

การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบ  
ในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้

นางสาวกัญญานาถ สุวรรณชาติ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2554

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)

are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

POSTTRAUMATIC GROWTH OF INSURGENCY SURVIVORS IN SOUTHERN  
BORDER PROVINCES

Miss Kanyanart Suwanchatree

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts Program in Counseling Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2011

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ของ ผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัด ชายแดนภาคใต้
โดย	นางสาวกัญญานาถ สุวรรณชาติรี
สาขาวิชา	จิตวิทยาการปรึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม	รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศันนงค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม  
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)

..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.ณัฐสุดา เต็มพันธ์)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งนภา ผาณิตรัตน์)

กัญญาณาด สุวรรณชาติ : การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของ  
ผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ จังหวัดชายแดนภาคใต้ .  
(POSTTRAUMATIC GROWTH OF INSURGENCY SURVIVORS IN  
SOUTHERN BORDER PROVINCES) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : ผศ. ดร.  
อรัญญา ต้อยคำภีร์, อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม : รศ. สุภาพรรณ โคตรจรัส , 112  
หน้า

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษา การเติบโตภาย หลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของ  
ผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัย  
เชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบจำนวน 10  
ราย (ชาย 8 ราย และหญิง 2 ราย) ที่อาศัยในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยเป็นผู้ที่ผ่าน  
การคัดเลือกแบบ เฉพาะเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด และเก็บรวบรวม ข้อมูลด้วยวิธีการ  
สัมภาษณ์แบบรายบุคคล วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบ  
ร่วมกัน ผลการวิจัยพบประสบการณ์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือน ขวัญ 3  
ประเด็นหลัก คือ 1) การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุ การณ์สะเทือนขวัญ ได้แก่ การ  
ยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต การตระหนักถึง  
ความรักความผูกพันในครอบครัว และการมองเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ 2)การประสบ  
เหตุการณ์สะเทือนขวัญ ได้แก่ ลักษณะเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และการสูญเสียด้านร่างกาย  
และจิตใจ 3) การมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต ได้แก่ การมีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกาย  
และจิตใจ การมีครอบครัวและบุคคลรอบข้าง การนำหลักศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต และ  
การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ

ข้อค้นพบจากงานวิจัยสนับสนุนแนวคิดที่ว่า ผู้รอดชีวิตจากการประสบเหตุการณ์  
สะเทือนขวัญสามารถพัฒนาความเข้มแข็งภายในจิตใจ และเติบโตอย่างมีวุฒิภาวะได้หาก  
พวกเขามีแหล่งเกื้อหนุนที่เพียงพอ

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา..... ลายมือชื่อนิสิต.....  
ปีการศึกษา.....2554.....ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....  
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม.....

# # 5278102938 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEYWORDS: POSTTRAUMATIC GROWTH / SURVIVORS / SOUTHERN BORDER PROVINCES

KANYANART SUWANCHATREE: POSTTRAUMATIC GROWTH OF INSURGENCY SURVIVORS IN SOUTHERN BORDER PROVINCES.

ADVISOR: ASST.PROF. ARUNYA TUICOMEPEE, Ph.D., CO-ADVISOR: ASSOC.PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS, 112 pp.

This qualitative study aimed to examine posttraumatic growth of insurgency survivors in the southern border provinces of Thailand. A consensus qualitative research design was used. Key informants were 10 (8 males and 2 females) insurgency survivors who were purposively selected using a set of criteria. The key informants were interviewed individually by the researcher. Data were subsequently analyzed using a consensual qualitative research method. Findings revealed 4 themes of posttraumatic growth experience: (1) Posttraumatic growth such as accepting ongoing circumstances, appreciating lives and recognizing the importance of family bonding; (2) Facing traumatic situations similar to these or those situations with physical and psychological impact; (3) Having resources to support such as resilience-enhancement thinking, family and social support, living lives based on religious beliefs, and committing to duties and responsibilities.

Findings support the notion that those surviving insurgency with sufficient resources and supports can develop psychological growth and strength.

Field of Study : Counseling Psychology.....

Academic Year : 2011.....

Student's Signature .....

Advisor's Signature .....

Co-advisor's Signature.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยความไว้วางใจและโอกาสอันมีคุณค่าซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักทุกท่านได้มอบให้แก่ผู้วิจัย การได้รับรู้เรื่องราวประสบการณ์การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนใจในงานวิจัยฉบับนี้ทำให้ผู้วิจัยเกิดความเชื่อมั่นในความเข้มแข็งภายในของมนุษย์ที่พร้อมจะพาให้เขาก้าวผ่านเรื่องราวที่หนักหน่วงในชีวิตไปได้ นอกจากนี้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ยังได้รับการสนับสนุนและความช่วยเหลือจากบุคคลที่เกี่ยวข้องหลายท่าน ซึ่งผู้วิจัยซาบซึ้งใจเป็นอย่างยิ่ง และขอขอบพระคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้ ดังนี้

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อรุณญา ตัญญาภักดิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ผู้ซึ่งสร้างแรงบันดาลใจ ดูแลเอาใจใส่ ให้ความช่วยเหลืออย่างดียิ่ง ตลอดจนให้คำแนะนำที่สร้างสรรค์ ด้วยความเมตตา และกำลังใจที่ได้รับจากอาจารย์ ทำให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ผู้ซึ่งให้ข้อเสนอแนะอันมีค่า และให้ความช่วยเหลือแก่ข้าพเจ้าในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ด้วยความเมตตา ทำให้การวิจัยสำเร็จไปได้ด้วยดี อาจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต็มพันธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รุ่งนภา ภาณิตร์ตัน คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ที่ให้โอกาสและข้อเสนอแนะแก่ข้าพเจ้าในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ตลอดจนขอขอบพระคุณอาจารย์ทุกท่านของข้าพเจ้าที่ได้ประสิทธิ์ประสาทองค์ความรู้ ตลอดจนระยะเวลาที่ได้รับการศึกษาครั้งนี้ด้วยความระลึกถึงพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

ขอขอบคุณ คุณเรวดี สกุลอาริยะ และคุณกิตติพรรณ ศิริทรัพย์ ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักในวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ที่ได้สละเวลาอันมีค่า ให้ความช่วยเหลือ พร้อมคำแนะนำ และร่วมแบ่งปันความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ในการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ด้วยความเต็มใจ

ขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ให้ทุนสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

และเหนือสิ่งอื่นใดขอขอบคุณ คุณสมพร จิตพงษ์ มารดา ผู้เป็นพลังแรงใจในทุกๆ ความสำเร็จในชีวิตของข้าพเจ้า ส่งเสริมการศึกษา เป็นกำลังใจตลอดจนเกื้อหนุนให้ข้าพเจ้าทำงานวิจัยสำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี และบุคคลในครอบครัวอันเป็นที่รักทุกคน ผู้ซึ่งให้ความรักและห่วงใย เป็นกำลังใจให้ก้าวผ่านอุปสรรคต่างๆ ในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ.....	5
เหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้.....	15
การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน.....	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	24
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	31
ผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	31
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	33
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	34
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	36
การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล.....	38
การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของงานวิจัย.....	39

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	41
ผลการวิเคราะห์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ.....	50
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการ และข้อเสนอแนะ.....	71
อภิปรายผลการวิจัย.....	72
ข้อเสนอแนะ.....	79
รายการอ้างอิง.....	81
ภาคผนวก.....	86
ภาคผนวก ก .....	87
ภาคผนวก ข .....	89
ภาคผนวก ค .....	91
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	112



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	สถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 – 2553.....	17
2	จำนวนผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บจากสถานการณ์ความไม่สงบ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 – 2553.....	18
3	ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล.....	32
4	ตารางสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70

## สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 1	สถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 – 2553.....	18
----------	--	----

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ได้แก่ ปัตตานี ยะลา และนราธิวาส ได้ยืดเยื้อสะสมมานานเกือบ 10 ปี นับตั้งแต่วันที่ 4 มกราคม 2547 เป็นต้นมา ซึ่งสถิติการเกิดเหตุไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้ของศูนย์เฝ้าระวังสถานการณ์ภาคใต้ ผลสรุปในเดือนพฤศจิกายน พ.ศ. 2554 ชี้ให้เห็นจำนวนผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บในรอบ 94 เดือน ตั้งแต่เดือนมกราคม 2547 ถึงเดือนตุลาคม 2554 เกิดเหตุความไม่สงบจำนวน 11,265 ครั้ง มีผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บรวม 13,207 ราย แยกเป็นผู้เสียชีวิต 4,943 ราย บาดเจ็บ 8,264 ราย (ข่าวสด, 13 กุมภาพันธ์ 2555) เหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงจากการที่คนร้ายได้ลอบวางเพลิง วางระเบิดในสถานที่ต่างๆ ลอบทำร้ายเจ้าหน้าที่ของรัฐ พระสงฆ์และประชาชนทั่วไปนี้ ส่งผลก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินของผู้คนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ดังกล่าว นับวันเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงนี้จะยิ่งรุนแรงมากขึ้น ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิตของผู้ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่นานวันยิ่งทวีความรุนแรงและกลายเป็นแผลเรื้อรังมากขึ้น

รายงานวิจัยที่ผ่านมาระบุว่าเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นในจังหวัดชายแดนภาคใต้ทำให้ประชาชนได้รับผลกระทบด้านจิตใจ ตัวอย่างเช่น รายงานวิจัยเรื่องสุขภาพจิตของครูที่กำลังปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเขตพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ระบุว่าครูในเขตพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้มีความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิต เนื่องจากครูกลุ่มดังกล่าวต้องประสบกับการสูญเสียทั้งเพื่อนร่วมวิชาชีพ ญาติพี่น้อง ลูกศิษย์ และได้รับฟังข่าวสารถึงสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ ที่ยังคงมีอยู่อย่างต่อเนื่อง ความสูญเสียดังกล่าวสามารถส่งผลทำให้ครูเกิดภาวะซึมเศร้าได้ วัฒนนะ พรหมเพชร และ สุวิมล นราองอาจ (2552) รายงานผลการวิจัยเรื่องการจัดระบบบริการสุขภาพในภาวะวิกฤติ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ระบุว่าหน่วยบริการสาธารณสุขภาครัฐใน 3 จังหวัดมีการเปลี่ยนแปลงด้านการให้บริการโดยเฉพาะสถานีอนามัยที่เปิดให้บริการช่วงระยะเวลาสั้นขึ้น เพราะไม่มั่นใจด้านความปลอดภัย นอกจากนี้ยังพบว่าบุคลากรทุกระดับมีความวิตกกังวลสูงต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เนื่องจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขส่วนใหญ่ต้องเดินทางไปกลับในการปฏิบัติงานในสถานีอนามัยทุกวัน สอดคล้องกับ

การศึกษาของ อมร รอดคล้าย สุวัฒน์ วิริยพงษ์ สุกิจ สุภัทร ฮาสุวรรณกิจ (2548) ที่พบว่า ผลกระทบด้านจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้านี้ เป็นปัญหาด้านจิตใจที่พบได้มากในสถานการณ์ความรุนแรงต่างๆ รวมทั้งความรุนแรงที่เกิดจากเหตุการณ์ความไม่สงบ โดยผลกระทบด้านจิตใจนี้มักจะเกิดจากเหยื่อ หรือผู้ที่ประสบกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

สำหรับผลกระทบด้านจิตใจของผู้ประสบเหตุการณ์ความไม่สงบมาจากเหตุการณ์โดยตรง เช่น คนที่สูญเสีย คนที่บาดเจ็บ ทำให้พวกเขาปรับตัวไม่ได้และเกิดปัญหาทางจิตใจ และอีกส่วนหนึ่งคือผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบเป็นตัวกระตุ้นส่งผลให้เกิดปัญหาทางจิตใจใน ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อความเจ็บป่วย หรือมีความเจ็บป่วยอยู่แล้ว กลับมีอาการที่ความรุนแรงมากขึ้น (ดำรง แวอาลี, 2550) สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิตย์ ทองเพชรศรี สุรพันธ์ ปราบกรี และ สุริชา ตระรัตน์ (2548) ที่รายงานว่าผู้ประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หรือแม้แต่ผู้คนที่พื้นที่ใกล้เคียง 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้และ 5 อำเภอในจังหวัดสงขลา มีความหวาดกลัว ความหวาดหวั่นอย่างรุนแรง และอย่างต่อเนื่องจนเกิดความรู้สึกสิ้นหวัง และตกอยู่ในภาวะที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ทำให้ไม่สามารถดำรงชีวิตและประกอบอาชีพได้ตามปกติ แม้ว่างานวิจัยจำนวนหนึ่งระบุว่า การเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่ก่อให้เกิดการสูญเสียต่างๆ และผลกระทบด้านจิตใจตามที่ได้กล่าวมาแล้ว (วัฒน์ะ พรหมเพชร และ สุวิมล นราองอาจ, 2552; ดำรง แวอาลี, 2550) อย่างไรก็ตามมีงานวิจัยอีกจำนวนหนึ่งที่พบว่าเมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์สูญเสียและความสะเทือนใจ พวกเขาจะพัฒนาความเข้มแข็งภายในจิตใจ จนมีความซาบซึ้งใจในสิ่งต่างๆ รอบตัวง่ายขึ้น เห็นคุณค่าการมีชีวิต มีการเติบโตด้านวุฒิภาวะทางอารมณ์ และมีความมั่นคงในใจ ภายหลังประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าว ซึ่งนักจิตวิทยาและนักวิชาการเรียกภาวะนี้ว่า การเติบโต ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic growth) (Tedeschi, Park, & Calhoun, 1998, Zoellner & Maercker, 2006)

เนื่องจากงานวิจัยในเรื่อง การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญยังมีการศึกษาวิจัยไม่มากนักในประเทศไทย ประกอบกับผู้วิจัยในฐานะนิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาจิตวิทยา การปรึกษาและเป็นผู้ที่มีภูมิลำเนาอาศัยอยู่ในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ พบว่าผู้ประสบเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงส่วนหนึ่งปรับตัวไม่ได้ และมีปัญหาด้านจิตใจ ในขณะที่ผู้ได้รับผลกระทบอีกส่วนหนึ่งปรับตัวได้และเติบโต ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเติบโต ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ทั้งนี้ผู้วิจัยหวังว่าผล การศึกษาดังกล่าวจะทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจประสบการณ์การเติบโตภายหลังประสบ เหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้ที่รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบ และจะนำไปสู่การออกแบบ

การให้บริการด้านจิตวิทยาการปรึกษาในผู้ที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์นี้ต่อไป โดยผู้วิจัยได้ตั้งคำถามการวิจัยไว้ว่า การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบในผู้รอดชีวิตที่อาศัยในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้มีลักษณะอย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้

### ขอบเขตของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ผู้วิจัยได้มุ่งศึกษาประสบการณ์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยกลุ่มประชากรที่ทำการศึกษา คือ ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ในช่วงการเกิดเหตุการณ์ความไม่สงบ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2547 ถึงปัจจุบัน โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง และใช้วิธีการสัมภาษณ์รายบุคคลเพื่อทำการเก็บรวบรวมข้อมูล

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic growth)** หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางบวกทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลเผชิญกับภาวะวิกฤตครั้งสำคัญในชีวิต และก้าวข้ามภาวะวิกฤตนั้นมาได้ หรือเกิดขึ้นภายหลังการต่อสู้ดิ้นรนจัดการกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ความสูญเสียและบาดเจ็บทางจิตใจหรือเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางบวกหรือการเติบโตของบุคคลนี้จะทำให้สามารถพัฒนาความเข้มแข็งมั่นคงให้เกิดขึ้นภายในจิตใจ มีสัมพันธภาพที่ดีขึ้นกับบุคคลรอบข้าง และมีความรู้สึกชื่นชมในชีวิต จากการมองด้านบวกจากเหตุการณ์ลบ ทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขได้ท่ามกลางสถานการณ์ที่เลวร้าย

**ผู้รอดชีวิต (Survivors)** หมายถึง บุคคลที่รอดชีวิตจากการประสบกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญโดยตรง และมีการเติบโตทางด้านจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้

**พื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ (The Southern border provinces)** หมายถึง พื้นที่ทางตอนใต้ของไทย ประกอบด้วย 3 จังหวัดได้แก่ ปัตตานี ยะลา และนราธิวาส โดยเป็นพื้นที่กำลังเผชิญกับสถานการณ์ความรุนแรงและเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้น

### **ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ทราบถึงการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้
2. ได้แนวทางสำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษา นักวิชาชีพที่ดูแลทางด้านจิตใจ และบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ในการดูแลผลกระทบด้านจิตใจ ตลอดจนส่งเสริมการเติบโตด้านบวกและการมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นสำคัญต่างๆ ดังต่อไปนี้

#### 1. การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

##### 1.1 นิยามและขอบเขต

Herman (1997) กล่าวว่า การเกิดบาดแผลทางจิตใจหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (trauma) จะเป็นตัวกระตุ้นความหลากหลายของอารมณ์ที่กำลังรู้สึกหดหู่ เช่น ความกังวล ความทุกข์ ความละอายแค้นใจ และ ความโกรธ อย่างไรก็ตามมีงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่า (Calhoun & Tedeschi, 2001; Joseph & Linley, 2008 cited in Roberts & Dutton, 2009) บาดแผลทางจิตใจหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญสามารถก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางบวก หรือที่เรียกว่า การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (posttraumatic growth) ซึ่งปรากฏออกมาในรูปแบบของการตระหนักถึงคุณค่าในชีวิตมากขึ้น การรับรู้ความหมายของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพิ่มขึ้น และมีความเข้มแข็งภายในตนเองมากขึ้น

Richard (1999) ศึกษาถึงลักษณะของความรุนแรงและการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า หลังจากประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ บุคคลมักจะรู้สึกสะเทือนใจ โดยที่การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญนั้นจะแตกต่างกันไปตามปัจจัย เช่น ปัจจัยทางสังคม ประสบการณ์ส่วนบุคคล และความสามารถในการปรับตัวโดยอาศัยประสบการณ์ที่สั่งสมในอดีต เช่น หากบุคคลมีจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคง ก็จะส่งผลให้สามารถเกิดการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้เร็วยิ่งขึ้น

Roberts และ Dutton (2009) ได้กล่าวถึง การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญไว้ว่า การเกิดการเติบโตจากประสบการณ์ทั้งหลายนั้น ไม่สามารถมองว่าการเกิดบาดแผลทางจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า เป็นเหตุการณ์เชิงบวกหรือเหตุการณ์พึงปรารถนา แต่เชื่อว่าสิ่งที่ดีที่เกิดขึ้นนั้น มาจากความความสามารถที่เข้าไปจัดการได้ต่างหาก

กล่าวโดยสรุป การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หมายถึงการเปลี่ยนแปลงทางบวกอย่างมีนัยสำคัญที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลเผชิญกับภาวะวิกฤตครั้งสำคัญในชีวิต และก้าวข้ามภาวะวิกฤตนั้นมาได้ หรือเกิดขึ้นภายหลังการต่อสู้ดิ้นรนจัดการกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ความสูญเสียและบาดเจ็บทางจิตใจ หรือการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางบวกหรือการเติบโตของบุคคลนี้จะทำให้พวกเขามีสัมพันธภาพที่ดีขึ้น มีความรู้สึกชื่นชมยินดีในชีวิต และมีพัฒนาการทางด้านความเข้มแข็งมั่นคงในจิตใจ (Calhoun, Cann, Tedeschi, & McMillan, 2000; Tedeschi & Calhoun, 2004; Calhoun & Tedeschi, 2005; Tanja & Andreas, 2006)

## 1.2 แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญนับเป็นประสบการณ์ทางจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลประสบกับสถานการณ์ที่เลวร้ายในชีวิต ประกอบกับการที่บุคคลดังกล่าวมีแหล่งช่วยเหลือทั้งจากความเข้มแข็งภายในตน และแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอ ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวและก้าวสู่การเติบโตอย่างมีคุณภาพ ที่แสดงออกในลักษณะของการรับรู้ตนเองในทางบวก การซาบซึ้งใจในสัมพันธภาพกับผู้คนและสิ่งต่างๆ รอบตัว การตระหนักและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ในแต่ละขณะมากขึ้น เป็นต้น ซึ่งผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญเป็นลำดับ ดังต่อไปนี้

### แนวคิดแรก : ภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย (American Psychological Association: APA) ได้ให้นิยามความหมายของคำว่าการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (traumatic events) ว่าเป็นเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการที่บุคคลถูกคุกคาม ส่งผลให้ได้รับบาดเจ็บสาหัส หรือเป็นอันตรายต่อชีวิต การตอบสนองของบุคคลที่ได้สัมผัสกับเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดเป็นบาดแผลในจิตใจ อาจเกิดความกลัว (fear) การช่วยเหลือตนเองไม่ได้ (helplessness) หรือเกิดความสยองขวัญ (horror) ซึ่งภายหลังจากที่บุคคลต้องเผชิญกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญแล้ว อาจส่งผลให้เกิดผลกระทบทางด้านจิตใจ และอาจมีอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นถึงกลุ่มอาการบาดเจ็บทางจิตใจหลังภัยพิบัติ (Post-Traumatic Symptoms) ซึ่งอาการที่พบบ่อยในขณะนี้ควรให้ความสำคัญ และควรได้รับการประเมิน เรียกว่าโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Post Traumatic Stress Disorders: PTSD) (เพ็ญพักตร์ อุทิศ, 2549) โดยภาวะดังกล่าว อาจมีลักษณะติดค้างกับ



ประสบการณ์การเผชิญความรุนแรงเช่น เกิดภาพติดตา เกิดความฝัน อารมณ์แปรปรวน หรืออาจมีปฏิกิริยาด้านร่างกาย (APA, 1994 อ้างถึงใน Tanja & Andreas, 2006) ทั้งนี้ สมภพ เรืองตระกูล (2542) ระบุว่า ลักษณะสำคัญของภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ คือผู้ประสบเหตุยังรู้สึกถึงเหตุการณ์ร้ายแรง หรือภัยอันตรายที่ได้เผชิญ พร้อมกับมีอาการจากภาวะตื่นตัว (arousal) สูงผิดปกติ และพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งเร้าที่เกี่ยวกับเหตุการณ์นั้น

### 1) ลักษณะอาการโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญตามเกณฑ์การวินิจฉัย DSM IV

อาการสำคัญของผู้ที่มีภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญมีลักษณะดังนี้ (เพ็ญพักตร์ อุทิศ, 2549)

