

การบ่มเพาะความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด: มุมมองของเยาวชนที่ใช้สารเสพติด

จินท์จุฑา ชัยเสนา ดาลาส, Ph.D.^{1*} พรชัย จุลเมตต์, Ph.D.¹ ภาคินี เดชชัยยศ, M.Sc.²
มนตรี ชุนอินทร์ทอง, M.S.N.³ สรวิช บุญประชุม, Lt.⁴ ทองสวย สีทานนท์, Ph.D.⁵

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อบรรยายความหมายของการบ่มเพาะของความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดตามมุมมองของเยาวชนที่ใช้สารเสพติด ผู้ให้ข้อมูลคือเยาวชนที่ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพยาเสพติดที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองและสถานบำบัดยาเสพติดเอกชน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 2 ราย และการสนทนากลุ่มจำนวน 8 ราย วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์แก่นสาระเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า เยาวชนให้ความหมายความยืดหยุ่นในชีวิตคือการยอมรับกับความไม่แน่นอนของชีวิต และการสูญเสียหากล้มเหลว การบ่มเพาะของความยืดหยุ่นในชีวิต เกิดจากการตระหนักถึงการสร้างชีวิต สร้างคุณค่า การยืนหยัดแก้ปัญหา และการมีความหวังและกำลังใจจากบุคคลสำคัญ เยาวชนถ่ายทอดความคิดและประสบการณ์เกี่ยวกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดออกมาเป็น 5 ประเด็นหลัก คือ 1) ตัดอาวูให้ชีวิต พร้อมจิตใจและเผชิญ 2) คิดถึงและเป็นห่วงคนในครอบครัว 3) จัดการสิ่งแวดล้อม 4) มองกลับไปในอดีตเพื่อขีดเส้นทางของอนาคต และ 5) การต่อสู้ภายในอุปสรรคที่ต้องเผชิญ

ผลการวิจัยเสนอแนะว่า ควรบูรณาการมุมมองของเยาวชน มุมมองของผู้เชี่ยวชาญที่ดูแลเด็กและเยาวชน กลุ่มผู้บำบัดการเสพยาเสพติดในเยาวชน และหลักการแนวคิดพื้นฐานการบำบัดแบบการยอมรับและสร้างพันธสัญญา รวมถึงหลักฐานเชิงประจักษ์ ในการพัฒนาโปรแกรมการบำบัดแบบการยอมรับและสร้างพันธสัญญาเพื่อเสริมสร้างความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดในเยาวชนที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพยาเสพติดต่อไป

คำสำคัญ: เยาวชน การบ่มเพาะ ความยืดหยุ่นในชีวิต ความตั้งใจเลิกเสพยาเสพติด การวิเคราะห์แก่นสาระเนื้อหา

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

² อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

³ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลบางปะกง

⁴ เรือเอก โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพเรือ 2 สัตหีบ ชลบุรี

⁵ อาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

* ผู้เขียนหลัก e-mail: jinjuthatawan@gmail.com

Cultivating Resilience in Life and Drug Abstinence Intention: Perspectives of Substance-Abusing Youths

Jinjuta Chaisena Dallas, Ph.D.¹, Pornchai Joulmet, Ph.D.¹, Pakinee Dechchaiyos, M.Sc.²,
Montree Khuninthong, M.S.N.³ Sorawit Boonchuam, Lt.⁴, Thongsouy Sitanon, Ph.D.⁵

Abstract

The purpose of this qualitative research was to describe the meaning of cultivating resilience in life and intention to abstain from drugs from youths' perspective. Participants were ten substance-abusing youths who had undergone treatment at Wiwatpollamuang School and private treatment facility. Interview guidelines were developed for in-depth interviews and focus group discussion. Data were collected by in-depth interviews of two youths, while the other eight youths participated in a focus group. Data were analyzed using thematic analysis.

The results showed that the youths defined resilience in life as acceptance of life's uncertainties and the problem fighters who dared to face them. Cultivating resilience in life resulted from realizing life's creation and creating values, persisting in solving problems, and receiving hope and encouragement from significant others. The youth conveyed their thoughts and experiences about their intentions to abstain from substance abuse in terms of five main themes: 1) developing life "weapons" to prepare for conquering and facing substance abuse challenges, 2) missing and concern for their families, 3) managing the environment, 4) reflecting on the past to mark the path for the future, and 5) recognizing the internal struggles that were the obstacles to be faced. The results suggested that the youths' perspectives can be useful for improving substance abuse interventions. This perspective should be integrated with child and youth care experts' perspectives, youth drug addiction treatment groups, the fundamental concepts of acceptance and commitment therapy, and other research evidence to develop an acceptance and commitment therapy that would enhance resilience in life and intention to quit substance abuse among youth.

Key words: Youth, cultivation, resilience, intention to drug abstinence, thematic analysis

¹ Assistant Professor, Faculty of Nursing, Burapha University

² Lecturer, Faculty of Nursing, Burapha University

³ Registered nurse, Bangpakong Hospital

⁴ Lieutenant Colonel, Citizens Developing School, Royal Thai Navy 2, Sattahip, Chonburi

⁵ Lecturer, Prapokkhao Nursing College, Chantaburi

* Corresponding author e-mail: jinjuthatawan@gmail.com

ความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์การใช้สารเสพติดเป็นปัญหาสำคัญของประเทศไทยและนานาชาติ จากรายงานของสำนักงานป้องกันยาเสพติดและปราบปรามอาชญากรรมแห่งสหประชาชาติ ระบุว่าในปี ค.ศ. 2018 มีประชากรประมาณ 269 ล้านคนทั่วโลกที่ใช้ยาหรือสารเสพติดภายในเวลาหนึ่งปี และประชากรมากกว่า 35 ล้านคนทั่วโลกได้รับความทุกข์ทรมานหรือผลกระทบจากการใช้สารเสพติด (The United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC], 2020) เช่นเดียวกับในประเทศไทยที่ใช้สารเสพติดในเยาวชนไทยเป็นปัญหาสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสังคมและประเทศโดยตรง จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2562 พบว่า เยาวชนไทยที่มีอายุ 15-24 ปี ร้อยละ 39 มีประวัติการใช้สารเสพติด (The Office of the Narcotics Control Board [ONCB], 2019) ส่วนเยาวชนที่กระทำความผิดจนถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ร้อยละ 51.02 ของความผิดทั้งหมดเป็นคดีเกี่ยวกับสารเสพติดให้โทษ (Department of Juvenile Observation and Protection, Ministry of Justice of Thailand, 2019) ซึ่งเยาวชนที่ใช้สารเสพติดจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาสารเสพติดทั้งแบบสมัครใจและระบบบังคับบำบัดมีจำนวนสูงมากเกือบทุกปี ดังเช่น สถิติผู้ป่วยในยาเสพติดของสถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนีในปีงบประมาณ 2561-2563 พบว่า มีเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี เข้ารับการรักษา ยาเสพติดแบบผู้ป่วยในคิดเป็นร้อยละ 27.37, 22.70 และ 25.06 โดยพบว่าส่วนใหญ่เข้ารับการรักษาเนื่องจากเสพยาแอมเฟตามีน (Princess Mother National Institute on Drug Abuse Treatment, 2020) ดังนั้น การพัฒนากระบวนการบำบัดการเสพยาเสพติดที่มีประสิทธิภาพเป็นสิ่งที่น่าสนใจ และสามารถเพิ่มทางเลือกใหม่ ๆ ในการช่วยเหลือเยาวชนให้สามารถเลิกเสพยาเสพติดและมีความพร้อมในการกลับสู่สังคม

ความยืดหยุ่นในชีวิต (Resilience) เป็นปัจจัยปกป้องที่สำคัญในการป้องกันไม่ให้เยาวชนเข้าไปเกี่ยวข้องกับสารเสพติด (Grotberg, 2003) เพราะคุณลักษณะสำคัญของความยืดหยุ่นในชีวิต ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจ การแสวงหาการช่วยเหลือ และการ

