ์ความรุนแรงทำให้ประชาชนในพื้นที่ 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ มีภาวะเครียดต่อสถานการณ์ที่ไม่สงบร้อยละ 59.97 ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมากที่สุด คือ ความรู้สึกไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน (นิตย์ ทองเพชรศรี และคณะ, 2548) นอกจากนี้เด็กและวัยรุ่นยังมีความวิตกกังวล กลัว และเครียด เนื่องจากประสบการณ์ด้านความรุนแรงที่เด็กได้รับอย่างต่อเนื่อง (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) สอดคล้องกับการศึกษาของเบญจพร ปัญญา และสุตินดา จันทระเสนา (2552) เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตนักเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้ พบว่า เด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในพื้นที่ มีอาการ

ของโรคเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (PTSD) ร้อยละ 21.9 ซึ่งทั้งหมดนี้คือประสบการณ์ทางด้านลบในชีวิตของวัยรุ่น ซึ่งหากยังคงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง จนในที่สุดวัยรุ่นไม่สามารถเผชิญกับความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้ เกิดการสูญเสียการทำหน้าที่ในชีวิต และความไม่มีความสุขในการดำเนินชีวิต จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรให้ความช่วยเหลือกับวัยรุ่นเหล่านี้ โดยจากการศึกษาพบว่า วัยรุ่นมีความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต เช่น การให้กำลังใจ การสอนการผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง และการจัดกิจกรรมนันทนาการ (นิคย์ ทองเพชรศรี และคณะ, 2548) และหากผู้ที่ให้ความช่วยเหลือคือ พ่อแม่ เพื่อน และ โรงเรียน จะทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกลดน้อยลงมากขึ้น (พนม เกตุมาน และคณะ, 2551)

3. ด้านสังคมและเศรษฐกิจ จากความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้ส่งผลกระทบทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ คือ การเปลี่ยนแปลงบทบาทในครอบครัว รายได้ลดลง สังคมหดหาย และชีวิตขาดความรื่นเริง (กันตพร ยอดไชย และคณะ, 2550) โดยจากการรับรู้ว่าการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น การไปโรงเรียน การจับจ่ายสินค้า การเดินทาง หรือการไปร้านน้ำชา กิจกรรมเหล่านี้เสี่ยงต่อการที่จะถูกลอบสังหาร ความตาย การบาดเจ็บ ความกลัว และความทุกข์ทรมานโดยไม่ตั้งใจ (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) จึงทำให้เด็กและวัยรุ่นส่วนหนึ่งหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน นอกจากนี้ความรุนแรงยังทำให้โครงสร้างครอบครัว และความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป โดยเด็กส่วนหนึ่งรู้สึกว่าเหตุการณ์ความไม่สงบ ทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวมากขึ้น (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) และจากการศึกษาของฮาน (Han, 2005) พบว่า หากพ่อแม่ได้รับบาดเจ็บจากเหตุสงครามหรือความขัดแย้งทางการเมือง จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และวัยรุ่นลดลง และส่งผลให้วัยรุ่นมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ รวมทั้งครอบครัวที่ต้องดูแลผู้พิการจากเหตุการณ์ความไม่สงบ ต้องรับภาระค่าใช้จ่ายที่มากขึ้นแต่รายได้ลดลง (อาภาภรณ์ ดำรงสุสกุล, 2552) ทำให้วัยรุ่นมีแหล่งสนับสนุนในการเผชิญปัญหาน้อย และมีโอกาสประสบความล้มเหลวในการแก้ไขปัญหามากขึ้น

การใช้ชีวิตอยู่ท่ามกลางสถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ทำให้เด็กและวัยรุ่นเติบโตมาพร้อมกับความกลัว ความวิตกกังวล และประสบการณ์ที่ถูกบั่นทอน โหดร้าย หรือรุนแรง ต้องสูญเสียชีวิตในวัยเด็ก เช่น การเล่น การถูกรัก และการได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว (เพ็ญพักตร์ อุทิศ, 2549) เด็กและวัยรุ่นกลุ่มนี้จึงมีความเปราะบางและอ่อนแอต่อการเกิดบาดแผลทางจิตใจ การช่วยเหลือให้เด็กและวัยรุ่นที่อยู่ในสถานการณ์นี้ รับรู้ว่าคุณเองได้รับการปกป้อง ดูแล และช่วยเหลือ จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

แนวทางการช่วยเหลือผู้ได้รับผลกระทบ จากสถานการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้

การแก้ไขปัญหาและการช่วยเหลือผู้ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ต้องอาศัยการทำงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานต่าง ๆ ในพื้นที่ โดยมีหน่วยงานหลัก ดังนี้ (กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในภาค 4 ส่วนหน้า, 2553)

1. กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในจังหวัดยะลา ปัตตานี นราธิวาส และสงขลา (กอ.รมน. ภาค 4 ส่วนหน้า) เป็นหน่วยงานหลักในการดูแลพื้นที่ทั้งการวางแผน อำนาจการประสานงาน ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานของหน่วยงานในพื้นที่ รวมทั้งทำหน้าที่ในการจัดตั้งมวลชนเพื่อดูแลตนเองและชุมชน ให้สามารถจัดการกับสถานการณ์ความรุนแรงได้ ตลอดจนควบคุมงานด้านความมั่นคง ผ่านกองบัญชาการผสมพลเรือน ตำรวจ ทหาร (พตท.) และควบคุมงานด้านการพัฒนา ผ่านศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.)

2. กองบัญชาการผสมพลเรือน ตำรวจ ทหาร (พตท.) เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างกรมการปกครอง ตำรวจ และทหาร เน้นการทำงานด้านการป้องกันและปราบปรามการก่อเหตุร้ายในพื้นที่ เพื่อให้ประชาชนมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน สามารถดำรงชีวิต และประกอบอาชีพได้อย่างปกติสุข มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความไว้วางใจ เชื่อใจ และศรัทธาในหมู่ประชาชนต่ออำนาจรัฐ แต่บางครั้งอาจต้องนำแนวทางการพัฒนามาใช้ เช่น การส่งเสริมอาชีพ การสร้างฝาย เพื่อเป็นประตูไปสู่การเข้าถึงประชาชนในพื้นที่

3. ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.) เน้นการทำงานด้านการพัฒนา โดยเป็นหน่วยงานที่เกิดจากการทำงานร่วมกันของเจ้าหน้าที่จากหลาย ๆ กระทรวง ร่วมกับภาคประชาชน ทำหน้าที่รับมอบนโยบายและแผนงานจากกระทรวงต่าง ๆ และประสานให้หน่วยงานที่รับผิดชอบในจังหวัดดำเนินการ รวมทั้งวางแผน ติดตาม และประเมินผลโครงการของแต่ละกระทรวง เพื่อให้สามารถตอบสนองความต้องการของประชาชนในแต่ละพื้นที่ได้มากที่สุด ตลอดจนติดตามและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเจ้าหน้าที่รัฐ

4. ศูนย์ประสานงานวิชาการให้ความช่วยเหลือผู้ได้รับผลกระทบจากเหตุความไม่สงบ จังหวัดชายแดนภาคใต้ (สวชด.) เป็นหน่วยงานที่จัดตั้งขึ้นเพื่อแก้ไขปัญหาความเดือดร้อนของผู้ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบ ทั้งในส่วนของการศึกษาวิจัย และการประสานงานกับองค์กรต่าง ๆ ให้ผู้ได้รับผลกระทบได้รับการช่วยเหลือที่รวดเร็ว ท่วงถึง ครอบครัว และยั่งยืน เพื่อให้ผู้ได้รับผลกระทบสามารถยืนหยัดได้ด้วยตนเอง

การทำงานของหน่วยงานใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ แบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ มิติด้านความมั่นคง การพัฒนาคุณภาพชีวิต และการเยียวยาแก่ผู้สูญเสีย โดยทุกมิติจะทำงานภายใต้