- 1.1 ยังคงรู้สึกเหมือนตกอยู่ในเหตุการณ์สะเทือนขวัญซ้ำแล้วซ้ำอีก (Persistent Re-Experiencing of the Trauma Events) แสดงอาการดังนี้
  - 1.1.1 เรื่องราวเกี่ยวกับเหตุการณ์สะเทือนใจยังอยู่ในความทรงจำทำให้เห็นภาพเหตุการณ์ติดตา
  - 1.1.2 มักฝันร้ายเกี่ยวกับเหตุการณ์ซ้ำแล้วซ้ำอีก
  - 1.1.3 เกิดความทุกข์ทรมานทางจิตใจ หรือมีการตอบสนองทางกายเมื่อมีสิ่งกระตุ้นให้นึกถึงเหตุการณ์
  - 1.1.4 ผู้ประสบกับเหตุการณ์บางรายอาจแสดงพฤติกรรม หรือมีความรู้สึกที่กำลังประสบเหตุจริงๆ (เช่นวัยเด็ก อาจแสดงลักษณะเหตุการณ์บางตอนที่ติดตา)
- 1.2 หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดบาดแผลทางใจและเพิกเฉยไม่รับรู้ต่อการตอบสนองทั่วไป (Persistent Avoidance of Stimuli Associated with the Trauma and Continued Numbing of General Responsiveness) โดยแสดงอาการดังนี้
  - 1.2.1 พยายามหลีกเลี่ยงความคิด ความรู้สึก หรือการพูดคุยถึงเหตุการณ์นั้น
  - 1.2.2 พยายามเลี่ยงการทำกิจกรรม หลีกเลี่ยงสถานที่ หรือบุคคลที่ทำให้นึกถึงความรู้สึกเจ็บปวดจากเหตุการณ์ที่เผชิญ
  - 1.2.3 ไม่สามารถจดจำเหตุการณ์ตอนสำคัญได้
  - 1.2.4 ความสนใจในเรื่องต่างๆ ลดลงจนสังเกตได้ชัด
  - 1.2.5 รู้สึกว่ามีความห่างเหินจากผู้อื่น
  - 1.2.6 มีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างจำกัด

1.2.7 รู้สึกอึดอัดของตนเองสั้นลง และหมดหวังในการดำเนินชีวิต

1.3 มีอาการไวต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นมากขึ้น (Persistent Symptoms of Increased Arousal) มีอาการแสดงดังนี้

1.3.1 นอนหลับยาก

1.3.2 โกรธฉุนเฉียวง่าย

1.3.3 รู้สึกยากในการใช้สมาธิ

1.3.4 ตื่นตัวตลอด มีความระวังมากเกินไป

1.3.5 รู้สึกตื่นตระหนกมาก และตอบสนองมากเกินไป

## 2) ระยะเวลาเกิดภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

หลังจากที่บุคคลเผชิญต่อภัยอันตราย หรือเหตุการณ์สะเทือนใจแล้ว อาการของความเครียดผิดปกติหลังจากเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญเกิดขึ้นเมื่อใดก็ได้ แต่ตามปกติจะไม่เกิดขึ้นทันทีทันใดหลังจากเผชิญเหตุการณ์ แต่จะเกิดหลังเผชิญเหตุการณ์นั้นๆ เป็นสัปดาห์ เดือน หรือบางครั้งอาจเป็นปี ภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญที่พบส่วนมาก จะเป็นลักษณะแบบเฉียบพลัน ซึ่งอาการจะเกิดไม่นานหลังเกิดเหตุการณ์ มักเกิดภายใน 6 เดือน และมีอาการอยู่ไม่เกิน 6 เดือน โดยเฉพาะหากประสบภัยพิบัติที่ไม่รุนแรงมากนัก และหากเป็นบุคคลที่มีการปรับตัวได้ในระดับดีมาก่อน เมื่อเหตุการณ์สะเทือนใจผ่านพ้นไป ส่วนมากจะรู้สึกดีขึ้นอย่างรวดเร็ว และหายเป็นปกติได้ แต่บางรายอาการอาจเกิดภายหลังจากเหตุการณ์ผ่านไปแล้วยาวนานเกิน 6 เดือนขึ้นไป โดยจัดอยู่ในกลุ่มอาการเรื้อรัง ส่งผลกระทบต่อการทำงาน ประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิต มีลักษณะอาการจะหลีกเลี่ยงสังคม มีอารมณ์ซึมเศร้า และถึงขั้นอาจฆ่าตัวตาย บางรายดื่มสุรา และใช้สารเสพติด กลุ่มที่มีอาการเรื้อรังนี้มักเป็นกลุ่มที่เผชิญต่อเหตุการณ์ที่รุนแรงอย่างมาก ทั้งนี้ระยะเวลาของผู้รอดชีวิตที่มีลักษณะอาการทางจิต หากเกิดจากภัยพิบัติทางธรรมชาติ เช่น พายุ น้ำท่วม แผ่นดินไหว คลื่นยักษ์ ภูเขาไฟระเบิด บุคคลนั้นมักปรับตัวและกลับสู่สภาพปกติได้ภายในระยะเวลา 2 ปี ขณะที่ผู้รอดชีวิตจากเหตุร้ายจากการกระทำของมนุษย์ เช่น อุบัติเหตุบนท้องถนน การเกิดถังแก๊สระเบิด ไฟไหม้ ตึกถล่ม เรือล่ม เครื่องบินตก ภัยสงครามทั้งที่มีผลต่อทหารผ่านศึกและประชาชน ภัยอันตรายรุนแรงที่เกิดกับปัจเจกบุคคล เช่น การถูกจี้เป็นตัวประกัน ถูกข่มขืน รวมทั้งเด็กที่ถูกทารุณกรรม และถูกล่วงละเมิดทางเพศ จะไม่สามารถฟื้นตัวกลับถึงระดับปกติก่อนจะเกิดเหตุร้ายได้อีกเลย (ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์, 2548) ซึ่งต่างกับบุคคลที่รอดชีวิต และมีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้น จน

สามารถฟื้นตัวและกลับสู่สภาพการดำเนินชีวิตได้อย่างปกติดังเดิม ภายในระยะเวลาสามเดือนถึงหนึ่งปี

### 3) ประเภทของภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

ภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญสามารถแบ่งได้เป็น 3 ประเภท กล่าวคือ 1) เกิดอาการแบบเฉียบพลัน (Acute) โดยมีอาการน้อยกว่า 3 เดือน 2) เกิดอาการแบบเรื้อรัง (Chronic) มีอาการมากกว่า 3 เดือน และ 3) เกิดอาการแบบเกิดช้า (With delayed onset) การเกิดอาการหลังประสบเหตุการณ์มากกว่า 6 เดือน โดยภายหลังเกิดเหตุการณ์ส่งผลให้มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ทำให้เกิดภาวะเครียดต่อเนื่อง มีอาการต่างๆ ได้ดังนี้ อาการตกใจอย่างรุนแรง อาการเงยบเขย มึนงง ขาดการตอบสนอง อาการสับสน อารมณ์เฉยชา ไม่แจ่มใสร่าเริงเหมือนเดิม อาการนี้มักเกิดในวันแรกๆหลังจากเผชิญเหตุการณ์ เกิดอาการตกใจ และหวาดกลัว (Hyper arousal) ทำให้รู้สึกวิตกกังวลง่ายแม้แต่เรื่องเล็กน้อย หากมีเสียงดังจะตกใจง่าย มีอาการย้ำคิดย้ำทำ มักคิดวนเวียนเรื่องที่วิตกกังวลซ้ำๆ และไม่สามารถควบคุมตนเองได้ รู้สึกวิตกกังวลกับสิ่งรอบข้างว่าอาจเกิดจากเหตุการณ์ที่เผชิญ หรือรู้สึกเหมือนเผชิญอยู่ในเหตุการณ์นั้นอีก (Re experiencing) ยังหวนถึงเหตุการณ์นั้นซ้ำๆ อาการกลัวและหลีกเลี่ยง (Avoidance) สถานที่ประสบเหตุ หวาดกลัวสิ่งเร้าที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์และหลีกเลี่ยงไม่กล้าเผชิญกับสิ่งเร้าเหล่านั้น นอกจากนี้ พบอาการที่ร่วมด้วย เช่น ความเศร้าโศกเสียใจ (Grief Reaction) พฤติกรรมถดถอย (Regression) โดยมักพบในเด็กคือมีอาการถอยลงไปเป็นเด็กกว่าวัย ซึมเศร้าและฆ่าตัวตาย (Depression and Suicide) อาการซึมเศร้าข้างต้นนี้ หากมีมากและรุนแรงขึ้นเมื่อชีวิต มีความคิดอยากตาย เรียกว่า โรคซึมเศร้า (Major Depressive Disorder) ซึ่งถ้าไม่ได้รับการรักษาอาจมีผลต่อในระยะยาวได้ (สมภพ เรื่องตระกูล, 2542; สมบูรณ์ ดอนสนธิ, 2550)

### 4) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

ปัจจัยที่ 1 : ประสบการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกินขอบเขตความเครียดทั่วไป เช่นความทุกข์โศกที่เกิดจากการตาย การเจ็บป่วย กิจการงานล้มเหลว มีปัญหาในชีวิตของการแต่งงาน การหย่าร้าง นอกจากนี้ยังรวมถึงเหตุการณ์ที่รุนแรงเป็นอันตราย และสะเทือนขวัญ เช่นทหารที่อยู่ในสนามรบ ความทุกข์ทรมานในค่ายกักกัน อุบัติเหตุร้ายแรงต่างๆที่เกิดขึ้น ถูกข่มขืน อยู่ในเหตุการณ์ที่มีการฆาตกรรมหรือทำร้ายร่างกายอย่างโหดเหี้ยมทารุณ มหันตภัยทางธรรมชาติต่างๆ เป็นต้น

ปัจจัยที่ 2 : บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล มีแนวความคิดว่าแต่ละคนมีแนวโน้มที่จะเกิดภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ อย่างไม่เหมือนกัน โดยอธิบายว่าอาการที่เกิดจากเหตุการณ์สะเทือนใจในปัจจุบัน เป็นเพราะมีการกระตุ้นปมแห่งความขัดแย้งในอดีต หรือในวัยเด็ก เช่นพบว่าอาการของภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ในผู้ที่ถูกข่มขืนมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพและการปรับตัวต่อสถานการณ์ หรือในบุคคลที่มีลักษณะค่านึงแต่เรื่องของตนเอง มีความวิตกกังวลง่ายก็มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ง่าย สำหรับผู้ที่มีปัญหาทางจิตเวชมาก่อนจะมีอาการมากขึ้นได้เมื่อต้องเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ แต่อาการจะแสดงออกมาในรูปแบบของปัญหาทางจิตเวชที่เคยเป็นมาก่อน โดยจะไม่แสดงโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ จากงานวิจัยของ Tanja & Andreas (2006) ได้ศึกษา การเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญที่เพิ่มขึ้นในทางจิตวิทยาคลินิก รายงานว่าการที่จะทำให้บุคคลเกิดการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ จะปรับตัวแตกต่างจากการปรับอารมณ์ในแบบปกติทั่วไปของตนเอง โดยจะมีความลึกซึ้งกว่า ซึ่งไม่ใช่แค่การลดความเครียดหรือมีความสุขมากกว่าปกติ และการเติบโตในเรื่องของความเครียดทางอารมณ์มีเฉพาะกับบุคคลเพียงบางกลุ่มเท่านั้น

ปัจจัยที่ 3 : สิ่งแวดล้อมและสังคม เหตุการณ์สะเทือนใจหรือภัยอันตรายที่เกิดขึ้นกับคนหมู่มากหรือต่อชุมชนย่อมสร้างความเสียหายให้กับสิ่งแวดล้อมอย่างมากมาย มีทั้งการบาดเจ็บและเสียชีวิต ที่อยู่อาศัยและสิ่งก่อสร้างปรักหักพัง มีการรายงานข่าวจากสื่อมวลชนเหล่านี้ย่อมทำให้ผู้คนเสียขวัญ และเกิดภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ง่ายและเรื้อรัง อย่างไรก็ตามถ้าบุคคลได้รับการช่วยเหลือจากสังคมภายนอกเป็นอย่างดี ปัญหาของภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญจะน้อยและไม่ค่อยเป็นปัญหาเรื้อรัง โดยมีงานวิจัยที่ศึกษาในเด็กนักเรียน 12,000 คนที่รอดชีวิตจากเหตุการณ์พายุเฮอริเคนที่ฮาวาย พบว่านักเรียนที่มีโอกาสพบนักจิตวิทยาทันทีจะมีสภาพจิตดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้พบ และเมื่อติดตามไปนานถึงระยะเวลา 2 ปี ก็ยังคงเป็นเช่นเดียวกัน (ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์, 2548)

ปัจจัยที่ 4 : ปัจจัยทางด้านจิตวิทยาและการเรียนรู้ มีแนวคิดว่าความรู้ ความเข้าใจ และการแก้ปัญหาทางสติปัญญา มีบทบาทสำคัญในการเผชิญต่อภาวะกดดัน โดยที่ข้อมูลและสิ่งที่คุณคนรับรู้เข้าไปนั้น ถ้ามากเกินไปจะทำให้ขบวนการและพลังงานของร่างกายรับรู้ไม่ไหว และจะยังคงอยู่ในภาวะของความเครียดจนกว่าข้อมูลหรือสิ่งที่รับรู้ได้นั้นได้ถูกรวบรวม ปรับ และแปลความหมายถึงขั้นสุดท้ายจนเกิดความเข้าใจ ซึ่งในบางคนไม่สามารถปรับกระบวนการเรียนรู้ โดยพุดมิ

ปัญญา (หรือความเข้าใจ) ได้ แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะตอบสนองต่อเหตุการณ์โดยตรง โดยผ่านกระบวนการทางปัญญา

### **แนวคิดต่อมา : การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ**

หลังจากเกิดเหตุการณ์สะเทือนต่างๆ บุคคลจะเกิดแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ในด้านต่าง ๆ เช่น การเปลี่ยนแปลงความคิดเกี่ยวกับตนเอง การเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในปรัชญาชีวิต และ การเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นกระบวนการการปรับตัวของปัจเจกบุคคลที่อาศัยระยะเวลาในการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปตามความสามารถของบุคคล อาจกล่าวได้ว่าปัจจัยสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงตนเอง คือ ความสามารถในการเปลี่ยนแปลงของตัวบุคคลเอง

#### **1) องค์ประกอบของการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ**

Aaron (1994) ได้อธิบายภาพรวมของ การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ไว้ 3 มิติ ดังนี้

มิติที่หนึ่งคือ เป็นการท้าทายความสามารถของบุคคลเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง และเปรียบเสมือนภูมิทัศน์งานในการเผชิญความเครียดที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

มิติที่สองคือ ภาวะสะเทือนขวัญทำให้บุคคลมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างมั่นคง เข้มแข็งมากขึ้น

มิติที่สาม เหตุการณ์สะเทือนขวัญจะนำสู่การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านแนวทางการจัดลำดับความสำคัญในเป้าหมายชีวิต และปรัชญาในการดำเนินชีวิต

#### **2) กระบวนการก้าวสู่เติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ**

การศึกษางานวิจัยความเข้าใจเกี่ยวกับกลวิธีที่ส่งผลต่อการเติบโต นักวิชาการได้ทำการสำรวจคุณค่าของการคิดใคร่ครวญอย่างรอบคอบ ซึ่งมีผลเกี่ยวข้องกับ ประสบการณ์ในอดีต การแก้ปัญหา และการพยายามที่จะเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้น (Calhoun & Tedeschi, 2006; Nolen-Hoeksema & Davis, 2004) ในขณะที่นักวิชาการอีกจำนวนหนึ่ง มุ่งความสนใจที่การสร้าง ความหมายทางบวก การระบุวิถีหลากหลาย เช่น การยอมรับ การปรับความเข้าใจ และการค้นพบประโยชน์ นอกจากนี้ยังมีมุมมองบางอย่างที่แตกต่างออกไป โดยนักวิชาการได้ทำการทดสอบว่า บุคคลจะเริ่มเล่าเรื่องราวของประสบการณ์ความเจ็บปวดของตนอย่างไร เป็นการชี้ให้เห็นกระบวนการที่สำคัญในการนำไปสู่การเติบโต จากทัศนะนั้นดังกล่าวนี้ การเติบโตกลายเป็น

ประเด็นหลักในด้านของความเข้มแข็ง การติดต่อระหว่างบุคคล และความประทับใจในชีวิต ในการเล่าเรื่องของปัจเจกบุคคล ทั้งนี้ การหยุดชะงักในการเล่าเรื่องบางอย่างนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวข้องกับความเข้าใจในตนเองให้เป็นด้านเชิงบวก สำหรับผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งทำให้เกิดความประทับใจซึ่งเกี่ยวกับการใช้ชีวิตได้มากกว่า และมีการปรับความเข้าใจว่าสิ่งใดบ้างที่เป็นสิ่งสำคัญ นอกจากนี้ยังมีการชี้ให้เห็นความสำคัญของการยอมรับผลกระทบทางอารมณ์ที่เกิดจากประสบการณ์ จนเกิดบาดแผลทางจิตใจหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ผลกระทบทางอารมณ์จากประสบการณ์ ความหมายของตนเอง และการเกิดผลทางบวกที่อธิบายว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไร (Niemeyer, 2000; Pals & McAdams, 2004).

McFarlane (1995) อธิบายว่ามีกรณีศึกษาของผู้ชายคนหนึ่งประสบกับเหตุการณ์ถูกยิง โดยเขาก็ไม่ได้รู้สึกว่าคุณเป็นเฉียวศีรษะ และเขาก็ไม่ได้รู้สึกอะไร จนกระทั่งเมื่อเขาได้มาดูวิดีโอเทปที่ถูกปืนกำลังใกล้เข้ามาตรงศีรษะเขา ทำให้เขาเกิดอาการสะเทือนใจ หวาดระแวง ซึ่งกล่าวได้ว่าเขาให้ความสนใจและมุ่งถึงตอนที่ดูวิดีโอมากกว่าตอนที่เกิดเหตุการณ์จริง ซึ่งจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเขาก็ไม่ได้เห็นว่าลูกกระสุนจะเฉียวศีรษะเขามากแค่ไหน ไม่มีอาการสะเทือนใจ หวาดระแวง แต่เมื่อเห็นวิดีโอจึงเกิดอาการ ซึ่งได้ถูกบันทึกในงานวิจัยเกี่ยวกับการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า ผู้ที่รอดจากเหตุการณ์เหล่านั้นมาได้ก็มีผลในด้านบวก (Alvaro & McFarlane, 1997; McMillen, Smith, & Fisher, 1997; Tedeschi & Calhoun, 1996 cited in Richard, 1999) ซึ่งอาจเกิดขึ้นแบบค่อยๆเกิดขึ้นหรือเกิดขึ้นแบบฉับพลันก็ได้ แต่ก็เกิดอาการตกใจอย่างรุนแรงก่อนจะส่งผลบางอย่างที่เปลี่ยนแปลงในอนาคต

เช่นเดียวกับที่ Miller และ C'deBaca (1994 cited in Richard, 1999) กล่าวว่าการที่บุคคลตกใจอย่างรุนแรงจากเหตุการณ์เหล่านี้ ซึ่งอาจเป็นจุดกำเนิดที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง การดำเนินชีวิตอย่างรวดเร็ว หรืออาจจะมีผลกระทบมากกว่านั้น ซึ่งความรุนแรงทั้งหมดขึ้นอยู่กับความรู้สึของแต่ละคนว่าจะควบคุมชีวิตของตนได้ดีแค่ไหน ถ้าก่อนเกิดเหตุการณ์บุคคลสามารถควบคุมได้ดี การปรับตัวก็อาจจะดีขึ้น และพบว่าการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันจะเกิดขึ้นกับบุคคลที่ปราศจากความรู้สึในด้านควบคุมชีวิตตนเอง การปรับตัวก็มีหลายระดับอาจจะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นจะหาความหมายในชีวิตของตนอย่างไร เช่น บางคนอาจจะใช้เวลาเป็นปีเป็นอาทิตย์ หรือว่าอาจจะรู้สึกชอบคุณกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งทำให้ได้ปรับตัว เป็นการเปิดโอกาสให้ได้เรียนรู้อะไรใหม่ๆเกี่ยวกับตนเองว่าต้องปรับตัวอย่างไร แต่ก็มีกรณีศึกษาบางรายที่จะกลับมาสู่ภาวะปกติได้ช้า อย่างไรก็ตามนักวิจัยเหล่านี้รายงานว่าไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างเวลา

หลังจากที่เกิดเหตุการณ์แล้วกับการเติบโต คือไม่ได้หมายความว่า หากเกิดการเติบโตภายหลัง ประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญเร็วจะปรับตัวได้เร็ว เกิดขึ้นช้าปรับตัวได้ช้า เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิด การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เช่นการเผชิญ กับโรคภัย การแต่งงาน การถูก ล่วงละเมิดทางเพศ ไฟไหม้บ้าน อุบัติเหตุร้ายแรง ภัยธรรมชาติ หรือแม้กระทั่งการก่อการร้าย (Jarden,2009;Tedeschi & Calhoun , 2004) การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ที่เกิดจากความรุนแรงมีความคล้ายคลึงกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญในรูปแบบอื่นๆ

ทั้งนี้บทบาทที่ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงของการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์ สะเทือนขวัญประกอบด้วย 1) บริบททางสังคม 2) แหล่งทรัพยากรบุคคล 3) ความสามารถของ บุคคลที่จะสามารถเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์สะเทือนขวัญไปในทางที่ดี ซึ่งการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่ เกิดขึ้นอาจจะเกิดขึ้นอย่างฉับพลันหรือเกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย แต่ทั้งสองกรณีดังกล่าวมีสิ่งที่ เหมือนกัน คือภาวะของการสะเทือนขวัญต่อเหตุการณ์และอาการตกใจที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลง แม้ว่าคนที่บุคคลต้องเผชิญกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญในรูปแบบต่างๆที่แตกต่างกัน แต่จุดร่วม เดียวกันกับเหตุการณ์เหล่านี้คือสามารถส่งผลกระทบต่อเป้าหมายสำคัญของบุคคลและ นำไปสู่ความเครียดทางอารมณ์ที่สูงขึ้น และความเครียดนี้ยังไปบั่นทอนต่อความสามารถของ กลไกการแก้ปัญหา ซึ่งทำให้ตัวตนของบุคคลได้เปลี่ยนไปเพราะได้รับรู้ถึงเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

ความรู้สึกเชิงลบที่มีเหตุมาจากสัญญาณของบาดแผลทางจิตใจหลังเผชิญเหตุการณ์ สะเทือนขวัญ (trauma) แสดงให้เห็นถึงความสูญเสีย หรือความเสียหายที่มีต่อคุณลักษณะที่ สำคัญของตนเอง (Pals & McAdams, 2004) สิ่งนี้คุกคามต่อความเข้าใจและความรู้สึกที่เป็น การกระตุ้นของตนเอง อันเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องขั้นพื้นฐานในความเป็นตัวของตัวเอง (Wrick, 1995) Ibarra (2003) กล่าวไว้ในการวิเคราะห์เกี่ยวกับการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงอาชีพ ของผู้เชี่ยวชาญ โดยระบุให้เห็นความสำคัญของ “ช่วงหยุดพักที่รู้สึกตื่นตัว” เป็นเวลาที่เหตุการณ์มี บทบาทสำคัญเป็นตัวกระตุ้นการเปลี่ยนแปลง ระหว่างช่วงเวลานี้ ผู้คนสังเกตสิ่งใหม่ และรับรู้ เข้าใจในสิ่งต่างๆในวิถีที่แตกต่างกัน และมักจะกระตุ้นการมองเห็นการณ์ไกลที่ทำให้สามารถมีวิถี ของความเป็นอยู่ที่แตกต่างกัน สำหรับช่วงเวลาที่เราเรียกว่า Ibarra ได้โต้แย้งว่า เป็นการทำให้เกิด โอกาสแก่ปัจเจกบุคคลในอันที่จะได้ทำงานใหม่ และได้รวบรวมประสบการณ์ใหม่ๆให้แก่พวกเขา เสียใหม่

ในกระบวนการรับรู้เกี่ยวกับภาวะสะเทือนขวัญนับเป็นเรื่องที่มีความสำคัญโดย เฉพาะอย่างยิ่งในกรณี การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญที่เกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย แต่ก็ยังไม่สามารถระบุได้เป็นที่ชัดเจน ว่ากระบวนการจำนวนมากเท่าใดที่เกิดขึ้นและทำให้เกิด