ตระหนักรู้ในตนเอง เป็นคุณลักษณะที่จะทำให้เยาวชนตระหนักถึงอันตรายในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด (Barankin & Khanlou, 2007) ดังเช่นการศึกษาที่พบว่า การมีความยืดหยุ่นในชีวิตสูง ทำให้เยาวชนใช้สารเสพติดลดลง และมีการทำงานของสมองที่เกี่ยวข้องกับความจำดีขึ้น (Weiland et al. 2012) ความยืดหยุ่นในชีวิตจึงเป็นปัจจัยปกป้องที่สำคัญ ที่ช่วยลดปัญหาด้านอารมณ์ และจิตสังคมในเยาวชน นอกจากนี้ การหวังผลถึงความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดเป็นสิ่งหนึ่งที่ผู้บำบัดให้ความสำคัญ เพราะเป็นคุณสมบัติของบุคคลที่จะใช้เหตุผลหรือการใช้ข้อมูลในการพิจารณาอย่างเป็นระบบ ที่จะเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เกิดความมุ่งมั่นที่จะใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อแก้ไขปัญหามีความกระตือรือร้นในการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขความล้มเหลวของตนเอง มีความคาดหวังในผลการกระทำของตนเอง ดังเช่น การศึกษาที่พบว่าความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดสามารถป้องกันการกลับไปเสพยาซ้ำและทำให้ประสบความสำเร็จในการเลิกเสพยาเสพติดของเยาวชนผู้ใช้สารเสพติดได้ (Sirinuan, Suphankul, NooSorn, & Wongsawat, 2016) ดังนั้น การพัฒนากระบวนการบำบัดที่ช่วยพัฒนาความยืดหยุ่นในชีวิตและเพิ่มความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดเป็นสิ่งที่น่าสนใจ เพื่อเพิ่มทางเลือกใหม่ ๆ ในการบำบัดการเสพยาเสพติดในเยาวชน

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้เป็นการศึกษาข้อมูลเบื้องต้น (Preliminary study) เพื่อนำผลการวิจัยไปพัฒนาต่อยอดเป็นโปรแกรมกลุ่มบำบัดแบบการยอมรับและสร้างพันธสัญญา เพื่อเสริมสร้างความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกใช้สารเสพติดในเยาวชนที่ใช้สารเสพติด เนื่องจากเป็นการศึกษาแนวทางและพัฒนาเป็นโปรแกรมการบำบัดเยาวชนผู้ใช้สารเสพติดที่อยู่ในกระบวนการบำบัดรักษา การพัฒนากระบวนการบำบัด จึงจำเป็นต้องมีมุมมองของเยาวชนที่มีประสบการณ์ตรง รวมถึงความคิดเห็น ความเข้าใจ ความรู้สึก ความเชื่อ ความมุ่งมั่นตั้งใจของเยาวชน ดังนั้นการเข้าถึงความจริงนี้จึงต้องใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบการวิจัยเชิงคุณภาพที่วิธีการวิจัยเอื้ออำนวยให้เยาวชนที่ใช้สารเสพติดเปิดใจในการเล่าเรื่องราว ที่สะท้อนถึงการให้ ความหมาย การบ่มเพาะของความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติด เพื่อให้ข้อมูลสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ในการพัฒนาเป็นโปรแกรมการบำบัดแบบการยอมรับและสร้างพันธสัญญาเพื่อเสริมสร้างความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดในเยาวชนที่เข้าบำบัดรักษาเสพยาเสพติดต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อบรรยายความหมาย การบ่มเพาะของความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดตามมุมมองของเยาวชนที่ใช้สารเสพติด

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Descriptive qualitative research) เพื่อศึกษาสภาพปัญหา ทำความเข้าใจกับธรรมชาติวิถีคิด มุมมอง ความเข้าใจ การให้ความหมายถึง ความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกใช้สารเสพติด

ผู้ให้ข้อมูลและเกณฑ์การคัดเลือก

ผู้ให้ข้อมูลคือเยาวชนที่ใช้สารเสพติด ที่เข้ารับการบำบัดรักษาเสพยาเสพติดที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองแห่งหนึ่ง และสถานบำบัดยาเสพติดเอกชน ประกอบด้วยเยาวชนที่ใช้สารเสพติด จำนวน 2 ราย และการสนทนากลุ่มเยาวชนที่ใช้สารเสพติด จำนวน 8 ราย ผู้ให้ข้อมูลมีคุณสมบัติดังนี้ คือ มีอายุตั้งแต่ 18-25 ปี สัญชาติไทย และไม่มีปัญหาสุขภาพกายและจิตที่ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการให้ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview guideline) และแนวคำถามการสนทนากลุ่ม (Focus group interview guideline) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญทางการวิจัยเชิงคุณภาพ อาจารย์พยาบาล และอาจารย์ด้านจิตวิทยา จำนวน 3 ท่าน โดยมีแนวคำถามคือ 1) ท่านคิดว่าความยืดหยุ่นในชีวิต คืออะไร และอะไรคือสิ่งที่แสดงให้เห็นว่า ท่านมีความความยืดหยุ่นในชีวิต 2) ท่านมีความยืดหยุ่นในชีวิตหรือไม่อย่างไร 3) ท่านคิดว่าการมีความยืดหยุ่นในชีวิต จะช่วยเพิ่มความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดและปกป้องไม่让您กลับไปใช้สารเสพติดได้หรือไม่อย่างไร 4) ท่านคิดว่าอะไรคืออุปสรรคในการที่ท่านจะเลิกเสพยาเสพติด และกลับไปสู่ครอบครัว ชุมชนได้

5) ท่านคิดว่าจะมีแนวทางการพัฒนาความยืดหยุ่นในชีวิตของเยาวชนที่ใช้สารเสพติดอย่างไร 6) สิ่งที่จะทำให้ท่านประสบความสำเร็จในการเลิกเสพยาเสพติดคืออะไร 8) ท่านในฐานะเยาวชน ต้องการการช่วยเหลืออะไรบ้างในการพัฒนาความยืดหยุ่นในชีวิตจนนำไปสู่ความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดและปกป้องไม่让您กลับไปใช้สารเสพติดได้

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยครั้งนี้จะผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยบูรพา เลขที่ Sci 018/ 2562 ก่อนดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล คณะผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยคำนึงถึงความยินยอมของกลุ่มตัวอย่างเป็นหลัก โดยจะชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัย การทำวิจัยครั้งนี้เป็นไปตามความสมัครใจโดยไม่มีผลต่อการบำบัดสารเสพติด หรือผลกระทบใด ๆ ต่อผู้เชี่ยวชาญ หากกลุ่มตัวอย่างยินดียินยอมเข้าร่วมวิจัยจะให้ลงลายมือชื่อในใบยินยอม ระหว่างการวิจัยหากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจหรือไม่ต้องการเข้าร่วมวิจัย สามารถบอกเลิกได้โดยไม่ต้องชี้แจงเหตุผลหรือคำอธิบายใด ๆ และไม่มีผลกระทบต่อกิจกรรมแต่อย่างใด ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการทำวิจัยในครั้งนี้ถือเป็นความลับไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุลที่แท้จริง การนำเสนอข้อมูลเป็นไปในภาพรวมเท่านั้น และหากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามคณะผู้วิจัยได้ตลอดเวลา ในกรณีที่สัมภาษณ์เด็กและเยาวชนอาจมีผลกระทบกระเทือนจิตใจบ้าง ผู้วิจัยสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่ม ด้วยท่าทีที่เป็นมิตร บรรยากาศเป็นกันเอง ไม่กดดัน ผู้ให้ข้อมูล ใช้ภาษาของเด็กวัยรุ่น สถานที่ที่เป็นส่วนตัว และไม่มีการทำที่ตำหนิหรือตัดสินผู้ให้ข้อมูล ในกรณีที่ให้ข้อมูลแล้วเกิดผลกระทบด้านจิตใจ และรู้สึกไม่สะดวกใจต่อการให้ข้อมูล ผู้วิจัยแจ้งว่าสามารถยุติการให้ข้อมูล โดยไม่มีการแจ้งยุติการให้ข้อมูลระหว่างสัมภาษณ์และไม่มีผลกระทบต่อการบำบัดสารเสพติด

การเก็บข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลโดย 1) การสัมภาษณ์เชิงลึก ความคิดเห็นของเยาวชนจากสถานบำบัดโรงเรียนวิวัฒน์

พลเมืองแห่งหนึ่ง และสถานบำบัดยาเสพติดเอกชน โดยใช้แนวคำถามการสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ มีการบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ สัมภาษณ์คนละ 1 ครั้ง โดยใช้เวลาดังกล่าว 60-90 นาที สัมภาษณ์ในห้องประชุมเล็กที่มีความมิดชิดและเป็นส่วนตัว มีผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น 2 คน และ 2) การเก็บข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม เพื่อรับฟังความคิดเห็นของเยาวชนจากสถานบำบัดโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง และสถานบำบัดเอกชนแห่งหนึ่ง โดยใช้แนวคำถามการสนทนากลุ่ม มีการบันทึกเสียงการสนทนากลุ่ม ดำเนินการสนทนากลุ่ม 1 ครั้ง โดยใช้เวลาดังกล่าว 90 นาที ในห้องประชุมเล็กที่เงียบสงบ ไม่มีผู้อื่นรบกวน มีเยาวชนผู้ให้ข้อมูลทั้งสิ้น 8 คน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์แก่นสาระเนื้อหา (Thematic analysis) คือ 1) นำข้อมูลที่ได้มาถอดเทปคำต่อคำ (transcribed verbatim) 2) อ่านคำสัมภาษณ์หลาย ๆ รอบ เพื่อแยกข้อมูลประเด็นย่อย (categories) 3) จำแนก จัดหมวดหมู่ข้อมูล นำความเชื่อมโยงมาขยายความ และสรุปเป็นประเด็นหลัก (theme) 4) ตรวจสอบข้อค้นพบ ที่เป็นประเด็นหลัก ประเด็นย่อย สรุปข้อคิดเห็น (Braun & Clarke, 2006)