ยุทธศาสตร์พระราชทาน เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา และปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (สภาที่ปรึกษา
เสริมสร้างสันติสุขจังหวัดชายแดนภาคใต้, 2551) การกิจด้านความมั่นคงจะมุ่งเน้นการควบคุม
สถานการณ์ให้มีความรุนแรงน้อยที่สุด โดยการปิดล้อมตรวจค้นจับกุม เข้าค่ายอบรมอาชีพ หรือ
สลายโครงสร้างของฝ่ายก่อความไม่สงบ ส่วนภารกิจด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีจุดมุ่งหมายเพื่อ
ยกระดับคุณภาพชีวิต การศึกษา การสาธารณสุข รวมทั้งการทำมาหากิน ให้ทุกคนมีงานทำ และมี
ความหวังว่าจะเห็นชีวิตที่ดีกว่า และสุดท้ายเป็นภารกิจที่มีความสำคัญยิ่ง คือ การเยียวยาผู้ได้รับ
ผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบ ซึ่งแกนหลักในภารกิจนี้ คือ พยาบาลวิชาชีพในเขต 3 จังหวัด
ชายแดนภาคใต้ (กองบรรณาธิการ, 2552) เพราะเป็นวิชาชีพที่ทำงานใกล้ชิดกับประชาชนโดยตรง
ได้รับความไว้วางใจว่าเป็นผู้ให้การช่วยเหลือ โดยไม่หวังผลตอบแทน (กรรณา แดงสุวรรณ, 2553)
และเป็นด่านแรกที่ดูแลผู้ได้รับผลกระทบเมื่อเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ดังนั้นพยาบาลจึงต้อง
ขยายบทบาทของวิชาชีพ โดยบูรณาการการเสริมสร้างความสมานฉันท์ในสังคมเข้ากับการ
ปฏิบัติการพยาบาล เพื่อส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจ ความรู้รักสามัคคี และกลมเกลียวกันของคนใน
ชาติ เริ่มตั้งแต่เมื่อผู้ได้รับผลกระทบเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล พยาบาลจะให้การปฐมพยาบาล
จิตใจเบื้องต้นแก่ผู้ได้รับผลกระทบและญาติ หลังจากนั้นมีการจัดกิจกรรมหรือโครงการที่ส่งเสริม
ความเข้าใจอันดีระหว่างกัน เช่น การทำกิจกรรมกลุ่มบำบัด เพื่อให้ผู้ได้รับผลกระทบมีโอกาสได้
พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และปรับทุกข์สุขกัน โดยไม่มีการแบ่งแยกเพศ อายุ อาชีพ และ
ศาสนา อันจะช่วยเพิ่มความเข้าใจ ความผูกพัน และขยายไปสู่ความสมานฉันท์ในสังคมได้ (กรรณา
แดงสุวรรณ, 2553) ต่อไปควรติดตามเยี่ยมบ้าน ประเมินและคัดกรองสุขภาพจิต ตลอดจนส่งต่อผู้
ได้รับผลกระทบไปสู่เครือข่ายทางสังคมอื่น ๆ เพื่อให้ได้รับการดูแลที่ต่อเนื่อง ซึ่งประชาชนส่วน
ใหญ่เห็นว่า แนวทางการแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยทุกฝ่ายหันหน้าเข้ามามีส่วนร่วมถือกันนี้ เป็นวิธีการแก้ไขปัญห
าที่ดีที่สุด (สถาบันพระปกเกล้า, 2549) นอกจากนี้นายแพทย์ประเวศ วะสี (2551 อ้างถึงใน สภาที่ปรึกษา
เสริมสร้างสันติสุขจังหวัดชายแดนภาคใต้, 2551) ยังได้เสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาดังกล่าวในเขต 3
จังหวัดชายแดนภาคใต้ ไว้ตอนหนึ่งว่า ควรดึงเอาชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาด้วย
โดยการสร้างความเข้าใจและเข้มแข็งให้กับชุมชน ซึ่งก่อนอื่นต้องช่วยให้คนในชุมชนมีความเข้าใจ
ต่อสถานการณ์ที่ถูกต้อง มีวิธีการจัดการกับความรุนแรงที่เหมาะสม และมีมุมมองต่อตนเองและ
เหตุการณ์ในทิศทางที่ดีขึ้น แนวทางดังกล่าวจำเป็นต้องอาศัยระบบการเยียวยาในโรงพยาบาล ซึ่ง
กำลังก้าวข้ามการเยียวยาที่เคยจำกัดอยู่เฉพาะการเยียวยาด้านจิตใจ ไปสู่การเยียวยาคนทั้งคน
(กองบรรณาธิการ, 2552) โดยอาศัยกระบวนการทางการพยาบาล เริ่มจากการประเมินบุคคล
ครอบครัว และบริบทแวดล้อม เพื่อให้พยาบาลมีความเข้าใจ ทราบแหล่งประโยชน์ และรู้ถึงปัญหา
ที่แท้จริงของบุคคล หลังจากนั้นจึงนำมาวางแผนการดูแล และให้การดูแลตามลักษณะเฉพาะของ

คนแต่ละคน รวมทั้งติดตามประเมินผลแนวทางดังกล่าว เพื่อปรับปรุงและพัฒนาแนวทางนั้นให้มีประสิทธิภาพสูงสุดในการดูแลบุคคลต่อไป โดยเป้าหมายของการเยียวยา คือ การส่งเสริมให้ผู้ได้รับการเยียวยาสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างมั่นคง และสามารถให้การช่วยเหลือดูแลกันเองในชุมชนได้โดยใช้ศักยภาพของคนในชุมชนเอง แนวคิดหนึ่งที่พยาบาลควรนำมาบูรณาการในการดูแลครั้งนี้ คือ แนวคิดความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่งเป็นแนวคิดที่จะนำบุคคล กลุ่มคน และสังคม ไปสู่ความมีสุขภาพดีและมีความสุขได้ทั้งที่อยู่ในสถานการณ์ที่มีความเครียด

ความเข้มแข็งในการมองโลก

ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) เป็นส่วนหนึ่งในบุคลิกภาพของบุคคล ช่วยให้ความเข้าใจตนเองและสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว ให้ความหมายว่าสิ่งนั้นมีคุณค่า และมีแนวทางที่สร้างสรรค์ในการจัดการ ส่งผลให้บุคคลดำรงชีวิตอยู่โดยมีสุขภาพกายและจิตที่ดี ดังนั้นแนวคิดนี้จึงนิยมใช้เป็นพื้นฐานในการส่งเสริมสุขภาพทั้งในทางปฏิบัติและการศึกษาวิจัย (Lindstrom & Eriksson, 2006) โดยผู้วิจัยได้ศึกษาความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก จากนักการศึกษาหลายท่าน และนำมาเสนอดังนี้

ความหมายของความเข้มแข็งในการมองโลก

แอนโทนีฟสกี (Antonovsky, 1993) ให้คำจำกัดความของความเข้มแข็งในการมองโลก ว่าเป็นการแสดงออกของบุคคลต่อสิ่งที่อยู่รอบตัวซึ่งอาจจะคงทนหรือเปลี่ยนแปลงได้ โดยรู้สึกเชื่อมั่นว่าสิ่งเร้าทั้งจากภายในและภายนอกตัวบุคคลที่เกิดขึ้นในชีวิตนั้นมีโครงสร้าง ทำนายได้ มีความชัดเจน คนเองมีแหล่งประโยชน์เพียงพอที่จะนำมาใช้จัดการความต้องการที่เป็นปัญหาจากสิ่งเร้า นั้น และความต้องการจากสิ่งเร้า นั้นเป็นสิ่งที่ทำทนายได้ และมีความคุ้มค่าในการลงทุนและจัดการ สมจิต หนูเจริญกุล, ประครอง อินทรสมบัติ และพรรณนิ พุทธิวัฒนะ (2532) อธิบายว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่เชื่อมั่นว่า ไม่ว่าเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นทั้งภายในตนเองและสิ่งแวดล้อมภายนอกก็สามารถทำนายได้ และทุกสิ่งทุกอย่างสามารถคลี่คลายลงตามที่คาดไว้

สมพร สุทัศน์ย์ (2545) ให้ความหมายคำว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นความสอดคล้องในการมองโลก คือ การรับรู้โลกตามสภาพความเป็นจริงและเชื่อมั่นว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตที่เกิดจากตนเองและสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งที่สามารถอธิบายได้และคาดการณ์ได้ รับรู้ว่ามีสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนสามารถจัดการแก้ไขได้ด้วยตนเอง และสามารถหาแหล่งความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ รวมทั้งการรับรู้ว่ามีสิ่งต่าง ๆ มีความหมายและมีคุณค่าควรแก่การใช้พลังใน

การแก้ไขให้สำเร็จ คนที่มีความสอดคล้องในการมองโลกสูงจะมีความอดทน และปรับตัวให้พร้อมที่จะเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ สามารถจัดการสถานการณ์ต่าง ๆ ได้