การเปลี่ยนแปลงในชีวิตอย่างฉับพลัน แต่สำหรับผู้คนที่หลีกเลี่ยงการแก้ปัญหา มักจะถูมองว่าเป็นสัญลักษณ์ของความล้มเหลวในการปรับตัว อย่างไรก็ตามการรับรู้และอารมณ์ในการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญเมื่อรวมกับความคิดทางลบที่เข้ามาเกี่ยวข้องก็จะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ไม่มีประสิทธิภาพ Joseph, Williams, และ Yule (1995) อธิบายว่า ความคิดทางลบในรูปแบบของการนึกย้อนเหตุการณ์อาจไม่มีความสัมพันธ์ต่อการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่การคิดไตร่ตรองมีความสำคัญมากกว่า และ Creamer, Burgess, และ Pattison (1992) พบว่า ในการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในช่วงแรกบุคคลจะมีความคิดทางลบสูง โดยการคิดไตร่ตรองจะนำไปสู่ความสามารถในการควบคุมตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งอาจเชื่อมโยงสู่การเกิดผลลัพธ์ที่ดี

กระบวนการรับรู้ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างความหมายให้กับประสบการณ์ เป็นรูปแบบในการไตร่ตรองที่จะนำไปสู่การเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งดูเหมือนว่าจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการค้นพบความหมายในภาวะสะเทือนขวัญ ควันหลงหลังเหตุการณ์ และการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตได้ ซึ่งในขั้นแรกบุคคลจะรับรู้ถึงเป้าหมายสำคัญในชีวิตได้ถูกขัดขวางโดยเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และการรับรู้ดังกล่าวได้ส่งผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตและความหมายในชีวิตที่บุคคลมองว่าไม่มีความชัดเจน และแน่นอนอีกต่อไป (Horowitz, 1986) ลำดับขั้นต้นเหล่านี้ช่วยให้เกิดกรอบแนวคิดทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมการใช้ชีวิต และสร้างความรู้สึกนึกคิดในเรื่องความมั่นคง (stability) และความสามารถในการคาดการณ์ (predictability) เหตุการณ์ในชีวิต (Baumeister, 1991) จากเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ส่งผลให้เป้าหมายเปลี่ยนแปลงไป

ปัจเจกบุคคลที่สามารถเอาชนะ “ความเป็นตัวตนในเชิงบวก” นั้นดูเหมือนว่าจะเป็นตัวแทนในชีวิตตนเอง และในชีวิตของผู้อื่น และมีความเข้าใจในตนเองอย่างมีนัยสำคัญในอันที่จะจัดการ และแม้แต่เอาชนะด้วย ซึ่งเป็นเหตุการณ์ในทางทำลาย และเป็นการทำให้อ่อนกำลังลง ในขณะที่พวกเขามีความตระหนักรู้อย่างเจ็บปวดนั้นสามารถที่จะเกิดขึ้นอย่างไม่คาดฝัน โดยที่การเติบโตถูกเชื่อว่าเข้ามาในฐานะที่เป็นผลของการรวมกันของบาดแผลทางจิตใจจากเหตุการณ์ สะเทือนขวัญ ไปยังความเข้าใจของบุคคลหนึ่งในโลก (Bulman, 1992) นอกจากนี้ เพราะว่าความเข้าใจในตนเองครั้งใหม่ประกอบด้วยแนวความคิดที่ว่า “ฉันสามารถจะทนหรือยืนหยัดต่อประสบการณ์ที่เจ็บปวดที่สุดของชีวิตของคนหนึ่ง” ดูเหมือนว่า จะเป็นเรื่องที่สามารถจะฟื้นตัว มากกว่าที่จะเป็นเรื่องความเป็นตัวตน ดังนั้นความเป็นตัวของตัวเองในเชิงบวกในการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ อาจเข้าใจได้ในฐานะที่เป็นปัจจัยซึ่งเป็นศูนย์กลางของเรื่องราวที่เกี่ยวกับการเติบโต นอกจากนี้ ยังทราบว่าเป็นตัวของตัวเองไม่ได้ถูกสร้างจาก



ความโดดเดี่ยว หรือการที่ได้แยกตัวออกมา แต่ได้รับบริบทต่างๆทางสังคม (Laura & Jane, 2009 as cited in Pals & McAdams, 2004, Neimeyer, 2000, 2004, Janoff, 1992)

อย่างไรก็ตามกระบวนการของการเติบโตภายในหลังจากประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ทำให้มีสิ่งอื่นเข้ามาแทนที่เป้าหมายนั้น ซึ่งบางครั้งอาจเรียกได้ว่าเป็น “การจัดการกับความเศร้าโศกเสียใจ (Grief work)” ซึ่งไม่เกิดขึ้นเฉพาะการสูญเสียเพื่อน หรือญาติมิตรเท่านั้น แต่ยังเกิดขึ้นภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญในหลายเหตุการณ์ด้วย ถึงแม้ว่าจะเกิดมีความรู้สึกนึกคิดบ่อยครั้งเกี่ยวกับความสูญเสียบางสิ่งที่มีค่า หากว่าเป็นสิ่งที่จับต้องไม่ได้ ซึ่งรวมถึงเป้าหมาย ทัศนคติการมองโลก หรือส่วนหนึ่งของความเป็นตัวตนของบุคคล ภายหลังจากระยะเวลาของการจัดการกับปัญหาได้อย่างประสบผลสำเร็จ เมื่อบุคคลมีความหดหู่เกิดขึ้นบ่อยๆ แต่ไม่ได้เกิดตลอดเวลา (Wortman & Silver, 1989) เขาก็จะสามารถรับมือกับความหดหู่ได้ และบุคคลจะมีการพัฒนาเป้าหมายใหม่ และจะให้ความสนใจกับเป้าหมายนั้นเพื่อที่จะเรียกคืนพลังที่จะมุ่งสู่การเติบโต (growth-oriented goal) จากความเศร้าโศกเสียใจ ซึ่งในระยะนี้บุคคลก็จะมีอารมณ์ที่สงบ เยือกเย็นลง (แต่ก็ไม่ใช่ว่าจะไม่มีความคิดเลย) มีความพึงพอใจในชีวิต และมีความเข้มแข็งภายในมากขึ้น คนที่เจอเหตุการณ์แบบนี้ก็จะคิดเกี่ยวกับเรื่องชีวิต เรื่องความตายมากขึ้น มีความห่วงใยกับสิ่งเล็กๆน้อยๆมากขึ้น เอาตนเองไปเกี่ยวข้องหรือว่ามีความห่วงใยเรื่องของศาสนา เรื่องของจิตวิญญาณ เรื่องของสิ่งที่มีชีวิตมากขึ้น (Laura & Jane, 2009)

## 2. เหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้

เหตุการณ์ความไม่สงบจากการก่อการร้ายของกลุ่มขบวนการโจรก่อการร้ายในจังหวัดชายแดนใต้ มีอยู่ในรูปแบบขององค์กรใต้ดินที่มีมายาวนานตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 เช่น แนวหน้าปลดปล่อยประชาชาติปัตตานี (Barisan Nasional Pembebasan Patani : BNPP) องค์การแนวร่วมปลดปล่อยรัฐปัตตานี (Patani United Liberation Organization : P.U.L.O.) ขบวนการมุญาฮีดินปัตตานี (Barisan Bersatu Mujahidin Patani : BBMP) เป็นต้น โดยล้วนเป็นกลุ่มคนเสียผลประโยชน์ทางด้านการเมือง และใช้จุดอ่อนของชาวมุสลิมในด้านของเชื้อชาติ ศาสนา เป็นจุดเริ่มต้นในการปลุกกระดม บ่อนทำลาย ให้เกิดความแตกแยกของคนในชาติเพื่อแบ่งแยกดินแดนในพื้นที่ 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้จากการปกครองของประเทศไทย หลังจากการได้เอกราชของประเทศมาเลเซียเมื่อ พ.ศ. 2500 ที่ได้แบ่งรัฐปกครองกันเองและให้สิทธิพิเศษแก่ชาวมลายูมาก ทั้งยังมีพรรคการเมืองของมาเลเซียต้องการเสียงสนับสนุนของชาวไทยมุสลิม จึงยุยงและปลุกกระดมมาโดยตลอดให้มีการแบ่งแยกดินแดน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ของไทยไปรวมกับมาเลเซีย

ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่มีพื้นฐานจากความแตกต่างกันใน สังคมไทยพุทธ และสังคมไทยมุสลิม ความขัดแย้งจึงนำไปสู่ความไม่ยอมรับในอำนาจ สถานภาพ หน้าที่ และเสรีภาพของกันและกัน จึงเกิดเป็นขบวนการมุสลิมดังกล่าว (สุริชัย หวันแก้ว, 2553 ; คณะกรรมการวิจัยโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์, 2552)

รายงานวิจัย International Crisis Group working prevent conflict worldwide. (2548) เกี่ยวกับปัญหาภาคใต้ของไทยระบุถึงเหตุผลที่สำคัญของการขยายความรุนแรงในช่วงปี พ.ศ. 2547 ไว้ 2 ประการ ประการแรก คือ การยุบหน่วยงานที่สำคัญของรัฐบาล และสถานการณ์ด้าน สิทธิมนุษยชนที่ยิ่งเลวร้ายลงซึ่งส่งผลให้ผู้คนหมดความศรัทธาและความเชื่อมั่นในระบบกฎหมาย ประการที่สอง คือ ความไม่พอใจและความรู้สึกกลัวการจับกุมตามอำเภอใจของเจ้าหน้าที่ตำรวจ โดยมีกรณีการทรมานผู้ต้องสงสัย รวมกับความล้มเหลวในการทำงานของรัฐบาลในเรื่องการให้ ความเป็นธรรมต่อผู้เคราะห์ร้ายและครอบครัว ปัญหาที่จึงเปรียบเป็นตัวกระตุ้นความไม่พอใจ ซึ่งเป็นปัญหาเนื่องมาจากอดีตที่เคยเกิดขึ้นแล้ว รากเหง้าของปัญหาจึงเกิดจากความไม่พอใจในอดีต แต่ยังไม่มีความชัดเจนพอที่จะอธิบายได้ชัดเจนว่าเพราะเหตุใดความไม่พอใจในอดีตจึงทำให้เกิดความ เริ่มรุนแรงในปี 2547 เหตุการณ์ปล้นปืนเมื่อเดือนมกราคม พ.ศ. 2547 ซึ่งเป็นสถานการณ์ความ รุนแรงแรกที่เกิดขึ้น ประเด็นเบื้องหลังการปล้นปืนนี้จึงน่าจะเป็นจุดสำคัญในการอธิบายเหตุการณ์ ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนใต้ได้ชัดเจนขึ้น

สุริชัย หวันแก้ว (2553) กล่าวว่า ความขัดแย้งเป็นพื้นฐานของสังคมที่ไม่อาจหลีกเลี่ยง ได้ เพราะสังคมเกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ของคนกับคนจำนวนมาก แต่ละคนมีทั้งความแตกต่าง และความเหมือนด้านเจตคติ ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากบรรทัดฐานทางสังคม ที่ถูกขัดเกลาร้อยอย่าง ต่อเนื่องมานานจนกลายเป็นวัฒนธรรมที่ยึดถือของสังคมนั้นๆ ยังรวมถึงเจตคติต่อชาติพันธุ์ ภาษา ที่มองว่าด้อยค่าล้าหลัง ตามไม่ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่พัฒนาไปอย่างรวดเร็ว จนทำให้เกิดการแบ่งชนชั้น และไม่ได้รับการยอมรับในสังคมใหม่นั้น โดยรัฐได้สร้างภาพของกลุ่มผู้ก่อความ ไม่สงบว่าเป็นบุคคลที่ก่อความรุนแรง โดยใช้อาวุธทำร้ายผู้บริสุทธิ์ เจ้าหน้าที่ของรัฐ เป็นกลุ่มที่ ต้องการแบ่งแยกดินแดน มีกองกำลังของตนเอง โดยมีเยาวชนชาวไทยมุสลิมเชื้อสายมลายูถูกใช้ เป็นเครื่องมือในการก่อความไม่สงบ สิ่งที่ยกอำนาจการเสริมสร้างสันติสุขจังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นหน่วยงานหนึ่งที่เป็นกลไกการใช้อำนาจของรัฐในการบริหารจัดการปัญหาในพื้นที่จังหวัด ชายแดนภาคใต้ เห็นว่าเป็นปัญหาสำคัญคือ กลุ่มก่อความไม่สงบที่มีความคิดเรื่อง การแบ่งแยกดินแดน

เหตุการณ์ความไม่สงบหรือการก่อการร้ายทำให้เกิดความสูญเสียต่อชีวิตและทรัพย์สิน

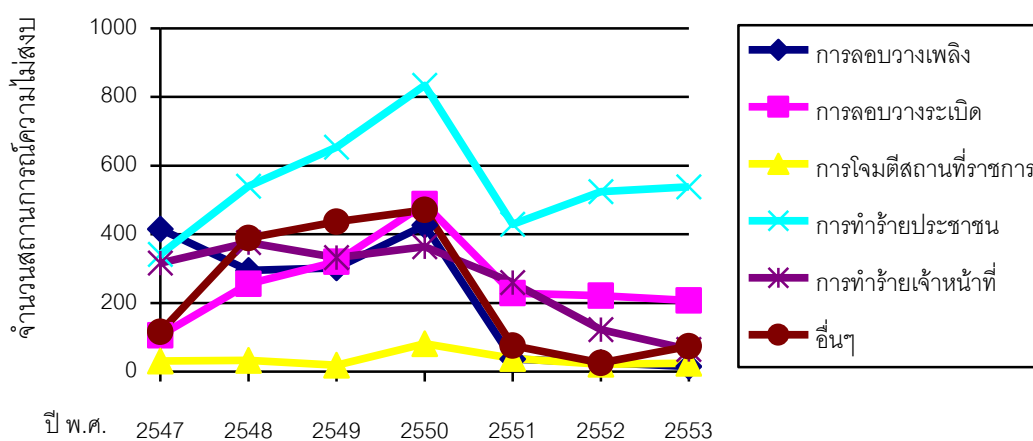
ของประชาชนและฝ่ายเจ้าหน้าที่ของรัฐ ที่เกิดขึ้นในจังหวัดยะลา ปัตตานี นราธิวาส รวมทั้ง 4 อำเภอของจังหวัดสงขลา ได้แก่ อำเภอจะนะ เทพา สะบ้าย้อย และนาทวี เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นสืบเนื่องมาตั้งแต่เดือนมกราคม ปี พ.ศ. 2547 จนถึงปัจจุบัน และยังไม่มียุทธศาสตร์ที่ชัดเจนของรัฐบาลอย่างแท้จริง นับว่าเป็นเวลาร่วมเกือบ 10 ปี ในทางกลับกันเหตุการณ์ความรุนแรงยิ่งทวีขึ้น เหตุการณ์ดังกล่าวส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวันและสุขภาพจิตของประชาชนในพื้นที่ ราชการที่ต้องปฏิบัติงานในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ เกิดความหวาดกลัว หวาดระแวง วิตกกังวล ไม่กล้าออกนอกบ้าน สูญเสียเจ้าหน้าที่ของรัฐ ประชาชนผู้บริสุทธิ์ถูกฆ่าตายเป็นจำนวนมาก หน่วยงานราชการถูกเผาและลอบวางระเบิด ซึ่งนับเป็นภัยพิบัติจากน้ำมือมนุษย์ที่ส่งผลกระทบต่อสังคมในวงกว้าง โดยเฉพาะส่งผลกระทบต่อประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ (นิത്യ ทองเพชรศรี, สุรพันธ์ ปราบกวี, และ สุริ ชาติระวีรัตน์, 2548)

ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (2554) รายงานสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัด 3 ชายแดนภาคใต้ที่เริ่มเกิดขึ้น ตั้งแต่วันที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2547 จากเหตุการณ์ปล้นปืนที่ค่ายกองพันพัฒนาที่ 4 อ.เจาะไอร้อง จ.นราธิวาส จนถึงสิ้นปี พ.ศ. 2553 มีเหตุการณ์ความไม่สงบเกิดขึ้นทั้งหมด 10,849 ครั้ง มีผู้เสียชีวิตทั้งหมด 4,300 คน บาดเจ็บ 7,569 คน แบ่งเป็นเจ้าหน้าที่เสียชีวิต 1,078 คน บาดเจ็บ 2,770 คน ประชาชนเสียชีวิต 2,936 คน บาดเจ็บ 4,734 คน คนร้ายเสียชีวิต 286 คน บาดเจ็บ 65 คน สำหรับลำดับเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ สามารถแสดงรายละเอียดของสถานการณ์ความไม่สงบ เรียงตามลำดับปี ดังตารางที่ 1 และภาพที่ 1

ตารางที่ 1

จำนวนครั้งของเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 – 2553

	2547	2548	2549	2550	2551	2552	2553
การลอบวางเพลิง	415	295	302	426	36	26	15
การลอบวางระเบิด	105	256	320	488	229	221	207
การโจมตีสถานที่ราชการ	31	33	19	81	38	21	24
การทำร้ายประชาชน	341	540	654	834	429	524	538
การทำร้ายเจ้าหน้าที่	316	376	332	364	259	122	64
อื่นๆ	116	389	437	471	76	25	74
<b>รวม</b>	<b>1,324</b>	<b>1,889</b>	<b>2,064</b>	<b>2,664</b>	<b>1,067</b>	<b>919</b>	<b>922</b>



ภาพที่ 1 สถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 – 2553  
ที่มา : ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (2554)

#### ตารางที่ 2

จำนวนผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บจากสถานการณ์ความไม่สงบ ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2547 – 2553

รายการ	2547	2548	2549	2550	2551	2552	2553
เสียชีวิต (คน)	566	574	648	943	536	544	489
เจ้าหน้าที่รัฐ	179	209	222	221	115	51	41
ประชาชน	271	355	410	678	339	455	428
คนร้าย	116	10	16	44	42	38	20
บาดเจ็บ (คน)	639	1,113	1,187	1,687	970	1,035	938
เจ้าหน้าที่รัฐ	278	409	373	567	504	305	334
ประชาชน	351	686	799	1,111	455	728	604
คนร้าย	-	18	15	9	11	2	-

### 3. การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual Qualitative Research: CQR)

Hill, Thompson, และ William (1997) พัฒนาการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน โดยหวังที่จะพัฒนารูปแบบการวิจัยเพื่อรวมลักษณะเด่นของการวิจัยเชิงคุณภาพรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์นิยม (phenomenological) การวิจัยเชิงคุณภาพแบบสร้างทฤษฎีจากข้อมูล (grounded theory) และ Comprehensive process analysis เพื่อให้ได้รูปแบบการวิจัยที่ง่ายต่อการศึกษาและได้มาซึ่งผลการวิจัยที่มีความถูกต้องแม่นยำมากขึ้น (Hill, Knox, Thompson, Williams, Hess, & Ladany, 2005) สาระสำคัญของ การวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกันอยู่ที่การอภิปรายข้อมูลจนเห็นชอบของทีมวิจัย สามารถลดอคติที่เกิดจากการวิเคราะห์ข้อมูลจากผู้วิจัยแต่เพียงผู้เดียว ทำให้ได้แง่มุมหลากหลายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3.1 ลักษณะของวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน

สามารถสรุปได้ดังนี้ (Hill et al., 1997)

- 1) ใช้คำถามปลายเปิด (open-ended questions) ในการสัมภาษณ์เก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีอิสระในการตอบคำถาม
- 2) เป็นวิธีการวิจัยที่ใช้ภาษาในการอธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น
- 3) ศึกษาในกลุ่มคนจำนวนน้อย แต่ศึกษาในเชิงลึกอย่างเข้มข้น
- 4) ได้ศึกษาเกี่ยวกับบริบทของผู้ให้ข้อมูลทำให้เข้าใจประสบการณ์เฉพาะ
- 5) ใช้การอุปนัยในการสร้างข้อสรุปจากข้อมูล
- 6) ทีมผู้วิจัยประกอบด้วยผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ในการทำหน้าที่วิเคราะห์ข้อมูล จำนวน 3 – 5 คน เพื่อให้เกิดความคิดเห็นหลากหลาย และต้องอภิปรายข้อมูลจนเห็นชอบร่วมกันเพื่อให้ได้ข้อสรุปที่ดีที่สุด
- 7) มีผู้ตรวจสอบ (auditors) จำนวน 1-2 คน ทำหน้าที่ตรวจสอบข้อสรุปที่ได้จากการอภิปรายของทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลัก และให้ข้อมูลสะท้อนกลับเกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูลของทีม
- 8) หลังจากการอภิปรายข้อมูลจนเห็นชอบร่วมกัน ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักจะย้อนกลับไปดูข้อมูลดิบอีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้มั่นใจว่าได้ข้อสรุปที่ถูกต้อง

#### 3.2 การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ที่มีประสบการณ์เชิงลึกในปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ผู้ให้ข้อมูลควรมีลักษณะร่วมเหมือนกันให้มากที่สุด โดยเฉพาะประสบการณ์ที่ควรเป็นเรื่องเดียวกันเพื่อให้ได้มาซึ่ง

ข้อมูลที่สามารถอธิบายได้อย่างละเอียด ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลผู้วิจัยจะต้องมีเกณฑ์พิจารณาในการคัดเลือกเพื่อให้ได้ผู้ให้ข้อมูลที่สามารถให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ และสอดคล้องกับสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา ซึ่งผู้ให้ข้อมูลที่เหมาะสมควรมีจำนวน 8 – 15 คน โดยเป็นขนาดที่มีความใหญ่เพียงพอที่จะทำให้เกิดข้อค้นพบได้ (Hill et al., 1997, 2005)

### 3.3 การศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

นักวิจัยเชิงคุณภาพมักมีความเชื่อว่า การที่ผู้วิจัยทำการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องก่อนการทำวิจัยอาจก่อให้เกิดอคติในการทำวิจัย แต่สำหรับ Hill et al., 1997, 2005) ให้ความเห็นว่า การศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องก่อนการทำวิจัยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เนื่องจากทำการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องจะช่วยให้ผู้วิจัยสามารถหลีกเลี่ยงข้อผิดพลาดต่างๆ ที่เคยเกิดขึ้นมาก่อน และช่วยให้สามารถตั้งแนวคำถามการวิจัยได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้ผู้วิจัยสามารถเข้าถึงข้อมูลได้โดยไม่เกิดอคติในการวิจัย (Hill et al., 1997)

### 3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ในขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล ที่มีวิเคราะห์ข้อมูลหลักต่างคนต่างตรวจสอบ และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเอง จากนั้นจึงนำความคิดเห็นมาอภิปรายร่วมกันจนได้ความเห็นที่สอดคล้องกัน ซึ่งเป็นความเห็นที่สมาชิกยอมรับว่าเป็นตัวแทนของข้อมูล โดยการให้ผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักจำนวนหลายคนจะทำให้เกิดความคิดเห็นที่หลากหลายสามารถลดอคติที่เกิดจากผู้วิจัย เจตคติที่แตกต่างกันของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนถือเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อมีความคิดเห็นที่แตกต่างเกิดขึ้นตั้งแต่แรก ดังนั้นทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักจึงมีความจำเป็นที่จะต้องถามคำถามสมาชิกท่านอื่น และเปิดใจ เพื่อขยายเจตคติของตนในการตีความของข้อมูล ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลจำแนกได้ 3 ขั้นตอนหลัก (Hill et al., 1997) ดังนี้