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างความน่าเชื่อถือของการวิจัย โดย

1. เลือกผู้ให้ข้อมูลที่มีความเหมาะสมและเป็นตัวแทนเยาวชนที่มีประสบการณ์ตรงในการเป็นผู้ใช้สารเสพติดและเข้ารับการบำบัดรักษาเสพติด จึงทำให้เพิ่มความถูกต้องของข้อมูล (credibility)
2. นำข้อมูลที่เป็นผลการวิเคราะห์ข้อมูลในประเด็นหลักและประเด็นย่อยต่าง ๆ ให้ที่มิวิจัยและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ (peer debriefing) ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดรักษาเสพติดและงานวิจัยเชิงคุณภาพ
3. การตรวจสอบด้าน ความคงที่ สอดคล้องกับข้อมูล (dependability) ด้วยการที่ผู้วิจัย ดำเนินการวิจัยตามระเบียบและขั้นตอน แสดงให้เห็นชัดเจนถึงกระบวนการได้มาซึ่งข้อมูล ทำให้ตรวจสอบเส้นทางการวิจัยได้ (Audit trail) นำเสนอข้อมูลครบถ้วน ประเด็นข้อค้นพบได้รับการยืนยันและพิจารณาร่วมกันในที่มิวิจัย

และที่ปรึกษาโครงการวิจัย

4. การตรวจสอบด้านการยืนยันผลการวิจัย (confirmability) ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลและบันทึกไว้อย่างเป็นระบบ ทั้งการสัมภาษณ์ การถอดเทป การตรวจสอบกลับด้วยการอ่านบันทึกการถอดความพร้อมการฟังเทปซ้ำ มีการอ้างอิงคำพูด (quotation) ของผู้ให้ข้อมูลในการนำเสนอข้อมูล โดยใช้ถ้อยคำของผู้ให้ข้อมูลให้มากที่สุด และตัดบางเนื้อหาที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป เพื่อสื่อความหมายที่กระชับ นอกจากนี้ ในขั้นตอนการวิเคราะห์คำสำคัญ (significant statement) การจัดกลุ่มข้อมูล (category) การเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อมูล และการจัดกลุ่มตามประเด็นใจความหลัก (theme) ผู้วิจัยทำร่วมกับที่มิวิจัยทั้งสิ้น 4 คน มีผู้สัมภาษณ์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล 2 คน และร่วมจัดการข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล 4 คน และนำข้อมูลเข้าร่วมประชุมวิเคราะห์และอภิปรายผลกับที่ปรึกษาโครงการวิจัย เพื่อให้ผลการวิจัยมีความน่าเชื่อถือ

5. ความสามารถในการนำไปศึกษาหรืออธิบายกรณีอื่นที่มีลักษณะและเงื่อนไขคล้ายคลึงกัน (transferability) งานวิจัยนี้ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายในการอธิบาย อ้างอิงในประชากรทั่วไป แต่สามารถอธิบายในบริบทการถอดบทเรียนจากเยาวชนที่ใช้สารเสพติด แต่อาจนำไปพิจารณาในกลุ่มอื่น ๆ ที่บริบทใกล้เคียงได้

ผลการวิจัย

เยาวชนที่ใช้สารเสพติดและเข้าบำบัดที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง และศูนย์บำบัดรักษาเสพติดเอกชน จำนวน 10 คน ทั้งหมดเป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 19-24 ปี เข้ารับการบำบัดรักษาครั้งแรก 4 คน มากกว่า 2 ครั้ง 6 คน ซึ่งได้ให้ข้อมูลเชิงการเล่าเรื่องที่สะท้อนถึงความหมายการบ่มเพาะของความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติด ดังนี้

ความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิต

จากการสัมภาษณ์เยาวชนที่ใช้สารเสพติด จำนวน 10 คน ถึงความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิต ตามการรับรู้ความคิดและประสบการณ์ ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามถึงความยืดหยุ่นในชีวิต ว่าคืออะไร มีความหมายอย่างไร อะไรคือสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าคุณมีความยืดหยุ่นในชีวิต เยาวชนที่

ใช้สารเสพติดได้ให้ความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิต ออกมาเป็น 2 ประเด็น คือ การยอมรับความไม่แน่นอนของชีวิต และคนมีปัญหา กล้าเผชิญ ดังการเล่าเรื่องจากการสัมภาษณ์เยาวชน ดังนี้

การยอมรับกับความไม่แน่นอนของชีวิต: เยาวชนให้ความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิตว่า คือ การเข้าใจและยอมรับกับความไม่แน่นอนของชีวิต ว่าชีวิตคนเราอาจจะมีทั้งเรื่องหนัก เรื่องเบา มีขึ้นมีลงในแต่ละช่วงของชีวิตที่บางครั้งจึงต้องพยายามทำความเข้าใจ และมีการปรับมุมมองทางบวกต่อการยอมรับปัญหาและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต

“ความยืดหยุ่นในชีวิต คือการยอมรับกับความไม่แน่นอน ความขึ้น ๆ ลง ๆ ของชีวิตประมานนี้ แต่ละช่วงเวลาด้วย ผมว่าจะเป็นเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึกด้วย แล้วก็การกระทำของเราในแต่ละวัน แล้วก็บางที ความเข้าใจของเราต่อครอบครัวอะไรแบบนี้...อาจจะต้องมีแบบว่าอ่อนชะบ้าง หรือว่าบางสิ่งบางอย่างมันก็ไม่ได้หรืออาจจะต้องได้อะไรแบบนี้ละ มองว่ามันเป็นความไม่แน่นอนของชีวิตมากกว่า” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

“ก็เข้าใจว่าความยืดหยุ่นในชีวิตคือ เหมือนกับว่ามันจะมีผ่อนบ้าง หรือว่ามันอาจจะหนักบ้าง อาจก็ต้องยืดไปแบบนี้แหละชีวิตอะไรแบบนี้ละครับ ผมเข้าใจแบบนี้ละ” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

“ความยืดหยุ่นในชีวิต คือมุมมอง เช่น เราจะรับแรงกดดันอะไรได้ไหมอะไรอย่างนี้ แต่ผมก็พยายามคิดนะ พยายามมองโลกในแง่ดี ไม่มองแต่ทางลบ ไม่งั้นเราก็คงไม่ได้ทำอะไรเลย” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 6 อายุ 23 ปี)

คนสู้ปัญหา กล้าเผชิญ: เยาวชนให้ความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิตว่า คือ การเป็นคนที่มีจิตใจของนักสู้ ต่อสู้กับอุปสรรคเพื่อให้ผ่านไปให้ได้โดยไม่ท้อถอย กล้าเผชิญกับปัญหาไม่ว่าจะยากแค่ไหน ไม่ถอดใจมีใจที่แน่วแน่ เยาวชนบางคนเรียนรู้ความยืดหยุ่นในชีวิตจากบุคคลใกล้ตัว หรือบุคคลสำคัญในชีวิต ที่ทำให้เห็นและเชื่อว่ามีลักษณะของตัวเองแบบนั้น คือ ความยืดหยุ่นในชีวิต

“สิ่งที่ผมเข้าใจก็ประมาณว่ามันอาจจะมิตีบ้างใน

ชีวิต บางทีมันก็มีจุดที่แย่งบ้าง ส่วนตัวผมแล้วก็นึกถึงตัวเองก่อนเลย แต่ช่วงชีวิตแต่ละช่วงเวลาที่อาจจะจะมีอุปสรรคที่เข้ามาหลาย ๆ อย่าง เราก็ต้องเข้มแข็งหรือว่าสู้ให้ผ่านมันไปให้ได้ประมาณนี้ ผ่านหลาย ๆ อย่างได้ ในความคิดของผมมันเป็นเรื่องของภายในจิตใจมากกว่า จิตใจ ก็ส่วนมากจะมีลักษณะ มีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ จิตใจสำคัญมากคือถ้าจิตใจเราเข้มแข็ง หรือจิตใจเราคิดบวกก็อาจจะเข้มแข็งได้” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 1 อายุ 22 ปี)

