

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาแหล่งของความเครียดและวิธีการปรับแก้ของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ผลการศึกษาเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งของความเครียด

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการปรับแก้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างที่ได้ทำการศึกษา มีทั้งสิ้น 20 ราย จำแนกตาม เพศ อายุ และ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ ศาสนา และจำนวนครั้งของการพยายามฆ่าตัวตาย ดังแสดงในตารางที่ 1-3

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ และสถานภาพสมรส

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	8	40
หญิง	12	60
อายุ (ปี) $\bar{X}=29.15$		
12-18	3	15
19-25	5	25
26- 45	10	50
>45ปีขึ้นไป	2	10
สถานภาพสมรส		
โสด	5	25
คู่	14	70
หม้าย หย่า แยก	1	5

จากตารางที่ 1 พบว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย เป็น เพศหญิง ร้อยละ 60 และเพศชาย ร้อยละ 40 อายุอยู่ในช่วง 16-58 ปี เฉลี่ย 29.15 ปี ร้อยละ 50 มีอายุอยู่ในช่วง 26-45 ปี ร้อยละ 70 มีสถานภาพสมรสคู่ และร้อยละ 25 เป็นโสด

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ และศาสนา

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ	ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา			อาชีพ		
ประถมศึกษา	11	55	รับจ้าง	3	15
มัธยมศึกษาตอนต้น	5	25	เกษตรกรกรรม	11	55
มัธยมศึกษาตอนปลายหรือ อาชีวศึกษา	3	15	นักศึกษา	3	15
อุดมศึกษา	1	5	งานบ้าน	2	10
รายได้/เดือน/คน			ค้าขาย	1	5
$\bar{X}=5,450$			ศาสนา		
1,001-3,000 บาท	7	35	พุทธ	19	95
3,001-5,000 บาท	7	35	คริสต์	1	5
5,001-7,000 บาท	4	20	อิสลาม	0	0
>7,001 บาทขึ้นไป	2	10			

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 55 มีการศึกษา ระดับประถมศึกษา มีรายได้ต่ำสุด 3,000 บาทต่อเดือน สูงสุด 20,000บาท ต่อเดือน เฉลี่ย 5,450 บาทต่อเดือน และมีรายได้จริงระหว่าง 1,000-3,000บาท และ 3,001-5,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 35 เท่ากัน ประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม คิดเป็นร้อยละ 55 และส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 95

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม จำนวนครั้งของการพยายามฆ่าตัวตาย

จำนวนครั้งของการพยายามฆ่าตัวตาย	จำนวน	ร้อยละ
1 ครั้ง	16	80
2 ครั้ง	3	15
4 ครั้ง	1	5

จากตารางที่ 3 พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ พยายามฆ่าตัวตายเป็นครั้งแรก คิดเป็นร้อยละ 80

ส่วนที่ 2 ข้อมูลแหล่งของความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับแหล่งของความเครียด

แหล่งของความเครียด	ต่ำ		ปานกลาง		สูง		รุนแรง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
งาน	12	60	3	15	5	25	0	0
เรื่องส่วนบุคคล	14	70	4	20	2	10	0	0
ครอบครัว	9	45	7	35	4	20	0	0
สังคม	13	65	2	10	4	20	1	5
เงิน	5	15	10	50	5	25	0	0
สิ่งแวดล้อม	2	10	13	65	5	25	0	0

จากตารางที่ 4 กลุ่มตัวอย่าง ประเมินแหล่งของความเครียด เรื่องเงิน และเรื่องสิ่งแวดล้อม เป็นแหล่งของความเครียด ในระดับปานกลาง ร้อยละ 50 และ 65 แหล่งความเครียดเรื่องงาน เรื่องส่วนบุคคล และสังคม เป็นแหล่งของความเครียด ในระดับต่ำ ร้อยละ 60 , 70 และ 65 ตามลำดับ และร้อยละ 5 ประเมิน ด้านสังคม เป็นแหล่งความเครียดในระดับรุนแรง

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของความเครียด จากสิ่งแวดล้อม

สาเหตุของความเครียดจากสิ่งแวดล้อม	จำนวน	ร้อยละ
เป็นกังวลกับสารพิษต่างๆและมลภาวะในอากาศ น้ำ และดิน	15	75
ในชุมชนที่อยู่มีอาชญากรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ และมีการทำลายทรัพย์สิน	11	55
เพื่อนบ้านส่งเสียงดังหรือไม่เป็นมิตร	10	50
ปรับปรุงบ้านหรือจัดบ้านใหม่	9	45
มีปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย	7	35
ไม่มีที่พักผ่อนหย่อนใจในชุมชน	7	35
มีปัญหาการจราจร การจอดรถ การเดินทาง	7	35
มีปัญหาเกี่ยวกับเจ้าของบ้าน เจ้าของที่ ผู้เช่า เพื่อนร่วมห้อง คนในคอนโดเดียวกัน	5	25
ชุมชนอยู่กันอย่างแออัด	5	25
มีการก่อสร้างใกล้บ้าน	4	20

จากตารางที่ 5 สาเหตุของความเครียดจากสิ่งแวดล้อมของกลุ่มตัวอย่างพบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 75 เกิดจากเป็นกังวลกับสารพิษต่าง ๆ และมลภาวะในอากาศ น้ำ และดิน รองลงมา ร้อยละ 55 เกิดจากในชุมชนที่อยู่มีอาชญากรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ และมีการทำลายทรัพย์สิน และเพื่อนบ้านส่งเสียงดังหรือไม่เป็นมิตร ร้อยละ 50

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของความเครียด จากเรื่องการเงิน

สาเหตุของความเครียดเรื่องการเงิน	จำนวน	ร้อยละ
รายได้ลดลง	20	100
ไม่มีเงินพอสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ	19	95
เงินไม่พอใช้จ่าย	19	95
รายจ่ายเพิ่มขึ้น	18	90
เริ่มกู้หรือยืมเงินใหม่	9	45
ส่งเงินกู้ใกล้หมด	8	40
เสียเครดิต	7	35

จากตารางที่ 6 สาเหตุของความเครียดจากเรื่องเงิน ของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ร้อยละ 100 เกิดจากรายได้ลดลง ร้อยละ 95 เกิดจากไม่มีเงินพอสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ และเงินไม่พอใช้จ่าย และร้อยละ 90 เกิดจากรายจ่ายเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุความเครียด จากความเครียดส่วนบุคคล

สาเหตุความเครียดจากความเครียดส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ไปไม่ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้	19	95
รู้สึกตนเองไม่สวยหรือไม่มีเสน่ห์	17	85
ไม่มีเวลาให้ตนเอง	17	85
ไม่มีเวลาพอที่จะทำทุกอย่างให้เสร็จ	16	80
แกล้งอย่างเห็นได้ชัด	16	80
บาดเจ็บหรือเจ็บป่วย	14	70
มีปัญหาเรื่องน้ำหนัก	13	65
เปลี่ยนที่อยู่ใหม่	2	10
มีเรื่องฟ้องถึงโรงถึงศาล	1	5
ถูกทำร้ายหรือถูกปล้น	1	5

จากตารางที่ 7 สาเหตุของความเครียดส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างพบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 95 เกิดจากไปไม่ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ ร้อยละ 85 เกิดจากรู้สึกตนเองไม่สวยหรือไม่มีเสน่ห์ และไม่มีเวลาให้ตนเอง และร้อยละ 80 เกิดจากไม่มีเวลาพอที่จะทำทุกอย่างให้เสร็จ และแกล้งอย่างเห็นได้ชัด

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุความเครียด จากความเครียดจากสังคม

สาเหตุความเครียดจากสังคม	จำนวน	ร้อยละ
รู้สึกว่าจะต้องระมัดระวังเมื่อเข้าสังคม	15	75
รู้สึกว่าจะต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ	14	70
ได้รับการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมจากสังคม	11	55
เป็นผู้นำกลุ่ม	9	45
ทำหน้าที่เหมือนผู้นำกลุ่ม	9	45
เพื่อนสนิทย้ายไป	9	45
เพื่อนสนิทตาย	4	20