#### 3.4.1 สร้างประเด็นหลัก (Developing Domains)

การสร้างประเด็นหลัก เป็นการจัดกลุ่มข้อมูลที่มีเนื้อหาคล้ายๆกันแล้วจึงสรุปเป็นหมวดหมู่หรือประเด็นที่สามารถครอบคลุมเนื้อหาของข้อมูลได้ทั้งหมด โดยทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักจะต่างคนต่างวิเคราะห์ข้อมูล และสร้างประเด็นหลักของตนเองขึ้นมา ซึ่งเริ่มวิเคราะห์ข้อมูลจากชุดข้อมูล 2-3 ชุดก่อน และต้องเป็นชุดข้อมูลเดียวกัน หลังจากนั้นทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักจึงมาประชุมกันเพื่ออภิปรายถึงประเด็นหลักที่แต่ละคนวิเคราะห์ได้ จนได้ข้อสรุปที่ทุกคนเห็นชอบร่วมกันว่าเป็นประเด็นหลักที่เหมาะสมกับข้อมูลที่สุด

เมื่อได้ประเด็นหลักที่ชัดเจนแล้ว ผู้วิจัย 1 คนสามารถนำข้อมูลชุดที่เหลือทั้งหมดจัดประเด็นหลักต่อไปได้โดยอิงจากประเด็นหลักที่ผ่านการอภิปรายร่วมกันแล้ว และให้ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักที่เหลือทบทวนตรวจสอบผลการจัดประเด็นหลักทั้งหมด หลังจากนั้นจึงให้ผู้ตรวจสอบ (auditor) ทบทวนตรวจสอบผลงานทั้งหมดว่าถูกต้องและเหมาะสมแล้วหรือไม่

### 3.4.2 การสรุปสาระสำคัญ (Abstracting Core Ideas)

ขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการจับใจความสาระสำคัญของสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลพูดในแต่ละประเด็นให้เป็นประโยคที่สั้น กระชับ และได้ใจความ โดยต้องมีความหมายใกล้เคียงกับข้อมูลเดิมที่มาจากผู้ให้ข้อมูลมากที่สุด โดยที่ผู้วิจัยไม่ได้ตีความไปเอง ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนจะต้องต่างคนต่างอ่านชุดข้อมูลและทำการสรุปสาระสำคัญจากชุดข้อมูล 2-3 ชุดก่อน จึงจะร่วมกันอภิปรายถึงการสรุปสาระสำคัญที่ผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักแต่ละคนได้จัดทำมา จนเป็นรูปแบบสาระสำคัญที่ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทุกคนเห็นชอบร่วมกันว่ากระชับได้ใจความ และใกล้เคียงกับข้อมูลเดิมมาก จากนั้นชุดข้อมูลที่เหลือผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักเพียง 1 คนสามารถนำมาลงรหัสสาระสำคัญได้ โดยให้สมาชิกทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทบทวนตรวจสอบในภายหลัง

หลังจากที่ได้ประเด็นหลัก และได้สาระสำคัญที่อยู่ภายใต้ประเด็นหลักแต่ละประเด็นแล้ว จึงนำไปให้ผู้ตรวจสอบ (auditor) ทบทวนตรวจสอบทั้งหมดที่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลักทำขึ้นในขั้นนี้ว่าถูกต้องและเหมาะสมแล้วอีกครั้งหนึ่ง ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ทำการประชุมอภิปรายข้อคิดเห็นของผู้ตรวจสอบ หากมีเหตุให้ต้องแก้ไข ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ก็จะต้องอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันอีก

### 3.4.3 การวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analysis)

ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลัก จะต้องตรวจสอบภาพรวมระหว่างผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดว่ามี ความคล้ายคลึงของข้อมูลเกิดขึ้นอย่างไร โดยการคัดลอกสาระสำคัญที่ได้จากผู้ให้ข้อมูลทุกคนมารวมกันในกระดาษแต่ละใบซึ่งจะแยกแยะตามหัวข้อประเด็นหลัก จากนั้นให้พิจารณาว่า สาระสำคัญของผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนภายใต้ประเด็นหลักแต่ละประเด็นว่าสามารถนำมาจัดเป็นหมวดหมู่ (categories) ได้อย่างไร ในการจัดหมวดหมู่ที่วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อาจใช้การระดมความคิดแล้วจัดหมวดหมู่ไปพร้อมๆ กัน หรือจะต่างคนต่างกลับไปจัดหมวดหมู่ด้วยตนเอง แล้วจึงนำกลับมาอภิปรายร่วมกัน จนได้จำนวนหมวดหมู่และชื่อหมวดหมู่ที่เหมาะสม โดยที่แต่ละหมวดหมู่แยกออกจากกันอย่างชัดเจน (Hill et al., 1997)

จากนั้นจึงทำการแจกแจงความถี่ เพื่อให้เห็นถึงความถี่ของข้อมูลในแต่ละหมวดหมู่ โดยใช้คำว่า “มาก (General)” แทนความถี่ในหมวดหมู่ที่ผู้ให้ข้อมูลทุกคนหรือยกเว้น

1 คนที่กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้นๆ และใช้คำว่า “ปานกลาง (Typical)” แทนความถี่ในกรณีที่มีผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งหนึ่งขึ้นไปกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ และใช้คำว่า “น้อย (Variant)” แทนความถี่ในกรณีที่มีผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปถึงครึ่งหนึ่งของข้อมูลทั้งหมดที่กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้นๆ และสำหรับกรณีที่การศึกษาใช้ผู้ให้ข้อมูลมากกว่า 15 คนขึ้นไป ให้เพิ่มเติมการใช้คำว่า “น้อยมาก (Rare)” แทนความถี่ในกรณีที่มีผู้ให้ข้อมูล 2-3 คนกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ แต่ถ้าหากมีผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ เพียงคนเดียว ให้นำไปใส่ไว้ในหมวดเบ็ดเตล็ดและไม่ต้องนำมาเขียนผล (Hill et al., 2005)

ผู้ตรวจสอบทำการตรวจสอบผลการวิเคราะห์ภาพรวมของทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก จากนั้นจึงส่งข้อคิดเห็นต่างๆ กลับมาที่ทีมวิจัย โดยที่ทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก ก็ต้องประชุมกันถึงข้อคิดเห็นของผู้ตรวจสอบ และจะต้องทำการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันในกรณีที่ต้องมีการแก้ไขต่างๆ หลังจากนั้นผลสรุปของการวิเคราะห์ข้อมูลให้นำไปเขียนผลต่อไป และภายหลังจากที่เขียนผลเสร็จแล้วควรมีการส่งไปให้ผู้ให้ข้อมูลได้ตรวจสอบ (member checking) เพื่อดูว่าข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาสอดคล้องกับประสบการณ์ตรงของผู้ให้ข้อมูลจริง (Hill et al., 1997; 2005)

### 3.5 การประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน

Hill และคณะ (1997) เสนอเกณฑ์ ในการประเมินคุณภาพในงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบทีมผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน โดยเน้นย้ำว่าในงานวิจัยอย่างน้อยควรมีการนำเสนอข้อมูลให้สอดคล้องกับเกณฑ์การประเมินคุณภาพใน 3 ข้อแรก ซึ่งได้แก่ ความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัย ความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันของผลการวิจัย และผลการศึกษาที่มีความเป็นตัวแทนต่อกลุ่ม

#### 3.5.1 ความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัย (Trustworthiness of the Method)

ผู้วิจัยควรมีการเขียนรายงานถึงรายละเอียดต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำวิจัย นำเสนอข้อมูลดิบทั้งหมด เช่นคำถามการสัมภาษณ์ บทบันทึกการสัมภาษณ์ บันทึกการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังต้องให้ข้อมูลแก่ผู้อ่านเกี่ยวกับความเหมาะสมของคำถามและการสัมภาษณ์ ความเหมาะสมของผู้ให้ข้อมูล ทั้งกระบวนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน (Consensus process) กระบวนการตรวจสอบ (Auditing process) และความคงเส้นคงวาของหลักเกณฑ์การตัดสินใจในทุกกรณี (Consistency of the decision rules across cases) เพื่อที่จะให้ผู้อ่านหรือนักวิจัยท่านอื่นสามารถประเมินได้ว่าเกิดอะไรขึ้นในขั้นตอนการวิจัย และสามารถตรวจสอบความน่าเชื่อถือของวิธีการวิจัยได้



### 3.5.2 ความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันของผลการวิจัย (Coherence of the Results)

ผลของการวิเคราะห์ข้อมูลควรสามารถบรรยายครอบคลุมข้อมูลทั้งหมด สามารถตอบคำถามการวิจัย และเป็นที่ยอมรับได้สำหรับผู้อ่าน กล่าวคือข้อค้นพบจะต้องมีเหตุผล น่าเชื่อถือและมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกัน ผู้อ่านต้องเข้าใจถึงที่มาของผลการศึกษา โดยจะต้องมีการนำเสนอตัวอย่างของข้อมูลเพื่อให้ผู้อ่านสามารถตรวจสอบได้ว่าข้อสรุปนั้นๆ ได้มาอย่างไร การเขียนรายงานต้องใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย หลีกเลี่ยงภาษาเฉพาะกลุ่มหรือภาษาที่เข้าใจยาก และสามารถเข้าถึงได้สำหรับผู้อ่านทุกคน

วิธีการที่จะทำให้งานวิจัยคุณภาพมีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงมากยิ่งขึ้น ทำได้โดยการตรวจสอบสามเส้า (Triangulation) ซึ่งมี 2 วิธี วิธีที่หนึ่งคือ การตรวจสอบข้อมูลจากหลายแหล่งในงานวิจัยเดียวกัน แหล่งข้อมูลที่ต่างกันจะเพิ่มความเข้มข้นของข้อมูล และวิธีที่สอง คือ การใช้การวัดที่มีมาตรฐานในกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพที่ต่างกันมาตรวจสอบคำถามการวิจัย ซึ่งการได้ข้อค้นพบที่ใกล้เคียงกัน แม้ว่าจะใช้วิธีการวิจัยที่ต่างรูปแบบกันจะทำให้ผลการศึกษามีความตรง (Validity) มากขึ้น และควรมีการเขียนรายงานในข้อจำกัดหากผู้วิจัยไม่สามารถทำการตรวจสอบสามเส้าได้

### 3.5.3 ผลการศึกษามีความเป็นตัวแทนต่อผู้ให้ข้อมูล (Representativeness of the Results to the Sample)

เนื่องจากผลการวิจัยที่ได้จากวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพไม่สามารถอนุมานถึงประชากรทั้งหมดได้ เพราะวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพไม่สามารถตรวจสอบได้ว่าผู้ให้ข้อมูลเป็นตัวแทนของประชากรจริง Hill และคณะ (1997) เสนอให้ใช้ “อัตราส่วน” ในการบ่งชี้ว่าผลการศึกษาว่ามีความเป็นตัวแทนต่อผู้ให้ข้อมูล คือ ข้อค้นพบที่ได้มีอัตราส่วนเท่าใดต่อผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด โดยใช้คำว่า “มาก (General)” แทนอัตราส่วนที่ผู้ให้ข้อมูลทุกคนหรือยกเว้น 1 คนที่กล่าวถึงในข้อค้นพบนั้นๆ ใช้คำว่า “ปานกลาง (Typical)” แทนอัตราส่วนที่ผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งหนึ่งขึ้นไปกล่าวถึงในข้อค้นพบนั้นๆ และใช้คำว่า “น้อย (Variant)” แทนอัตราส่วนที่มีผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปถึงครึ่งหนึ่งของทั้งหมด (Hill et al., 1997) แต่ในกรณีที่การศึกษาใช้ผู้ให้ข้อมูลมากกว่า 15 คนขึ้นไป ให้เพิ่มเติมคำว่า “น้อยมาก (Rare)” แทนอัตราส่วนที่มีผู้ให้ข้อมูล 2-3 คนกล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ (Hill et al., 2005) ส่วนผลที่มีผู้ให้ข้อมูลเพียงคนเดียวตอบจะทำการตัดออก เพราะข้อมูลนั้นมีความเฉพาะเกินไป (Idiosyncratic) และไม่เป็นตัวแทนของผู้ให้ข้อมูล (Hill et al., 1997)

### 3.5.4 ความตรงที่รับรองจากผู้ให้ข้อมูล (Testimonial Validity)

ความตรงที่รับรองจากผู้ให้ข้อมูล สามารถทำได้โดยการให้ผู้ให้ข้อมูลทบทวน ตรวจสอบผลการศึกษาและให้ข้อมูลสะท้อนกลับ ซึ่ง Hill และคณะ (1997) ไม่น่าเฝ้าระวังในประเด็นนี้ เนื่องจาก ผลสรุปการศึกษาที่ได้ในภาพรวม อาจไม่มีความตรงกับผู้ให้ข้อมูลทุกคน

## 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญและผลกระทบทางจิตใจจากเหตุการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

เบญจพร ปัญญา ยาง และ สุลินดา จันทระเสนา (2552) ศึกษาปัญหาสุขภาพจิตนักเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้ โดยผู้ให้ข้อมูลเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่1-3 ของโรงเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบ จำนวน 2,884 คน โดยตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลและแบบคัดกรองคือแบบสอบถามผลกระทบจากเหตุการณ์ภัยพิบัติ (*Revised Child Impact of Events Scale : CRIES 8*) และแบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อนฉบับภาษาไทย (*Strengths and Difficulties Questionnaire: SDQ*) ในการประเมินอาการ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่านักเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ มีภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ร้อยละ21.9 ปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์โดยรวม ร้อยละ37.2 เช่น การรับรู้ว่ามีสติกลัวมาก รู้สึกช่วยตนเองไม่ได้ และเห็นบางคนเสียชีวิตไม่สัมพันธ์กับอาการเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic Stress Disorder : PTSD) ส่วนปัจจัย เช่น เพศหญิง พ่อแม่หย่าร้าง สมาชิกในครอบครัวเสียชีวิต นักเรียนที่อยู่ในเหตุการณ์และเห็นบางคนเสียชีวิต การรับรู้ว่ามีสติกลัวมากและรู้สึกช่วยตนเองไม่ได้ ไม่สัมพันธ์กับปัญหาอารมณ์และพฤติกรรมโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญซึ่งผู้วิจัยกล่าวว่าปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้อยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ซึ่งผลการศึกษานี้บ่งบอกว่าเด็กต้องการความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต

Pietrzak และคณะ (2010) ศึกษาการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ในทหารผ่านศึก ที่ปฏิบัติการเพื่ออิสรภาพของชาวอิรัก มีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ของการบาดเจ็บของสมองที่เกิดจากภาวะสะเทือนขวัญเพียงเล็กน้อย และปัญหาที่เกี่ยวข้องกับทหารผ่านศึก โดยที่การศึกษาเหล่านี้ช่วยในการจัดประเภทผลที่ก่อให้เกิดอันตรายจากการสู้รบ

โดยมีการตรวจสอบปัจจัยต่างๆ ที่อาจเป็นตัวส่งเสริมให้เกิดการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญหรือประสบการณ์ด้านการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกจากผลของสงครามกับประชากรดังกล่าวนี้ รายงานการสำรวจด้วยแมล์ของทหารกองหนุนอาวุโส/ทหารผ่านศึกของหน่วยพิทักษ์แห่งชาติ ทั้งสิ้น 272 ราย ซึ่งประเมินการรายงานเกี่ยวกับการสู้รบ จิตพยาธิวิทยา การทำงานทางจิตสังคม การสนับสนุนทางสังคม และการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

จากการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลจำนวน ร้อยละ 72 มีระดับของการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ อย่างมีนัยสำคัญอย่างน้อยที่สุดหนึ่งประการจากบริบทต่างๆ ที่นำมาใช้ในการประเมิน คือ อะไรคือสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิต ร้อยละ 52.2 รู้สึกซาบซึ้งในคุณค่าเพิ่มมากขึ้นในแต่ละวัน ร้อยละ 51.1 และสามารถจัดการกับความยากลำบากได้ดีขึ้น ร้อยละ 48.5 และพบว่ากลุ่มอายุน้อยจะประสพภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญสูงกว่า ซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยที่มีภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ มีคะแนนการวัดผลโดยรวมสูงกว่าการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และที่มีต่อรายการต่างๆ ซึ่งมีผลสะท้อนต่อความรู้สึกถึงคุณค่าของชีวิต และความเข้มแข็งส่วนบุคคล ผู้วิจัยระบุว่าการศึกษานี้มีข้อจำกัดจากการสำรวจที่ค่อนข้างน้อย แต่ผลของการศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่า การช่วยสนับสนุนหน่วยของสมาชิก และการส่งเสริมการรับรู้ด้านความพยายาม และความมานะบากบั่น อาจช่วยเพิ่ม การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในทหารผ่านศึกกลุ่มนี้

Shalev และ Freedman (2005) ศึกษาโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หลังจากการโจมตีของผู้ก่อการร้าย การศึกษานี้เป็นการประเมินภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และมีการศึกษาถึงพัฒนาการของบุคคลที่รอดชีวิตที่มีภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และได้มีการวัดผลกระทบของการก่อการร้ายอย่างต่อเนื่อง สำหรับอาการโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งศึกษาผู้รอดชีวิตจำนวน 39 ราย จากการโจมตีของผู้ก่อการร้าย และผู้รอดชีวิตจำนวน 354 ราย จากอุบัติเหตุทางยานยนต์ ที่ได้รับเข้ารับการรักษาในห้องฉุกเฉินของโรงพยาบาลทั่วไป ภายใน 1 สัปดาห์ และ 4 เดือนต่อมา ได้วัดค่าอัตราการเต้นของหัวใจจากการเข้ารับการรักษา โดยในเวลา 1 สัปดาห์ได้รายงานพัฒนาการของบุคคลที่ใกล้กับอาการสะเทือนขวัญ และภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญในด้านความห่วงใยกังวล และความหดหู่ ที่ถูกวัดค่าใน 1 สัปดาห์ และ 4 เดือน โดยสเกล Clinician-Administered PTSD Scale เทียบกับการวินิจฉัยโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญในเวลา 4 เดือน นอกจากนี้ภาวะเครียด

ภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญขึ้นต้น ในช่วงต้นๆของการโจมตีของผู้ก่อการร้ายที่เกิดขึ้นบ่อยได้ถูกนำมาเปรียบเทียบ ซึ่งทำให้มองเห็นอาการที่เกี่ยวข้องในระหว่างปีต่างๆ

ผลการศึกษาผู้รอดชีวิตจากการโจมตีของผู้ก่อการร้ายมีอัตราโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ สูงกว่าผู้มีชีวิตรอดจากอุบัติเหตุทางด้านยานยนต์ (ร้อยละ 37.8 และ ร้อยละ 18.7 ตามลำดับ) ประเภทของเหตุการณ์สะเทือนขวัญจึงไม่ได้เป็นตัวทำนายภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ทั้งจากค่าอัตราการเต้นของหัวใจในห้องฉุกเฉิน และอาการโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ผู้วิจัยสรุปว่าประเภทอาการเบื้องต้นนับเป็นตัวชี้วัดความเสี่ยงของภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ที่สามารถเชื่อถือได้จากการผ่านเหตุการณ์ และสถานการณ์ต่างๆ สำหรับผลกระทบของความกลัวที่เกิดจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ การได้ปรับเปลี่ยน และความยืดหยุ่นอาจจะอธิบายผลกระทบของการก่อการร้ายที่รุนแรง ซึ่งมีผลต่อภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

Kolassa, Ertl, และ Eckart (2010) ศึกษาการลดลงตามธรรมชาติของโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ โดยขึ้นอยู่กับจำนวนประเภทของเหตุการณ์สะเทือนขวัญที่ได้รับประสบการณ์มา โดยทำการสำรวจจากผู้ลี้ภัยที่ตั้งถิ่นฐานอยู่ในตะวันตกเฉียงใต้ของประเทศ Uganda จำนวน 444 ราย ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ได้รายงานถึงสิ่งทีก่อให้เกิดความเครียดจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เช่น การอยู่ในเหตุการณ์ฆาตกรรม การเห็นการเสียชีวิต หรือการเห็นร่างกายที่พิการ การถูกกระสุนปืน หรือการถูกระเบิด ทำการศึกษาโดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการวินิจฉัยโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญทั้งหมด 17 ข้อ เพื่อวินิจฉัยโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ผลจากการศึกษาที่ได้คือ ยิ่งจำนวนการเกิดเหตุการณ์สะเทือนขวัญเพิ่มสูงขึ้น ส่งผลก่อให้เกิดภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญมากขึ้นเท่านั้น และโอกาสที่ภาวะเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญลดลงก็น้อยลงไปด้วย

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า เหตุการณ์สะเทือนขวัญเป็นสาเหตุหลักของโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญเรื้อรัง และความรุนแรงของอาการ ซึ่งเป็นการยืนยันสมมติฐานของการแพทย์ที่ศึกษาภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

Rabe, Zollner, Maercker และ Karl (2006) ศึกษาความสัมพันธ์ระบบประสาทของการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากการเกิดอุบัติเหตุจากการขับขี่ยานยนต์ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาความไม่สมดุลของสมองส่วนหน้า ซึ่งมีความเชื่อมโยงกับโครงสร้างของสมองเกี่ยวกับโครงสร้างของอารมณ์ และการเคลื่อนไหว การรับรู้เกี่ยวกับเรื่องนามธรรมของการเติบโตภายหลัง

เผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญภายหลัง จากการประสบอุบัติเหตุอย่างรุนแรงจากการขับขี่ยานยนต์ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้รอดชีวิตจากการประสบอุบัติเหตุอย่างรุนแรงจากการขับขี่ยานยนต์จำนวน 82 ราย ที่ผ่านการประเมินและรายงานด้วยตนเอง ด้านการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ รวมถึงการสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นการประเมินเชิงคลินิก และการประเมินผลด้านลบที่เกิดขึ้น ตรวจสอบโดยการวัดคลื่นไฟฟ้าของสมองในช่วงการพักนอน

ผลการวิจัยเป็นไปตามการคาดการณ์คือ การกระตุ้นสมองทงส่วนหน้าข้างซ้าย มีส่วนสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ แม้แต่เมื่อมีการควบคุมทางสถิติสำหรับผลทางด้านบวกที่เกิดลักษณะของบุคคล โดยผู้วิจัยได้ตั้งข้อสมมุติฐานว่า แนวโน้มของแรงจูงใจที่สัมพันธ์กับวิธีการหรือการเข้าถึงนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับกิจกรรมของสมองส่วนหน้าก่อนไปทางซ้ายสูงมากขึ้น ซึ่งอาจจะมีส่วนสัมพันธ์กันในกระบวนการ และผลลัพธ์ของการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

Gangstad, Norman, และ Barton (2009) ศึกษากระบวนการทางปัญญา และการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากการอุดตันของเส้นเลือดในสมอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบว่า การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากการอุดตันของเส้นเลือดในสมอง มีส่วนสัมพันธ์กับกระบวนการทางปัญญา และความเครียดทางจิตใจหรือไม่ รวมถึงเวลานับตั้งแต่ที่มีภาวะอุดตันของเส้นเลือดในสมองสามารถช่วยลดความสัมพันธ์ระหว่างขอบเขตความเครียดทางจิตใจ และตัวบ่งชี้กระบวนการทางปัญญา หรือไม่ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคือ ผู้รอดชีวิตจากการอุดตันของเส้นเลือดในสมอง ซึ่งเป็นผู้ป่วยนอกที่อยู่ในระยะฟื้นฟูของโรงพยาบาลในประเทศอังกฤษ

ผลการศึกษาไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างประเภทการเกิดเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic Growth Inventory) กับความหดหู่ จากผู้รอดชีวิตจำนวน 60 ราย นอกจากนี้ยังพบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างประเภทการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และตัวชี้วัดทั้ง 4 ของการสร้างกระบวนการทางปัญญา ได้แก่ การสร้างโครงสร้างใหม่ด้านการรับรู้เชิงบวก การเปรียบเทียบลดต่ำลง การแก้ปัญหา และการปฏิเสธ ผู้วิจัยเห็นว่าการค้นพบได้ชี้ระบุให้เห็นถึงความเป็นไปได้ของการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญหลังการเกิดภาวะอุดตันของเส้นเลือดในสมอง และชี้ให้เห็นว่าการสร้างกระบวนการในการรับรู้ นับเป็นกระบวนการที่มีความสำคัญสำหรับการก่อให้เกิดการเติบโตดังกล่าวนี้ มีผู้ที่สนใจและได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบทางด้านร่างกายและจิตใจในสถานการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัด ชายแดนใต้ ดังเช่น พัชราภรณ์ เพชรสุวรรณ

(2550) ศึกษาผลกระทบของการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาชายแดนภาคใต้ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของ นักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ เกี่ยวกับปัญหาความไม่สงบในชายแดนภาคใต้กับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการดำเนินชีวิต ของนักศึกษา โดยผู้ให้ข้อมูลเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำนวน 400 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ (1) แบบสอบถามลักษณะส่วนบุคคล (2) แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาชายแดน ภาคใต้ (3) แบบประเมินการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต

ผลจากการศึกษาพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี มีการรับรู้ในด้านปัญหาชายแดนภาคใต้มากที่สุด รองลงมาในด้านวิถีชีวิตของชุมชนในจังหวัด ชายแดนภาคใต้ในด้านนโยบายในการแก้ปัญหาของรัฐ ด้านประวัติศาสตร์ และด้านการเมืองการ ปกครอง รับรู้อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนการเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตของนักศึกษาในด้านการ แสวงหาความสนับสนุนทางสังคม ในเรื่องทำความเข้าใจในหลักศาสนาอิสลามเพื่อป้องกันการ กระทบกระทั่งที่อาจเกิดขึ้น รองลงมาเป็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ต้องติดตามข่าวสารเกี่ยวกับ สถานการณ์ก่อการร้ายเสมอ และในด้านการศึกษาพบว่ามีการเปลี่ยนสถานที่ในการทำกิจกรรม การเรียนนอกสถานที่ สุดท้ายผลการสมมติฐานพบว่า การรับรู้นโยบายของรัฐในการแก้ปัญหา ชายแดนใต้ การรับรู้ประวัติศาสตร์ การเมืองการปกครองของจังหวัดปัตตานี และการรับรู้วิถีชีวิต ของชุมชนในจังหวัดชายแดนภาคใต้ มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับการเปลี่ยนแปลงในการดำเนิน ชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กัณฑ์พร ยอดไชย, ปิ่นทิพย์ นาคดำ, และ เพลินพิศ สุวานิวัฒนานนท์ (2550) ศึกษา ประสพการณ์การบาดเจ็บ ผลกระทบ และการจัดการการบาดเจ็บของผู้ได้รับบาดเจ็บและ ครอบครัวจากเหตุระเบิดในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาคั้งนี้ คือ ผู้ได้รับบาดเจ็บและครอบครัวจากเหตุระเบิดในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ ที่มารับการรักษาใน โรงพยาบาลของรัฐและโรงพยาบาลเอกชนของอำเภอหาดใหญ่ จำนวนทั้งหมด 25 ราย แบ่งเป็น ผู้ได้รับบาดเจ็บ จำนวน 21 รายโดยเลือกแบบเจาะจง แบ่งตามระดับความรุนแรงของผลกระทบที่ ได้รับ และครอบครัวของผู้ได้รับบาดเจ็บ จำนวน 4 ราย คัดเลือกโดยเป็นผู้ที่มีความใกล้ชิดกับ ผู้ได้รับบาดเจ็บในฐานะเป็นผู้ดูแลหลักหรือเป็นสมาชิกสายตรงที่อาศัยอยู่ด้วยกันกับผู้ได้รับ บาดเจ็บจนถึงปัจจุบัน การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้เทคนิคการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก โดยใช้ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้ได้พัฒนาขึ้น

ผลการศึกษารูปได้ดังนี้ โดยผู้ให้ข้อมูลให้ความหมายของการได้รับบาดเจ็บจากเหตุระเบิดสะท้อนออกมาใน 4 ลักษณะคือ 1) เหมือนอยู่ในเหตุการณ์ที่ก่อความไม่สงบ 2) เหมือนอยู่ในเหตุการณ์ที่รุนแรง 3) เป็นเหตุการณ์ที่ส่งผลต่อคนจำนวนมาก และ 4) เป็นเหตุการณ์ที่เกี่ยวกับเคราะห์กรรม สำหรับการได้รับความช่วยเหลือจากเหตุการณ์ระเบิดผู้ให้ข้อมูลสะท้อนความรู้สึกต่อการช่วยเหลือที่ได้รับขณะเกิดเหตุระเบิดใน 2 ลักษณะ คือ 1) ประทับใจในความช่วยเหลือ และ 2) คิดว่าได้รับการช่วยเหลือไม่เท่าเทียมกันและไม่เพียงพอ สำหรับผลกระทบที่ได้รับจากเหตุการณ์ระเบิดแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ 1) ผลกระทบทางกาย 2) ผลกระทบทางจิตใจ และ 3) ผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจและสังคม ในส่วนของผลกระทบทางกายแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ 1) บาดเจ็บและสูญเสียอวัยวะ 2) เคลื่อนไหวลำบากและปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ลดลง ในด้านผลกระทบทางจิตใจสามารถแบ่งเป็น 3 ลักษณะ คือ 1) โกรธ 2) กลัวและหวาดระแวง 3) ยอมรับในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจและสังคมแบ่งเป็น 3 ลักษณะ คือ 1) เปลี่ยนแปลงบทบาททางครอบครัว 2) รายได้ลดลง 3) สังคมหดหาย ชีวิตขาดความรื่นเริง นอกจากนี้พบว่าผู้ให้ข้อมูลมีกระบวนการจัดการการบาดเจ็บแบ่งได้ 2 ลักษณะ คือ 1) การแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง และ 2) การบอกเรื่องราวกับบุคคลอื่น นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลได้เสนอแนะแนวทางในระบบการช่วยเหลือที่ต้องการแบ่งเป็น 4 ลักษณะ คือ 1) ให้มีการดูแลอย่างต่อเนื่อง 2) ให้มีระบบจำแนกความช่วยเหลือรายบุคคลที่ชัดเจน 3) ให้มีสิทธิเลือกสถานพยาบาล และ 4) ให้มีระบบการนำส่งที่รวดเร็ว จากการศึกษาครั้งนี้ทำให้ผู้วิจัยได้องค์ความรู้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการเตรียมรับสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้น และวางแผนส่งเสริมการปฏิบัติงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ได้รับบาดเจ็บและครอบครัว

สุนีย์ เควนวนล, อุไร หัตถกิจ, และ อุมภาพร บุญญโสพรรณ (2552) ศึกษาการให้ความหมาย ความรู้สึก แรงจูงใจและเงื่อนไขการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลในสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลคือพยาบาลวิชาชีพที่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติหน้าที่พยาบาลในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้จำนวน 11 รายเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เจาะลึกด้วยแนวคำถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองระหว่างเดือนธันวาคม 2549 ถึงเดือนพฤษภาคม 2550 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพทั่วไปตามแนวทางของ Polit และ Hungler

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ให้ข้อมูลได้ให้ความหมายของการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลว่า 1) เป็นชีวิตที่มีแต่อันตรายเสมือนปฏิบัติงานในสงคราม 2) เป็นกรปฏิบัติงานด้วยความหวาดระแวงในสถานการณ์ที่ขัดแย้งและไม่แน่นอน 3) เป็นหน้าที่ความรับผิดชอบของพยาบาลที่ต้องยืนหยัด

ให้การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วย 4) เป็นความภูมิใจที่ได้ทำงานที่ท้าทาย ส่วนความรู้สึกในการปฏิบัติหน้าที่ในสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดภาคใต้ ผู้ให้ข้อมูลสะท้อนว่า 1) เครียด 2) กลัว ความไม่ปลอดภัย การพิการและสูญเสียชีวิต 3) เสียใจ สลดใจและหดหู่ และได้สะท้อนแรงจูงใจ เงื่อนไขที่ทำให้พยาบาลยังคงปฏิบัติหน้าที่ในสถานการณ์ความไม่สงบว่า 1) ผูกพันกับสถานที่ทำงานและผู้ร่วมงานที่ดี 2) เป็นคนในพื้นที่ภูมิลำเนาอยู่ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ 3) ย้ายไม่ได้เขาไม่ให้ย้ายไม่มีใครมาแทน

ผลการศึกษานี้ทำให้ผู้วิจัยเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับการให้ความหมายและปัจจัยส่งเสริมการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลในสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ และสามารถนำข้อมูลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนสนับสนุนช่วยเหลือการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ต่อไป

จากการทบทวนวรรณกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง พบว่างานวิจัยเกี่ยวกับการเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญในประเทศไทยยังไม่แพร่หลาย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้ที่รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ 3 จังหวัดภาคใต้ ซึ่งปัจจุบันนี้เหตุการณ์ความไม่สงบยังเกิดขึ้นอยู่ และยังคงไม่เห็นถึงจุดจบของเหตุการณ์ก่อการร้ายที่เกิดขึ้น โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้เกิดความเข้าใจถึงแง่มุมที่เป็นประสบการณ์ตรงของผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ดังกล่าว



## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้มุ่งศึกษาการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

#### ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่อาศัยในพื้นที่ 3 จังหวัดในภาคใต้ คือ จังหวัดปัตตานี จังหวัดยะลา และจังหวัดนราธิวาส ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง โดยเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลได้จากการแนะนำของผู้นำเข้าสู่แหล่งข้อมูลเพื่อให้ได้ผู้รอดชีวิตที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ จำนวน 10 ราย ประกอบด้วย เพศชายจำนวน 8 ราย และเพศหญิง จำนวน 2 ราย

#### เกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล

1. เป็นผู้ที่มีอายุ 18 ปี ขึ้นไป
2. เป็นผู้ที่ผ่านเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนใต้มาแล้ว อย่างน้อย 6 เดือน
3. เป็นผู้ที่ประสบกับการสูญเสียโดยตรง และมีการเติบโตทางด้านจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนใต้
4. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลที่มีคุณลักษณะครบ 3 ด้าน ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงด้านบวก การเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพ และการเปลี่ยนแปลงในการใช้ชีวิต จากการประเมินตนเอง โดยการทำแบบสอบถามคุณลักษณะผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
5. ผู้ให้ข้อมูลมีความเต็มใจในการเข้าร่วมการวิจัย และยินดีให้ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์ดังกล่าว

ในจำนวนผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 24 คน มีผู้ที่ตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกจากการประเมินตนเองว่าเป็นผู้ที่มีการเติบโตทางด้านจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจำนวน 10 คน และมีผู้ให้ข้อมูลที่ไม่ตรงตามเกณฑ์จำนวน 14 คน สำหรับผู้ที่ตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกจำนวน 10 คน ผู้วิจัยจึงทำการติดต่อเพื่อขอเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกต่อไป และสำหรับผู้ที่ไม่

ตรงตามเกณฑ์การคัดเลือกจำนวน 14 คน ซึ่งหลังจากทำแบบสอบถาม พิจารณาแล้วว่าผู้ให้ข้อมูล ไม่มีคุณลักษณะการเติบโตซึ่งไม่อยู่ในเกณฑ์คัดเลือก ซึ่งการตอบในแบบสอบถามไม่ได้ส่งผลกระทบต่อความรู้สึกรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยจึงได้ทำการพูดคุยสร้างสัมพันธภาพ และไม่ได้ติดต่อเพื่อขอ สัมภาษณ์เก็บข้อมูลเพิ่มเติม สำหรับลักษณะทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล ดังตารางที่ 3 ดังนี้

ตารางที่ 3 ลักษณะทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูล	เพศ	ศาสนา	อายุ (ปี)	อาชีพ	เหตุการณ์ สะเทือนขวัญ	ระยะเวลาในการสัมภาษณ์	สถานที่ในการสัมภาษณ์
รายชื่อที่ 1	ชาย	อิสลาม	55	ข้าราชการ ตำรวจ	ถูกสะกด ระเบิด	50 นาที	บ้านของผู้ให้ข้อมูล จ.ปัตตานี
รายชื่อที่ 2	ชาย	พุทธ	30	ครูตำรวจ ตระเวน ชายแดน	ถูกลอบยิง	45 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (ค่ายทหาร) จ.ยะลา
รายชื่อที่ 3	ชาย	อิสลาม	39	ครูตำรวจ ตระเวน ชายแดน	ถูกลอบยิง	40 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (ค่ายทหาร) จ.ยะลา
รายชื่อที่ 4	ชาย	พุทธ	49	ข้าราชการ ครู	ถูกลอบยิง	50 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (สำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษา) จ.ปัตตานี
รายชื่อที่ 5	ชาย	อิสลาม	35	ข้าราชการ ครู	ถูกลอบยิง	40 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (โรงเรียนแห่งหนึ่ง) จ.ยะลา
รายชื่อที่ 6	ชาย	พุทธ	45	ค้าขาย	ถูกสะกด ระเบิด	1 ชั่วโมง	ร้านอาหารใน จ.ยะลา
รายชื่อที่ 7	หญิง	พุทธ	52	ค้าขาย	ถูกสะกด ระเบิด	40 นาที	ร้านค้าใน จ.ยะลา
รายชื่อที่ 8	หญิง	พุทธ	51	เปิดร้าน ตัดเย็บ เสื้อผ้า	ไฟไหม้ร้าน จากการลอบ วางระเบิด	1 ชั่วโมง 30 นาที	บ้านของผู้ให้ข้อมูล จ.ยะลา
รายชื่อที่ 9	ชาย	พุทธ	52	ข้าราชการ ครู	ถูกลอบยิง	50 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (โรงเรียนแห่งหนึ่ง) จ.ปัตตานี
รายชื่อที่ 10	ชาย	พุทธ	48	ข้าราชการ ครู	ถูกลอบยิง	45 นาที	ที่ทำงานของผู้ให้ข้อมูล (โรงเรียนแห่งหนึ่ง) จ.ปัตตานี

## เครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

### 1. ตัวผู้วิจัย

เนื่องจากในการวิจัยเชิงคุณภาพนั้น ผู้วิจัยเปรียบเสมือนเป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุดในการทำการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อเก็บข้อมูล ตลอดจนการสังเกตพฤติกรรม ท่วงท่า และสภาพแวดล้อมของผู้ให้ข้อมูล ตัวผู้วิจัยจึงต้องมีความพร้อม และความเที่ยงตรงในขณะทำการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงเตรียมความพร้อมในการเก็บข้อมูลด้วยการศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เห็นภาพรวมของประเด็นที่ศึกษา และเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาแนวคำถามในการสัมภาษณ์ รวมทั้งผู้วิจัยได้ลงทะเบียนเรียนใน “การวิจัยเชิงคุณภาพทางการพยาบาล” ซึ่งได้ผ่านการทดลองทำการวิจัยเชิงคุณภาพ การฝึกการสัมภาษณ์เชิงลึก การวิเคราะห์ข้อมูล ตลอดจน การศึกษาตำรา บทความ ที่เกี่ยวกับการทำวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเป็นพื้นฐานในการทำวิจัยครั้งนี้ มีการเตรียมความพร้อมด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual qualitative research: CQR) ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาจากตำรา บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่วิจัยเห็นชอบร่วมกัน และได้เข้ารับการอบรมเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีการทำวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่วิจัยเห็นชอบร่วมกันจากผู้มีประสบการณ์ในการเป็นทีมร่วมวิเคราะห์ข้อมูลหลัก

### 2. แบบสอบถาม คุณลักษณะผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

แบบสอบถามนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อใช้ในการ คัดกรองเบื้องต้น เกี่ยวกับคุณลักษณะผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนขวัญ โดยศึกษาจากวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและผ่านการพิจารณาของอาจารย์ที่ปรึกษาหลัก (รายละเอียด ดังภาคผนวก ข)

### 3. แนวทางการสัมภาษณ์

ในการสัมภาษณ์รายบุคคลนี้ ก่อนการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยแจ้งสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ให้แก่ผู้ให้ข้อมูลหลักและบันทึกคำแสดงเจตจำนงในการเข้าร่วมการวิจัยก่อนเริ่มสัมภาษณ์ทุกครั้ง โดยมีขอบเขตของคำถามเกี่ยวข้องกับประสบการณ์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบในผู้รอดชีวิตที่อาศัยในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ สร้างสัมพันธภาพด้วยการกล่าวทักทาย และเริ่มต้นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ได้แก่ อายุ อาชีพ สำหรับแนวคำถามสัมภาษณ์ มีตัวอย่างดังต่อไปนี้

- 3.1 คำถามเกี่ยวกับเกิดเหตุการณ์ความสะเทือนใจ เช่น ขอให้ท่านเล่าถึงเหตุการณ์ สะเทือนขวัญที่ท่านประสบ ความสูญเสียที่ได้รับ ผลกระทบอื่นๆ รวมทั้งขอให้ท่าน เล่าถึงสภาวะจิตใจของท่านในช่วงนั้น
- 3.2 คำถามเกี่ยวกับประสบการณ์ด้านจิตใจภายหลังประสบเหตุการณ์ เช่น ขอให้ท่าน เล่าถึงดูแลจิตใจและเยียวยาตนเอง จิตใจ บังคับอะไรเป็นส่วนสำคัญที่นำพาให้ท่าน ผ่านพ้นช่วงเวลาเหล่านั้นได้ ภายหลังประสบเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นท่านมีการ เปลี่ยนแปลงในการมองโลกและชีวิตอย่างไรบ้าง
- 3.3 คำถามปิดการสัมภาษณ์ เช่น มีอะไรที่ท่านอยากบอกเพิ่มเติม เกี่ยวกับประสบการณ์ สะเทือนใจจากเหตุการณ์ความไม่สงบในพื้นที่นี้บ้าง

#### 4. อุปกรณ์บันทึกเสียง

ใช้สำหรับการบันทึกเสียงการสนทนาระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลในขณะ ที่ทำการสัมภาษณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความครบถ้วนและมีความถูกต้อง

#### 5. แบบบันทึกข้อมูลภาคสนาม

ใช้สำหรับการสังเกตพฤติกรรมของผู้ให้ข้อมูล บันทึกสภาพแวดล้อม อากัปกริยา หรือสิ่ง ที่ปรากฏขึ้นและผู้วิจัยสังเกตได้นอกเหนือจากการสัมภาษณ์

#### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจาก คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยการเก็บรวบรวมข้อมูล เริ่มหลังจากได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยใน คน (Institutional Review Board) ซึ่งอนุญาตให้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลได้
2. ผู้วิจัยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง ซึ่งเป็นบุคคลที่ประสบกับเหตุการณ์ความไม่สงบ และความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนใต้และประสบกับการสูญเสียโดยตรง ทั้งเพศชาย และเพศหญิง และมีการเติบโตทางด้านจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ โดยยังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลจากการแนะนำของผู้นำเข้าสู่ แหล่งข้อมูล คือ บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้พาผู้วิจัยไปพบและ ทำความรู้จักกับผู้ให้ข้อมูลที่มีความยินดีเข้าร่วมการวิจัย

3. จากนั้นผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลทำแบบสอบถามเพื่อประเมินคุณลักษณะการเป็นผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เพื่อคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำหรับการวิจัยเป็นรายบุคคล

4. ผู้วิจัยเป็นผู้พิจารณาว่าผู้ที่สนใจเข้าร่วมการวิจัยมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก คือ 1) เป็นผู้มีอายุ 18 ปี ขึ้นไป 2) เป็นผู้ที่ผ่านเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนใต้มาแล้ว อย่างน้อย 6 เดือน 3) เป็นผู้ที่ประสบกับการสูญเสียโดยตรง และมีการเติบโตทางด้านจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในเหตุการณ์ความไม่สงบและความรุนแรงที่เกิดขึ้นใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ 4) เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะครบ 3 ด้าน ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงด้านบวก การเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพ และการเปลี่ยนแปลงในการใช้ชีวิต จากการประเมินตนเอง โดยการทำแบบสอบถามคุณลักษณะผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และ 5) เป็นผู้ที่มีความสมัครใจในการให้ข้อมูล สามารถถ่ายทอดเรื่องราวประสบการณ์การเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญได้ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ติดต่อผู้ให้ข้อมูลด้วยตนเอง

5. จากนั้นผู้วิจัยขอนัดพบตามวันและเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวก เพื่อขอสัมภาษณ์โดยใช้เวลาประมาณ 40-90 นาที ก่อนที่จะเก็บข้อมูลผู้วิจัยอธิบายรายละเอียดของโครงการวิจัยและแจ้งสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยให้ทราบ รวมทั้งชี้แจงในประเด็นการรักษาความลับ และขออนุญาตบันทึกเสียงในการสัมภาษณ์รายบุคคล พร้อมทั้งนำเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลได้อ่านและอธิบายข้อสงสัยต่างๆจนเกิดความเข้าใจเป็นอย่างดี หากได้รับการยืนยันว่าผู้ให้ข้อมูลสมัครใจและยินดีที่จะร่วมการวิจัย ผู้วิจัยขอให้ผู้ให้ข้อมูลลงนามแฝงลงในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การสัมภาษณ์ใช้แนวคำถามในการสัมภาษณ์ (Interview Guideline) ประกอบกับการบันทึกเทประหว่างการสัมภาษณ์ ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยเป็นคนในพื้นที่ที่ศึกษา ความคุ้นเคยหรือการรับรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้นมีมากพอสมควร ดังนั้นการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลตัวผู้วิจัยใช้คำถามที่แสดงถึงประสบการณ์และการเติบโตจากประสบการณ์ เพื่อประโยชน์เฉพาะงานวิจัยเท่านั้น ไม่มีการใช้คำถามที่แสดงความคิดเห็นถึงเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้น แต่เน้นถึงประสบการณ์การเติบโตของผู้ที่รอดชีวิตเท่านั้น เพื่อมิให้เกิดเป็นอคติในการสัมภาษณ์

6. การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participant observation) ใช้บันทึกสิ่งที่เกี่ยวข้องกับบริบทของการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสังเกตสังเกตการตอบสนองทางร่างกายของผู้ให้ข้อมูลขณะสัมภาษณ์

เช่น สังเกตสีหน้า ท่าทาง ภาษากาย ลักษณะน้ำเสียง อารมณ์ ความรู้สึก เพื่อเป็นข้อมูลประกอบกับการสัมภาษณ์เชิงลึก

7. ภายหลังจากการสัมภาษณ์แล้ว ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้ให้ข้อมูลที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย พร้อมกับมอบของที่ระลึกเป็นถุงผ้าที่ใช้ใส่ของ ราคาไม่เกิน 100 บาท