“ถ้าถามถึงความยืดหยุ่นในชีวิต ผมเข้าใจว่ามันน่าจะเป็นแบบว่าความมั่นคงมากกว่า แบบว่าเวลาที่เราเจอเรื่องร้าย ๆ หรือว่าเจอเรื่องแย่ ๆ อุปสรรคอะไรต่าง ๆ เป็นความต่อเนื่องมากกว่าว่าตัวเราจะยืนได้หรือเปล่า เราจะแก้ไขปัญหามาได้ต่อเนื่องหรือเปล่าแค่นั้นครับ คือความหมายความคิดของผมว่าเป็นการกระทำมากกว่า การกระทำที่บ่งบอกถึงตัวตนเค้าว่า ตัวเขาเองเขาเข้มแข็ง ตัวเขาเองไม่อ่อนแอไม่ว่าจะเจออะไร ผมเข้าใจอย่างนั้น” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 2 อายุ 24 ปี)

“ก็แบบว่าเจอเห็น ๆ พ่อผมนี่แหละคนมีความยืดหยุ่นในชีวิต คนที่แข็งแรงในชีวิต พ่อผมลูกก็เยอะ แต่เค้าก็ไม่ถอดใจ คือเขาก็พยายามที่จะต่อสู้ขึ้นมา แล้วก็แก้ไขปัญหาของเขา ไม่ว่างก็ครั้งก็ทน เค้าล้มก็ครั้งเค้าก็เผชิญปัญหาตรงนั้น เขาก็ต้องแก้ไขให้ได้ ผมว่าเขาเข้มแข็งมาก” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

การบ่มเพาะความยืดหยุ่นในชีวิต

เยาวชนที่ใช้สารเสพติดถ่ายทอดการรับรู้ ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการสร้าง พัฒนา หรือบ่มเพาะความยืดหยุ่นในชีวิต เป็น 3 ประเด็น คือ การตระหนักถึงการสร้างชีวิต สร้างคุณค่า การยืนหยัดแก้ปัญหาและการมีความหวังและกำลังใจ

ตระหนักถึงการสร้างชีวิต สร้างคุณค่า: เยาวชนถ่ายทอดประสบการณ์ออกมาว่า การที่เขาจะพัฒนาความยืดหยุ่นในชีวิตได้ เขาต้องมองย้อนกลับไปถึงคนที่สำคัญในชีวิต การกลับไปทำบาปทวนหน้าที่ต่าง ๆ ที่สะท้อนตัวตนเพื่อที่จะสร้างชีวิต สร้างคุณค่าตนเองขึ้นมาใหม่

“มอง ๆ ถึงคนข้างหลังดีกว่า พ่อ แม่ ลูก ครอบครัว เพราะว่ากลัวว่าวันนึงจะสูญเสียพวกเขาไปแค่นั้นเอง มัน

เลยทำให้เรารู้สึกเข้มแข็ง พอได้แล้ว เบรกหยุดไว้ตรงนี้ได้กว่า เรากี่เสปมานานแล้วครับ” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษา ยาเสพติดคนที่ 1 อายุ 22 ปี)

“ก็ต้องบอกตัวเองว่าต้องกลับไปเป็นพ่อที่ดีให้กับ ลูกอะครับ เพราะผมไม่อยากให้ลูกมีพ่อติดยา หรือว่า ไม่อยากให้ลูกมีพ่อเป็นซี้คูกอะไรแบบนี้อะ ผมไม่อยากให้ ถึงวันนั้น ผมว่าถ้าผมมองตรงนี้มากกว่าในตัวข้างหน้าอาจ จะทำให้ผมรู้สึกเข้มแข็งขึ้นมา แล้วตัดปัญหาตัดตรงนั้นได้ ตัดสภาพแวดล้อมตรงนั้นได้” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษา ยาเสพติดคนที่ 8 อายุ 20 ปี)

“ที่ผ่านมาก็คือไม่ค่อยฟังใครอะครับตอนอยู่ที่บ้าน คือการเรียนเราก็ไม่เรียน ไม่ชอบที่จะเรียน ติดเพื่อนให้ใจ เพื่อน คือเราไม่ไว้วางใจคนในบ้านของเราเอง แต่คิดว่า เพื่อนดีที่สูดอะไรแบบนี้อะครับ ด้วยอายุผมตอนนั้น ประมาณ 15-16 พอติ ก็เป็นช่วงที่ติดเพื่อน แต่พอมายาบำบัด ที่นี้ เราเริ่มมองตัวเองมากขึ้นอะครับ เริ่มเข้มแข็งมากขึ้น ด้วย ต้องเจอกับความรู้สึกหลาย ๆ อย่าง ต้องเจอเรื่องกดดัน อะไรหลาย ๆ อย่าง ทำให้เราโตขึ้นเข้มแข็งขึ้นอะไรอย่างนี้ อะครับ อยากเป็นคนใหม่ที่มีคุณค่า (เยาวชนผู้เข้าบำบัด รักษา ยาเสพติดคนที่ 3 อายุ 19 ปี)

การยืนหยัดแก้ปัญหา: เยาวชนให้มุมมองว่า การ สร้างความยืดหยุ่นในชีวิตให้เกิดขึ้นได้ ต้องปรับมุมมองใน การมองปัญหา ต้องยืนหยัดที่จะแก้ไขปัญหา เผชิญหน้ากับ ปัญหา นั้น โดยที่เริ่มแก้ไขจากตัวเราเองก่อน

“ปัญหาที่ทำให้เราทุกข์ ที่ทำให้เราเครียด ต้องมอง ย้อนกลับไปครับ ปัญหาที่ผ่านมา ผมว่ามันไม่มีปัญหาอะไร ทุกข์เท่ากับที่เจอมาที่ผ่าน ๆ มาแล้วครับ ตั้งแต่เจอมาตั้งแต่ เด็ก ๆ ผมว่าปัญหานี้แหละยากลำบากสุดละ ผมว่ามันน่าจะ ผ่านไปได้ด้วยดีครับ ปัญหายากแค่ไหนเราก็ต้องแก้ ปัญหาให้ได้ครับ เพราะไม่มีใครแก้ปัญหาให้เราได้ครับ ต้อง แก้ด้วยตัวเอง ก็ลองจนกว่าปัญหามันคืออะไร มันเกิดจาก อะไร ทำไม่ถึงถึงขึ้นมา ก็ชนกับปัญหานั้นแล้วก็แก้ไขครับ” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษา ยาเสพติดคนที่ 5 อายุ 22 ปี)

“การที่จะผ่านไปได้ต้องเริ่มต้นจากตัวเราเองก่อน ครับ แล้วก็ครอบครัว หรือว่าเราจะผ่านมันไปยังไง ปัญหา มันเกิดจากอะไร ใครจะสามารถช่วยเราได้แล้วก็เราต้องทำ ยังไงถึงปัญหามันจะหมดไปผ่านไปได้” (เยาวชนผู้เข้าบำบัด รักษา ยาเสพติดคนที่ 10 อายุ 24 ปี)

การมีความหวังและกำลังใจจากบุคคลสำคัญ

เยาวชนให้มุมมองว่า การมีชีวิตที่มีความยืดหยุ่น ต้องการการบ่มเพาะจากความหวังและกำลังใจ ที่มีบุคคล สำคัญที่อยู่เบื้องหลัง เช่น บุคคลในครอบครัว พ่อ แม่ เยาวชนถ่ายทอดความรู้สึกว่า การมีชีวิตที่ปราศจาก ความหวัง ทำให้จิตใจหดหู่ รู้สึกเหนื่อยยากในการข้ามผ่าน ปัญหา ซึ่งความหวังและกำลังใจนี้ จะทำให้เขาสร้าง เป้าหมาย และเชื่อมั่นในการเดินไปสู่เป้าหมายนั้น

“เราต้องมีเป้าหมายของตัวเองครับ มีเป้าแล้วก็ต้อง ทำสิ่งนั้นให้ได้ เราต้องมีเป้าหมายในตัวเองครับ มองทุกอย่าง อย่างไม่มี ความหวังจิตใจเรามากก็หดหู่ แต่ว่ามันก็จะยาก หน่อยที่เราจะผ่านมันไปได้ แต่ถ้ามองแบบมีความหวัง ก็ยังไงเราก็ต้องผ่านไปได้” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษา ยาเสพติดคนที่ 5 อายุ 22 ปี)