จากตารางที่ 8 สาเหตุของความเครียดจากสังคมของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 75 เกิดจากรู้สึกว่าจะต้องระมัดระวังเมื่อเข้าสังคม ร้อยละ 70 เกิดจากรู้สึกว่าจะต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ และ ร้อยละ 55 เกิดจากได้รับการปฏิบัติที่ไม่เท่าเทียมจากสังคม

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของความเครียด จากงาน

สาเหตุของความเครียดจากงาน	จำนวน	ร้อยละ
งานที่รับผิดชอบมากเกินไป	20	100
กลัวทำงานผิดพลาด	20	100
รู้สึกถูกกดดันว่าต้องให้ผลงานออกมาดี	19	95
ทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ	17	85
มีโอกาสน้อยในเรื่องความก้าวหน้า	17	85
งานน่าเบื่อ	16	80
ขอบเขตและหน้าที่ของงานไม่ชัดเจน	16	80
การจัดการในที่ทำงานมีความขัดแย้ง	14	70
ทำงานเสี่ยงอันตราย	10	50
เพื่อนร่วมงานตายหรือบาดเจ็บ	4	20

จากตารางที่ 9 สาเหตุของความเครียดจากงานของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 100 เกิดจากงานที่รับผิดชอบมากเกินไปและกลัวทำงานผิดพลาด และร้อยละ 95 เกิดจากรู้สึกถูกกดดันว่าต้องให้ผลงานออกมาดี

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสาเหตุของความเครียด จากครอบครัว

สาเหตุของความเครียดจากครอบครัว	จำนวน	ร้อยละ
มีความลำบากที่จะทำให้ได้อย่างที่ครอบครัวต้องการ	13	65
ชีวิตคู่มีปัญหา	13	65
มีความขัดแย้งกับคนใดคนหนึ่งในบ้าน	11	55
ครอบครัวขัดแย้งกันเรื่องงานในบ้าน	8	40
คนหนึ่งคนใดในครอบครัวมีปัญหาติดเหล้าหรือยาเสพติด	8	40
มีปัญหาเรื่องเพศ	7	35
มีคนเจ็บป่วยร้ายแรงในครอบครัว	7	35
ลูกมีปัญหาไม่ค่อยมีระเบียบวินัย	6	30
มีการทำร้ายกันในครอบครัว	6	30
คู่สมรสเสียชีวิต	2	10
สามีหรือภรรยาเริ่มหรือเลิกทำงาน	1	5
มีลูกไม่ได้	1	5

จากตารางที่ 10 พบว่า สาเหตุของความเครียดจากครอบครัว ของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 65 เกิดจากมีความลำบากที่จะทำให้ได้อย่างที่ครอบครัวต้องการ และชีวิตคู่มีปัญหา และร้อยละ 55 เกิดจากมีความขัดแย้งกับคนใดคนหนึ่งในบ้าน

ส่วนที่ 3 ข้อมูลวิธีการปรับแก้ของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีการปรับแก้ที่ถูกใช้โดยกลุ่มตัวอย่าง

วิธีการปรับแก้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ควบคุมตนเอง	20	100
เผชิญหน้ากับปัญหา	20	100
ประเมินค่าใหม่ทางบวก	20	100
ถอยห่าง	20	100
หนีหลีกเลี่ยงปัญหา	20	100
แสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม	19	95
วางแผนแก้ปัญหา	20	100
แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา	20	100

จากตารางที่ 11 พบว่าวิธีการปรับแก้ทุกวิธีถูกใช้โดยกลุ่มตัวอย่าง แต่ลำดับที่ในการเลือกใช้แตกต่างกัน ซึ่งรายละเอียดเกี่ยวกับลำดับที่ในการใช้วิธีการปรับแก้ของกลุ่มตัวอย่างแต่ละรายดูได้จากคะแนนของวิธีการปรับแก้ในตาราง ที่ 21 ในภาคผนวก วิธีการปรับแก้ที่ถูกใช้น้อยที่สุด คือ แสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม คิดเป็นร้อยละ 95

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามวิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อย (n=20 กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้วิธีการปรับแก้ที่ใช้บ่อยได้มากกว่า 1 วิธี)

วิธีการปรับแก้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ควบคุมตนเอง	6	30
เผชิญหน้ากับปัญหา	2	10
ประเมินค่าใหม่ทางบวก	1	5
ถอยห่าง	2	10
หนีหลีกเลี่ยงปัญหา	5	25
แสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม	5	25
วางแผนแก้ปัญหา	1	5
แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา	-	-

จากตารางที่ 11 พบว่า วิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อย ร้อยละ 30 ใช้วิธีการควบคุมตนเอง รองลงมา ร้อยละ 25 ใช้วิธีการปรับแก้หนีหลีกเลี่ยงปัญหา และแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม และที่น่าสังเกต ก็คือ การวางแผนแก้ปัญหาเป็นวิธีที่ใช้น้อยที่สุด (ร้อยละ 5) ในขณะที่การแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหาเป็นวิธีที่กลุ่มตัวอย่างไม่เคยใช้บ่อย

การอภิปรายผล

การศึกษาเรื่องแหล่งของความเครียด และวิธีการปรับแก้ของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแหล่งของความเครียด และวิธีการปรับแก้ของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย และมีคำถามการวิจัยว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายมีความเครียดจากแหล่งใดบ้าง และมีวิธีการปรับแก้ได้อย่างไร ผลการศึกษาค้นคว้าวิจัยจึงนำเสนอการอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์และคำถามการวิจัย ดังนี้ คือ

การศึกษากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 ราย ในครั้งนี้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยพบเพศหญิง จำนวน 12 ราย คิดเป็นร้อยละ 60 (ตารางที่ 1) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สุวิทนา อารีพรรค (2522) ที่ศึกษา การพยายามฆ่าตัวตายของคนไทย จำนวน 40 ราย พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 65 เป็นเพศหญิง และการศึกษาของจิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์ (2530) ที่ศึกษาปัญหาทางจิตเวชในผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย จำนวน 66 รายพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 72.24 เป็นเพศหญิง และสนับสนุนการศึกษาของ ประยุกต์ เสรีเสถียร วัชรีย์ อุจะรัต และ รัชวัลย์ บุญโสม (2541) ที่ศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐที่จังหวัดระยอง จำนวน 118 ราย พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 72 เป็นเพศหญิง ร่วมกับการศึกษาการพยายามฆ่าตัวตายของผู้สูงอายุในประเทศอังกฤษ จำนวน 100 ราย พบว่า ร้อยละ 64 ของกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง (Hepple & Quinton, 1997) และการศึกษาการรับบริการเบื้องต้นของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ในประเทศเดนมาร์กจำนวน 139 ราย พบว่าร้อยละ 65.46 ของกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง (Stenager & Jensen, 1994) จะเห็นได้ว่าผู้หญิงพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ชาย ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าเพศหญิงมีการปรับตัวได้ยากกว่า มีระดับการพึ่งพาผู้อื่น มีข้อจำกัดในการทำกิจวัตรประจำวันมากกว่าเพศชาย และมีความสามารถด้านร่างกายต่ำกว่าเพศชาย (Hanlon & Pickett, 1984) มีลักษณะหัวอ่อน เชื้อคนง่าย อ่อนไหว ใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผล (Parson อังโน ศิริพร จิรวัดน์กุล, 2541) จากลักษณะความแตกต่างทางเพศดังกล่าว อาจจะเป็นสาเหตุประการหนึ่งที่เป็นข้อจำกัดในการแก้ปัญหาของผู้หญิง และทำให้ผู้หญิงหาทางออกโดยการพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าเพศชายเมื่อต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต

ด้านอายุ จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมี อายุสูงสุด 58 ปี ต่ำสุด 16 ปี อายุเฉลี่ย 29.15 ปี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย คิดเป็นร้อยละ 50 มีอายุ อยู่ในระหว่าง 26-45 ปี รองลงมาคืออายุ 19-25 ปี จำนวน 5 ราย คิดเป็นร้อยละ 25 อายุ 12-18 ปี จำนวน 3 ราย คิดเป็นร้อยละ 15 และอายุ มากกว่า 45 ปี ขึ้นไป จำนวน 2 ราย คิดเป็นร้อยละ 10 (ตารางที่1) จากข้อมูลดังกล่าว จะเห็นได้ว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่เป็นวัยผู้ใหญ่ รองลงมา คือ วัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประยุกต์ เสรีเสถียรและ

คณะ (2541) ที่ศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐที่จังหวัดระยอง จำนวน 118 ราย พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 72 และรองลงมาคือ อายุระหว่าง 13-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.2 และการศึกษาของจิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์ (2530) ที่ศึกษาปัญหาทางจิตเวชในผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย จำนวน 66 ราย พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 21-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 60.61 และรองลงมาคือ อายุระหว่าง 12-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.84 ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีคู่ครอง ต้องสร้างครอบครัว ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเองทั้งในเรื่องของการทำงานและชีวิตครอบครัว (มานิช หล่อตระกูล, 2541) ซึ่งในสภาพสังคม และเศรษฐกิจในยุคปัจจุบัน ครอบครัวต้องรับผิดชอบต่อภาระต่างๆ ด้วยตนเองมากยิ่งขึ้น ความสัมพันธ์ หรือการพึ่งพาครอบครัวมีลดลง ความเครียดที่เกิดขึ้นต่อครอบครัว หรือหัวหน้าครอบครัวจึงมีค่อนข้างสูง (นิธิ เอียวศรีวงศ์, 2535 อ้างใน มานิช หล่อตระกูล, 2541) และประกอบกับ การดำรงชีวิตในสังคมที่มีการพัฒนาไปสู่รูปแบบของสังคมอุตสาหกรรม ที่ค่านิยมของสังคมเน้นการแข่งขัน เน้นความสำเร็จ มีการดำเนิน ไม่ยอมรับความผิดพลาดและความล้มเหลว (Barbee & Bricker, 1996) สิ่งเหล่านี้อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความบีบคั้นสูงแก่ผู้ที่อยู่ใน วัยที่ต้องรับผิดชอบต่อสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น (พระเทพเวที, 2535 อ้างใน มานิช หล่อตระกูล, 2541)

สำหรับกลุ่มบุคคลที่ฆ่าตัวตายเป็นอันดับรองลงมาในการศึกษาคั้งนี้คือ กลุ่มวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาในต่างประเทศ ที่พบว่าวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี เป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง (Barbee & Bricker, 1996) ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า วัยรุ่นเป็นกลุ่มบุคคลที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูงกลุ่มหนึ่ง อาจเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงบทบาทและการพัฒนาไปสู่ความเป็นตัวของตัวเองของวัยรุ่น จะทำให้วัยรุ่นประสบกับความยุ่งยาก เกิดความตึงเครียด ความวิตกกังวล และความพึงพอใจในเวลาเดียวกัน ดังนั้น เพื่อที่จะขจัดความวิตกกังวลและทำให้ตนเองเกิดความรู้สึกมั่นคง เด็กวัยรุ่นจึงต้องปรับตัว พฤติกรรมการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเกิดขึ้น เมื่อเด็กไม่สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับพัฒนาการทางจิต และบทบาททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ ส่งผลให้วัยรุ่นต้องประสบกับภาวะวิกฤติ จึงอาจกล่าวได้ว่า พฤติกรรมการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเกิดจากความล้มเหลวในการปรับตัว เพื่อไปสู่บทบาทใหม่ แต่การเปลี่ยนแปลงบทบาทของบุคคลนั้น จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ถ้าขาดตัวแบบ ขาดแหล่งสนับสนุนในตนเอง และถูกบุคคลอื่นปฏิเสธไม่ยอมรับในบทบาทใหม่ และเมื่อพิจารณาในบริบททางสังคมอาจกล่าวได้ว่า พฤติกรรมฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเกิดจากความสามารถในการปรับตัวล้มเหลว หรือครอบครัวและสังคมล้มเหลวที่ไม่สามารถให้การช่วยเหลือ และสนับสนุนให้เด็กวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเองได้ หรือพฤติกรรมการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเป็นการโต้ตอบต่อภาวะ

วิกฤติภายในครอบครัว หรือระบบสังคม หรือเป็นการโต้ตอบต่อภาวะวิกฤติทั้งภายในครอบครัวและสังคม (Gilead & Mulaik, 1983)

การศึกษาครั้งนี้ แตกต่างจากการศึกษาในต่างประเทศที่พบว่าผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป มีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายสูง (Barbee & Bricker, 1996) อาจเนื่องจาก ความแตกต่างทางสังคมและวัฒนธรรม คือสังคมไทย ผู้สูงอายุยังอาศัยอยู่กับลูกหลาน แม้ว่าหน้าที่และบทบาททางสังคมจะเปลี่ยนแปลงไปแต่ก็ยังได้รับความรักใคร่ ความผูกพัน ความอบอุ่น และความหวังใจจากลูกหลาน นอกจากนี้สังคมไทยยังมีค่านิยม ในการให้ความมั่นคงทางสังคมกับผู้อาวุโสของครอบครัว และยอมรับว่าการดูแลบิดามารดาที่อยู่ในวัยสูงอายุ เป็นหน้าที่ และสิทธิพิเศษ ที่บุตรหลานควรปฏิบัติ ในขณะที่เดียวกันก็ประณาม การปฏิเสธ หรือการทอดทิ้งพ่อแม่ ให้เป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือถือว่าการทอดทิ้งพ่อแม่ เป็นบาป เป็นความเสื่อมเสีย หรือเป็นผู้ไม่รู้จักบุญคุณ (อรทัย อาจอ่ำ, 2529 อ้างใน จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์, 2530) ดังนั้นแม้ว่าผู้สูงอายุจะประสบกับภาวะวิกฤตในชีวิต แต่ความผูกพัน ภายในครอบครัว จะเป็นปัจจัยที่เหนี่ยวรั้งมิให้ฆ่าตัวตาย ซึ่งแตกต่างจากประเทศทางตะวันตกที่ระบบครอบครัว เป็นครอบครัวเดี่ยว เมื่อลูกหลานเข้าสู่วัยรุ่น หรือวัยผู้ใหญ่ก็จะออกทำงานหาเลี้ยงตนเองและเมื่อแต่งงานก็จะแยกครอบครัวไปอยู่กันตามลำพังกับสามีหรือภรรยา และมาเยี่ยมบิดามารดาเป็นครั้งคราว (สุวทนา อารีพรพร, 2522) ความผูกพันระหว่างบุตรหลาน และบิดามารดา มีน้อย ดังนั้นเมื่อเกษียณอายุ นอกจากจะประสบกับการสูญเสียหน้าที่และบทบาททางสังคมแล้วผู้สูงอายุชาวตะวันตกต้องประสบกับความอ้างว้าง โดดเดี่ยวพร้อมกันด้วย เมื่อมีปัญหา การเลือกใช้ชีวิตการฆ่าตัวตายเพื่อเป็นทางออกของชีวิต จึงพบได้มากในผู้สูงอายุในสังคมตะวันตก

ด้านสถานภาพสมรส พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ จำนวน 14 ราย คิดเป็นร้อยละ 70 (ตารางที่ 1) สอดคล้องกับการศึกษาของประยูคต์ เสรีเสถียรและคณะ (2541) ที่ศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐที่จังหวัดระยอง จำนวน 118 ราย พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายร้อยละ 57.6 มีสถานภาพสมรสคู่ โดยทั่วไปแล้วสถานภาพสมรสคู่ เป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับการลดลงของความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย (De Leo & Omasker, 1982 อ้างใน ศิริวิรัตน์ ฤๅพิบูลย์ และสิริเกียรติ ยันตฉิลก, 2541) ในการศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพสมรสคู่ และจากข้อมูลแหล่งของความเครียดจากครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างพบว่า สาเหตุของความเครียดจากครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 65 เกิดจากชีวิตคู่มีปัญหา และร้อยละ 55 เกิดจากมีความขัดแย้งกับคนใดคนหนึ่งในบ้าน (ตารางที่ 10) จากข้อมูลนี้แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างอาจจะมีชีวิตสมรสที่ไม่ค่อยจะราบรื่น ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสไม่ดี ดังนั้นสามารถอธิบายได้ว่า สถานภาพสมรสแบบ