8. ผู้วิจัยถอดเทปจากการสัมภาษณ์ และส่งบทสัมภาษณ์ให้แก่เจ้าของข้อมูลเพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนการวิเคราะห์ตามแนวของการวิจัยเชิงคุณภาพ แบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน (Consensual Qualitative Research: CQR) (Hill et al., 1997; Hill et al., 2005) ดังนี้

#### 1. ขั้นตอนการตั้งทีมผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก

1) ผู้วิจัยจัดตั้งทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักขึ้น ในทีมประกอบด้วยสมาชิก 3 คน ได้แก่ผู้วิจัยและผู้วิเคราะห์ข้อมูลหลัก อีก 2 คน ซึ่งทั้งสองคนเป็นผู้ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และได้ผ่านการเรียนและมีประสบการณ์ในการทำงานวิจัยเชิงคุณภาพ

2) อาจารย์ที่ปรึกษาการวิจัยซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการทำงานวิจัยเชิงคุณภาพ แบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ได้ทำการอบรมเรื่องการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันให้กับผู้วิจัยและทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทั้ง 2 คน เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพรูปแบบนี้อย่างถูกต้องและตรงกัน

#### 2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ประเด็นหลัก (Domains) และสาระสำคัญ (Core ideas)

1) ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทำการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อสร้างประเด็นหลักขึ้นมาในเบื้องต้น โดยเริ่มจากชุดข้อมูล 3 ชุด ซึ่งได้แก่บทสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 คนที่ 2 และคนที่ 4 ซึ่งเป็นชุดข้อมูลที่ผู้วิจัยเห็นว่าเป็นชุดข้อมูลที่มีเนื้อหาค่อนข้างครอบคลุม โดยผู้วิจัยทำการแจกชุดข้อมูลทั้ง 3 ชุดให้ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลัก โดยต่างคนต่างกลับไปวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตั้งเป็นประเด็นหลักและสาระสำคัญ

2) ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักมาร่วมกันอภิปรายถึงประเด็นหลักและสาระสำคัญที่แต่ละคนวิเคราะห์มาได้ โดยแต่ละคนจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ของตนให้กับสมาชิกทีมอีก 2 คน

ฟัง จากนั้นจึงร่วมกันอภิปรายเพื่อให้ได้ประเด็นหลัก และสาระสำคัญเพียงรูปแบบเดียวที่สมาชิก  
ทีมทุกคนเห็นชอบร่วมกันว่ามีความเหมาะสม และมีความครอบคลุมข้อมูลทั้งหมด

3) หลังจากได้แนวประเด็นหลักและสาระสำคัญในเบื้องต้นแล้ว ทีมวิเคราะห์ข้อมูล  
ทำการทดลองลงรหัสประเด็นหลักและสาระสำคัญให้กับชุดข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 และ 4  
ร่วมกัน เพื่อเป็นการปรับความเข้าใจให้กับทีมผู้วิจัย

4) ผู้วิจัยนำแนวประเด็นหลักและสาระสำคัญที่ได้ในเบื้องต้นมาวิเคราะห์ลงรหัสประเด็น  
หลักและสาระสำคัญให้กับชุดข้อมูลทั้งหมดด้วยตนเอง

5) ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ลงรหัสประเด็นหลักและสาระสำคัญมาให้ทีม  
วิเคราะห์ข้อมูลหลักอีก 2 คนตรวจสอบความถูกต้อง

6) ผู้วิจัยลงรหัสสาระสำคัญให้กับชุดข้อมูลที่เหลือทั้งหมดด้วยตนเอง

7) ผู้วิจัยจัดสาระสำคัญที่ลงรหัสไว้ในข้อมูลทุกชุดมารวบรวมและจัดแยกตามตาราง  
ที่ตั้งหัวข้อเป็นประเด็นหลักแต่ละประเด็น เพื่อสะดวกต่อการตรวจสอบการลงรหัสสาระสำคัญว่า  
ได้จัดลงประเด็นหลักที่เหมาะสมและสอดคล้องกันแล้ว

8) ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทั้ง 2 คนทำการตรวจสอบความถูกต้องของผลการลงรหัส  
สาระสำคัญ

9) ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักทั้งหมดอภิปรายกันถึงสิ่งที่ต้องมีการปรับแก้ไขจนเห็นชอบ  
ร่วมกัน จากนั้นผู้วิจัยมาปรับปรุงงานให้เป็นไปตามมติที่ได้อภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน และนำไป  
วิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses) ต่อไป

### 3. ขั้นการวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses)

1) ผู้วิจัยนำสาระสำคัญ (Core ideas) ที่อยู่ในแต่ละประเด็นหลัก (Domains) มา  
จัดเป็นหมวดหมู่ (Categories) ด้วยตนเอง

2) ผู้วิจัยนำผลการวิเคราะห์ภาพรวมที่ได้ให้ทีมวิเคราะห์ข้อมูลหลักอีก 2 คนตรวจสอบ  
ความถูกต้องเหมาะสมอีกครั้งหนึ่ง

3) ผู้วิจัยแจกแจงความถี่ของข้อมูลที่เกิดขึ้นในแต่ละหมวดหมู่ โดยใช้คำว่า “มาก  
(General)” แทนความถี่ในหมวดหมู่ที่ผู้ให้ข้อมูลทุกคนหรือยกเว้น 1 คนที่กล่าวถึงในหมวดหมู่  
นั้นๆ และใช้คำว่า “ปานกลาง (Typical)” แทนความถี่ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลมากกว่าครึ่งหนึ่งขึ้นไป  
กล่าวถึงหมวดหมู่นั้นๆ และใช้คำว่า “น้อย (Variant)” แทนความถี่ในกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่  
2 คนขึ้นไปถึงครึ่งหนึ่งของทั้งหมดกล่าวถึงในหมวดหมู่

#### 4. ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

เนื่องจากการวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกัน มีข้อจำกัดในเรื่องของระยะเวลาที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ระยะเวลาค่อนข้างนาน ผู้วิจัยจึงมีความจำเป็นต้องปรับขั้นตอนให้ที่มิวิเคราะห์ข้อมูลหลักต่างคนต่างแยกย้ายกันสร้างประเด็นหลัก (Domains) และสรุปสาระสำคัญ (Core Ideas) โดยที่มิวิเคราะห์ข้อมูลหลักทำการอภิปรายถึงประเด็นหลักและสาระสำคัญที่แต่ละคนต่างวิเคราะห์มาไปพร้อมกัน ตั้งแต่การประชุมครั้งแรก และได้ทำการลงรหัสประเด็นหลักและสาระสำคัญร่วมกันโดยละเอียดให้กับข้อมูลของผู้ให้ข้อมูล 2 คน จากทั้งหมด 3 คน และผู้วิจัยได้ปรับวิธีการในขั้นตอนของการสรุปสาระสำคัญ และการวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses) ของข้อมูลที่เหลือโดยผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเองแล้วจึงส่งให้ที่มิวิเคราะห์ข้อมูลหลักอีก 2 คนตรวจสอบ ทั้งนี้ผู้วิจัยยังคงไว้ซึ่งขั้นตอนการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน และมีการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกัน หากผลการวิเคราะห์ข้อมูลต้องมีการปรับเปลี่ยนแก้ไข อาจกล่าวได้ว่าเป็นการนำวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกันมาประยุกต์ใช้กับงานวิจัยตามความเหมาะสมของระยะเวลาและข้อจำกัดต่างๆ โดยคงไว้ซึ่งสาระสำคัญของการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มิวิจัยเห็นชอบร่วมกันคือขั้นตอนของการอภิปรายจนเห็นชอบร่วมกันของที่มิวิเคราะห์ข้อมูลหลัก

#### การพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล

ในการศึกษาการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่มีความเสี่ยงในการได้รับผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการวิจัย อาจสร้างความกระทบกระเทือนต่อจิตใจ ความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูลขณะทำการสัมภาษณ์เพื่อให้เล่าถึงเรื่องราวสะเทือนใจที่ได้เผชิญ จึงนับเป็นจรรยาบรรณของผู้วิจัยที่จะต้องคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของผู้ร่วมวิจัยตลอดระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเมื่อวันที่ 2 สิงหาคม 2554 โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้หลักความเคารพในตัวตนบุคคล เคารพในการตัดสินใจของผู้ให้ข้อมูล ก่อนทำการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้ผู้ให้ข้อมูลทราบถึงสิทธิที่จะเข้าร่วม หรือไม่เข้าร่วมวิจัยตามความสมัครใจ ผู้วิจัยจะทำการชี้แจงรายละเอียดของขั้นตอนการวิจัย วัตถุประสงค์ของการศึกษาและรายละเอียดในการเก็บข้อมูล ประโยชน์ที่จะได้รับ ผลกระทบที่อาจเกิดขึ้น ขั้นตอนในการ



สัมภาษณ์ ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย ตลอดจนเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ซักถาม  
ข้อสงสัยก่อนที่จะยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

2. ในขั้นตอนของการคัดกรองผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลการทำ  
แบบสอบถาม หากผู้ให้ข้อมูลไม่มีคุณลักษณะการเติบโตซึ่งไม่อยู่ในเกณฑ์คัดเข้า ผู้วิจัยจะไม่  
ละเลย เมินเฉยผู้ให้ข้อมูล เนื่องจากการเขียนประสบการณ์สะท้อนใจที่ผู้ให้ข้อมูลได้ตอบใน  
แบบสอบถามอาจส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล หากผู้ให้ข้อมูลมีความสะท้อนใจ  
ผู้วิจัยจะพูดคุยระดับประคองจิตใจเบื้องต้น

3. การวิจัยครั้งนี้ การขออนุญาตบันทึกเสียงขณะทำการเก็บข้อมูล มีการเก็บรักษาข้อมูล  
เป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยชื่อและข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัย และการขอให้ตรวจสอบ  
ความถูกต้องของข้อมูล ซึ่งหากว่ามีข้อมูลส่วนใดที่ผู้เข้าร่วมวิจัยไม่ต้องการให้เปิดเผย ผู้วิจัยก็จะ  
ทำการตัดข้อมูลส่วนนั้นออกไป และเมื่อวิเคราะห์ข้อมูลแล้ว ข้อมูลดิบของผู้ให้ข้อมูลจะถูกทำลาย  
ทันที

4. ผู้ให้ข้อมูลมีสิทธิที่จะเปลี่ยนใจในระหว่างการสัมภาษณ์ โดยสามารถหยุดการ  
สัมภาษณ์และถอนตัวได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใด ๆ และให้ความมั่นใจว่าคำตอบที่ได้รับ  
จะไม่มีถูกเปิดเผยให้เกิดผลกระทบต่อผู้ให้ข้อมูลอย่างเด็ดขาด โดยจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม  
และใช้ประโยชน์สำหรับการศึกษานั้น

5. หากผู้วิจัยพบว่าระหว่างการให้สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลมีความเครียด ความกลัว ที่  
แสดงออก หรือพบความเสี่ยงที่จะเกิด เมื่อผู้ให้ข้อมูลระลึกลับย้อนไปถึงเหตุการณ์ อาจทำให้เกิด  
ความไม่สบายใจได้ และผลกระทบทางด้านจิตใจของผู้ให้ข้อมูล หรือลักษณะอื่นที่ไม่ได้แสดงออก  
ถึงการเติบโต ผู้วิจัยจะหยุดสัมภาษณ์ทันทีพร้อมกับพูดคุยประคองจิตใจเบื้องต้น หลังจาก  
นั้นหากผู้ให้ข้อมูลยังมีความสะท้อนใจติดค้างอยู่ที่เป็นที่ที่จะต้องได้รับการดูแลต่อเนื่องระยะยาว  
ผู้วิจัยจะประสานให้ผู้ให้ข้อมูลได้รับการช่วยเหลือในระยะยาวในหน่วยงานเชี่ยวชาญของหน่วยงาน  
ภาครัฐและภาคประชาชน เช่น หน่วยงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกระทรวง  
สาธารณสุข เครือข่ายผู้ได้รับผลกระทบจังหวัดยะลา เครือข่ายผู้ได้รับผลกระทบจังหวัดนราธิวาส  
มูลนิธิฮิลาลอะห์มัร และชมรมสตรีสายสัมพันธ์โรงพยาบาลหนองจิก จังหวัดปัตตานี เป็นต้น ซึ่งใน  
การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยไม่พบว่าผู้ให้ข้อมูลมีความสะท้อนใจจนต้องหยุดการสัมภาษณ์

#### **การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของงานวิจัย**

ในขั้นตอนของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงอคติที่อาจเกิดในกระบวนการ  
เก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลได้เนื่องจากผู้วิจัยเป็นผู้ที่มีภูมิลำเนาและครอบครัวอยู่ในจังหวัด

นราธิวาส ประกอบกับผู้วิจัยมีมารดาเป็นครู การที่ผู้วิจัยมีความผูกพันและเป็นคนในพื้นที่ทำให้สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ไว้วางใจกับผู้ให้ข้อมูลได้ง่ายขึ้น ในขณะที่เดียวกันก็เรื่องราวที่ผู้ให้ข้อมูลถ่ายทอดก็มีโอกาสก่อให้เกิดความสะเทือนใจแก่ผู้วิจัยด้วยเช่นกัน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้มีการสะท้อนความคิดและตรวจสอบตนเองหลังจากการสัมภาษณ์ทุกครั้ง นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิเคราะห์ข้อมูลแบบมีทีมผู้วิเคราะห์อีก 2 คน เพื่อลดอคติในการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้วิจัยแต่ละคน ผลการวิเคราะห์จึงมาจากหลากหลายมุมมอง เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อสรุปของงานวิจัยที่มาจากผู้ให้ข้อมูลมากที่สุด นอกจากนี้ภายหลังจากการวิเคราะห์ข้อมูลจะมีการส่งผลการวิเคราะห์ไปยังผู้ตรวจสอบซึ่งคือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม อันเป็นผลให้งานวิจัยมีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น ประเด็นสุดท้ายการวิเคราะห์ข้อมูลตามรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มีผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกันมีการนำเสนออัตราส่วนของจำนวนผู้ให้ข้อมูลที่ให้ข้อมูลในประเด็นต่างๆ โดยใช้คำว่า มาก (General) ปานกลาง (Typical) และ น้อย (Variant) เพื่อบ่งชี้ว่าน้ำหนักของผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นอย่างไร ในแต่ละประเด็นมีน้ำหนักมากน้อยเพียง แสดงให้เห็นว่าข้อค้นพบที่ได้มีอัตราส่วนเท่าใดต่อผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่มีวิจัยเห็นชอบร่วมกัน เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกในผู้รอดชีวิตที่มีการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ที่ผ่านการคัดกรองเบื้องต้นโดยการทำแบบสอบถามคุณลักษณะผู้ที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ โดยเป็นผู้ที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือก จำนวนทั้งสิ้น 10 ราย ผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้นำเสนอ 2 ตอน คือ (1) ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล (2) ผลการวิเคราะห์ประสบการณ์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลหลัก

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1** เพศชาย อายุ 55 ปี รับราชการตำรวจมา 30 กว่าปี นับถือศาสนาอิสลาม ภูมิลำเนาอยู่ในอำเภอหนึ่ง ในจังหวัดปัตตานี รูปร่างค่อนข้างท้วม ผิวคล้ำ พูดคุยสัมภาษณ์บริเวณหน้าบ้านของผู้ให้ข้อมูลที่เปิดเป็นร้านขายอาหาร ด้วยลักษณะท่าทางมีความเป็นกันเอง พูดจาชัดถ้อยชัดคำ คุยเก่ง และมีความยินดีที่จะให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า เหตุการณ์นี้ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลเกือบเสียชีวิต แต่หลังจากรู้ว่าตนเองพ้นขีดอันตราย ความรู้สึกโกรธแค้นได้หมดไปอย่างสิ้นเชิง เพราะได้ตระหนักถึงหน้าที่ของตนเองจากการปฏิบัติหน้าที่ของข้าราชการตำรวจ ซึ่งเปรียบเสมือนเป็นคู่ต่อสู้ที่เหมาะสม คือตำรวจกับโจร โดยไม่ได้คำนึงถึงสภาพทางร่างกายว่าเป็นเช่นไร เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น สำหรับตนเองเพียงแค่วาดชีวิตมาได้ก็ถือว่าเป็นเรื่องที่ดีแล้ว ซึ่งปัจจุบันแขนข้างซ้ายของผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถใช้ในชีวิตประจำวันได้ ทำได้เพียงยกขึ้นลงเล็กน้อยเท่านั้น ผู้ให้ข้อมูลยังทำหน้าที่รับใช้ประชาชนในหน้าที่ของข้าราชการตำรวจที่เข้มแข็ง เพียงแต่ไม่ได้ไปออกตรวจเหมือนเมื่อก่อนเท่านั้น ขณะพูดคุยผู้ให้ข้อมูลไม่มีท่าทางการเศร้าโศกเสียใจหรือสะเทือนใจ

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกลอบวางระเบิดว่าในวันเสาร์ที่ 13 ธันวาคม พ.ศ. 2551 เวลา 09.45 นาฬิกา ผู้ให้ข้อมูลมีหน้าที่ในการออกตรวจและตั้งจุดสกัดในเขตเทศบาล ผู้ให้ข้อมูลและเพื่อนร่วมงานได้รับมอบหมายตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาให้ตั้งจุดสกัดตรงตลาดนัดใน

เขตเทศบาล เหตุการณ์เกิดขึ้นในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลและเพื่อนอีก 2 คน ได้เข้าไปนั่งในร้านค้าเพื่อสังเกตการณ์คนแปลกหน้าที่ผ่านเส้นทางนี้ หลังจากผ่านไป 40 นาทีก็เกิดระเบิดขึ้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลถูกสะเก็ดระเบิดในระยะ 1 เมตร แขนซ้ายเกือบขาด จากการถูกสะเก็ดระเบิด อากาศสาหัสมาก เพื่อนร่วมงานเสียชีวิต 1 ราย

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงบุคคลในครอบครัวคือภรรยา และลูกที่คอยให้กำลังใจ ทำให้สามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติอีกครั้ง (วันที่ผมถูกระเบิดที่ผมพูดได้คำเดียวว่าที่ผมตายไม่ได้นะ หนึ่งคือลูกเมียมันแหละ พ่อแม่ญาติพี่น้อง คือตายไม่ได้ ตายไม่ได้เลย นึกถึงลูกถึงเมียคือบอกตรงๆเลย นึกถึงครอบครัวเลยว่าตายไม่ได้เท่านั้นหรอก)

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 2** เพศชาย อายุ 30 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพรับราชการครูตำรวจ ตระเวนชายแดน ภูมิลำเนาอยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มารับราชการในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ได้ 5 ปีแล้ว รูปร่างผอม ไม่สูงมากนัก ผิวสองสี ดูเรียบง่าย แต่งกายชุดตำรวจตระเวนชายแดน ทำการสัมภาษณ์ในสถานที่ราชการแห่งหนึ่งในจังหวัดยะลา

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า เหตุการณ์นี้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกือบเอาชีวิตไม่รอด และสูญเสียเพื่อนร่วมงาน แม้ปัจจุบันผู้ให้ข้อมูลได้ย้ายจากจังหวัดนราธิวาส มาปฏิบัติหน้าที่แจกจ่ายอาวุธยุทโธปกรณ์สนับสนุนภายในหน่วยงานของค่ายทหารแห่งหนึ่งในจังหวัดยะลา แต่ยังคงมีความเสี่ยงต่อการเผชิญเหตุการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยกล่าวว่าหากเกิดความเครียดจะส่งผลต่อการทำงานในปัจจุบัน ทำให้เสียสุขภาพจิตได้ การทำงานในพื้นที่นี้ต้องมีความระมัดระวังไม่ประมาท เหตุการณ์ที่ได้เผชิญทำให้ต่อจากนี้ต้องมีความรอบคอบอยู่ตลอดเวลา และการสูญเสียเพื่อนร่วมงาน ซึ่งเป็นบุคคลที่ผู้ให้ข้อมูลยกย่องว่า เป็นผู้ที่ได้ปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มความสามารถแล้ว สร้างเกียรติให้แก่ครอบครัว และสร้างความภาคภูมิใจให้กับพ่อแม่อย่างมาก อีกทั้งยังชื่นชมในการทำงานที่เป็นคนตั้งใจทำงาน มีความมุ่งมั่น มีระเบียบแบบแผน มีความรับผิดชอบ และพัฒนาตนเองอยู่ตลอด ผู้ให้ข้อมูลจึงยึดเป็นแบบอย่างในการทำงาน แม้ในตอนที่เล่ามีน้ำเสียงสั่นเครือบ้าง ซึ่งเป็นความรู้สึกเสียใจที่สูญเสียเพื่อนร่วมงาน

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกลอบยิงว่า ขณะเป็นครูตำรวจตระเวนชายแดนในอำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส ในวันเกิดเหตุคือ วันที่ 26 สิงหาคม พ.ศ. 2553 เวลา 15.15 นาฬิกา โดยปฏิบัติหน้าที่ในการดูแลรักษาความปลอดภัยในหมู่บ้านและเป็นครูสอนหนังสือ ให้แก่เด็กๆในหมู่บ้านด้วย เหตุการณ์เกิดขึ้นขณะที่กำลังจะจอดรถจักรยานยนต์เพื่อซื้อของในร้านค้า

จังหวะนั้นคนร้ายขับรถจักรยานยนต์เข้ามาใกล้ ในระยะประมาณ 4 เมตร คนร้ายที่ซ่อนอยู่ด้านหลังก็เอาปืนออกมาแล้วก็ยิง ทั้งตนเองและเพื่อนจึงทิ้งรถ และต่างวิ่งหนีเอาตัวรอด ผู้ให้ข้อมูลได้วิ่งหนีเข้าไปในป่าเพื่อจะไปขอความช่วยเหลือจากฐานของทหารพรานที่อยู่ไม่ไกลมากนัก แต่กลับหลงป่า มาเจอฐานทหารในเวลา 3 ทุ่มกว่า โดยได้ทราบข่าวร้ายว่าเพื่อนที่ไปด้วยกันเสียชีวิต

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลมองโลกในด้านดีว่า มีความหวังที่อย่างน้อยจะต้องมีอะไรดีๆบ้าง ที่จะเข้ามาในชีวิต หลังจากมีเหตุการณ์เลวร้ายผ่านเข้ามาแล้ว และอาชีพตำรวจตระเวนชายแดนก็เป็นการปฏิบัติหน้าที่ของลูกผู้ชาย เพื่อศักดิ์ศรีและเกียรติให้แก่วงศ์ตระกูล (ถ้าคิดมากเกินไปมันก็จะมือคุดอยู่ตลอดเวลา จะไม่เป็นอันทำงาน มองโลกในแง่ไม่ค่อยดี มองอะไรไม่ค่อยสวยงาม มันจะทำให้ชีวิตจะไม่เบิกบาน มันจะไม่สดชื่นเท่าไร)