“พ่อแม่ครับ สำหรับความช่วยเหลือยามนี้ เรากลับไป คือเราไม่มีอะไรเลย เราต้องการความช่วยเหลือจากพ่อ จากแม่ครับในช่วงกลับไปเริ่มต้น เพราะว่าไม่มีใครช่วยเรา ได้ นอกจากตนเองและคนในครอบครัว คนอื่นอาจไม่มีใคร รักเราจริง ช่วยเหลือก็คือทำอะไร คงต้องมีพ่อกับแม่เซ็น รับรองตลอด พ่อแม่ก็ต้องช่วยเป็นกำลังใจ ช่วยผลักดัน คอยช่วยดูอยู่ห่าง ๆ ครับ แล้วผมจะพยายามด้วยตัวเอง” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษา ยาเสพติดคนที่ 8 อายุ 20 ปี)

ความตั้งใจในการเลิกใช้สารเสพติด

ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด เป็นอีกตัวแปร หนึ่งซึ่งงานวิจัยนี้ให้ความสำคัญ และคาดหวังว่า กระบวนการ พัฒนาเยาวชนให้มีความยืดหยุ่นในชีวิตจะส่งผลต่อทัศนคติ และกระบวนการคิด จนนำไปสู่ความตั้งใจที่จะไม่ข้องเกี่ยวกับ ยาเสพติดของเยาวชน จึงได้สัมภาษณ์เชิงลึก เกี่ยวกับ มุมมองของเยาวชน ต่อความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ว่ามีสิ่งใดบ้างที่เป็นสิ่งสนับสนุน และสิ่งใดเป็นอุปสรรคต่อ ความตั้งใจเลิกเสพยาเสพติด เยาวชนถ่ายทอดความคิด และประสบการณ์เกี่ยวกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ออกมาเป็น 5 ประเด็นหลัก คือ 1) ติดอาวุธให้ชีวิต พร้อม พิชิตและเผชิญ 2) มองย้อนกลับไปถึงคนข้างหลัง 3) จัดการ สิ่งแวดล้อม และ 4) มองกลับไปในอดีต เพื่อขีดเส้นทางของ อนาคต และ 5) การต่อสู้ภายใน: อุปสรรคที่ต้องเผชิญ

ติดอาวุธให้ชีวิต พร้อมพิชิตและเผชิญ: เยาวชน ถ่ายทอดประสบการณ์ว่า ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด ถูกบ่มเพาะจากการเข้ารับการศึกษาในสถานบำบัด ด้วยบรรยากาศของความเป็นกันเอง การให้เกียรติในความเป็นบุคคลหนึ่ง การสอนทักษะต่าง ๆ ที่เหมือนเป็นการติดอาวุธให้ชีวิตเพื่อออกไปพร้อมเผชิญกับความเป็นจริงของโลกภายนอก เช่น สอนเรื่องการปฏิเสธ การหาทางออกของปัญหา ทำให้เยาวชนปรับมุมมองในการมองปัญหา หันกลับไปมองครอบครัวด้วยมุมมองที่แตกต่างออกไป

“ถามว่าอะไรที่ทำให้ผมมั่นใจว่าจะเลิกยา อะไรที่จะทำให้ผมเลิกได้สำเร็จคือ บ้านนี้ (สถานบำบัด) เขาสอนผม สอนเรื่องการปฏิเสธ หรือว่าสอนเรื่องการหาทางออกของปัญหา สอนให้ระลึกถึงสิ่งดี ๆ ที่เรามี หากคุณค่าในสิ่งที่ตัวเราทำ ก่อนหน้านั้นคือเราจะไม่ค่อยกับครอบครัว เราจะใช้ความคิดของตัวเองเป็นหลักว่า พ่ออย่างนั้น แม่อย่างนี้ เราก็ปฏิเสธ ประชดอะไรอย่างนี้ พอเราเข้ามาอยู่ที่นี่แล้ว เราได้เห็นอะไรหลาย ๆ อย่างที่มันเปลี่ยนไป ตรงนี้แหละที่น่าจะทำให้ผมเลิกยาได้ มันใจว่าอยากเลิกแล้ว เพราะว่า 12 ปีที่เล่นมา มันเหนื่อยแล้วอะ มันมีแต่อะไรก็ไม่รู้ เมื่อก่อนความหมายคือบ้านยังงี้ก็ยังไม่เป็นบ้าน พ่อเราก็ไม่ใช่ แม่เราก็ไม่ใช่ สายตาที่เขามองเรามันเหมือนกับเราเป็นคนอื่น แต่พอเราเข้ามาอยู่ที่นี้ ก็ได้ปรับเปลี่ยนความคิดตัวเอง ผมได้พ่อของผมหันกลับมา ผมได้แม่ของผมหันกลับมา ผมเปลี่ยนไป ผมเข้าใจเขามากขึ้น” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

คิดถึงและเป็นห่วงคนในครอบครัว: เยาวชน เล่าถึงความรู้สึกว่า ความตั้งใจจะเลิกใช้ยาเสพติด เกิดจากความรู้สึกภายในที่มองย้อนกลับไปคนที่คนข้างหลัง คือ คนในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ น้อง หรือลูก ทำให้เยาวชนคิดถึงคนถึงเวลาที่ต้องปรับเปลี่ยนชีวิต และเริ่มต้นชีวิตใหม่

“มันก็ยากนะครับ แต่ก็ต้องฝืนที่จะทำ.....เพราะเผชิญไม่คอยฝืนอะไร....ทำอะไรไม่คอยนาน ก็ตอนนี้ก็เป็นห่วงน้องมากกว่า แม่ก็เริ่มแก่ขึ้นทุกวันแล้ว น้องก็หลายคน ก็เป็นส่วนตรงนี้ก็แข็งแรงผลักดันตัวเองมากกว่าว่าต้องเริ่มต้นชีวิตใหม่ ก็มีอะไรก็จะพูดจะคุยกับเขาให้มากกว่าเดิม ผมหมายถึงคุยกับพ่อแม่ เพราะตั้งแต่อายุ 13 มา ตั้งแต่ผมเข้า ม.1 เรียนมัธยม ผมก็ไม่เคยทำให้เขามีความสุขเลย ตอนนี้อายุ 19 แล้ว ก็อยากทำให้เขา

มีความสุขบ้างในตอนแก่ เขาก็เริ่มแก่ขึ้นแล้วครับ ก็อยากจะทำแทนตอนที่เขามีชีวิตอยู่อะไรอย่างนี้ (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 3 อายุ 19 ปี)

“ผมว่าส่วนหนึ่งมันก็มาจากครอบครัวด้วยที่จะช่วยให้เราเลิกได้ น่าจะถึงเวลาแล้ว จะรอให้เขาตายกันไปข้างหนึ่งก่อนมันก็ไม่ใช่ มันก็ลึก ๆ คิดตลอด ก็อยากทำให้เขามีความสุขบ้างมากกว่า เกิดมา 23 ปี ผมเห็นเขาก็แทบไม่มีมีความสุขเลย ตั้งแต่เลี้ยงผมมา อยากจะเปลี่ยนเขาบ้างเป็นเพราะเขาพูดอยู่กับผมบ่อย ๆ แหะแหละเกิดมาไม่เคยทำให้มีความสุขเลย ก็อยากเปลี่ยน เปลี่ยนให้เขาสบายใจขึ้น” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

“ผมต้องไป ๆ ช่วยเหลือพ่อแม่ พ่อผมอย่างที่ยบอกที่บ้านผมค่อนข้างมีฐานะ พ่อผมเป็นเจ้าของโรงงานอยู่ ชุมพรเป็นเจ้าของโรงงานเลย แล้วก็ผมต้องไปช่วยดูแลตรงนั้น ช่วยทำงานต่อจากเขามากกว่า รู้สึกคิดถึง ความรู้สึกเหนื่อย ความรู้สึกโหยหาครอบครัวอะครับ มัน ๆ ไม่อยากกลับมา รู้สึกที่ว่าเอ๊ยวันหนึ่งเราต้องนั่งร้องไห้ ต้องบอกว่าเอ๊ยคิดถึงลูก คิดถึงพ่อ คิดถึงแม่ ผมอยากกลับบ้าน ผมไม่อยากจะไปอยู่ความรู้สึกแบบนั้นครับ เวลาเราคิดอยากกลับไปเสเพลกลับไปอะไรอย่างนี้ กลับไปเล่นกลับไปเที่ยวแบบเดิม เราก็คิดว่าเอ๊ยอดีตที่ผ่านมาแบบยังล้มเหลวไม่พอหรอก จะต้องเปลี่ยนได้แล้ว อีกหนึ่งอย่างก็ครอบครัวเลยครับกำลังใจจากครอบครัวสำคัญมากก็ต้องคอยประคับประคองเราไป ก็เราก็ต้องปรับพฤติกรรมตัวเองเข้าหาครอบครัวด้วยครับ” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 2 อายุ 24 ปี)