กล่าวโดยสรุป ความเข้มแข็งในการมองโลก คือ การรับรู้ของบุคคลว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ สามารถจัดการแก้ไขให้ดีขึ้นได้ และทุกเหตุการณ์เป็นสิ่งที่มีความหมาย

แนวคิดความเข้มแข็งในการมองโลก

ความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นแนวคิดหลักในรูปแบบจำลองชาลูลิโทเจนิค โดยเป็นกระบวนการที่จะนำบุคคล กลุ่มคน หรือสังคมไปสู่การพัฒนาสุขภาพร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณทางสุขภาพ (Lindstrom & Eriksson, 2006) ซึ่งความเข้มแข็งในการมองโลกจะเป็นการรับรู้ทั้งทางด้านความคิดและเจตคติ ที่ช่วยให้บุคคลสามารถมองเหตุการณ์หรือสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นในชีวิตด้วยความเข้าใจ มีเหตุผล มีความเชื่อมั่นว่าสิ่งที่เกิดขึ้นมีความท้าทายและคุ้มค่าที่ตนเองจะเข้าไปเกี่ยวข้อง ตลอดจนมีความมั่นใจว่าตนเองสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี (Antonovsky, 1982 อ้างถึงใน กนกนุช ชื่นเลิศสกุล และคณะ 2543; Horsburgh, 2000) โดยความเข้มแข็งในการมองโลกมีความเชื่อมโยงกับมโนทัศน์อื่น ๆ ในรูปแบบจำลองชาลูลิโทเจนิค ดังนี้

ความสัมพันธ์ระหว่างมโนทัศน์ที่นำไปสู่การประสบความสำเร็จในการจัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด และมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น มีความสอดคล้องกับทิศทางของลูกศรที่เป็นเส้นหนาที่บ่งชี้แสดงในภาพที่ 1 โดยมีจุดเริ่มต้นจากสังคม วัฒนธรรม และประวัติศาสตร์ท้องถิ่น มีผลให้บุคคลได้รับการอบรมเลี้ยงดู การทำหน้าที่ในสังคม ลักษณะนิสัย และโอกาสในชีวิตที่แตกต่างกัน สิ่งเหล่านี้เป็นที่มาของแหล่งด้านทานทั่วไปของบุคคล (Generalized Resistance Resource) ที่จะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่ดีในชีวิต (Lift Experiences) และนำไปสู่การมีความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) นอกจากนี้ในการดำเนินชีวิต บุคคลจะต้องเผชิญกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด (Stressors) และเกิดปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางร่างกายและอารมณ์ (Tension) บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก จะนำเอาแหล่งด้านทานทั่วไปที่ตนมี มาใช้ในการจัดการความตึงเครียด ซึ่งวิธีการจัดการความตึงเครียดมี 3 วิธี คือ การหลีกเลี่ยง การให้ความหมายใหม่ และการจัดการ ถ้าหากบุคคลประสบความสำเร็จในการจัดการความตึงเครียด ก็จะทำให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงและมีภาวะสุขภาพดี/เป็นสุข แต่หากบุคคลจัดการความตึงเครียดไม่ได้ ก็จะนำไปสู่ภาวะเครียด ซึ่งหากความเครียดและจุดอ่อนของบุคคลมีความสอดคล้องกัน จะทำให้บุคคลเกิดโรค/ไม่เป็นสุขตามมา (กนกนุช ชื่นเลิศสกุล และ ชูชื่น ชีวพูนผล, 2543; Horsburgh, 2000) โดยแต่ละมโนทัศน์มีรายละเอียดดังนี้

1. แหล่งต้านทานทั่วไป (Generalized Resistance Resource) แอนโทนอฟสกี

(Antonovsky, 1979 cited in Horsburgh, 2000) ให้คำนิยามแหล่งต้านทานความเครียดทั่วไปว่าเป็นคุณลักษณะของบุคคล กลุ่มคน หรือสิ่งแวดล้อม ที่ช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับความตึงเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยจำแนกออกได้เป็น 2 ส่วน คือ แหล่งต้านทานทั่วไปเชิงจิตสังคม ประกอบด้วยปัจจัย 10 ประการ ได้แก่ ทรัพยากรการจัดการ ความรู้และสติปัญญา ความเป็นตัวของตัวเอง กลยุทธ์การเผชิญความเครียดซึ่งจะต้องอยู่ภายใต้เหตุผล ความยืดหยุ่น และการมองถึงอนาคต การสนับสนุนทางสังคม พันธสัญญา ความมั่นคงทางวัฒนธรรม สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ศาสนา ปรัชญา และศิลปะ และพฤติกรรมปกป้องสุขภาพ ลำดับต่อมาคือแหล่งต้านทานทั่วไปเชิงพันธุกรรมและอุปนิสัย ประกอบด้วยลักษณะทางพันธุกรรม โครงสร้างของร่างกาย เพศ อายุ และภาวะสุขภาพของบุคคล องค์ประกอบทั้งหมดเหล่านี้นอกจากจะช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับความตึงเครียดได้ดีแล้ว ยังทำให้บุคคลมีประสบการณ์ชีวิตที่มีผลให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้นด้วยเช่นกัน

2. เหตุการณ์ความไม่สงบได้ส่งผลกระทบต่อแหล่งต้านทานทั่วไปของวัยรุ่นในหลาย ๆ ส่วน เช่น การมีทรัพยากรการจัดการลดลงจากการที่ครอบครัวไม่สามารถประกอบอาชีพได้ หรือมีภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นจากการดูแลผู้ได้รับบาดเจ็บ ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้วัยรุ่นส่วนนี้ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากหน่วยงานต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เช่น ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและการศึกษา หรือแม้กระทั่งที่อยู่อาศัย แต่อย่างไรก็ตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก็ได้ส่งผลกระทบต่อการศึกษาของวัยรุ่นโดยตรง พบว่าโรงเรียนปิดการเรียนการสอนบ่อยขึ้น ครูหรือนักเรียนต้องขาดเรียนมากขึ้น การทำกิจกรรมนอกสถานที่ลดลง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบโดยตรงต่อความรู้และระดับสติปัญญา ตลอดจนความหวังในชีวิตของวัยรุ่น นอกจากนี้วัยรุ่นบางคนยังได้รับบาดเจ็บหรือพิการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จนมีความบกพร่องในการทำหน้าที่ตามบทบาทของตนเอง

3. ประสบการณ์ชีวิต (Life Experiences) ประสบการณ์ชีวิตเป็นสิ่งที่เกิดจากการที่บุคคลมีแหล่งต้านทานความเครียดที่เหมาะสม ซึ่งส่งผลให้เกิดการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลก โดยมีคุณลักษณะ 3 ประการ คือ ประสบการณ์นั้นเกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอและคงที่ (Consistency) ตนเองได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจในผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น (Participation in Shaping Outcome) และมีความสมดุลระหว่างความสำเร็จกับความล้มเหลวที่เกิดขึ้น (Underload – overload Balance of Stimuli)

4. สถานการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อประสบการณ์ในชีวิตของวัยรุ่น โดยมักทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันขึ้นในชีวิต ซึ่งวัยรุ่นไม่สามารถควบคุมผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นได้ หรือแม้กระทั่งเป็นตัวขัดขวางไม่ให้วัยรุ่นได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง

5. สิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด (Stressor) หมายถึง สิ่งเร้าที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคลที่มีอยู่ตลอดช่วงชีวิต และทำให้เกิดความต้องการที่ไม่สมดุลขึ้นในชีวิตของบุคคล ซึ่งแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ สิ่งกระตุ้นความเครียดที่เกิดจากชีวเคมีและกายภาพ และสิ่งกระตุ้นความเครียดเชิงจิตสังคมซึ่งประกอบด้วย 10 ประการ คือ อุบัติเหตุและการรอดชีวิต ประสบการณ์ในสังคม ความหวาดกลัวประสบการณ์ทางลบ ความขัดแย้งภายในจิตใจ ความกลัวความก้าวร้าว การเปลี่ยนแปลงอย่างทันทีทันใดที่เกิดขึ้นในโลก ภาวะวิกฤติทางจิตสังคม ภาวะวิกฤติอื่น ๆ ความขัดแย้งในสังคม และช่องว่างในสังคม ซึ่งจะก่อให้เกิดความตึงเครียดต่อบุคคลต่อไป