ต่าง ๆ ไม่ได้ มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย แต่ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ระหว่าง คู่สมรส ว่ามีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความใกล้ชิด ให้ความช่วยเหลือ และกำลังใจแก่กันมากน้อย เพียงใด (ศิริรัตน์ คุปติวุฒิ และสิริเกียรติ ยันตติลล, 2541) อัตราการฆ่าตัวตายและความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายของผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่จะสูง ถ้าการแต่งงานที่ชีวิตครอบครัวไม่ราบรื่น ความสัมพันธ์ระหว่างภรรยาและสามีบกพร่อง ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี (จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์, 2530))

ทางด้านระดับการศึกษา จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างจบการศึกษาระดับ ประถมศึกษา จำนวน 11 ราย คิดเป็นร้อยละ 55 (ตารางที่ 2) สอดคล้องกับการศึกษาของจิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์ (2530) ที่ศึกษาปัญหาทางจิตเวชในผู้ป่วยพยายามฆ่าตัวตาย จำนวน 66 รายพบว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 71.21 จบการศึกษาระดับชั้นประถมปีที่ 4 และ การศึกษาของ ประยูคต์ เสรีเสถียร วัชรีย์ อุจะรัต และรัชวัลย์ บุญโถม (2541) ที่ศึกษาระบาดวิทยาของผู้พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลของรัฐที่ จังหวัดระยอง จำนวน 118 ราย พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55.9 ไม่ได้เรียนและเรียนจบชั้นประถมศึกษา สามารถอธิบายได้ว่าการศึกษาช่วยให้นักคนมีความรู้ ซึ่งจะนำไปใช้ในการพิจารณาสิ่งที่คุกคามตนเองได้อย่างถูกต้อง สามารถแยกได้ว่า อะไรคือปัจจัย ที่จะช่วยบรรเทาสิ่งที่คุกคาม และสามารถเลือกใช้แหล่งประโยชน์ได้อย่างถูกต้อง (Lazarus, 1991) บุคคลที่มีการศึกษาระดับต่ำ จะมีข้อจำกัดในการนำข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับมาแก้ไขปัญหา หรือป้องกันการเกิดปัญหาซ้ำอีก (Jenkins, 1978 cited in Jalowice & Power, 1981) ดังนั้นบุคคลที่มีระดับการศึกษาต่ำเมื่อประสบกับปัญหาต่างๆ จึงอาจจะเกิดความยุ่งยากในการแก้ไขปัญหา ส่งผลให้เกิดความรู้สึกสิ้นหวังได้ง่าย ซึ่งความรู้สึกสิ้นหวังเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้บุคคล เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2537)

ด้านอาชีพและรายได้ จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างประกอบอาชีพเกษตรกรกรรม มีรายได้ต่ำ คือ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 7 ราย คิดเป็นร้อยละ 35 มีรายได้อยู่ในช่วง 1,000-3,000 บาทต่อเดือน และจำนวน 7 ราย คิดเป็นร้อยละ 35 มีรายได้อยู่ในช่วง 3,001-5,000 บาทต่อเดือน (ตารางที่ 2) ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่าอาชีพที่ต้องใช้แรงงานและมีรายได้ต่ำมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายและมีอัตราการฆ่าตัวตายสูง อาจเนื่องจากการมีรายได้เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง ที่จะกำหนดความพึงพอใจในชีวิตของบุคคลเนื่องจาก การมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือการมีส่วนร่วมทางสังคม การมีงานอดิเรก หรือการใช้เวลาว่าง บางครั้งต้องอาศัยเงิน (เขมิกว ษะมะรัต, 2527)) ประกอบกับบุคคลที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมสูงจะมีโอกาสแสวงหาความรู้จากแหล่งประโยชน์ในสังคม ตลอดจนเครื่องมืออำนวยความสะดวกต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้มากกว่า อีกทั้งสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมยังเป็นปัจจัยอีกประการหนึ่งที่จะช่วยในการเผชิญปัญหา (US Department of Health, Education and Welfare,

1971 cited in Zhan, 1992) การมีรายได้ต่ำจึงอาจจะทำให้บุคคลมีข้อจำกัดในการแสวงหาแหล่งประโยชน์ในการปรับแก้ และประกอบกับปัญหาเศรษฐกิจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวอื่น ๆ ตามมาได้ง่ายขึ้น การประสบกับปัญหาหลายอย่างในเวลาเดียวกันก็ยิ่งทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกท้อถอย ขาดกำลังใจในการที่จะต่อสู้ปัญหา (จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์, 2530)

ด้านศาสนา จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ จำนวน 19 ราย คิดเป็นร้อยละ 95 นับถือศาสนาพุทธ (ตารางที่ 2) ซึ่งเป็นไปตามลักษณะของประเทศไทยที่มีศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ ซึ่งพุทธศาสนาจะมีคำสอนให้บุคคลมองทุกสิ่งทุกอย่างด้วยความเป็นจริง พิจารณาให้เห็นอย่างถ่องแท้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างล้วนตกอยู่ในสถานะอนิจจัง คือความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ถ้าใครมองไม่เห็นความจริงในข้อนี้ ก็จะยึดมั่นถือมั่น จนนำไปสู่ความทุกข์ แต่ถ้าใครมีวิจรรณญาณสามารถรู้ว่สถานะทั้งหมดไม่มีตัวตนอันแท้จริง จึงไม่ควรไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตน ของตน ก็จะล่วงพ้นความทุกข์ (พุทธทาสภิกขุ, 2504) นอกจากนี้พุทธศาสนายังสอนให้ รู้เท่าทันความทุกข์ หรือความเครียดที่เกิดขึ้นด้วยสติสัมปชัญญะ และไม่เก็บสะสมความเครียดเหล่านั้นไว้ให้เป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต อีกทั้งยังสอนให้เผชิญกับภาวะที่ไม่น่าพึงพอใจ ที่ยุ่งยาก ลำบาก ภัยพิบัติ หรือความทุกข์ยากต่าง ๆ ที่พึงจะเกิดขึ้นด้วยอารมณ์ที่มั่นคง และใช้ปัญญาในการแก้ปัญหา (วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, 2514) เมื่อพิจารณาตามหลักคำสอนดังกล่าวแล้ว พุทธศาสนิกชนที่นำเอาหลักคำสอนมาใช้ในชีวิตประจำวัน น่าจะเป็นผู้ที่สามารถเผชิญกับความทุกข์ยาก หรือปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ไม่เกิดความรู้สึกสิ้นหวัง สูญเสีย จนนำไปสู่การพยายามฆ่าตัวตาย อย่างไรก็ตามแม้จะพบว่าส่วนใหญ่ของประชากรนับถือศาสนาพุทธ แต่โดยทั่วไปสังคมไทยส่วนใหญ่การนับถือศาสนาจะทำตามบรรพบุรุษ ไม่ได้เกิดขึ้นจากความศรัทธาในศาสนา นั้น ๆ ด้วยตนเอง และการปฏิบัติตามหลักคำสอน หรือการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาก็กระทำอย่างไม่เคร่งครัด ไม่มีการบังคับ และไม่ค่อยจะนำเอาหลักคำสอนมาใช้ในชีวิตประจำวัน และไม่ค่อยจะเคร่งครัดในการปฏิบัติตามหลักคำสอนหรือการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา จึงไม่สามารถที่จะนำเอาหลักคำสอนในศาสนามาใช้ได้ เมื่อประสบกับภาวะวิกฤติในชีวิตสาเหตุเหล่านี้ อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ที่นับถือศาสนาพุทธ โดยเฉพาะในประเทศไทย มีอัตราการพยายามฆ่าตัวตายสูง

จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 15 มีการพยายามฆ่าตัวตายเป็นครั้งที่ 2 และอีก 1 ราย พยายามฆ่าตัวตายครั้งนี้เป็นครั้งที่ 4 กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มดังกล่าวจัดว่าเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงในการฆ่าตัวตายซ้ำ ซึ่งเมื่อพิจารณาจากข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มที่ พยายามฆ่าตัวตายเป็นครั้งที่ 2 พบว่า มี 1 ราย ที่มีความเสี่ยงสูงมากในการที่จะฆ่าตัวตายซ้ำ เนื่องจากมีความคิดฆ่าตัวตายซ้ำ และ

เมื่อพิจารณาปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์ ทำให้บุคคลเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างรายนี้เป็นเพศหญิง อายุ 21 ปี ประสบความล้มเหลวในชีวิตสมรส หย่ากับสามี ครอบครัวแตกแยก พ่อแม่แยกทางกัน และต่างฝ่ายต่างมีครอบครัวใหม่ ตัวผู้ป่วยเองไม่มีที่อยู่อาศัยที่แน่นอน อาศัยอยู่กับพี่สาวเป็นบางครั้ง โดยเฉพาะในช่วงที่ตกงาน มีอาชีพรับจ้าง (รายได้ 3,000 บาทต่อเดือน) แต่ขณะที่ให้ข้อมูลกำลังตกงาน เมื่อพิจารณาข้อมูลแหล่งของความเครียด พบว่า มีแหล่งของความเครียดในระดับปานกลางจากครอบครัวและสิ่งแวดล้อม ส่วนแหล่งของความเครียดอื่น ๆ เป็นแหล่งของความเครียดในระดับต่ำ ด้านวิธีการปรับแก้ พบว่า วิธีการปรับแก้ที่ผู้ป่วยใช้บ่อยมี 2 วิธี คือ วิธีการปรับแก้โดยการแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม และถอยห่าง ซึ่งวิธีการปรับแก้ทั้ง 2 วิธี เป็นวิธีการปรับแก้ที่มุ่งปรับอารมณ์ซึ่งเป็นเพียงวิธีบรรเทาหรือลดความเครียดเท่านั้น ไม่ได้จัดการกับปัญหาให้หมดไปโดยตรง ดังนั้น ถ้าใช้บ่อย ๆ โดยขาดการตระหนักรู้ในตนเอง มีความคิดหรือการกระทำที่บิดเบือนปัญหาต่าง ๆ ที่ไม่ได้รับการแก้ไขก็จะทำให้เกิดความเครียดมากขึ้นจนอาจนำไปสู่การเจ็บป่วยทางจิต ความวิตกกังวล ซึมเศร้า และมีความคิดฆ่าตัวตาย เป็นต้น (Bell, 1977 ; Forman, 1993)

กลุ่มตัวอย่างที่พยายามฆ่าตัวตายเป็นครั้งที่ 4 ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายซ้ำ เป็นเพศหญิงอายุ 48 ปี มีอาชีพทำสวน รายได้ 3,000 บาทต่อเดือน สถานภาพสมรสคู่ ทั้งตนเองและสามีอาศัยอยู่บ้านเดียวกันกับลูกสาว ส่วนแหล่งของความเครียด พบว่า มีความเครียดในระดับสูงจากสิ่งแวดล้อม และเรื่องการเงิน ส่วนวิธีการปรับแก้ที่ใช้บ่อย คือ การประเมินค่าใหม่ทางบวก ซึ่งเป็นวิธีการปรับแก้ที่มุ่งปรับอารมณ์

แหล่งของความเครียด

ในการศึกษาแหล่งของความเครียดของบุคคลที่พยายามฆ่าตัวตายในครั้งนี้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 ราย มีความเครียดจากทุกแหล่ง คือทั้ง จากงาน เรื่องส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม เรื่องการเงิน และสิ่งแวดล้อม แม้ว่าระดับของความเครียดจากแต่ละแหล่งจะแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะอธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 50 เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (ตารางที่ 1) ซึ่งวัยผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีคู่ครอง ต้องสร้างครอบครัว ต้องมีความรับผิดชอบ ต่อตนเอง ทั้งในเรื่องส่วนตัว การทำงาน และชีวิตครอบครัว (มาโนช หล่อตระกูล, 2541) นอกจากนี้การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันที่มีการพัฒนาไปสู่รูปแบบของสังคมอุตสาหกรรม และค่านิยมที่เน้นการแข่งขัน เน้นความสำเร็จ มีการดำเนิน ไม่ยอมรับความผิดพลาด และความล้มเหลว (Barbee & Bricker, 1996) สิ่งต่าง ๆ ดังกล่าวอาจจะเป็นสาเหตุหนึ่ง

ที่ทำให้ผู้ที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นวัยที่ต้องสร้างความมั่นคงให้กับตนเองและครอบครัว และเป็นวัยที่ต้องรับผิดชอบสิ่งต่าง ๆ มากขึ้นมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกรู้สึกถูกบีบคั้น หรือประสบกับความเครียด (พระเทพเวที, 2535 อ้างใน มาโนช หล่อตระกูล, 2541) และประกอบกับกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 70 มีสถานภาพสมรสคู่ (ตารางที่ 1) ซึ่งในสภาพสังคม เศรษฐกิจในยุคปัจจุบัน ครอบครัวต้องรับผิดชอบต่อภาระต่าง ๆ ด้วยตนเองมากยิ่งขึ้น ความสัมพันธ์ หรือการพึ่งพาครอบครัวเดิมลดลง โอกาสที่ครอบครัวหรือหัวหน้าครอบครัวจะประสบกับความเครียดจึงมีค่อนข้างสูง (นิธิ เอียวศรีวงศ์, 2535 อ้างใน มาโนช หล่อตระกูล, 2541) ดังนั้นจึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดจากทุกแหล่ง

จากตารางที่ 4 ที่กล่าวมาแล้วว่ากลุ่มตัวอย่างมีแหล่งของความเครียดจากทุกแหล่ง แต่ระดับของความเครียดจากแต่ละแหล่งแตกต่างกัน กล่าวคือ แหล่งของความเครียดจากสิ่งแวดล้อม ร้อยละ 65 และจากเรื่องเงิน ร้อยละ 50 เป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลาง และแหล่งของความเครียดจากเรื่องส่วนบุคคล (ร้อยละ 70) สังคม (ร้อยละ 65) (งาน) ร้อยละ 60 และครอบครัว (ร้อยละ 45) เป็นแหล่งความเครียดในระดับต่ำ แม้ว่าแหล่งของความเครียดที่กลุ่มตัวอย่างประสบจะเป็นแหล่งความเครียดในระดับปานกลางและระดับต่ำ แต่เนื่องจากสภาพปัญหาที่ทำให้บุคคลพยายามฆ่าตัวตายไม่ได้เกิดจากปัญหาใดปัญหาหนึ่งแต่เพียงประการเดียว แต่เกิดจากการสั่งสมของปัญหาหลายอย่างเป็นเวลานาน เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาชีวิตสมรส ปัญหาเศรษฐกิจ และปัญหาโรคประจำตัว เป็นต้น (กิติกร มีทรัพย์, 2526) ดังนั้นแหล่งของความเครียดในแต่ละแหล่งที่จะกล่าวต่อไปนี้อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายได้ กล่าวคือ แหล่งของความเครียดจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งสาเหตุของความเครียด ร้อยละ 75 เกิดจากการเป็นกังวลกับสารพิษต่าง ๆ และมลภาวะในอากาศ น้ำ ดิน (ตารางที่ 5) อาจเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม จึงมีโอกาสที่จะสัมผัสสารเคมี เช่น ยาฆ่าวัชพืช ยาฆ่าแมลง หรือสารกำจัดศัตรูพืชต่าง ๆ อยู่เสมอ ๆ ซึ่งสารเคมีที่ใช้ในการกำจัดศัตรูพืชจะส่งผลกระทบต่อโดยตรง และทำให้เกิดปัญหาในสภาพแวดล้อมหลายประการ เช่น จากการเก็บตัวอย่างน้ำจากแหล่งน้ำต่าง ๆ ทั่วประเทศ จำนวน 63 ตัวอย่าง ในปี พ.ศ. 2537 พบว่ามีสารดีดีที (DDT) ตกค้างอยู่ในน้ำถึงร้อยละ 81 ของจำนวนตัวอย่างทั้งหมด (ชูชัย ศุภวงศ์ และ ยุวดี ภาดการณีกุล, 2539) และสารกำจัดศัตรูพืชดังกล่าวยังส่งผลต่อความปลอดภัยของตัวเกษตรกรเองด้วย โดยพบว่า สารพิษเข้าสู่ร่างกายของบุคคลได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เข้าทางตรงโดยผู้ที่ฉีดพ่นยาเข้าทางอ้อมโดยรับประทานอาหารที่มีวัชตมมีพิษเข้าไป ซึ่งวัชตมมีพิษจะสะสมอยู่ใน ไช้มัน ตับ ไต สมอง เลือด และน้ำนม (สมพร แสงชัย, 2530) โดยในปี พ.ศ. 2538 พบว่ามีผู้ป่วยจากสารกำจัดศัตรูพืชทั่วประเทศ 3,360 ราย และเสียชีวิต 20 ราย และจากการตรวจหาระดับเอมไซม์โคลิเอสเตอเรสใน