จัดการสิ่งแวดล้อม: เยาวชนให้ความคิดเห็นไปในแนวทางเดียวกันหลายคนว่า การที่จะเลิกได้สำเร็จ จำเป็นต้องมีการจัดการชีวิตแบบใหม่ ไม่สามารถวนกลับไปอยู่กับสิ่งแวดล้อมเดิม ๆ เพื่อนกลุ่มเดิม ๆ หรือแม้แต่ชุมชนเดิม ๆ ที่ง่ายต่อการเข้าถึงยาเสพติด เยาวชนจึงคิดถึงการจัดการชีวิตแบบใหม่ ที่อาจต้องตัดปัจจัยที่เป็นปัญหาและนำไปสู่การใช้ยาเสพติดซ้ำ เช่น การหางานทำ การเปลี่ยนที่อยู่อาศัย การปฏิเสธเพื่อนที่ขายยา หรืออาจจำเป็นต้องตัดความสัมพันธ์

“ถ้าถามตัวผมเองความเข้มแข็งที่จะทำให้ตัวผมเลิกยาได้ ที่หนึ่งเลยผมว่า ผมต้องตัดเพื่อนกลุ่มเพื่อนก่อน

ซึ่งมันเป็นเรื่องยากสำหรับตัวผม เพราะว่าผมเป็นคนที่ยอมรับว่ารักเพื่อน แล้วก็คือจะบอกยังไงว่า ถ้าเพื่อนเสพติดหรือว่าเพื่อนเล่นอะไรอย่างนี้จะครบหนึ่งในนั้นก็ต้องมีผม เพราะว่าผมเป็นคนที่ดีต่อกลุ่มอ่วยให้กับตัวเอง เหยย เดียวก็เลิกได้อะไรอย่างนี้จะครบ แต่ก็มีมันก็หลายปีแล้ว มันก็ ๆ ยังเลิกไม่ได้ ผมว่ามันน่าจัดการความรู้สึกของเราในอดีตกว่าที่เราจะเลิกตรงนี้ยังงืดกว่า ต้องตัดเพื่อนกลุ่มนี้ จะไม่วนกลับไปสถานที่เดิม ๆ เพราะว่าที่ผ่านมามีไม่ได้ตั้งใจที่จะเลิก ที่ผ่านมามีคือพอออกมาแล้วก็กลับมาที่เดิม ไปหาเพื่อนคนเดิม สังคมเดิม สภาพแวดล้อมเดิม ๆ อย่างกลับไปคบเพื่อนเดิม ๆ สภาพแวดล้อมเดิม ๆ” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 1 อายุ 22 ปี)

“การใช้ชีวิตประจำวัน ถ้าเป็นคนที่ไม่พึ่งยาเสพติด ก็จะใช้ชีวิตอยู่แต่เดิม ๆ เจอแต่เพื่อนฝูงคนเดิม ๆ อะไรอย่างนี้จะครบ ถ้าจะทำ สิ่งที่จะสามารถช่วยเราได้ก็เข้าหาคนหม้มาก เข้ากับคนในชุมชนได้ เป็นที่ยอมรับของคนในชุมชน ถ้าเราอยู่แต่เดิม ๆ ก็เพื่อนครบ ที่บ้านพอข้าง ๆ บ้านก็ขายชอยถัดไปก็ขาย ในชุมชนอยู่กับยาเสพติดเยอะมากและก็มีบริเวณในชุมชนเด็กตัวเล็ก ๆ ป.6, ม.1, ม.2 ก็เสพยากันแล้ว สังคมเปลี่ยนไปเยอะครบทุกวันนี้ (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 5 อายุ 22 ปี)

“ต้องมีตัวอื่นมาช่วยด้วยครับ ผมอยากลองแบบถ้าตัวเราได้ทำงาน เข้าไปพวกเพื่อนมันชวนอาจจะปฏิเสธ แต่ก็ยังไม่ได้ทำงาน ก็ให้อยู่บ้าน ถ้าถามว่ามียาบ้า...มี ผมก็ปฏิเสธไปบ้างก็ไม่สนใจ (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 6 อายุ 23 ปี)

มองกลับไปในอดีต เพื่อขีดเส้นทางของอนาคต

เยาวชนที่ใช้สารเสพติดล้วนมีอดีตที่ผ่านมาที่เกี่ยวข้องกับเส้นทางการใช้สารเสพติด ทั้งอดีตที่เคยใช้สารเสพติด การถูกดำเนินคดี การต้องสูญเสียการคงในบทบาททางสังคมที่ควรจะทำ เช่น ความเป็นพ่อ การเป็นลูก ทำให้สูญเสียเวลาไปกับสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ในอดีต เยาวชนจึงคิดที่จะเริ่มต้นมองอนาคตไปข้างหน้าว่าจะปรับปรุงการดำเนินชีวิตอย่างไร เพื่อรองรับการกลับไปทำหน้าที่ทางสังคมของตนเองด้วย

“ของผมเหอผมว่า คือไม่ลืมอดีตที่เราเคยผ่านมันมาแล้ว กว่าจะมาถึงจุดนี้ได้ หรือว่าแค่ช่วงระยะเวลาสั้น ๆ

ที่ว่าเราเลิกยามาแล้วครับ ถ้าได้ออกไปจริง ๆ หรือว่าได้ ออกไปทำอะไรจริง ๆ มันก็คงจะนึกถึงอดีตมากกว่าว่าเอ้ย เราเคยโดนส่งไปอยู่ที่ไหน เราอยู่ข้างนอกเรามีอิสระ เราเข้ามาอยู่ข้างในแบบนี้มันไม่มีอิสระเหมือนข้างนอก ข้างนอกมันมีกฎหมาย วันหน้าอาจจะไม่ใช่แค่ถูกบำบัด อาจจะเป็นคุกจริง ๆ หรือว่าเรือนจำจริง ๆ ส่วนตัวผม อดีตที่ผ่านมาที่เป็นเครื่องเตือนใจหรือว่าให้เราคิดตระหนักให้ตีเวลาที่เราคิดจะทำอะไรประมาณนี้ครับ ก็เป็นเครื่องเตือนใจได้อย่างดีเลย เพราะว่าถ้าออกไปนี่คงไม่อยากจะพลาดคือแบบว่ากลับไปทำอะไรที่มันซ้ำ ๆ เดิม ๆ อีกแล้ว” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 3 อายุ 19 ปี)

“ก็ต้องนึกถึงอดีต เพราะว่าต่อไปเป็นอนาคตข้างหน้า เราก็ต้องคิดแล้วว่าอดีตเราผ่านอะไรมา มันทำอะไรไว้กับเรา แล้วเราจะคิดไม่กลับไปเป็นอีกครั้งหนึ่ง ผมคิดว่าอดีตมันก็ช่วยเราได้อะ แบบว่า เหยย ถ้าเสพยาไปก็ต้องกลับมาต้องใช้ชีวิตแบบเดิม ๆ อยู่ในสังคมเดิม ๆ มันก็ไม่ได้ช่วยอะไร ผมว่าการมองอนาคตมากกว่า มองว่าเราลองวาดอนาคตของเราเองได้ ต่อไปอนาคตของเราจะไปไว้ที่ไหน ต่อไปอาจจะไม่ใช่ที่นี่ ก็อาจจะเป็นในคุกอะไรอย่างนี้จะ ผมว่าครอบครัวก็น่าจะอีกส่วนหนึ่ง ถามว่าอยากเลิกไหมทุกวันนี้ อยากเลิกแล้ว กลัวไหมก็กลัว กลัวกลับไปเจอสังคมเดิม ๆ อะไรแบบนี้ แต่ว่ามันก็ต้องสู้ให้ได้ ก็พยายามปรับตัวเองด้วย รับฟิงที่บ้านบ้างรับฟิงเขาบ้าง ไม่ใช่เอาตัวเองถูกอย่างเดียว” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

การต่อสู้ภายใน: อุปสรรคที่ต้องเผชิญ: เยาวชนยังได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับสิ่งที่เขากังวล รู้สึก และได้รับมาว่า เป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องเตรียมพร้อมในการเผชิญ เมื่อต้องพยายามห่างไกลจากยาเสพติด ซึ่งก็คือ การต่อสู้กับความ รู้สึกภายใน จากการต่อสู้กันระหว่าง ความคิดด้านขาว คือ พยายามไม่กลับไปยุ่งเกี่ยว และ ความคิดด้านดำ คือ การอยากไปเสพยาอีก ความทุกข์ทรมานของเยาวชน จึงมาจากการพยายามต่อสู้ภายใน เพื่อให้จิตสำนึกด้านขาวชนะ แต่ในความเป็นจริง การติดสารเสพติด เป็นการติดทั้งร่างกายและจิตใจ เยาวชนจึงต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อให้ก้าวข้ามสิ่งนั้น นอกจากนี้ การเคยเป็นคนใช้ยาเสพติด เป็นภาพที่ผู้อื่นและคนในสังคมที่รู้ความจริง จดจำและตีตรา เยาวชนจึงต้องต่อสู้กับความ รู้สึกข้างในของความไม่เชื่อมั่นของผู้คนรอบข้าง