จากความขัดแย้งในสังคม นำมาซึ่งการทำร้ายประชาชนผู้บริสุทธิ์และเจ้าหน้าที่ ก่อให้เกิดการสูญเสียอย่างทันทีทันใดในชีวิต ถือเป็นประสบการณ์ชีวิตที่เลวร้ายอย่างยิ่งสำหรับวัยรุ่น ทั้งยังก่อให้เกิดความกลัว ความวิตกกังวล และความหวาดระแวงในการใช้ชีวิตอยู่ตลอดเวลา

1. ความตึงเครียด (Tension) เป็นปฏิกิริยาการตอบสนองต่อการรับรู้สิ่งกระตุ้นความเครียดทั้งทางด้านร่างกายและอารมณ์

ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ความไม่สงบในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ทำให้เกิดความตึงเครียดอย่างมากในตัวของวัยรุ่น โดยส่วนใหญ่แล้วจะเป็นการตอบสนองทางด้านอารมณ์ เช่น มีความโกรธ กลัว หวาดระแวง วิตกกังวล และเศร้าเสียใจจากการสูญเสีย (องค์การยูนิเซฟแห่งประเทศไทย, 2551)

2. การจัดการความตึงเครียด (Tension Management) เป็นความสามารถของบุคคลในการนำแหล่งด้านทานความเครียดทั่วไปมาใช้ในการจัดการกับปัญหาหรือความตึงเครียดให้หมดไป โดยแบ่งออกเป็น 3 วิธี คือ การหลีกเลี่ยงจากสิ่งกระตุ้นความเครียด การเปลี่ยนนิยามความหมายของสิ่งกระตุ้นความเครียดให้เป็นสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดความเครียด และการจัดการความเครียดโดยการขจัดสิ่งกระตุ้นความเครียดออกไป ซึ่งผลลัพธ์จากการจัดการความเครียดสามารถเกิดได้ทั้งในด้านลบเป็นกลาง และเป็นความยินดี (Salutogenic) (กนกนุช ชื่นเลิศสกุล, ขุซัน ชิวพูนผล, 2543)

จากการศึกษาของ รอสานี เจ๊ะอาแซ (2548) พบว่า วัยรุ่นส่วนใหญ่ในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้มีพฤติกรรมการจัดการความเครียด เช่น การใช้หลักคำสอนของศาสนา การเพิ่มความรู้สึกรักคุณค่าในตนเอง และการหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด แต่ก็ยังมีส่วนน้อยที่มีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาทางด้านลบ เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ใช้นายอนหลับ เป็นต้น

3. ความเครียด (Stress) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลังการจัดการความตึงเครียดแล้วไม่ประสบผลสำเร็จ

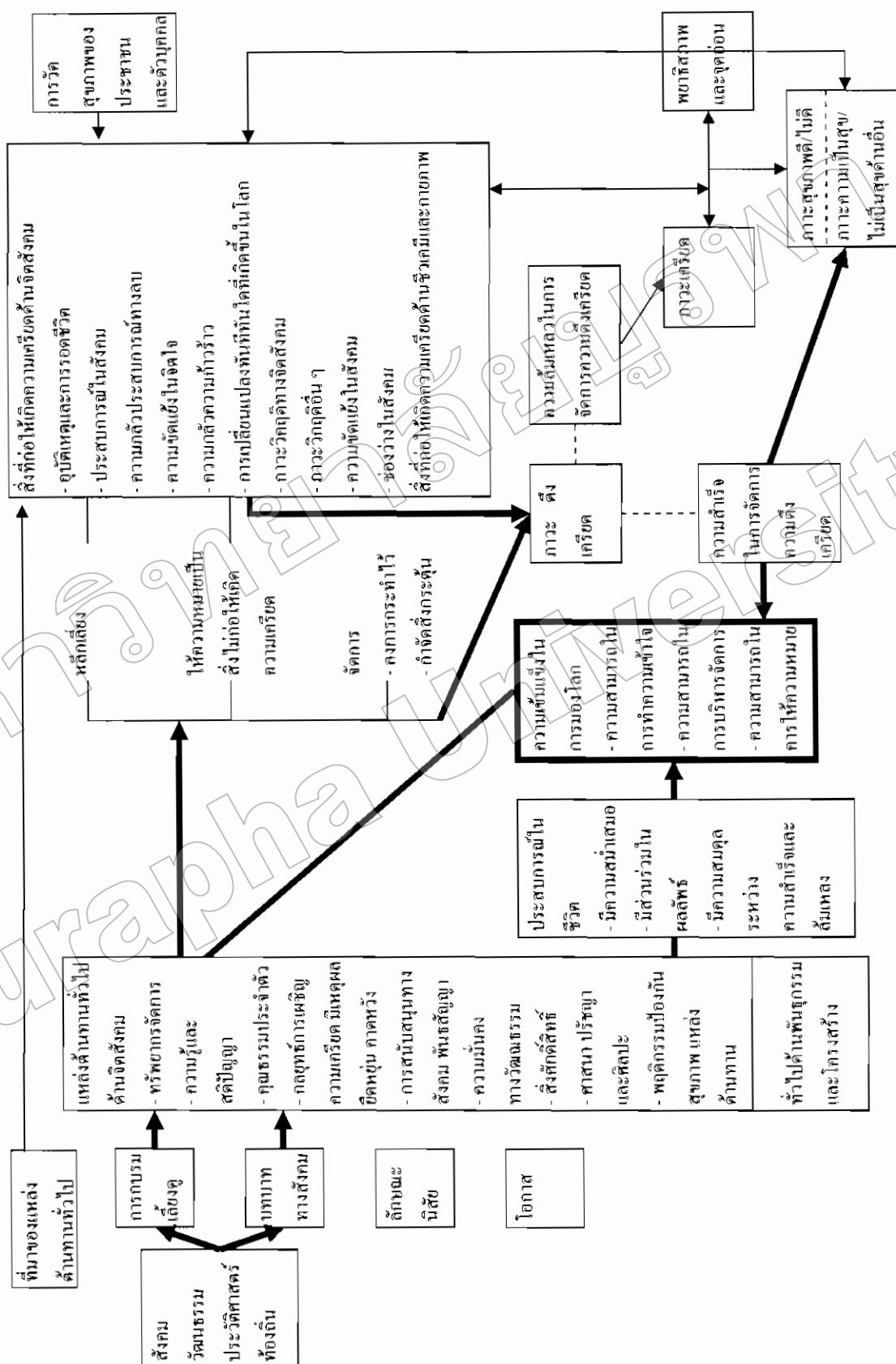
จากสถานการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นต่อเนื่องมากกว่า 5 ปี ทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกเครียดและกังวลอยู่ตลอดเวลาเกี่ยวกับไม่ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา

ของเบญจพร ปัญญาข และสุทินดา จันทระเสนา (2552) โดยพบว่าวัยรุ่นมีภาวะของโรคเครียด ภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

4. ความเป็นสุข/ความไม่มีความสุข (Health Ease/Dis - ease) เป็นผลลัพธ์จากการที่บุคคลมีการจัดการความตึงเครียด ซึ่งเป็นภาวะที่มีความต่อเนื่องระหว่างความเป็นสุขกับความไม่มีความสุข หรือการมีสุขภาพดีกับการเป็นโรค

ความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้ส่งผลกระทบต่อวัยรุ่นทั้งทางร่างกายและจิตใจ วัยรุ่นบางคนถูกทำร้ายได้รับบาดเจ็บจนต้องกลายเป็นผู้พิการ ต้องพึ่งพิงผู้อื่นในการใช้ชีวิต ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งส่งผลให้คุณภาพชีวิตของวัยรุ่นต่ำลง

5. ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) เป็นสิ่งที่เกิดจากประสบการณ์ของบุคคล ซึ่งเอื้อให้บุคคลสามารถนำแหล่งต้านทานความเครียดทั่วไปมาใช้ในการจัดการกับสิ่งกระตุ้นความเครียดได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลังที่บุคคลสามารถจัดการกับความตึงเครียดได้สำเร็จ โดยมีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ความสามารถในการให้ความหมายและเห็นคุณค่า ความสามารถในการทำความเข้าใจ และความสามารถในด้านการบริหารจัดการ โดยมีรายละเอียดดังนี้



ภาพที่ 1 Satulogenic Model (Antonovaky, 1991; Horsburgh, 2000)