เลือด ของเกษตรกรทั่วประเทศในปี พ.ศ. 2538 จำนวน 465,420 ราย พบว่ามีเกษตรกรที่มีผลการตรวจเลือดอยู่ในเกณฑ์ที่ไม่ปลอดภัยถึง 84,760 ราย คิดเป็นร้อยละ 18.21 ของผู้ที่ได้รับการตรวจทั้งหมด (ชูชัย สุภวงค์ และ ยวดี ศาคการณ์ไกล, 2539) สาเหตุเหล่านี้ เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความเครียด และกลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มที่จะประสบกับความเครียดดังกล่าวเป็นระยะเวลานาน เพราะต้องใช้สารดังกล่าว เพื่อที่จะเพิ่มผลผลิตทางการเกษตร ซึ่งการมีความเครียดอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานทำให้บุคคลประสบกับปัญหาหลายประการด้วยกัน เช่น ความบกพร่องในบทบาทหน้าที่ทั้งในครอบครัวและการทำงาน และบทบาทหน้าที่ทางสังคมอื่น ๆ หรืออาจจะนำไปสู่การมีปัญหาด้านสุขภาพจิตที่รุนแรง เช่น เป็นโรคจิต โรคประสาท และการฆ่าตัวตาย เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2540) ด้านแหล่งความเครียดเรื่องการเงิน พบว่าสาเหตุของความเครียดจากเรื่องเงินของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 100 เกิดจากรายได้ลดลง ร้อยละ 95 เกิดจากการไม่มีเงินพอสำหรับพักผ่อนหย่อนใจ และเงินไม่พอใช้จ่าย ร้อยละ 90 เกิดจากรายจ่ายเพิ่มขึ้น (ตารางที่ 6) ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 35 มีรายได้อยู่ในช่วง 1,001-3,000 บาท ต่อเดือน และอยู่ในช่วง 3,001-5,000 บาท ต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 35 (ตารางที่ 1) เมื่อเปรียบเทียบกับภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันซึ่งมูลค่าของเงินลดลง สินค้าอุปโภคบริโภคต่าง ๆ มีราคาแพงขึ้น การมีรายได้จำนวนดังกล่าวกล่าวถึงอาจไม่เพียงพอกับค่าครองชีพ เนื่องจากภาระรับผิดชอบในครอบครัวยังมีเท่าเดิม จากการศึกษาของนักวิชาการหลายท่านพบว่า การมีปัญหาระบบการเงินมีความสัมพันธ์หรือทำให้บุคคลเสี่ยงต่อการพยายามฆ่าตัวตาย (Heikknen, Aro & Lonqvist, 1994 ; Dorpat, 1960; Beskow, 1979 cited in Heikknen et al, 1994) และพบว่า ความยากจนหรือปัญหาเศรษฐกิจเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญของการฆ่าตัวตาย (Brent, Kolki, Wartella & Moritz, 1993 อ้างใน อุมาพร ตรังคสมบัติ และอรพรรณ หนูแก้ว, 2541) นอกจากนี้พบว่าความเครียดทางจิตสังคมจากปัญหาเรื่องการเงินเป็นสาเหตุที่พบได้มากที่สุดในกลุ่มตัวอย่างที่พยายามฆ่าตัวตาย (Rich et al, 1988) และประกอบกับปัญหาการเงินหรือเศรษฐกิจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาครอบครัวอื่น ๆ ตามมาได้ง่ายขึ้น เช่น ปัญหาชีวิตสมรส ความขัดแย้งในครอบครัว เป็นต้น ซึ่งจากการศึกษาพบว่า ปัญหาเรื่องการเงินเป็นปัญหาอันดับแรกที่ทำให้เกิดความเครียดในครอบครัว เนื่องจากการมีเงินไม่เพียงพอกับรายจ่ายในสิ่งจำเป็นพื้นฐานทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกวิตกกังวล ซึมเศร้า และโกรธ (Rubenstein, cited in Miller, Smith, & Larty, 1993) ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้พบว่าแหล่งของความเครียดจากครอบครัว ที่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 45 ระบุว่าเป็นแหล่งของความเครียดในระดับต่ำ ร้อยละ 35 เป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลาง และร้อยละ 20 เป็นแหล่งของความเครียดในระดับสูง (ตารางที่ 4) โดยร้อยละ 65 ระบุว่าสาเหตุของความเครียดจากครอบครัวเกิดจากชีวิตคู่มีปัญหา และร้อยละ 55 เกิดจากความขัดแย้ง