ว่าจะให้โอกาสตนเองหรือไม่

“ตัวเรานี้แหละ อุปสรรคมาจากตัวเราเอง ใช้ คือ จะห้ามตัวเองยังงี้ดีกว่า ผมว่ามันยาก เหมือนมันมีตัวขา กับตัวดำ ตัวดำมันก็เสเพลย ตัวขาวเอี้ยอย่าดีกว่า มันก็ เหมือนแบบเราจะเอนไปทางไหนมากกว่าถ้าถึงเวลานั้น จริง ๆ ผมว่ามันยากตรงที่ว่ามันกึ่ง ๆ ว่าเราจะเล่นหรือไม่เล่น หนสุดท้ายถ้าเราไม่ไหวจริง ๆ เราก็ก่อนทุกที ไม่รู้มันอยู่ที่ใจ มากกว่าผมว่า ตัวขาวก็จะพยายามพาเราไปทางสิ่งที่ดี งาม ว่ามันก็แบบอย่าเล่น อย่าไปเล่น รู้ถึงผลที่ตามมา ทั้ง ๆ ที่รู้ แต่ตัวดำก็ดึงไปจนเล่น ผมว่ามันต้องหาความสุขอย่างอื่น มากกว่าที่ว่ามันจะมาทดแทนได้อะไรอย่างนี้ละ เล่นกีฬา หรือทำอะไรที่เราชอบจริง ๆ ที่มันไม่ใช่สารเสพติด” “ก็ ความช่วยเหลือจาก ๆ อะไร จากใคร ผมก็ไม่แน่ใจเหมือนกัน เพราะว่ามันจะมีใครจะมาช่วยเหลือคนเสพยา เขามีแต่มอง เราในแง่ลบ ไร้อิทธิยา ถ้ามีก็มันน้อยที่จะมาช่วยเหลือจริง ๆ จัง ๆ ผมว่ามันก็ต้องช่วยเหลือตัวเองก่อน อยากมีหนทาง เดินต่อไป” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 4 อายุ 23 ปี)

“คนจะเลิกอยู่ที่ใจมากกว่าครับ ไม่มีใครทำให้เรา เลิกได้หรือครับ ไม่ว่าจะพ่อหรือจะแม่ จะเป็นใครก็แล้วแต่ ไม่มีใครสามารถทำให้เราเลิกได้ นอกจากใจตัวเราเอง” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 5 อายุ 22 ปี)

“ชุมชนต้องกล้ายอมรับเรา สังคมต้องเปิดใจให้ โอกาสเรา ไม่ใช่ดูเราแค่ภายนอกเพราะคนเคยทำผิดเขาก็ มองลบอยู่เสมอ เขาตราหน้าเราไม่ดี ถึงแม้เราจะเลิกแล้ว ก็ตาม” (เยาวชนผู้เข้าบำบัดรักษายาเสพติดคนที่ 10 อายุ 24 ปี)

อภิปรายผล

จากการสัมภาษณ์เยาวชนที่ใช้สารเสพติด จำนวน 10 คน ถึงความหมายของความยืดหยุ่นในชีวิต ตามการ รับรู้ ความคิดและประสบการณ์ เยาวชนได้ให้ความหมาย ของความยืดหยุ่นในชีวิต ออกมาเป็น 2 ประเด็น คือ ความ ไม่แน่นอนในชีวิต และคนสู้ปัญหา กล้าเผชิญ ข้อค้นพบนี้ สะท้อนให้เห็นว่า เยาวชนที่ใช้สารเสพติดมีมุมมองต่อชีวิต ในเชิงการต่อสู้กับความยากลำบาก ความไม่แน่นอนของ ชีวิต และชีวิตที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย ข้อ ค้นพบนี้ สอดคล้องกับการให้ความหมาย “ความยืดหยุ่น

ในชีวิต” ของกรมสุขภาพจิต แต่ใช้คำว่า “พลังสุขภาพจิต” ที่ให้ความหมายว่า คือความสามารถทางอารมณ์และจิตใจ ในการปรับตัวและฟื้นตัวกลับไปสู่ภาวะปกติ หลังประสบ กับเหตุการณ์วิกฤตหรือสภาวะการณ์รุนแรงในชีวิต มี 3 องค์ประกอบ ฮิต หมายถึง ความเข้มแข็งทางจิตใจ ทนทานต่อภาวะกดดันได้ดี จัดการความเครียดได้อย่าง เหมาะสม ควบคุมอารมณ์ได้ ฮิต หมายถึง มีความศรัทธา และกำลังใจที่ดี เชื่อว่าเหตุการณ์เลวร้าย ย่อมผ่านพ้นไปได้ ให้กำลังใจตัวเองและรับกำลังใจจากคนรอบข้าง และ สู้ หมายถึง ความสามารถในการต่อสู้กับปัญหาได้อย่างชาญฉลาด มีทักษะในการแก้ไขปัญหาที่ดี หาทางออกได้อย่าง เหมาะสม ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้ (Department of Mental Health, 2009) และยังสอดคล้องกับการวิจัย ของ Nintachan (2014) ที่ให้ความหมายความยืดหยุ่นชีวิต แต่ใช้คำในการศึกษาว่า ความแข็งแกร่งในชีวิต ว่าหมายถึง ความสามารถ ศักยภาพ ของบุคคลในการจัดการกับ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากใจต่าง ๆ ได้อย่างมี ประสิทธิภาพ รวมถึงสามารถรับมือกับผลกระทบที่เกิดจาก เหตุการณ์นั้นได้ในเวลารวดเร็ว อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ที่ดีขึ้น เติบโตขึ้น และเข้าใจชีวิตมากขึ้น

ผลการศึกษานี้ พบว่า การบ่มเพาะความยืดหยุ่น ในชีวิตตามมุมมอง เยาวชนที่ใช้สารเสพติดได้ถ่ายทอด การรับรู้ ความคิด ออกมาเป็น 3 ประเด็น คือ สร้างชีวิต สร้างคุณค่า การยืนหยัดแก้ปัญหา และ การอยู่ด้วยความหวัง และกำลังใจ นั่นคือ เยาวชนเชื่อว่า การพัฒนาความยืดหยุ่น ในชีวิต เขาต้องทำบทบาทหน้าที่ต่าง ๆ ในชีวิต ให้ดีขึ้น สมบูรณ์ขึ้น เพื่อที่จะกอบกู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กลับมา ความหวังและกำลังใจจากบุคคลสำคัญในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ ลูก ก็เป็นสิ่งที่เยาวชนร้องขอ เพื่อเป็นต้นทุน ชีวิตที่สำคัญในการเผชิญสิ่งต่าง ๆ ด้วยจิตใจที่แข็งแกร่งและ ยืดหยุ่นในการปรับตัว ข้อค้นพบจากการศึกษานี้ สอดคล้อง กับการศึกษาในเยาวชนที่ใช้สารเสพติด ในโรงเรียนวิวัฒน์ พลเมือง พบว่าปัจจัยด้านแรงสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัย สำคัญที่มีผลมากที่สุดต่อความตั้งใจในการเลิกสารเสพติด ของเยาวชน ทั้งนี้เป็นเพราะแรงสนับสนุนทางสังคม จะช่วยให้บุคคลมีกลไกและพฤติกรรมในการปรับตัวที่เหมาะสม ลดความกดดันด้านลบต่อตนเอง ช่วยให้ผู้บุคคลมีความสุข ภาควิมิในตนเอง มองตนเองว่ามีคุณค่า และรู้สึกว่ามี

เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้มีแรงผลักดันในการพยายามที่จะปรับปรุง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น (Kaewmart, Dallas, Poonnotok, Dethchaiyot, & Bunpracha, 2017) และเป็นไปในทิศทางเดียวกับการศึกษาของ Suntornvijitr, Hengudomsab, Vatanasin, and Dethchaiyot (2018) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความยืดหยุ่นในชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา ($r = .334, p < .01$) และสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพของ Hills, Meyer-Weitz, and Asante (2016) ซึ่งศึกษาประสบการณ์ชีวิตของเด็กกัมพูชาในเมืองเดอร์บัน ออฟริกาใต้ พบว่า ความยืดหยุ่นในชีวิตส่งเสริมให้เยาวชนมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น ป้องกันการเกิดพฤติกรรมรุนแรง และเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ทำให้เลิกเสพยาเสพติดได้ จากผลการวิจัย การบ่มเพาะความยืดหยุ่นในชีวิตจึงเป็นแนวคิดที่น่าสนใจในการนำมาพัฒนาในเยาวชนที่ใช้สารเสพติด เพื่อสร้างความยืดหยุ่นในจิตใจ ความเข้มแข็งในชีวิตและความหวัง ที่จะเป็นภูมิคุ้มกันในชีวิตที่จะเผชิญกับปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ

ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด มีความสำคัญในกระบวนการไม่กลับมาเสพยาซ้ำของเยาวชน เพราะความตั้งใจเป็นสิ่งที่มื่อทธิพลมาจากการแสดงพฤติกรรม เพราะบ่งชี้ถึงความมุ่งมั่นและทุ่มเทของบุคคลนั้น ในเยาวชนที่ใช้สารเสพติด ความตั้งใจในการเลิกเสพยาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เพราะเป็นคุณสมบัติของบุคคลที่จะใช้เหตุผลหรือการใช้ข้อมูลในการพิจารณา เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถ เกิดความมุ่งมั่นที่จะใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อแก้ไขปัญหา และมีความกระตือรือร้นในการเปลี่ยนแปลง มีความคาดหวังในผลการกระทำทางบวกของตนเอง จนเกิดเป็นความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติด จากผลการวิจัยนี้ มีข้อค้นพบที่น่าสนใจ คือ เยาวชนรับรู้ว่ ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติดถูกบ่มเพาะจากการเข้ารับการรักษาในสถานบำบัดรักษาการเสพยาเสพติด ด้วยบรรยากาศของการยอมรับ การเห็นคุณค่า การสอนทักษะต่าง ๆ เพื่อเตรียมความพร้อมในการกลับไปเผชิญกับความเป็นจริงของโลกภายนอก สอดคล้องกับการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพของ Dallas, Puapan, Sakulkoo, and Smith (2010) ที่พบว่า การบำบัดรักษาผู้ใช้สารเสพติด ได้สร้างโอกาสที่หลากหลาย

เพื่อการพัฒนาตัวบุคคล เยาวชนที่ใช้สารเสพติดจะได้รับการเรียนรู้ใหม่เรื่องทักษะการใช้ชีวิต ที่เน้นการสร้างวินัยในตนเอง ส่งผลต่อความรับผิดชอบ การควบคุมตนเอง การรับรู้ความมีคุณค่า และการเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง ความรู้ที่พัฒนากระบวนการภายในตน เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมที่จะกลับไปใช้ชีวิตที่สอดคล้องกับสังคมส่วนรวม การรับการบำบัดแบบที่ได้รับการควบคุมดูแลอย่างเข้มงวด หรือ custodial treatment program จะได้รับการพัฒนาวินัยไปพร้อม ๆ กับความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกาย ข้อค้นพบอีกประเด็นหนึ่งที่น่าสนใจจากการศึกษานี้ คือ เยาวชนรับรู้ถึงการต่อสู้กับความรู้สึกภายใน จากการต่อสู้กันระหว่าง ความคิดด้านบวก คือ พยายามไม่กลับไปยุ่งเกี่ยว และ ความคิดด้านลบ คือ การอยากไปเสพยา และการเคยเป็นผู้ใช้ยาเสพติด เป็นภาพที่ผู้อื่นและคนในสังคม จดจำและตีตรา เยาวชนจึงต้องต่อสู้กับความรู้สึกข้างในที่ขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่เชื่อมั่นต่อผู้คนรอบข้างว่าจะให้โอกาสในการกลับตัวเป็นคนดีอีกหรือไม่ ดังนั้น การพัฒนากระบวนการบำบัดที่ช่วยเพิ่มความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด จึงเป็นสิ่งที่ท้าทายสำหรับบุคลากรที่ทำหน้าที่ในการดูแลเยาวชน นักบำบัดการเสพยาเสพติด ในการหาทางเลือกการบำบัดในรูปแบบต่าง ๆ ที่จะช่วยสร้างความมั่นใจ ความเข้มแข็งจากจิตสำนึกด้านใน เพื่อหล่อหลอมให้กล้าที่จะลุกขึ้นมาสร้างชีวิตใหม่ ให้ปลอดจากการใช้สารเสพติดได้ แม้จะต้องกลับไปเผชิญปัญหา อุปสรรค และสิ่งแวดล้อมเดิม

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการวิจัยนี้ทำให้เห็นมุมมอง ความเข้าใจเรื่องความยืดหยุ่นในชีวิตและความตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติด จากประสบการณ์ตรงของเยาวชนที่ใช้สารเสพติด ทำให้ได้ข้อมูลที่สร้างความเข้าใจเชิงลึกที่จะเป็นประโยชน์ในกระบวนการพยาบาล และการดูแลเยาวชนกลุ่มนี้ ผลจากงานวิจัยนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ จึงควรนำผลการวิจัยไปบูรณาการกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญในการดูแลเด็กและเยาวชน กลุ่มผู้บำบัดการเสพยาเสพติดในเยาวชน และหลักการแนวคิดพื้นฐานการบำบัดแบบการยอมรับและสร้างพันธสัญญา รวมถึงหลักฐานเชิงประจักษ์อื่น ๆ เพื่อให้ข้อมูลสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อพัฒนาโปรแกรมการบำบัดแบบการยอมรับและสร้าง
พันธสัญญาเพื่อเสริมสร้างความยืดหยุ่นในชีวิตและความ
ตั้งใจในการเลิกเสพยาเสพติดในเยาวชนที่เข้าบำบัดรักษา
ยาเสพติดต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข
(สวร.ส.) ที่สนับสนุนงบประมาณและทุนการวิจัย และขอ
ขอบคุณเยาวชนที่เข้ารับการบำบัดสารเสพติดในโรงเรียน
วิวัฒน์พลเมือง และสถานบำบัดรักษาเสพติดบ้านเพียร
พิทักษ์ ในการให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และขอขอบคุณ
สถาบันดังกล่าว ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวม
ข้อมูลดังกล่าว

References

- Barankin T., & Khanlou, N. (2007). Growing up resilient: Ways to build resilience in children and youth. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 18*(4), 357.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101.
- Dallas, J. Ch., Puapan, S., Sakulkoo, S., & Smith, B. L. (2011). Male Thai adolescents transition from drug dependence to being drug free. *Pacific Rim Int J Nurs, 15*(4), 1-12.
- Department of Juvenile Observation and Protection, Ministry of Justice of Thailand. (2019). *The annual report on the public performance of the state for the fiscal year 2019*. Bangkok: Department of Juvenile Observation and Protection, Ministry of Justice of Thailand.
- Department of Mental Health. (2009). *5 Things to know about RQ*. Bangkok: Bureau of Mental Health Development, Department of Mental Health.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Connecticut: Greenwood Publishing Group.
- Hills, F., Meyer-Weitz, A., & Asante, K. O. (2016). The lived experiences of street children in Durban, South Africa: Violence, substance use, and resilience. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 11*(1), 1-11.
- Kaewmart, N., Dallas, J. C., Poonnotok, P., Dethchaiyot, P., & Bunpracha, S. (2017). Factors affecting the intention of drug abstinence among youth experiencing substance abuse. *Journal of Health Science Research, 11*(1):133-141. [In Thai]
- Nintachan, P. (2014). *Resilience: Concept, assessment, and application*. Bangkok: Judthong.
- Princess Mother National Institute on Drug Abuse Treatment. (2020). *Statistics on drug addicts of Princess Mother National Institute on Drug Abuse Treatment in the fiscal year 2018-2020*. Retrieved December 20, 2020, from http://www.pmnidat.go.th/thai/index.php?option=com_content&task=view&id=3289&Itemid=53
- Sirinuan, S., Suphankul, P., NooSorn, N., & Wongsawat, P. (2016). Factors affecting amphetamine relapse among drug addicts after treatment. *Journal of Research in Health Sciences, 10*, 39-45. [In Thai]
- Suntornvijitr, S., Hengudomsub, P., Vatanasin, D., & Dethchaiyot, P. (2018). Predicting factors of depression among secondary school students in extended educational opportunity schools. *Nursing Journal of the Ministry of Public, 28*(2), 53-66.

The United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC]. (2020). *World drug report 2020*. Vienna, Austria: United Nations publication.

The Office of the Narcotics Control Board [ONCB]. (2019). *Drug prevention and treatment action plan 2019*. Bangkok: The Office of the Narcotics Control Board.

Weiland, B. J., Nigg, J. T., Welsh, R. C., Yau, W.-Y. W., Zubieta, J.-K., Zucker, R. A., & Heitzeg, M. M. (2012). Resiliency in adolescents at high-risk for substance abuse: flexible adaptation via subthalamic nucleus and linkage to drinking and drug use in early adulthood. *Adulthood. Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 36*(8), 1355-1364. doi:10.1111/j.1530-0277.2012.01741.x