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 3** เพศชาย อายุ 39 ปีนับถือศาสนาอิสลาม อาชีพรับราชการครูตำรวจตระเวนชายแดน ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้มาอยู่ใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ 20 ปีแล้ว ตั้งแต่ยังไม่ได้เป็นตำรวจ จนกระทั่งปี พ.ศ. 2540 ได้ทำงานในพื้นที่อำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส และได้เผชิญกับเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดขึ้น ผู้ให้ข้อมูลรูปร่างสูง ผิวดำ บุคลิกเป็นคนอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส มีท่าทางที่เป็นมิตร แต่งกายชุดตำรวจตระเวนชายแดน ทำการสัมภาษณ์ในค่ายทหารแห่งหนึ่ง ถูกลอบยิงจากคนร้ายซึ่งเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้าน ได้รับบาดเจ็บถูกยิง 1 นัด ทำให้รู้สึกน้อยใจกับความตั้งใจที่ได้ปฏิบัติงานในการช่วยเหลือ ค้ำครอง รักษาความปลอดภัยในพื้นที่(คือทำนองมันไม่น่าเกิด เราไม่ได้ไปสร้างปัญหาให้ที่ๆเราไปทำงานตรงนั้น ก็เลยเราก็น้อยใจเหมือนกันทำอะไรไม่ได้ก็น้อยใจ คือเหมือนว่ามันไม่มีประโยชน์เลยที่เราไปทำอะไรที่เราสะสมมาสั่งสอนลูกเขามา)

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า เหตุการณ์นี้ส่งผลให้ ผู้ให้ข้อมูลต้องย้ายจากการเป็นข้าราชการครูตำรวจตระเวนชายแดน จากจังหวัดนราธิวาส มาทำงานในแผนกในค่ายทหารแห่งหนึ่ง จังหวัดยะลา ซึ่งมีความเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายน้อยกว่า แต่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า เหตุการณ์ร้ายสามารถเกิดขึ้นได้ทุกพื้นที่ แต่ถ้ามีร่างกายที่แข็งแรง และสภาพจิตใจเข้มแข็งก็สามารถที่จะยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ คือต้องฝึกตนเองให้เกิดความเข้มแข็ง ต้องชนะใจตนเองให้ได้ ไม่ใช่เกิดขึ้นได้เฉพาะกับตนเองเพียงคนเดียว เป็นเสมือนบทเรียนหนึ่งที่ทำให้เข้มแข็งขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกลอบยิงว่า วันที่ 18 เมษายน พ.ศ. 2547 เวลา 2 ทุ่ม ขณะอยู่ที่โรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดน ได้ทราบว่ามีคนในหมู่บ้านป่วย เป็นไข้ จึงได้ขับรถจักรยานยนต์เพื่อนำยาไปให้ ขณะขับรถไปมีความรู้สึกว่ามีคนขับรถตาม แต่สักพักก็หายไป พอเอา

ยาไปให้คนที่ป่วยเสร็จแล้วระหว่างที่ได้ขับรถกลับได้ถูกลอบยิง โดยคนร้ายได้ดักซุ่มยิงที่หน้าสถานีอนามัย จึงยิงปืนตอบโต้จนคนร้ายได้หนีไป

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 4** เพศชาย อายุ 49 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพรับราชการครู ในอำเภอหนึ่งที่จังหวัดปัตตานี รูปร่างท้วม ไม่สูงมากนัก ผิวสองสี ผมหักศก ใส่แว่นตา แต่งกายสุภาพ สวมเสื้อเชิ้ตแขนยาว กางเกงขายาวสีดำ ทำการสัมภาษณ์ในสถานที่ราชการแห่งหนึ่งของจังหวัดปัตตานี

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า ประสบการณ์ที่ได้เผชิญทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีวิธีการดำเนินชีวิตอย่างระมัดระวังมากขึ้น เพราะไม่เคยคาดคิดมาก่อนว่าจะถูกปองร้ายถึงขั้นชีวิต คิดว่าอาชีพข้าราชการครูไม่มีภัยกับใคร และเหตุการณ์เช่นนี้จะไม่เกิดขึ้นกับผู้ให้ข้อมูลอย่างแน่นอน (เพราะไม่เคยคิดร้ายกับใคร ไม่มีที่จะทำให้ใครเจ็บช้ำน้ำใจด้วยวาจา) โดยหากมีเหตุการณ์เลวร้ายอย่างอื่นที่จะเข้ามาในชีวิตหลังจากนี้ต่อไป ผู้ให้ข้อมูลเชื่อมั่นว่าสามารถรับมือ และก้าวผ่านไปได้โดยไม่เกิดเป็นความทุกข์ใจ (เรามีประสบการณ์แล้วเราผ่านมาแล้วถือว่า เป็นครั้งหนึ่งในชีวิตที่เรารอดมา เพราะฉะนั้นอะไรที่มันจะเข้ามาหลังจากที่เราเกิดเหตุนี้แล้วเพราะว่าเราผ่านจุดที่เราที่สุดแล้ว อะไรที่เข้ามาหลังจากนั้น เราถือว่าไม่เท่าไรแล้วเหมือนตายแล้วเกิดใหม่นั้นแหละ แล้วอะไรถ้ามันจะเลวร้ายหลังจากนี้เราทำใจเข้มแข็งขึ้นมาได้)

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกลอบยิงว่า เดินทางไปโรงเรียน เข้าวันที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2551 ขณะขับรถจักรยานยนต์ไปทำงานตามปกติ ได้ถูกคนร้ายประกบยิงกระสุนถูกแขนขวา 4 นัด จึงใช้แขนซ้ายประคองรถแล้วจอด จากนั้นรีบลงไปหมอบอยู่ข้างทาง จนมีชาวบ้านแถวนั้นรีบเข้ามาช่วยและนำตัวส่งโรงพยาบาล ปัจจุบันผู้ให้ข้อมูลได้ย้ายจากการทำหน้าที่สอนในโรงเรียน มาช่วยราชการในหน่วยงานหนึ่ง อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลมีจิตใจที่เข้มแข็งขึ้น จากการทำใจ และมองในด้านบวกว่าเหตุการณ์ก่อการร้ายเป็นภัยของ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งก็เหมือนกับภัยน้ำท่วม ภัยแล้งที่เกิดขึ้นกับจังหวัดอื่น ซึ่งแต่ละบุคคลจะต้องมีวิธีการที่จะอยู่ขั้นต่อไปว่าควรปฏิบัติอย่างไรที่จะให้เกิดความปลอดภัยขึ้นจากภัยก่อการร้าย ที่ไม่จำเป็นต้องมีศัตรู และสามารถเกิดขึ้นได้ทุกสถานที่ทุกเวลา หากยังต้องอยู่ในพื้นที่เสี่ยงภัยเช่นนี้

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 5** เพศชาย อายุ 35 ปี นับถือศาสนาอิสลาม อาชีพรับราชการครู ภูมิลำเนาจังหวัดยะลา รูปร่างผอม สูง ผิวค่อนข้างขาว แต่งตัวสุภาพเรียบร้อย สวมเสื้อเชิ้ตแขนสั้น

กางเกงขายาวสีดำ รองเท้าหนัง สีดำ ทำการสัมภาษณ์ในโรงเรียนที่ผู้ให้ข้อมูลทำงานอยู่ บุคลิก เป็นคนอารมณ์ดี ไม่มีท่าทางเคร่งเครียด สีหน้ายิ้มแย้ม พูดจาน้อย การตอบคำถามมักตอบสั้นๆ

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า แม้ปัจจุบันผู้ให้ ข้อมูลได้ย้ายออกจากพื้นที่เสี่ยงภัย เข้ามาทำงานในเมืองซึ่งความเสี่ยงมีน้อยลง แต่ความ ระมัดระวังในการดำเนินชีวิตกลับมีเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ซึ่ง การรอดชีวิตจากเหตุการณ์นี้ทำให้มีโอกาสที่จะทำอะไรอีกหลายอย่างในชีวิตที่ (คนอื่นเนี่ยไม่มี โอกาสแก้ตัวเลยใช้มั้ย บางคนโดนแล้วเสียชีวิต ไม่มีโอกาสได้แก้ตัวอะไรเลย ไม่มีโอกาสได้ทำอะไร แต่เรายังดีที่มีโอกาสได้ทำหลายๆสิ่งที่ยากจะทำ ฉะนั้นตอนนี้หากอยากทำอะไรก็รีบทำ)

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกลอบยิงในระยะประชิดว่า เหตุการณ์เกิดขึ้น ขณะ เป็นข้าราชการครู อยู่ที่อำเภอกรงปินัง จังหวัดยะลา ได้เดินทางกลับจากโรงเรียนกับเพื่อนร่วมงาน ทั้งหมด 5 คน ด้วยรถยนต์ส่วนบุคคล จังหวะที่ถูกยิงนั้น คือจังหวะจอดรถเพื่อจะเลี้ยวซ้าย ผู้ให้ ข้อมูลถูกยิงที่แขน คนร้ายยิงในระยะประชิด โดยมายิงที่กระจก เพราะว่ารถจอดจึงสามารถเลือก ยิงได้ ผู้ให้ข้อมูลนั่งข้างคนขับอีก 4 คนนั่งข้างหลัง เป็นจังหวะที่หันตัวกลับจึงรู้ว่าถูกยิงแล้ว ซึ่ง คนร้ายปองร้ายเพื่อให้เสียชีวิต เพียงแต่ยังไม่ถึงเวลาของตนเองเท่านั้นจึงรอดมาได้ (ผู้ให้ข้อมูลเล่า พร้อมมีเสียงหัวเราะ) โดยคนที่ขับรถหลังจากโดนยิงได้สลบไป ผู้ให้ข้อมูลจึงลงมาจากรถเพื่อโบก รถขอความช่วยเหลือจากรถที่วิ่งผ่านเส้นทางนี้ ซึ่งก็ไม่มีรถคันใดจอด จากนั้นก็ล้มนั่งลง สักพักรถ ตำรวจชุดคุ้มครองครุผ่านมา ซึ่งในวันนั้นผู้ให้ข้อมูลเดินทางกลับจากโรงเรียน โดยไม่ได้รถเดินทาง กลับพร้อมรถตำรวจชุดคุ้มครองครุ จึงทำให้เผชิญกับเหตุการณ์นี้

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลไม่ได้นึกย้อนถึงเหตุการณ์ที่ ตนเองประสบ โดยมีวิธีคิดว่าหากยังวิตกกังวล ทำใจยอมรับไม่ได้ ความเครียดก็สะสม เมื่อถึง ระยะเวลาในช่วงเวลาหนึ่ง ก็จะสามารถทำใจยอมรับได้ เพราะเป็นเพียงเหตุการณ์ที่ผ่านไปแล้ว และชีวิตยังต้องดำเนินต่อไปเพราะยังอยู่ในพื้นที่สถานการณ์เช่นนี้ (ถ้าอยู่ในพื้นที่ตรงนี้หากเกิด ความเครียดก็จะไม่สามารถอยู่ได้ ให้ปล่อยวาง ให้เป็นเรื่องปกติ เป็นความเคยชินแล้ว เพราะไม่รู้ ว่าเหตุการณ์แบบนี้จะเกิดกับใครเมื่อไหร่อาจเป็นเพราะตัวเองได้อยู่ถูกที่ถูกเวลา)

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 6** เพศชาย อายุ 45 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพค้าขาย ภูมิลำเนา จังหวัดยะลา รูปร่างอ้วน ผิวสองสี สวมเสื้อกล้าม กางเกงขาสั้น โดยให้สัมภาษณ์พูดคุยอย่างเป็น กันเองในบริเวณร้านค้า พูดจาชัดเจนเสียงดังฟังชัด ท่าทางเป็นมิตร ตอบคำถามอย่างสบาย ไม่มี สีหน้า แววตาเคร่งเครียด

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า ทำให้การดำรงชีวิต

ในพื้นที่ที่มีความระมัดระวังมากขึ้น มีความรอบคอบขึ้นในการประกอบอาชีพค้าขาย แต่ไม่ใช่ว่าเกิดอาการตกใจ ตื่นกลัวเกินเหตุ จนทำให้ชีวิตมีความทุกข์ และการดำรงชีพจะไม่มีความสุข (ดำเนินชีวิตปกติ เพียงแต่ทำให้เป็นคนที่ว่าพุดง่าย ๆ ว่าจะให้ระวังมากขึ้นก็คือระวังเป็นปกติอยู่แล้ว แต่ให้สังเกตมากขึ้นมากกว่า อย่างเช่นสังเกตมากขึ้นสังเกตตอนขายของนะ ก็ดูว่ารถใครผ่านไปมา มีรถแปลกหน้ามาจอดมัย ก็จะทำให้สังเกตมากขึ้น หูตาจะไวมากขึ้น)

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกสะเท็ดระเบิด จากคนร้ายได้ขีว้างระเบิดเข้าไปในร้านค้าว่า เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน พ.ศ.2553 ขณะผู้ให้ข้อมูลกำลังค้าขาย ซึ่งเป็นร้านขายอาหารวันที่เกิดเหตุได้ขายของอยู่หน้าร้านตามปกติเหมือนทุกวัน เวลา 19.30 นาฬิกา มีคนร้าย 2 คน ขับรถจักรยานยนต์ผ่านหน้าร้านค้า และขีว้างระเบิดเข้าไปในร้าน แต่ระเบิดกระเด็นมาตกบริเวณพื้นตรงใกล้กับผู้ให้ข้อมูล จากนั้นก็เกิดระเบิดขึ้น ทำให้มีผู้ได้รับบาดเจ็บ และถูกค้าที่หนึ่งรับประทานอาหารเสียชีวิตทันที 2 ราย

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลยึดหลักศาสนามาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต จากคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า การให้ถึงถึงความตายทุกขณะ จะได้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต และทุกสิ่งคือภาพลวงตา สิ่งที่ไม่เที่ยงมาทั้งหมดคืออดีต เปรียบเสมือนความฝัน เพราะฉะนั้นที่ผ่านมามีถือว่าเป็นการฝันร้าย ซึ่งเหตุการณ์ร้ายๆ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน สามารถเกิดขึ้นได้ทั้งนั้น การเสียชีวิตอย่างกะทันหันของลูกค้า ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรู้สึกปลงอย่าง เพราะชีวิตทุกคนเจอกับความตายได้ทุกเมื่อ

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7** เพศหญิง อายุ 52 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพค้าขายอยู่ในตลาดภูมิลำเนาอยู่ในอำเภอเมืองยะลา รูปร่างสมส่วน ผอมยาว ผิวขาว สวมเสื้อเชิ้ต กางเกงขายาว ใส่ผ้ากันเปื้อน สัมภาษณ์บริเวณแผงร้านค้าของผู้ให้ข้อมูล บุคลิกนิ่งเฉย แต่การพูดคุยมีความเป็นกันเอง

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเท็ดระเบิดว่า เหตุการณ์ที่ประสบไม่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกท้อใจ ปัจจุบันยังประกอบอาชีพค้าขายเช่นเดิม รู้สึกโชคดีกับการรอดชีวิตในเหตุการณ์นี้ รู้สึกดีใจที่ร่างกายยังสมบูรณ์ครบถ้วน ไม่ได้พิการ โดยเฉพาะมือที่ยังสามารถใช้งานได้ คือ สามารถประกอบอาชีพได้ตามปกติ และภูมิใจกับการยังมีอาชีพให้ทำ โดยเพิ่มความระมัดระวังในการดำเนินชีวิตมากขึ้น มักหลีกเลี่ยงในพื้นที่ที่เป็นจุดเสี่ยงที่อาจเกิดเหตุการณ์ร้าย ผู้ให้ข้อมูลมีความตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ เพราะหากต้องเผชิญเหตุการณ์เลวร้ายอีกอาจจะไม่โชคดีเหมือนครั้งนี้ (พูดกันตรงๆ ถ้าเราเลี้ยงไปเราไม่ทำ ลูกเราจะอด เราต้องทำอาชีพ เราภูมิใจที่เรายังมีอาชีพให้ทำ มือเราร่างกายยังครบสามสิบสอง ดีใจตรงนี้หรือที่เราถูกมาแล้ว น้อยคนหรอกที่จะอยู่ครบสามสิบสอง)



ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ตอนถูกสะเท็ดระเบิด จากคนร้ายได้ลอบวางระเบิดในที่สาธารณะว่า ขณะผู้ให้ข้อมูลค้าขาย เวลาประมาณ 07.00 นาฬิกา ในตลาดสดช่วงเช้า ขณะเดินอยู่กับเพื่อนภายในตลาด ซึ่งเพื่อนบอกว่าต้องรีบไป จึงบอกให้เพื่อนเดินล่วงหน้าไปก่อนส่วนตนเองจะไปซื้อปลาไหลเพื่อนำมาปล่อย กระทั่งเดินมาถึง รถจักรยานยนต์ที่บรรจุระเบิดไว้ เกิดระเบิดขึ้น ระยะห่างกับผู้ให้ข้อมูลประมาณหนึ่งเมตร จากนั้นผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกคล้ายกับมีอะไรมาล้อมตัวไว้ และมีตสนิทจนไม่สามารถมองเห็นได้ หลังจากนั้นก็ค่อยๆ กลายเป็นควันสีขาว จึงได้ใช้มือสัมผัสหน้า จึงรับรู้ได้ว่าตนเองมีเลือดเต็มใบหน้า และรู้สึกปวดแสบบริเวณลำตัว จึงมั่นใจได้รู้ว่าตนเองถูกสะเท็ดระเบิดแน่

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้รับการดูแล ใส่ใจจากบุคคลในครอบครัวเป็นอย่างดี ส่งผลให้ดำเนินชีวิตต่อไปโดยไม่ได้มีความวิตกกังวล (ก็ครอบครัวก็ให้กำลังใจเยอะ ลูกๆดูแลใส่ใจเราอย่างดีเลย เขาจะให้กำลังใจทุกคนแต่ก็รักษาอยู่เป็นปีเลย ลูกๆ เขาก็พาไปรักษามาหมดแล้วตั้งแต่โดนระเบิด ทั้งฝังเข็ม กายภาพ)

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 8** เพศหญิง อายุ 51 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพร้านค้าตัดเย็บเสื้อผ้า ในตลาดอำเภอเมืองยะลา รูปร่างสมส่วน ไม่สูงมากนัก ผิวสองสี ผอมใส ผิวขาว สวมเสื้อเชิ้ต กางเกงขายาว สัมภาษณ์ที่บ้านของผู้ให้ข้อมูล พูดจาอย่างเป็นกันเองภายหลังจากการสร้างสัมพันธภาพจนผู้ให้ข้อมูลเกิดความไว้วางใจและสามารถถ่ายทอดข้อมูลเชิงลึกได้อย่างชัดเจนและลึกซึ้ง ขณะเล่ามีสีหน้า แววตา ท่าทาง อย่างชัดเจน ถึงความเครียดวิตกกังวลในเรื่องราวที่ได้เผชิญ

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเท็ดระเบิดว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาอย่างยาวนาน และไม่ทราบสาเหตุ ทำให้ไม่รู้สึกลัวหวาดหวั่นวิตกกังวลที่จะดำเนินชีวิตท่ามกลางสถานการณ์น่ากลัวเช่นนี้ แต่ต้องมีความระวังอย่างมากมีวิธีการดูแลความปลอดภัยของตนเอง (เราก็ต้องทำใจใจเราจะทำยังไงได้ เราแค่คนๆเดียวตัว เล็กๆ ก็ต้องปล่อยตามเรื่องตามราวเราก็อยู่ไปเรื่อยๆ ระวังตัวหน่อย คือถ้าเราใช้ชีวิต อยู่อะไ่นะ แต่ถามว่ากลัวมั๊ยก็กลัว ถามว่ากลัวอะไรไม่กลัวตายนะกลัวเจ็บ กลัวทรมาณ)

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงประสบการณ์ขณะเพลิงไหม้ร้าน จากเหตุคนร้ายลอบวางระเบิดว่า วันที่ 13 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.2554 ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่า ระหว่างผู้ให้ข้อมูลกำลังนั่งเย็บผ้า ซึ่งได้เข้าร้านเปิดเป็นร้านตัดเย็บเสื้อผ้า ก็ได้ยินเสียง ดังมาก ดังคล้ายเสียงแผ่นดินระเบิด แต่ก็ยังคงนั่งอยู่ เพราะไม่รู้ว่าเกิดอะไรขึ้นตรงไหน รู้เพียงแค่ว่าในระยะเวลาใกล้ๆ ผู้คนในละแวกตะโกนเรียกว่าไฟไหม้ พอวิ่งข้ามถนนไปควันไฟเต็มไปหมดเลย และคิดว่าต้องถึงร้านแน่ๆ ตอนนั้นความรู้สึกตกใจจนทำ

อะไรไม่ถูก เมื่อกลับมาที่ร้านเพื่อบอกสามี สามีบอกว่าไม่ต้องเก็บอะไรเอาแต่เอกสารกับเงินที่เอาไว้ทอนก็พอ สามีก็เก็บของใส่กระเป๋าสะพาย สภาพรอบข้าง ผู้คนต่างตื่นตระหนกโกลาหล แต่ตนเองรู้สึกเสียตายเป็นสิ่งที่ได้เจ็บไว้แล้วเพราะรู้ซึ่งถึงความยากลำบากในการที่จะเจ็บเสียได้สักตัว จึงพยายามจะเก็บข้าวของและสิ่งที่เจ็บไว้แล้ว จนลืมนึกถึงความตายกำลังใกล้เข้ามา จนกระทั่งมีเด็กจากหน่วยกู้ภัยคนหนึ่งมาจับมือผู้ให้ข้อมูลออกไป สิ่งที่ทำได้คือได้แต่ยืนมองและภาวนาขอให้ไฟไม่มาถึงร้าน แต่ในที่สุดก็เหลือเพียงป้ายแค่น้ำร้านนิดเดียว ในใจคิดเพียงว่าต่อไปนี้จะทำอย่างไร ไม่รู้จะไปทำอะไร หมดหนทางแล้วไม่รู้จะไปทำอาชีพอะไร แล้วน้ำตาก็ไหลออกมา พอตื่นเช้ามาก็ไปดูที่ไฟไหม้เย็นดูแล้วก็น้ำตาไหล คิดว่าทำยังไงดี จะไปอยู่ที่ไหนจะหาอาชีพอะไรเลี้ยงครอบครัว ปัจจุบันผู้ให้ข้อมูลได้มาเปิดร้านที่บ้านที่อาศัยอยู่ ไม่ได้ไปหาร้านเพื่อเช่าเปิดเป็นร้านตัดเสื้อเหมือนเมื่อก่อน ส่งผลให้รายได้ลดลงเป็นอย่างมาก ผู้ให้ข้อมูลบอกว่าจากที่ได้รายได้หนึ่งวันโดยเฉลี่ย 2 - 3 พันบาท แต่เมื่อมาอยู่ที่บ้านปัจจุบันช่วงแรกๆ บางวันไม่ได้รายได้สักบาท ทำให้รู้สึกเครียด แต่เมื่อเปิดร้านมา 14 ปี ประกอบกับร้านค้าอยู่ในทำเลที่ตั้ง ที่อยู่ใจกลางของเมือง ทำให้กิจกรรมดำเนินไปด้วยความราบรื่น มีผลกำไรจากการค้าที่ดี ผู้ให้ข้อมูลเคย วาดฝันไว้ว่าจะยึดถือร้านนี้เพื่อก่อสร้างตัวอีกประมาณ 6-7 ปี เพื่อที่จะเก็บออมเงินไว้ใช้ตอนชรา แต่กลับมาถูกไฟไหม้ไปก่อน

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลอาศัยการสวดมนต์เพื่อปลอบโยนจิตใจให้สงบ และมีวิธีการคิดให้ดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียง เพราะคิดว่าหากยังมี ความอยาก ถึงแม้ว่าจะได้มาเท่าไรก็ไม่พอ ซึ่งเคยมีเป้าหมายไว้ว่าจะมีบ้านอยู่สักหนึ่งหลัง ลูก 3 คนเรียนจบ มีรถยนต์สักคันหนึ่ง คือตอนนี้ก็ได้แล้วทุกอย่าง และตอนนี้ตนเองก็อายุมาก คิดว่าก็ไม่ควรต้องดิ้นรนเพื่อหาเงินเลี้ยงดูลูกแล้ว ภาระก็หมดแล้ว