กับคนใดคนหนึ่งในบ้าน (ตารางที่ 10) ซึ่งความขัดแย้งในครอบครัวเป็นแหล่งที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้มากที่สุด โดยเฉพาะความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส เนื่องจากการมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคู่สมรส เป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญที่ทำให้สมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัวมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน (Miller, Smith & Larry, 1993) จากการศึกษาผู้ป่วยที่พยายามฆ่าตัวตายของโรงพยาบาลเชียงราย ประชากรเคราะห์พบว่า ผู้หญิงพยายามฆ่าตัวตายเพราะขัดแย้งกับคู่สมรส ร้อยละ 33.2 ผู้ชายร้อยละ 11.9 (ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์, อปสรศรี ธนไพศาล และสุพรรณิ เกกนิชะ, 2541) และพบว่า บุคคลที่พยายามฆ่าตัวตายมักจะมีการทะเลาะกันอย่างรุนแรงกับคู่สมรส มากกว่ากลุ่มประชากรทั่วไป (Myers, et al, 1975) นอกจากนี้พบว่าปัญหาชีวิตสมรส ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวเป็นสาเหตุที่สำคัญที่ทำให้บุคคลฆ่าตัวตาย (สุวทนา อารีพรรค, 2522) ส่วนในด้านของความเครียดส่วนบุคคล ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 70 ประเมินว่าเป็นแหล่งของความเครียดในระดับต่ำ แต่พบว่า สาเหตุของความเครียดจากเรื่องส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 95 เกิดจากการ ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งการประสบความล้มเหลวทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกในทางลบกับตนเอง เกิดความรู้สึกไม่มั่นใจในการที่จะแสวงหาหรือกระทำการที่ทำหยาอื่น ๆ ในชีวิต (Miller, Smith, & Larry, 1993) การศึกษาในบุคคลที่ฆ่าตัวตาย พบว่า การประสบกับความล้มเหลวทำให้บุคคลรู้สึกว่าการมีชีวิตไม่มีค่าควรอยู่ มีการตำหนิและดูถูกตนเอง (Coleman, Butcher & Carson, 1980) และจากการศึกษาพบว่า บุคคลที่ประสบกับความล้มเหลว และการสูญเสียจะมีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายสูง (Wilson & Kneisl, 1996) และเมื่อพิจารณาแหล่งของความเครียดจากงาน ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 60 ประเมินว่าเป็นแหล่งความเครียดในระดับต่ำ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55 ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ซึ่งเป็นอาชีพที่ต้องใช้แรงงาน ต้องทำงานหนัก เสี่ยงอันตรายจากสารเคมีที่ใช้กำจัดศัตรูพืช มีรายได้น้อยกว่าที่ควรจะเป็นและมีโอกาสน้อยในเรื่องความก้าวหน้า งานเป็นสาเหตุที่สำคัญประการหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความเครียดอย่างยาวนาน เนื่องจากงานเป็นสิ่งที่นำไปสู่สิ่งที่บุคคลต้องการ 3 ประการคือ เงิน ความพอใจในตนเอง และความสำเร็จอย่างสูงสุดของชีวิต และประกอบกับการทำงานเป็นปัจจัยหนึ่งที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต เนื่องจากบทบาทของคนทำงาน เป็นบทบาทที่ทำให้บทบาทอื่น ๆ คงอยู่และประสานกัน การมีอาชีพทำให้เป็นที่ยอมรับ เป็นคนที่มีคุณค่า สร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจให้กับตนเองและครอบครัว ดังนั้นเพื่อตอบสนองความต้องการดังกล่าวบุคคลอาจจะต้องใช้ความพยายามเป็นอย่างมาก อาจจะต้องสละสิ่งหนึ่งเพื่อให้ได้มาอีกสิ่งหนึ่ง เช่น อาจจะต้องทนทำงานหนัก และนำเอื้อเพื่อมีรายได้เพียงพอสำหรับเลี้ยงตนเองและครอบครัว (Miller, Smith & Larry, 1993) จากการศึกษาพบว่า การมีปัญหาเรื่องงานมีความสัมพันธ์หรือทำ

ให้บุคคลเสี่ยงต่อการพยายามฆ่าตัวตาย (Heikkinen, Aro & Lonqvist, 1994; Heikkinen et al, 1997; Richard, Fowler, Fogarty & Young, 1986)

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า แม้แหล่งของความเครียดต่าง ๆ จะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับต่ำและปานกลาง แต่กลุ่มตัวอย่างประสบกับความเครียดเป็นระยะเวลานาน และสาเหตุของความเครียดจากแหล่งหนึ่ง ส่งผลให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาได้อีก เช่น ปัญหาเรื่องเงินอาจจะส่งผลให้เกิดปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว เป็นต้น รวมทั้งการมีความเครียดอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน ๆ ส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาอีกหลายประการ ลักษณะเหล่านี้อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายถึงแม้ว่าแหล่งของความเครียดต่าง ๆ จะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลางและต่ำ

วิธีการปรับแก้

นอกจากแหล่งของความเครียดแล้วเมื่อพิจารณาวิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้ พบว่าอาจจะเป็นสาเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายแม้ว่าแหล่งของความเครียดจะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลางและต่ำ กล่าวคือ วิธีการปรับแก้ทุกวิธีถูกใช้โดยกลุ่มตัวอย่าง (ตารางที่ 11) แต่วิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อย 3 อันดับแรก คือ ร้อยละ 30 ใช้การควบคุมตนเอง ร้อยละ 25 ใช้หนีหลีกเลี่ยงปัญหา และอีกร้อยละ 25 ใช้การแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม (ตารางที่ 12) ซึ่งวิธีการปรับแก้ ทั้ง 3 วิธีดังกล่าว เป็นวิธีการปรับแก้ที่มุ่งปรับอารมณ์หรือมุ่งลดความไม่สบายใจเท่านั้น ไม่ได้จัดการโดยตรงให้ปัญหาหมดไป ดังนั้นถ้าใช้บ่อย ๆ โดยขาดการตระหนักรู้ในตนเองมีความคิด หรือการกระทำที่บิดเบือน ปัญหาต่าง ๆ ที่ไม่ได้รับการแก้ไข ก็จะก่อให้เกิดความเครียดมากยิ่งขึ้นจนอาจนำไปสู่การเจ็บป่วยทางจิต เช่น วิตกกังวล ซึมเศร้า และมีความคิดฆ่าตัวตาย เป็นต้น (Bell, 1977; Forman, 1993) และเมื่อพิจารณาวิธีการปรับแก้ในแต่ละวิธีที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อย พบว่า วิธีการปรับแก้แบบควบคุมตนเอง มีความสัมพันธ์กับการมีความเครียดและความวิตกกังวลสูง ซึมเศร้าและสับสน (Prattke & Sternas, 1992) และประกอบกับวิธีการปรับแก้แบบควบคุมตนเอง เป็นวิธีการปรับแก้ที่ไร้ผลไม่เอื้อต่อการปรับตัวและทำให้บุคคลพัฒนาตนเองได้น้อย (Cook et al, 1989 cited in Pattke & Gass-Sternas, 1992) บุคคลที่มีภาวะซึมเศร้าสูงมักจะใช้วิธีการปรับแก้แบบควบคุมตนเองมาก มีความโกรธและความก้าวร้าวมากขณะที่ประสบกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา (Folkman & Lazarus, 1981 cited in Monate & Lazarus, 1991) และภาวะอารมณ์แปรปรวนมากมีความสัมพันธ์กับวิธีการ

ปรับแก้แบบควบคุมตนเอง (Prattke & Gass-Sternas, 1992) ดังนั้นการที่กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการปรับแก้แบบควบคุมตนเอง จะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มที่จะมีระดับความเครียดและความวิตกกังวลสูงขึ้น มีความโกรธ ความก้าวร้าว และเสี่ยงต่อการที่จะฆ่าตัวตายซ้ำอีก เนื่องจากการฆ่าตัวตายเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวที่เข้าหาตนเอง (Lester, 1986; Litman, 1967 cited in Botsis et al, 1994) และเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากจิตสำนึกที่มีความโกรธต่อสิ่งที่ตนเองรักและต้องสูญเสียสิ่งนั้น ๆ ไป (Hendin, 1991) กลุ่มตัวอย่างจึงอาจจะใช้วิธีการปรับแก้แบบควบคุมตนเองเพื่อที่จะพยายามควบคุมความรู้สึกก้าวร้าวของตนเอง (Coyne, Aldwin & Lazarus, 1981 cited in Monate & Lazarus, 1991) ส่วนวิธีการปรับแก้โดยการหนีหลีกเลี่ยงปัญหาเป็นวิธีการปรับแก้ที่ช่วยลดความทุกข์และความเครียดได้ ซึ่งวิธีการที่ใช้ เช่น การปลอบใจตนเอง การคิดฝันหรือปราถนาว่าสถานการณ์นั้นจะมีทางแก้ไขได้ การลดเข้าไปเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ เป็นต้น แต่เป็นวิธีการที่บุคคลใช้เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาชั่วขณะเท่านั้น (Lazarus & Folkman, 1991) ถ้าใช้เป็นเวลานาน ๆ โดยไม่มีการแสวงหาข้อมูลหรือแนวทางแก้ปัญหาที่เป็นรูปธรรมจะยิ่งทำให้มีโอกาสที่จะติดหมกมุ่นกับปัญหาของตนเองมากขึ้นจนอาจนำไปสู่การเกิดปัญหาสุขภาพจิตและจิตเวชได้ ซึ่งจากการศึกษาพบว่า วิธีการปรับแก้แบบหนีหลีกเลี่ยงปัญหา ถ้าใช้มากจะทำให้มีความตึงเครียดและซึมเศร้ามาก มีความวิตกกังวลสูง โกรธ ก้าวร้าว สับสน และมีความแปรปรวนทางอารมณ์มาก (Prattke & Gass-Sternas, 1992) สอดคล้องกับการศึกษาของโฟล์คแมนและคณะ (Folkman et al, 1996b cited in Lazarus & Folkman, 1991) ที่พบว่าการใช้วิธีการปรับแก้แบบหนีหลีกเลี่ยงปัญหาบ่อย ๆ อาจส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าและวิตกกังวล นอกจากนี้อาจจะทำให้มีอาการทางกายที่มีสาเหตุจากจิตใจเพราะการคิดฝันเป็นกลไกการป้องกันตนเองที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติไม่ช่วยในการแก้ปัญหา แต่ช่วยขจัดความไม่สบายใจ ถ้าใช้จนเกิดความเคยชินแสดงให้เห็นว่าไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง แต่จะหลีกเลี่ยงปัญหาจนในที่สุดอาจเกิดโรคจิต โรคประสาทได้ (Rouhani, 1978) และในส่วนของวิธีการปรับแก้โดยการแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็นแหล่งประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมที่จะช่วยจัดการกับความเครียด (Schaefer, Coyne & Lazarus, 1981) โดยช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญและตอบสนองต่อความเจ็บปวดหรือความเครียดต่าง ๆ ได้ในระยะเวลาที่รวดเร็วยิ่งขึ้น (Thoits, 1982) มีกำลังใจ เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มีอารมณ์ที่มั่นคงในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ตระหนักถึงการมีคุณค่าในตนเอง ช่วยให้การประเมินความรุนแรงของความเครียดลดลง หรือรุนแรงน้อยลงซึ่งจะส่งผลให้สามารถเผชิญความเครียดได้อย่างเหมาะสม (Cohen & Wills, 1985) แต่มีกลุ่มตัวอย่างเพียงร้อยละ 25 เท่านั้น ที่เลือกใช้วิธีการปรับแก้โดยการแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคม ทั้งนี้อาจเนื่องจากแหล่งของความเครียดที่กลุ่มตัวอย่างประสบนั้นมีทั้งเรื่องในครอบครัว เรื่องงาน สังคม เงิน