องค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลก

ความเข้มแข็งในการมองโลกมีองค์ประกอบย่อย 3 ด้าน คือ (ศีลญา แก้วเหล็ก, 2547; สุนันทา เทพหนู, 2550; Horsburgh, 2000)

1. ความสามารถในการทำความเข้าใจ (Comprehensibility) หมายถึง การที่บุคคลมีการรับรู้อย่างต่อเนื่องต่อสิ่งเร้าหรือสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด ทั้งจากสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกตัวบุคคลว่าเป็นสิ่งที่สามารถบอกได้แน่นอน มีความชัดเจนอธิบายได้ด้วยเหตุผล จัดการได้ และมีโครงสร้างที่เป็นระบบ บุคคลที่มีความสามารถในการทำความเข้าใจสูงจะเชื่อว่าอนาคตเป็นเรื่องเล็กน้อย ที่สามารถคาดการณ์และจัดลำดับได้ ถึงแม้ว่าบางครั้งจะต้องเจอกับเหตุการณ์ที่ไม่ได้คาดคิดมาก่อน เช่น ความล้มเหลว สงคราม และความตาย แต่บุคคลเหล่านี้ก็ยังมีความเข้าใจต่อสิ่งนั้น และไม่หลีกเลี่ยงปัญหา

2. ความสามารถในการบริหารจัดการ (Manageability) คือ การที่บุคคลรับรู้ว่าคุณเองมีแหล่งประโยชน์เพียงพอ ที่จะนำมาใช้จัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด โดยแหล่งประโยชน์เหล่านี้อาจมาจากตนเองหรือบุคคลอื่น เช่น คู่สมรส เพื่อนฝูงญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน ผู้นำในสังคม เจ้าหน้าที่ด้านสุขภาพ และพระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือ นอกจากนี้ยังเชื่อว่าตนเองสามารถวางแผนและเลือกวิธีการต่างๆ มาใช้จัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมบนพื้นฐานของความเป็นจริง ผู้ที่มีความสามารถในการจัดการสูงจะไม่มีความรู้สึกว่าตนเองเคราะห์ร้ายหรือเป็นเหยื่อของสถานการณ์ ตลอดจนมีความมั่นใจ ไม่หวาดกลัว หรือเสียเวลากับความรู้สึกเศร้าเสียใจนานเกินไป

3. ความสามารถในการให้ความหมาย (Meaningfulness) คือ ความความสามารถของบุคคลในการมองเหตุการณ์ การกระทำของตนเอง รวมถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองว่าเป็นสิ่งที่มีความหมาย ทำลาย มีคุณค่า และมีความคุ้มค่าที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องและจัดการ โดยไม่รู้สึกว่าเป็นภาระ ตลอดจนมีความเชื่อว่าจะต้องทำให้ดีที่สุด เมื่อมีปัญหาหรืออุปสรรคก็จะค้นหาความหมาย มีความรู้สึกว่ามีคุณค่า และมีความกระตือรือร้นที่จะเอาชนะ ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการจัดการกับปัญหานั้น รวมทั้งมีการเรียนรู้ประสบการณ์จากสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อนำไปใช้ในอนาคต

แอนโทนิอฟสกี (Antonovsky, 1987 อ้างถึงใน กนกนุช ชื่นเลิศสกุล และฐิชน ชีวะพูนผล, 2543; ศีลญา แก้วเหล็ก, 2547; Horsburgh, 2000) กล่าวว่าองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน มีความสัมพันธ์กันสูงและมีความสำคัญแตกต่างกัน โดยองค์ประกอบด้านความสามารถในการให้ความหมายมีความสำคัญมากที่สุด เนื่องจากหากไม่มีหรือมีน้อย แม้ว่าจะมีองค์ประกอบอีก 2 ด้านสูง ความเข้มแข็งในการมองโลกระดับสูงที่เกิดขึ้นก็จะมีเพียงชั่วคราวเท่านั้น องค์ประกอบที่มีความสำคัญรองลงมาคือ ความสามารถในการทำความเข้าใจ ซึ่งช่วยให้เกิดความเข้าใจในเหตุการณ์หรือ

สถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ แต่อย่างไรก็ตามองค์ประกอบด้านความสามารถในการบริหารจัดการก็มีความสำคัญไม่น้อย ทั้งนี้เนื่องจากเมื่อใดก็ตามที่บุคคลไม่มีความเชื่อมั่น หรือไม่รับรู้ว่ามีแหล่งประโยชน์ที่สามารถนำมาใช้ในการจัดการได้ การให้ความหมายและความพยายามที่จะทำความเข้าใจ หรือเผชิญกับปัญหาจะค่อยๆ ลดระดับลงไป ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบทั้ง 3 จึงมีผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล และได้ก่อให้เกิดรูปแบบความสัมพันธ์ที่เป็นไปได้ 8 รูปแบบ (Antonovsky, 1987 อ้างถึงใน ศิริญา แก้วเหล็ก, 2547; สุรนันทา เทพหนู, 2550) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบทั้ง 3 ของความเข้มแข็งในการมองโลก

รูปแบบ	ความสามารถในการทำความเข้าใจ (Comprehensibility)	ความสามารถในด้านการบริหารจัดการ (Manageability)	ความสามารถในการให้ความหมายและเห็นคุณค่า (Meaningfulness)
1	สูง	สูง	สูง
2	ต่ำ	สูง	สูง
3	สูง	ต่ำ	สูง
4	ต่ำ	ต่ำ	สูง
5	สูง	สูง	ต่ำ
6	สูง	ต่ำ	ต่ำ
7	ต่ำ	สูง	ต่ำ
8	ต่ำ	ต่ำ	ต่ำ

รูปแบบที่ 1 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นว่า บุคคลมีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น และเชื่อว่าตนเองจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าและความหมายของตนเอง และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งจัดเป็นลักษณะของบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงที่สุด

รูปแบบที่ 2 เป็นรูปแบบของบุคคลที่มีความเข้าใจตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นน้อย แต่ก็เชื่อว่าตนเองจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ รวมทั้งเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นรูปแบบของบุคคลที่ไม่สามารถมองปัญหา หรือความต้องการของตนเองได้อย่างชัดเจน มีความสับสน และไม่สามารถคาดการณ์ได้ จึงทำให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกที่ไม่แน่นอน อาจเพิ่มขึ้นหรือต่ำลงก็ได้

รูปแบบที่ 3 รูปแบบนี้บุคคลจะมีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น แต่ไม่สามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ และยังคงเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบของบุคคลที่เชื่อว่าตนเองมีความเข้าใจต่อปัญหา มีกำลังใจ และแรงจูงใจที่จะพยายามหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น โดยไม่ยอมที่จะล้มเลิกกลางคัน จนกว่าตนเองจะหาแนวทางการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมได้ จึงมีแนวโน้มที่จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกเพิ่มสูงขึ้น

รูปแบบที่ 4 เป็นลักษณะของบุคคลที่ไม่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น และไม่สามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ แต่ยังคงเห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบของบุคคลที่มีความพยายามสูงมาก ในการที่จะทำความเข้าใจและค้นหาวิธีการที่จะจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้น และลงมือกระทำทั้ง ๆ ที่ไม่มั่นใจว่าผลที่เกิดขึ้นจะเป็นความสำเร็จหรือล้มเหลว แต่ก็ต่อสู้เพียงแค่อำนาจใจให้ตนเองมีโอกาสนั้น

รูปแบบที่ 5 เป็นรูปแบบที่บุคคลมีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น และเชื่อว่าตนเองจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ แต่ไม่เห็นคุณค่าและความหมายของตนเอง การกระทำของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นลักษณะของบุคคลที่มีแรงจูงใจในการทำสิ่งต่าง ๆ น้อย จึงมีโอกาสเกิดความรู้สึกท้อแท้หรือหมดกำลังใจได้ง่าย ซึ่งจะทำให้เกิดความล้มเหลวในการจัดการกับปัญหาได้ จึงมีแนวโน้มที่จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลง

รูปแบบที่ 6 เป็นรูปแบบของบุคคลที่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น แต่เชื่อว่าตนเองไม่สามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ และยังไม่เห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบที่จะนำไปสู่การมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลง

รูปแบบที่ 7 เป็นลักษณะบุคคลที่ไม่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น รวมทั้งไม่เห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น แต่เชื่อว่าตนเองจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ เป็นลักษณะที่พบได้น้อย โดยมีความเข้มแข็งในการมองโลกในระดับที่ไม่แน่นอน อาจเพิ่มขึ้นหรือต่ำลงก็ได้ เช่นเดียวกับรูปแบบที่ 2

รูปแบบที่ 8 เป็นรูปแบบของบุคคลที่มีองค์ประกอบทั้ง 3 ด้านต่ำในทุก ๆ ด้าน โดยไม่มีความเข้าใจในตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่มีความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ทั้งยังไม่เห็นคุณค่าและความหมายของตนเองและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งจัดเป็นลักษณะของบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลงที่

จากความสัมพันธ์ทั้ง 8 รูปแบบ แสดงให้เห็นว่าองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน มีความสำคัญในการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล ดังนั้นการให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม หรือกระตุ้นให้บุคคลเกิดความเข้มแข็งในการมองโลกในระดับสูงนั้น จึงควรพิจารณาองค์ประกอบในทุก ๆ ด้านไปพร้อม ๆ กัน ไม่อาจแบ่งแยกได้ และบุคคลควรได้รับการช่วยเหลือให้มีความเข้มแข็ง

ในการมองโลกอยู่ในระดับที่สูงอยู่เสมอ เพื่อให้สามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยสามารถให้การช่วยเหลือบุคคลได้ ดังนี้

1. ทำให้บุคคลมีการรับรู้ว่ามีปัญหานั้นสามารถเข้าใจได้ อธิบายได้ด้วยเหตุผล โดยการช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจตนเอง เข้าใจว่าปัญหาของตนเองคืออะไร เข้าใจถึงความต้องการของตนเอง ทราบว่าตนเองมีลักษณะหรือบุคลิกภาพอย่างไร และใช้สติปัญญาในการทำความเข้าใจปัญหานั้น ๆ
2. ทำให้บุคคลเข้าใจว่าปัญหานั้นสามารถแก้ไขได้ โดยการให้ความรู้แก่บุคคลในเรื่องที่เป็นปัญหา ให้การสนับสนุน ให้ความช่วยเหลือในด้านการเงิน อาหาร เสื้อผ้า หรือวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่จะช่วยให้ปัญหานั้นสามารถคลี่คลายลงได้ รวมไปถึงให้การดูแลทางด้านสุขภาพเกี่ยวกับการป้องกันรักษาโรค ส่งเสริมให้มีสุขภาพที่แข็งแรง ตลอดจนให้คำปรึกษาถึงวิธีการเผชิญกับความเครียด เช่น การพิจารณาปัญหาด้วยเหตุผล การมีความยืดหยุ่นในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีรูปแบบของการรับรู้ ประเมินสิ่งเร้า และจัดการกับสิ่งเร้าในทางที่สร้างสรรค์ ซึ่งการมีข้อมูลพื้นฐาน สังคมและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในชุมชน จะทำให้เกิดการช่วยเหลือเหล่านี้นี้ขึ้นมา
3. ทำให้บุคคลรับรู้ว่ามีคุณค่าควรแก่การแก้ไข จากการที่บุคคลมีปรัชญาหรือคติในการดำเนินชีวิต มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่ทำให้บุคคลมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ และมีแรงจูงใจในการแก้ปัญหาหรือมีเป้าหมายในชีวิต สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น

ความเข้มแข็งในการมองโลกของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกัน โดยมีตั้งแต่ระดับต่ำไปจนถึงระดับค่อนข้างสูง แต่ไม่มีบุคคลใดที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกในระดับสมบูรณ์แบบ (Antonovsky, 1982 อ้างถึงใน กนกนุช ชื่นเลิศสกุล และคณะ, 2543) ซึ่งความแตกต่างนี้จะขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก มีรายละเอียด ดังนี้

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก

ปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่งได้ทำการศึกษาโดยนักวิจัยหลายท่านทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ โดยผู้วิจัยได้นำมารวบรวมและแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 ด้าน คือ ปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล ด้านจิตใจ และด้านสังคมและเศรษฐกิจ

1. ด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล

1.1 เพศ จากการศึกษาของสุทธาทิพย์ วรรณกุล (2550) ที่ได้ศึกษาเรื่องความเข้มแข็งในการมองโลก และการปรับตัวของนักศึกษาที่พักในหอพักของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า นักศึกษาชายมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่านักศึกษาหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งอาจเกิดจากการที่สังคมไทยถือว่าเพศชายเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็ง เป็นผู้นำ และมี

ร่างกายที่แข็งแรงกว่า แต่จากการศึกษาของสมพร สุทัศน์ (2545) เกี่ยวกับการพัฒนาแบบทดสอบความเข้มแข็งในการมองโลกสำหรับวัยรุ่น พบว่า เพศหญิงและเพศชายมีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเพนแลนตาและแลป (Pallanta & Laeb, 2002) โดยทำการศึกษารื่อง ความเข้มแข็งในการมองโลก ความผาสุก การเผชิญความเครียด และปัจจัยด้านบุคลิกภาพพื้นฐานของบุคคลในผู้ที่มีอายุ 18 – 82 ปี พบว่าทั้งเพศชายและเพศหญิงมีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกัน โดยอาจเป็นผลมาจากในปัจจุบันนี้วัยรุ่นหญิงมีโอกาสรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้มากขึ้นจากหลาย ๆ ช่องทาง และสังคมให้การยอมรับบทบาทของผู้หญิงเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นเพศชายและเพศหญิงจึงมีความเข้าใจและมั่นใจ ในการจัดการกับความตึงเครียดไม่แตกต่างกัน ทำให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกในระดับที่ไม่แตกต่างกัน

1.2 อายุ ความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลจะมีการพัฒนาดังตั้งแต่วัยเด็กจนกระทั่งมีความชัดเจนในช่วงของวัยรุ่น และพัฒนาถึงระดับที่ค่อนข้างคงที่เมื่ออายุประมาณ 30 ปี (Antonovsky, 1987 cited in Hakanen, Feldt, & Leskinen, 2006) ซึ่งจากการศึกษาของสมพร สุทัศน์ (2545) เรื่องการพัฒนาแบบทดสอบความเข้มแข็งในการมองโลกสำหรับวัยรุ่น พบว่า วัยรุ่นอายุ 16 – 18 ปี มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าวัยรุ่นที่มีอายุ 13 – 15 ปี สอดคล้องกับการศึกษาของเพนแลนตาและแลป (Pallanta & Laeb, 2002) ซึ่งได้ทำการศึกษารื่อง ความเข้มแข็งในการมองโลก ความผาสุก การเผชิญความเครียด และปัจจัยด้านบุคลิกภาพพื้นฐานของบุคคลในผู้ที่มีอายุ 18 – 82 ปี พบว่า ผู้ที่มีอายุมากกว่ามีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่มีอายุมากกว่านั้นมีโอกาสได้รับประสบการณ์และเรียนรู้วิธีการเผชิญปัญหาได้มากกว่า แต่อย่างไรก็ตามความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลก็อาจเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ตามประสบการณ์ที่บุคคลได้รับ และผลลัพธ์จากการจัดการปัญหาเหล่านั้น ซึ่งอาจจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวแตกต่างกันไป

1.3 ระดับการศึกษา Antonovsky (1982 อ้างถึงใน จินตาวรรณ อุดมพัฒนกร, 2539) เชื่อว่า การศึกษามีส่วนช่วยให้บุคคลมีการพัฒนาความรู้ สติปัญญา การคิดอย่างมีเหตุผล และนำสิ่งต่าง ๆ ที่เรียนรู้ มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงได้อย่างเหมาะสม โดยจากการศึกษาของชมนาด สุ่มเงิน (2543) พบว่า ผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่มีระดับการศึกษาสูง จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าคนที่มีการศึกษาในระดับที่ต่ำกว่า เนื่องจากการศึกษาช่วยให้ผู้สูงอายุเผชิญกับความเจ็บป่วยได้ดี ลดความสับสน แต่จากการศึกษาของสุทธาทิพย์ วรรณกุล (2550) ที่ได้ศึกษาเรื่องความเข้มแข็งในการมองโลก และการปรับตัวของนักศึกษาที่พักในหอพักของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กลับพบว่านักศึกษาที่เรียนอยู่ในชั้นปีที่ต่างกันมีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกัน

1.4 สถานภาพสมรส จากการศึกษาของชมนาด สุ่มเงิน (2543) เรื่องปัจจัยที่เป็นตัวทำนายความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ พบว่าผู้ป่วยที่มีสถานภาพหย่าหรือแยกกันอยู่จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ เนื่องจากผู้ที่ไม่มีคู่สมรสมักขาดคนดูแลและให้กำลังใจ จึงทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ ขาดเพื่อน และขาดความสุขในการดำเนินชีวิต ในขณะที่คนที่มิมีสถานภาพสมรสจะคอยให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความเอาใจใส่ ห่วงใย เอื้ออาทร และให้กำลังใจต่อกัน สิ่งเหล่านี้จะส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกมั่นคงทางอารมณ์ และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้มีความมั่นใจในการแก้ไขปัญหา และมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น

1.5 ชาวปัญญาทางอารมณ์ คือ การเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง รู้จักควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงจุดหมาย และเมื่อมีปัญหาที่จะสามารถแก้ไขลดความขัดแย้งนั้นลงได้ ด้วยแนวทางที่สร้างสรรค์ (เทอดศักดิ์-เดชคง, 2548) ดังนั้นบุคคลที่มีชาวปัญญาทางอารมณ์สูง จึงเป็นคนที่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ใช้ชีวิตได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี มีมุมมองที่สร้างสรรค์ในการเผชิญความเครียด ซึ่งจะส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล จากการศึกษาของศิริพันธ์ สุระรัมย์ (2546) เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนที่มีชาวปัญญาทางอารมณ์สูงจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

1.6 ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่าง ๆ (Maslow, 1970 อ้างถึงในศิริพันธ์ สุระรัมย์, 2546) ซึ่งบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และกล้าที่จะเผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้น สามารถนำแหล่งประโยชน์ที่ตนมีมาใช้ในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม และทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงพบว่าบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น (ศิริพันธ์ สุระรัมย์, 2546; ปริญา สิริอิตตะกุล, 2550)

1.7 ความหวังและการวางเป้าหมายในอนาคต ความหวังเป็นสิ่งที่มียุทธวิธีในชีวิตของมนุษย์ เป็นแรงขับภายในที่แสดงออกมาทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำอย่างเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์หรือความเครียดต่าง ๆ ได้ ตลอดจนจนสามารถบรรลุถึงความสำเร็จที่ตนคาดหวังไว้ได้ ดังนั้นเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งกระตุ้นความเครียด บุคคลที่มีความหวังจะสามารถเปลี่ยนความหมายของสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้น เป็นสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดความตึงเครียด โดยมีความมุ่งหมายว่าจะสามารถผ่านเหตุการณ์นั้นไปได้และพบเจอกับสิ่งที่ดีกว่าในอนาคต (ชมนาด สุ่มเงิน, 2543) โดยมีสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา ซึ่งได้ศึกษาในเด็กนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนที่มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตสูงจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง (ศิริพันธ์ สุระรัมย์, 2546; สุวรรณ ก่อสุวรรณวงศ์, 2550) สอดคล้องกับการศึกษาของปริญญา สิริอัคระกุล (2550) เกี่ยวกับโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความเข้มแข็งในการมองโลกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี พบว่านักศึกษาที่มีการกำหนดเป้าหมายในอนาคตจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงเช่นเดียวกัน รวมทั้งการศึกษาของชมนาด สุ่มเงิน (2543) ซึ่งพบว่าผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่มีความหวังอยู่ในระดับสูง จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น สำหรับสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ถึงแม้ว่าจะมีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่เด็กและวัยรุ่นก็ยังมีความหวังว่าจะเกิดความสามัคคี และความสงบสุขขึ้นในพื้นที่ (องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย, 2551) ซึ่งความหวังเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลมีจิตใจที่มั่นคง พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหา และสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ท่ามกลางความเครียดได้ (นวลจันทร์ พรหมศรีพิทักษ์, 2543)

ในส่วนของปัจจัยอื่น ๆ ด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล เช่น อาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัว และลักษณะครอบครัว ฯลฯ ยังไม่พบรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยดังกล่าว นอกจากนี้ก็ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยด้านจิตใจ ที่มีความเกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลก โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2. ด้านจิตใจ

2.1 ความเครียดและความวิตกกังวล เป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกายในการรับมือกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าของตนเอง ซึ่งมีทั้งส่วนที่ดีและไม่ดี (มรรยาท รุจิวิทย์, 2548) โดยความเครียดในระดับต่ำจะเป็นแรงผลักดันให้บุคคลมีความมุ่งมั่นตั้งใจและพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จตามเป้าหมาย ในขณะที่ความเครียดในระดับสูงจะเป็นผลร้ายต่อบุคคลโดยทำให้ความสามารถในการรับรู้สิ่งแวดล้อมลดลง ซึ่งจะเป็นอุปสรรคทำให้บุคคลไม่สามารถปรับตัวได้ และมีการเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่เหมาะสม โดยจากการศึกษาของวูลฟ์และ ราทเนอร์ (Wolff, & Ratner, 1999) พบว่าบุคคลที่มีความเครียดในระดับสูงจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ สอดคล้องกับการศึกษาของปริญญา สิริอัคระกุล (2550) ซึ่งพบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรีจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้นเมื่อมีความวิตกกังวลน้อย

2.2 โรคเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เป็นภาวะผิดปกติที่เกิดขึ้นภายหลังจากบุคคลประสบกับเหตุการณ์รุนแรงต่าง ๆ จนติดอยู่กับความรู้สึกลัว หวาดหวั่น และหวาดวิตก โดยมักยึดติดอยู่กับเหตุการณ์นั้นจนทำให้เกิดผลเสียต่อชีวิตประจำวัน การทำงาน ตลอดจนการทำหน้าที่ในสังคม เมื่อเกิดปัญหาที่ไม่มีพลังมาแก้ไข และไม่ยอมรับต่อสิ่งที่เกิดขึ้น (รณชัย คงสกนธ์, 2548) จึงไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ และมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลง สอดคล้องกับการศึกษาของ

ฟอร์เมอร์เกอร์ และคณะ (Frommberger et al., 1999) เกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลกและการพัฒนาของโรคเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (PTSD) จากอุบัติเหตุจราจร ในผู้ที่ประสบอุบัติเหตุจำนวน 30 คน พบว่า ผู้ป่วยที่เป็น PTSD หลังจากประสบอุบัติเหตุมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำกว่าผู้ป่วยที่ไม่มีภาวะ PTSD อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับการศึกษาในผู้หญิงหลังแท้งบุตรที่มีอาการ PTSD พบว่า ผู้หญิงเหล่านี้จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำลง (Engelhard et al., 2003) เช่นกัน

2.3 การปรับตัว เป็นการสร้างพฤติกรรมของบุคคลให้เข้ากับแบบแผนของสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง เพื่อให้ตนเองสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมนั้นได้อย่างปกติสุขทั้งกายและใจ (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2545) โดยคนที่ปรับตัวได้ดีต้องมีความเข้าใจ และเห็นถึงคุณค่าของตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้น ตลอดจนมั่นใจว่าตนเองจะจัดการกับการเปลี่ยนแปลงนั้นได้ ดังนั้นคนที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำความเข้าใจ บริหารจัดการ และให้คุณค่ากับสิ่งต่าง ๆ ได้ดี จึงมีโอกาปรับตัวได้ดีเมื่อประสบกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในชีวิต ในขณะที่คนที่มึนงงใจอ่อนแอ อาจทนต่อความกดดันไม่ได้ จนทำให้เกิดความผิดปกติในการปรับตัวได้ ดังนั้นการศึกษาของชลิกร บุญประเสริฐ (2543) พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีการปรับตัวได้ดี จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

2.4 กลไกทางจิต คือ กระบวนการทางจิตที่เกิดขึ้นโดยจิตใต้สำนึก เพื่อขจัดความคับข้องใจหรือความขัดแย้งในจิตใจ ทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัย และคงความมีคุณค่าในตนเองไว้ กลไกทางจิตมักเกิดขึ้น โดยอัตโนมัติเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยคนแต่ละคนมีการใช้กลไกทางจิตแตกต่างกันขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ภูมิหลัง และบุคลิกลักษณะ (มรรยาพร รุจิวิทย์, 2548) ซึ่งการใช้กลไกทางจิตที่เหมาะสม จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม และมีความอดทนหรือเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น จึงเกิดการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกมากขึ้น จากการศึกษาของชูชาติ ศิริมรัมย์, อมร สุวรรณนิมิตร และสุวดี จันดีกระยอม (2550) พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีการใช้กลไกทางจิตแบบบรรลุมิภาวะ เช่น การประนีประนอมต่อเหตุการณ์ และการมีอารมณ์ขัน มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง

2.5 การเผชิญความเครียด เป็นการเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมเพื่อตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคามบุคคล มี 2 ลักษณะ คือ การเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา และการเผชิญความเครียดโดยมุ่งปรับอารมณ์ (จำลอง ดิษขวณิช และพริ้มเพรา ดิษขวณิช, 2545) เมื่อเผชิญกับสิ่งกระตุ้นความเครียด บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จะมองว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่มิอันตรายน้อย และตนเองสามารถดึงเอาแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่มาใช้จัดการกับสิ่งกระตุ้นความเครียดนั้นได้ ทำให้มีการพัฒนาความสามารถในการเผชิญความเครียดเพิ่มขึ้น ในขณะเดียวกัน

คนที่มีความสามารถในการเผชิญความเครียดสูง ก็จะมีโอกาสประสบความสำเร็จในการจัดการกับปัญหามากขึ้น จึงมีการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้นเช่นกัน (Horsburgh, 2000) สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับความเข้มแข็งในการมองโลกและแหล่งประโยชน์ในการเผชิญความเครียดของมารดาเด็กหูหนวก พบว่า มารดาเด็กหูหนวกที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จะมีการเผชิญความเครียดเหมาะสมมากขึ้น (Hintermair, 2004)

3. ด้านสังคมและเศรษฐกิจ

3.1 ประสิทธิภาพด้านลบในอดีต จากการศึกษาของ โควาล และคณะ (Kowal et al., 2007) เกี่ยวกับเหตุการณ์รุนแรงในชีวิตและความเข้มแข็งในการมองโลกของเด็กนักเรียนวัยรุ่นอายุ 16 – 19 ปี ในเมืองลูบลิน (Lublin) พบว่า วัยรุ่นหญิงที่มีประสิทธิภาพได้รับความรุนแรงทางร่างกาย จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ และวัยรุ่นทั้งหญิงและชายที่มีประวัติถูกทำร้ายทางอารมณ์จะมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำเช่นเดียวกัน และจากการศึกษาของคิลีญา แก้วเหล็ก (2547) พบว่า วัยรุ่นหญิงที่ถูกทารุณกรรมมีความเข้มแข็งในการมองโลกโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูงร้อยละ 50.88 และมีความสามารถด้านการให้ความหมายอยู่ในระดับสูง แต่จะมีความสามารถด้านการบริหารจัดการและการทำความเข้าใจอยู่ในระดับต่ำ การที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงอย่างทันทีทันใด โดยไม่ได้คาดการณ์ไว้ล่วงหน้า ทำให้บุคคลไม่มีเวลาในการรับมือกับสถานการณ์นั้น จึงไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ จนส่งผลให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ (คิลีญา แก้วเหล็ก, 2547)

3.2 การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลในเครือข่ายสังคม ได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์และสังคม สิ่งของ ข้อมูล ซึ่งการสนับสนุนนี้จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญและตอบสนองต่อความเจ็บปวด หรือความเครียดในเวลาที่ยาวนานขึ้น (Thoits, 1982 อ้างถึงใน เซอร์ ทองเพ็ญ, 2537) การสนับสนุนทางสังคมเป็นการเพิ่มความช่วยเหลือต่าง ๆ แก่บุคคล ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยเสริมให้บุคคลจัดการกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น และเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลรับรู้ว่าตนเองได้รับการปกป้อง โดยบุคคลอาจมองว่าความเครียดเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดอุปสรรคในชีวิต แต่การสนับสนุนทางสังคมจะเป็นแหล่งส่งเสริมให้บุคคลสามารถบริหารจัดการกับความเครียดได้ดียิ่งขึ้น (จำลอง ดิษยวณิช และพริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2545) ทำให้บุคคลมีความสำเร็จในการเผชิญความเครียด และรู้สึกว่าตนเองมีแหล่งประโยชน์เพียงพอที่จะใช้ในการเผชิญกับความเครียดนั้น ส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงของความเข้มแข็งในการมองโลก จากการศึกษาของ เซอร์ ทองเพ็ญ (2537) พบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เพิ่มขึ้น จะทำให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของปิติมา ฉายโอกาส (2546) พบว่าพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลรัฐเขตกรุงเทพมหานครที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูง จะมีความสุขสมบูรณ์

มากขึ้น และจากการศึกษาของชมณาด สุ่มเงิน (2543) เกี่ยวกับปัจจัยที่เป็นตัวทำนายความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ พบว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากจะมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง เช่นเดียวกับการศึกษาของวูลฟ์ และราทเนอร์ (Wolff, & Ratner, 1999) ซึ่งพบว่าหากบุคคลได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น ก็จะส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น

3.3 สภาพครอบครัว เมื่อบิดามารดาได้รับบาดเจ็บจากเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะจากสงครามหรือความขัดแย้งทางการเมือง จะส่งผลกระทบโดยตรงต่อกระบวนการสร้างความผูกพันระหว่างเด็กและพ่อแม่ โดยอาการบาดเจ็บรุนแรงจะทำให้พ่อแม่มีความพร้อมและความสามารถในการตอบสนองความต้องการของลูกลดลง ส่งผลให้มีความผูกพันต่อกันน้อย วัยรุ่นจึงรู้สึกว่าเขาเองไม่มีความสามารถ และส่งผลให้มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ (Han, 2005)

3.4 การอบรมเลี้ยงดู การเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยเป็นการเลี้ยงดูแบบที่ผู้ปกครองจะเปิดโอกาสให้เด็กได้ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ทำให้เด็กมีความเชื่อมั่นในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เมื่อเกิดปัญหาจะสามารถแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จึงมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง (ปริญญา สิริอิตตะกุล, 2550; ศิริพันธ์ สุระรัมย์, 2546) ในขณะที่เด็กที่ได้รับการอบรมแบบอัตตาธิปไตยและเข้มงวด จะขาดความมั่นใจในการเผชิญปัญหา และไม่มั่นใจว่าตนเองมีแหล่งสนับสนุนที่เพียงพอ จึงทำให้เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดดันมีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ (ศิริพันธ์ สุระรัมย์, 2546)

3.5 รายได้ฐานะทางเศรษฐกิจจะเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเผชิญปัญหาของบุคคล โดยเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมในการหาสิ่งสนับสนุนมาใช้ในการแก้ปัญหาหรือเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ โดยจากการศึกษาของชมณาด สุ่มเงิน (2543) พบว่า การมีรายได้เพียงพอมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งในการมองโลก

ถึงแม้ว่าวัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ จะต้องใช้ชีวิตอยู่ในสถานการณ์ความรุนแรง ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งในสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดตามรูปแบบจำลองซาตูโทเจนิค และผลจากการจัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดนี้ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล แต่ก็ยังคงมีปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลก นอกเหนือจากประสบการณ์ความรุนแรงที่ได้รับ เช่น การอบรมเลี้ยงดู สภาพครอบครัว บทบาทหน้าที่ โอกาสทางสังคม และลักษณะนิสัยของบุคคล ซึ่งความแตกต่างเหล่านี้ล้วนมีผลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลทั้งสิ้น (Antonovsky, 1982 อ้างถึงใน กนกนุช ชื่นเลิศสกุล และชูชัน ชีวะพูนผล, 2543; Horsburgh, 2000) ดังนั้นการศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ในครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้มีการศึกษาโดยจำแนกตามความแตกต่างของข้อมูลทั่วไป

ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะครอบครัว รายได้ของครอบครัว การรับรู้ข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์ การได้รับการสนับสนุนทางสังคม และจังหวัดที่อยู่อาศัย เพื่อจะได้ทราบถึงความเข้มแข็งในการมองโลกของวัยรุ่นในแต่ละกลุ่มตามความแตกต่างดังกล่าว และใช้เป็นแนวทางในการศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งเพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการดูแลวัยรุ่นในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข และไม่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงต่อไป