และสิ่งแวดล้อม (ตารางที่ 4) โดยเฉพาะเรื่องครอบครัวและเรื่องส่วนบุคคลนั้น โดยลักษณะสังคมและวัฒนธรรมของไทยแล้วการนำเรื่องส่วนตัวและเรื่องในครอบครัวไปบอกกล่าวให้บุคคลอื่นทราบถือเป็นสิ่งที่น่าละอายเป็นการเสียหน้าและประกอบกับปัญหาในครอบครัวบางอย่าง เช่น ชีวิตคูมีปัญหาและปัญหาส่วนตัว เช่น การไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้หรือการประสบกับความล้มเหลว ซึ่งผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 65 เครียดจากครอบครัวเนื่องจากชีวิตคูมีปัญหา (ตารางที่ 10) และร้อยละ 95 เครียดจากเรื่องส่วนบุคคลเนื่องจากไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ (ตารางที่ 7) ซึ่งการประสบความล้มเหลวในชีวิตครอบครัวและการไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ดังกล่าวทำให้บุคคลขาดความมั่นใจในตนเองและสูญเสียหรือมีความสำคัญในคุณค่าของตนเองต่ำ จากการศึกษาของโฟล์คแมนและคณะ (Folkman et al, 1996) พบว่าถ้าบุคคลประเมินว่าสถานการณ์นั้น ๆ คุกคามความสำคัญในคุณค่าของตนเองมาก บุคคลจะใช้วิธีการปรับแก้ต่อไปนี้มากขึ้นคือ การเผชิญหน้ากับปัญหา ควบคุมตนเอง หนี และหลีกเลี่ยงปัญหา แสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา และใช้วิธีการปรับแก้ โดยการแสวงหาการเกื้อหนุนทางสังคมน้อย จากลักษณะของวิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อยดังกล่าวอาจจะเป็นสาเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายถึงแม้ว่าแหล่งของความเครียดจากแหล่งต่าง ๆ จะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับต่ำและปานกลาง

นอกจากแหล่งของความเครียดและวิธีการปรับแก้ดังกล่าวแล้วสาเหตุอีกประการหนึ่งที่จะทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายแม้ว่าแหล่งของความเครียดจะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลางและต่ำ คือการฆ่าตัวตายเป็นพฤติกรรมที่ซับซ้อน มีสาเหตุและปัจจัยหลายประการด้วยกันที่มีความสัมพันธ์หรือทำให้บุคคลฆ่าตัวตาย หรือเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (Wilson & Kneisl, 1996) เช่น เพศ พบว่า ผู้ชายฆ่าตัวตายสำเร็จมากกว่าผู้หญิง ผู้หญิงพยายามฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ชาย เนื่องจากผู้ชายใช้วิธีการที่รุนแรงในการฆ่าตัวตายมากกว่าผู้หญิง ผู้หญิงแสวงหาการช่วยเหลือ ได้รับความเห็นใจ และการประคับประคองมากกว่าผู้ชาย และผู้หญิงมักจะมีความคิดปกติทางอารมณ์ ซึ่งเป็นอาการแสดงที่บ่งบอกถึงการมีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายมากกว่าผู้ชายจึงได้รับการช่วยเหลืออย่างทันท่วงที (Hawton & Catalan, 1987; Shaffer & Fisher, 1981 cited in Blumenthal & Kupfer, 1990) สภาพสังคม พบว่าอัตราการฆ่าตัวตายของสังคมเมืองสูงกว่าสังคมชนบท เนื่องจากสังคมเมือง ความรู้สึกผูกพันระหว่างบุคคลในสังคมลดลง บุคคลแยกตัวออกจากสังคมมากขึ้นและความเครียดที่บุคคลในสังคมต้องประสบมีมากขึ้น (Yang, 1992 cited in Barbee & Bricker, 1996) ส่วนในด้านอายุ บุคคลที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายมากที่สุด คือ กลุ่มวัยรุ่นและผู้สูงอายุ เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องประสบกับความเครียดทั้งจากการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองและการเปลี่ยนแปลงบทบาทในสังคม (Wilson &

Kneisl, 1996) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวเป็นอย่างมาก การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเกิดขึ้นเมื่อเด็กไม่สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับพัฒนาการทางจิตและบทบาททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ (Gilead & Mulaik, 1983) ส่วนผู้สูงอายุนั้นพบว่า การฆ่าตัวตายของผู้สูงอายุมักจะเกิดจากความล้มเหลวในการปรับตัวต่อการสูญเสียต่าง ๆ เช่น การสูญเสียคู่สมรส สูญเสียบทบาทและสถานภาพทางสังคม สูญเสียความสามารถในการดูแลตนเอง (Shneidman, 1985 cited in Barbee & Bricker, 1996) ในด้านสถานภาพสมรส พบว่าบุคคลที่เป็นโสด แยกกันอยู่ หย่า และเป็นหม้ายมีอัตราการฆ่าตัวตายสูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่ (Blumenthal & Kupfer, 1990) เนื่องจากผู้ที่มีสถานภาพสมรสคู่จะมีแรงสนับสนุนทางสังคมมากกว่าบุคคลที่เป็นโสด หม้าย หย่า และแยกกันอยู่ ซึ่งการมีแรงสนับสนุนทางสังคมจะช่วยให้บุคคลมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคและช่วยลดความเครียด (Hubbard, Muhlenkamp & Brown, 1980) เป็นต้น

ในการศึกษาครั้งนี้ จากปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์ หรือทำให้กลุ่มตัวอย่างเสี่ยงต่อการพยายามฆ่าตัวตายดัง ได้กล่าวมาแล้วร่วมกับแหล่งของความเครียดและวิธีการปรับแก้ที่กลุ่มตัวอย่างใช้บ่อย อาจจะเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างพยายามฆ่าตัวตายถึงแม้ว่าแหล่งของความเครียดต่าง ๆ จะเป็นแหล่งของความเครียดในระดับปานกลางและต่ำ