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 9** เพศชาย อายุ 52 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพรับราชการครู ภูมิลำเนา จังหวัดปัตตานี รูปร่างผอม ผิวคล้ำ ตัวเล็ก สวมแว่นตา สวมเสื้อเชิ้ตแขนสั้น กางเกงขายาวสีดำ ทำการสัมภาษณ์ในโรงเรียนแห่งหนึ่งที่ผู้ให้ข้อมูลทำงานอยู่ บุคลิกเป็นคนอัยยาศัยดี ใฝ่ทางธรรม เป็นมัคทายกในงานบุญ งานบวชนาค งานแต่งงาน งานศพ พุดจาชัดถ้อยชัดคำ เสียงดังฟังชัด ทำทางเป็นมิตร มีความเป็นกันเอง

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า ปัจจุบันนี้มีความระวังมากขึ้น จะไม่ประมาทในการใช้ชีวิต ในการเดินทาง ไม่ประมาทในความเป็นอยู่ ตอนนี้เพียงแค่ว่าได้อยู่ด้วยกันกับลูก และครอบครัว ก็เพียงพอแล้ว และต้องเข้มแข็งเพื่อบุคคลในครอบครัว ทุกวันนี้อยู่ก็เพื่อครอบครัว ถ้าไม่มีลูกไม่มีภรรยาก็ไม่สนใจอะไรแล้ว ปัจจุบันนี้การดำเนินชีวิตจึงไม่

กลัวมากเกินไปว่าเหตุ ปล่อยวาง และคิดว่าโชคดีมากแล้วที่ไม่เสียชีวิต โดยยังสามารถอยู่ทำประโยชน์ให้กับสังคมกับศาสนาได้อีก

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงเหตุการณ์ที่เผชิญให้ฟังว่า ได้ถูกลอบยิงหลังจากที่ออกไปทานอาหารกลางวัน ซึ่งเป็นปกติทุกวันในชุมชนที่ได้อาศัยอยู่ ซึ่งอยู่มานานมากแล้วทั้งหมด 16 ปี ทุกครอบครัวรู้จักกันเป็นอย่างดี ก็เจอกับเหตุการณ์โดยที่ไม่คาดฝันเพราะว่าตามปกติแล้วชาวบ้านมักจะบอกว่าที่นี่ไม่มีเหตุการณ์เกิดขึ้นหรอก ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็มั่นใจว่าผู้ที่ลอบยิงไม่ใช่คนในหมู่บ้านแน่ๆ เพราะตอนที่ขับรถมอเตอร์ไซด์ก็ได้เห็นมองซ้ายขวาแล้ว ไม่เห็นมีใครแปลกหน้ามาดักรอ ซึ่งขณะขับรถก็มีเพียงแต่รถของแม่กับลูกคนไทยพุทธขับรถตามหลัง จากนั้นรถคันที่ขับหน้าสองคนนั้นก็ยกปืนขึ้นคือเป้าหมายจะยิงที่หัว แต่ก็ไม่ยิงลดปืนลงไปจ่อที่หลังแทน แต่มันก็ยังไม่ยิง คนร้ายจึงขับมาขนานด้านข้างแล้วยิง ซึ่งไม่ทันสังเกตเห็น หลังจากนั้นจึงขอย้ายไปช่วยราชการที่จังหวัดชลบุรี คือทั้งครอบครัว ทั้งข้าวของ ทั้งแม่ ทั้งทุกอย่างทุกคน คือเพียงอยากหนีไปให้พ้น เพราะเครียด คืออยากออกไปจากนอกพื้นที่นี้ ไม่ต้องพะวงกังวลกลัวคนร้ายจะมายิงซ้ำ เพราะไม่ได้เสียชีวิต เพิ่งกลับมาเมื่อ พ.ศ. 2550 ปัจจุบันผู้ให้ข้อมูลรับราชการอยู่ในอำเภอหนึ่ง ในจังหวัดปัตตานี

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนั้นทำใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ตอนที่มีความเหตุการณ์คือ เพื่อนครูที่ปัตตานีกำลังเดินทางกลับจากโรงเรียนสองคนสามีภรรยา ได้ขับรถตกลงไปในคลองระบายน้ำ เสียชีวิตทั้งสองคน จึงคิดว่าเขายังเสียชีวิตเพราะไม่ได้ถูกลอบยิง คนที่ถึงคาดจะต้องเสียชีวิตก็ต้องเป็นไปตามนั้น ทำให้ทำใจได้อย่างมาก

**ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 10** เพศชาย อายุ 48 ปี นับถือศาสนาพุทธ อาชีพรับราชการครู ภูมิลำเนาจังหวัดปัตตานี รูปร่างสมส่วนสีผิวดำแดง สวมเสื้อเชิ้ตแขนยาว กางเกงขายาว สัมภาษณ์ที่โรงเรียนที่ผู้ให้ข้อมูลทำงานอยู่ บุคลิกท่าทางเคร่งขรึม พูดน้อย น้ำเสียงเรียบเฉย มีความยินดีให้ข้อมูลอย่างมาก

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทำให้ผู้ให้ข้อมูลไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีความรอบคอบมากขึ้น เข้าใจสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างยอมรับได้ว่า ไม่ประมาทความคิดที่ว่าความเป็นคนดีแล้วจะไม่มีใครบงการร้าย เพราะเหตุการณ์ความรุนแรงในพื้นที่ 3 จังหวัดสามารถเกิดขึ้นได้เสมอ โดยที่คนร้ายไม่ได้คำนึงถึงเหตุผลที่ถูกต้องและตระหนักถึงความดี หากมีโอกาสทำร้ายก็จะลงมือทันที ดังนั้นการรอดชีวิตครั้งนี้สำหรับตนเองเป็นเรื่องที่โชคดีมาก

ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงเหตุการณ์ที่เผชิญให้ฟังว่า ได้ถูกลอบยิงเมื่อวันที่ 6 กรกฎาคม พ.ศ. 2549 เดินทางไปโรงเรียนตามปกติ ใกล้เคียงโรงเรียนขณะกำลังเลี้ยวรถยนต์เข้าในซอย ได้มีคนร้ายที่

รถจักรยานยนต์มาสองคน ซี่มาประกบที่ด้านข้างประตูผู้ขับ ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจว่ารถจักรยานยนต์ต้องการจะขับแซงไป จึงสังเกตเห็นและเริ่มสงสัย เห็นว่ามีมือคนร้ายถือปืนอยู่และกำลังยกปืนขึ้นเล็งมาตรงตนเอง จึงรีบก้มศีรษะหลบ กระสุนนัดแรกไม่ถูก จากนั้นคนร้ายก็รวกระสุนประมาณ 3-4 นัด กระสุนถูกที่ลำตัวและแขน และขับรถหนีไป ผู้ให้ข้อมูลนอนหลบอยู่ในรถ โดยไม่กล้าออกมาจากรถเกรงว่าคนร้ายอาจดักลอบยิงอยู่ สักพักมีชาวบ้านในละแวกใกล้เคียงเข้ามาช่วยและนำตัวส่งโรงพยาบาล ซึ่งช่วงที่พักรักษาตัวอยู่โรงพยาบาลก็หวาดกลัวว่าคนร้ายจะตามมาลอบยิงที่โรงพยาบาล เพราะตนเองเห็นหน้าคนร้ายด้วย ปัจจุบันผู้ให้ข้อมูลย้ายจากการทำงานที่โรงเรียนเดิม ซึ่งเคยถูกคนร้ายดักลอบยิงมาช่วยราชการที่โรงเรียนแห่งใหม่

สำหรับการก้าวผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายดังกล่าวนี้ ผู้ให้ข้อมูลมีแบบอย่างของความเข้มแข็งจากเพื่อนร่วมงานที่เผชิญเหตุการณ์ความไม่สงบ ซึ่งบางคนได้รับผลกระทบ ได้รับบาดเจ็บ และสูญเสียมากกว่าอีก แต่พวกเขายังสู้ และยังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ที่สำคัญต้องไม่รู้สึกรำคาญใจด้วย เพราะยังมีบุคคลในครอบครัวที่ทำให้ต้องเข้มแข็งและยังต้องอยู่เพื่อพวกเขา ผู้ให้ข้อมูลจึงไม่ได้เก็บเรื่องราวที่เผชิญมาเป็นความวิตกกังวลจนไม่เป็นอันทำงาน โดยมีหน่วยงานราชการเข้ามาให้ความช่วยเหลือ คอยเยียวยา ให้กำลังใจ ซึ่งเป็นชมรมที่พาไปเที่ยวและให้ได้พบปะพูดคุยกัน สำหรับผู้ที่ได้รับผลกระทบเช่นเดียวกัน ทำให้ได้แบ่งปันเรื่องราว ความเข้าใจให้เพื่อนร่วมงานฟัง

## ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ พบ 3 ประเด็นหลัก ได้แก่

1. การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 1.1 การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ
  - 1.2 การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต
  - 1.3 การมองเห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่
  - 1.4 การตระหนักถึงความรัก ความผูกพันในครอบครัว
2. การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 2.1 ลักษณะเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 2.2 การสูญเสียด้านร่างกายและจิตใจ
3. การมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต
  - 3.1 การมีวิธีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและจิตใจ

- 3.2 ครอบครัวยุคครอบครัวข้าง
- 3.3 การนำหลักศาสนามาใช้
- 3.4 การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### ประเด็นที่ 1 การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หมายถึง ผลที่เปลี่ยนแปลงในด้านบวกซึ่งเกิดกับผู้รอดชีวิตในเหตุการณ์ถูกลอบยิง ถูกลอบวางระเบิด ในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยปรากฏให้เห็นถึงความเข้มแข็งมั่นคงภายในจิตใจ หลังจากเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เป็นการเติบโตจากเหตุการณ์เลวร้ายที่เผชิญ จนสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขอีกครั้ง แม้จะสูญเสียทางร่างกายและเสียสมดุลทางจิตใจ โดยอาศัยปัจจัยช่วยประคับประคอง

#### 1.1 การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ

ผู้ให้ข้อมูลที่สามารถพัฒนาความเข้มแข็งมั่นคงในจิตใจ จนเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางบวกจากการเผชิญเหตุการณ์เลวร้าย ทำให้เกิดการเติบโต คือ สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่ได้ประสบเหตุโดยตรงจากเหตุการณ์ความรุนแรงในพื้นที่ 3 จังหวัด ได้อย่างไม่ทุกข์ใจ ยอมรับอย่างเข้าใจในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง และเกิดขึ้นใน 3 จังหวัด โดยเข้าใจถึงสภาพแวดล้อมในพื้นที่ รับรู้ถึงปัญหาและไม่คิดหาคำตอบ แต่สามารถปรับใจตนเองให้รู้จักปล่อยวาง เพื่อให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่ยังเกิดขึ้นยืดเยื้อ ไม่สิ้นสุดให้ได้ ดังตัวอย่างคำพูด

*“คือจะไม่นึกถึงย้อนไปว่าจะเป็นยังไงไม่โกรธแค้น ความโกรธแค้นไม่มีด้วยซ้ำ แปลกนะจริงๆนะ มาจนถึงปัจจุบันนี้ไม่โกรธแค้นด้วยซ้ำว่ามึงมาวางระเบิดกูนะ ไม่เคยคิด คือมันเป็นหน้าที่ด้วยซ้ำที่คิดนะเราคิดว่ามันเป็นหน้าที่ของเรา คือยังไงล่ะถ้าเป็นคู่ต่อสู้ก็คือคู่ของมันเลยแหละ ยอมรับอย่างเข้าใจ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)*

*“พอเราอยู่ได้สักกระยะนึงเราก็จะทำได้ว่า เออ จังหวัดเหล่านี้มันเป็นแบบนี้ มันเหมือนภัยน้ำท่วม ภัยแล้ง ภัยน้ำท่วม แต่ว่ามันเป็นภัยของสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นภัยก่อนการร้ายไม่จำเป็นว่าเราต้องมีศัตรู ไม่จำเป็นว่าต้องสถานที่ไหนเวลาไหนมันเป็นสิ่งที่เกิดได้ตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)*

“พอเหตุการณ์เกิดกับเราโช่มัย ก็ทำใจยอมรับนั่นแหละ ต้องยอมรับว่าเราอยู่แผ่นดินตรงนี้ เหตุการณ์แบบนี้ต้องทำใจยอมรับให้ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“ก็ดูว่าเขาอยู่ได้เราก็ออยู่ได้ ไม่ได้หนีไปไหน ไม่ใช่ที่เกิดสงครามกลางเมืองยั้งกัน ที่เราต้องห่วงลูกหลาน แต่เนี่ยมันก็ไม่ได้เกิดทุกวัน ไม่ได้เกิดทุกที่ อะไรอย่างนี้ละ ก็เกิดเฉพาะที่ๆ ล่อแหลม อันตรายที่เป็นเป้าหมาย ก็เลี้ยงๆ ไปซะ อย่างที่เขาบอกๆ กันว่าช่วงนี้ๆ อันตราย คนก็จะเลี้ยง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

ผู้ให้ข้อมูลบางราย ยอมรับความจริงของตนได้ว่า การรู้สึกซาซึนกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมา อย่างยาวนาน และไม่ทราบสาเหตุที่ชัดเจนของความรุนแรงที่เกิดขึ้น ทำให้ไม่รู้สึกหวาดหวั่น วิตกกังวลที่จะดำเนินชีวิตท่ามกลางสถานการณ์น่ากลัวเช่นนี้ โดยมีวิธีการดูแลความปลอดภัยของตนเองจนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข จึงไม่ย้าย หรือทิ้งถิ่นฐานอันเป็นบ้านเกิดไปได้ ดังตัวอย่างคำพูด

“มันชินไปแล้ว มันชินชาไปเลย คือมันเกิดเหตุการณ์ทุกพื้นที่ไม่ใช่เฉพาะที่เรา คนอื่นเขาก็ถูกเหมือนกันมัน ก็น่าจะเกี่ยวกับการเมืองยาเสพติดทำนองนี้แหละเคยชินเราก็ทำใจได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“คือพื้นเพเราเป็นคนที่นี่ เป็นคนที่ว่าเกิดที่นี่ บรรพบุรุษเราเป็นคนที่นี่ ก็เอาละถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ก็ต้องอยู่กันไปตามสภาพนี้ ทำใจให้ได้ว่าเราต้องอยู่ตรงนี้ให้ได้ อยู่ในสภาพนี้ให้ได้ แล้วก็วิธีการที่จะอยู่ขึ้นต่อไปว่าเราควรทำตัวแบบไหนที่จะให้ปลอดภัยขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็คิดว่า แล้วเราจะทำยังไงได้ละ เราก็ต้องทำใจใจเราจะทำยังไงได้ เรายุ่คนเดียวตัวเล็กๆ ก็ต้องปล่อยตามเรื่องตามราว เราก็อยู่ไปเรื่อยๆ ระวังตัวหน่อย คือถ้าเราใช้ชีวิตอยู่อะไ่นะ แต่ถามว่ากลัวมั๊ยก็กลัว ถามว่ากลัวอะไรไม่กลัวตายนะกลัวเจ็บ กลัวทรมาณ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“คือเราก็คิดนะว่าสักวันนึงคงจะปกติจะสงบแหละตอนแรกเริ่มที่มีเหตุการณ์นะ แต่อยู่ไปๆ มันก็เหมือนเดิมยังไม่สงบ ก็เริ่มชินแล้ว เราไม่ตื่นเต้นไม่กลัว บางทีมันก็เป็นหน้าที่นะจะ

ไม่ออกไปไหนมันก็ไม่ได้หรอกนะ ต้องออกไปถูกระบ้าง ซี้ของบ้าง เรื่องของลูกบ้างที่ยังต้องเรียนหนังสืออยู่” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

## 1.2 การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต

การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญโดยตรง ทำให้ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ถึงความประมาทในการดำเนินชีวิตของตนเอง แม้ว่าจะก่อนเผชิญเหตุการณ์ผู้ให้ข้อมูลดำเนินชีวิตด้วยความระมัดระวัง เช่นเดียวกับบุคคลทั่วไปที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นธรรมดาที่ต้องไม่ประมาทในการดำเนินชีวิตท่ามกลางเหตุการณ์รุนแรง มักเกิดขึ้นทุกวัน แต่การเป็นผู้ที่มีชีวิตรอดจากเหตุการณ์นี้ ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลคำนึงถึงความปลอดภัยเพิ่มขึ้น ตระหนักถึงการดำเนินชีวิตประจำวันทุกขณะ ว่าต้องไม่ประมาท โดยมีความรอบคอบก่อนที่จะทำสิ่งใด ทั้งในด้านของการเดินทาง ความไว้วางใจเชื่อใจบุคคลอื่น ดังตัวอย่างคำพูด

“การจะไว้วางใจเชื่อใจใครสักคนแม้แต่คนที่เราสนิทกันก็ต้องวัดกันที่น้ำหนักห้ำหั่นๆ จะไปเชื่อใครทั้งร้อยเปอร์เซ็นต์คงจะเป็นไปไม่ได้ ถึงให้เราทำดีกับเขาขนาดไหนก็ไม่รู้ว่าเขาจะคิดยังไงกับเรา นี่มันจะสอนให้เราคิดรอบคอบเลย เหมือนกับเราต้องไปทำดีเท่าไรกับเหตุการณ์แบบนี้ บางทีความประมาทมันจะเป็นส่วนหนึ่งถ้าในพื้นที่นี้นะ มันจะต้องมีความรอบคอบอยู่ตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“คืออยากจะไปไหนก็ไป แต่ว่ามันมีข้อแม้ว่าตรงไหนที่ควรไป ตรงไหนที่ไม่ควรไปเวลาไหนควรสังเกตอะไรบ้างในการที่เราจะอยู่ตรงนี้ ไม่ใช่ใช้ชีวิตเหมือนก่อนๆ ที่อยากจะทำกินร้านไหนก็กินจะไปตอนไหนก็ไป ไม่ได้แล้ว กลายเป็นว่าเราไม่ประมาทระมัดระวังมากขึ้นใช้ชีวิตโดยที่ไม่สะเพร่าในชีวิตประจำวันนั้นะ อยากจะบอกว่าอะไรๆ มันเรื่องเหตุการณ์ที่มันเกิดขึ้นได้เสมอแล้ว ก็การใช้ชีวิตของเราอย่าไปไว้วางใจในความรู้สึกของตัวเอง จะแสดงความคิดเห็นอะไรก็ต้องระวังสำนึก แล้วก็ตาหูฟังอะไรเอาไว้อย่างไรแล้วก็เอามาปรับใช้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“คือดำเนินชีวิตปกติ เพียงแต่ทำให้เป็นคนที่ว่าพูดง่าย ๆ ว่าจะให้ระวังมากขึ้นก็คือระวังเป็นปกติอยู่แล้ว แต่ให้สังเกตมากขึ้นมากกว่า อย่างเช่นสังเกตมากขึ้นสังเกตตอนขายของนะ ก็ดูว่ารถใครผ่านไปมา มีรถแปลกหน้ามาจอดมัย ก็จะทำให้สังเกตมากขึ้น หูตาจะไวมากขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“ก็จากที่เราชอบขับรถไปโน่นไปนี่ ตอนนั้นก็ไม่ต้องไม่ไปที่พลุกล่นเกินไป ต้องระวังตัว ตามตลาดก็ไม่ต้องคอยไปเดินเดี่ยวคนไปพูดนะว่าคนนั้นกลับมาแล้วอะไรอย่างนี้นะ แล้วน้ำก็ ต้องระวังตัว ไม่ประมาทในการใช้ชีวิต ในการเดินทาง ไม่ประมาทในความเป็นอยู่ ในตอนนี้ ต้องระมัดระวังเอง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

อีกทั้งยังมีแนวทางในการดำเนินชีวิตใหม่ที่ดีขึ้นกว่าเดิม โดยเปลี่ยนจากความระแวง เป็น ความระวัง จากการที่ผู้ให้ข้อมูลเพิ่มความระมัดระวังในการดำเนินชีวิตประจำวัน จนสามารถ ดำเนินชีวิตในพื้นที่เสี่ยงภัยที่มีความอันตรายอยู่ทุกขณะได้อย่างดียิ่งขึ้น รู้เท่าทันเหตุการณ์มากขึ้น รู้จักระวังตนเองมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงที่อาจเกิดเหตุการณ์เลวร้ายขึ้นกับตนเองอีกครั้ง ดังตัวอย่างคำพูด

“ตอนนี้สามจังหวัดชายแดนภาคใต้เนะ ความปลอดภัยเนะไม่มี คือความปลอดภัยไม่มีอยู่จริง คือหมายความว่า ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้เนี่ยเนะ ไม่ว่าจะใคร ไม่ว่าจะตำรวจเนะ อันตรายหมด ไม่ปลอดภัยพูด หากมีการเตือนให้ระวังก็ต้องระวัง ระวังเนะ ไม่ใช่ไม่ระวัง เผลอไม่ได้ ตอนนี้หมายความว่าสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ตอนนี้อย่าเผลอเลย มึง อ่อนแอเมื่อไหร่มึงก็เรียบบร้อย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“แต่ว่าจากที่เราประมาทนะกลายเป็นว่าเราต้องระมัดระวังในทุกๆเรื่องก็เข้าใจมากขึ้นว่า เราไม่จำเป็นต้องมีศัตรู เราใช้ชีวิตประจำวันก็ประมาทไม่ได้ ออกมายืนหน้าบ้านว่าตรงนี้ บ้านเราโดยที่ไม่ระมัดระวังก็ไม่ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็ระวังตัวจากแต่ก่อนไปไหนมาไหนไม่เคยระวังอะไรเลย พอตอนหลังจะไปที่ไหนก็ต้อง คิดก่อนเพราะไม่รู้เหตุการณ์บ้านเราจะเกิดเมื่อไหร่กับใคร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“ก็ต้องระวังตัว คือพยายามเปลี่ยนเวลาในการเดินทางบ้าง อย่าไปเวลาซ้ำๆกัน เพราะว่า คนที่จะทำมันต้องดูพฤติกรรมเราก่อนที่จะลงมือทำเช่น ว่าเราขับรถมาจอดตรงไหนบ้าง ชื่อของตรงไหนบ้าง จุดที่จะทำงานที่สุดก็ตรงนั้นแหละ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)



### 1.3 การมองเห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่

1.3.1 **เห็นถึงโอกาสในชีวิตชัดเจนขึ้น** คือ อาจไม่ใช่เรื่องโชคดีเสมอไปที่ทุกครั้ง หลังจากประสบเหตุการณ์เลวร้าย จะสามารถรอดชีวิตมาได้ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ซึ่งถือว่าตนเองเป็นผู้ที่โชคดีมาก มีโอกาสได้ทำอะไรอีกหลายอย่างในชีวิต เป็นการมองเหตุการณ์ลบให้เป็นด้านบวก ดังตัวอย่างคำพูด

“เคยคิดตอนที่ถูกระเบิดนะ คิดว่าจะมาบอกให้เพื่อนฟังเลยว่ามึงมีเงินมีทองนะมึงใช้ซะเถอะ มึงไม่ต้องเก็บหรรอกมึงอยากได้อะไรมึงซื้อเถอะสำหรับคนที่พอซื้อได้ซื้อเลย ทำอะไรก็ทำซะเถอะ แต่ว่าทำแบบพอดีๆไม่ใช่ว่าไปกู้เงินเขามา คุณมีเงินเป็นล้านคุณทำอะไรทำเถอะ มันก็เพื่อความสบายของตัวเองนั่นแหละ เอาของที่ว่าอยากได้จริงๆ อย่าอดเกินไป ตายวันสุดท้ายเหมือนที่เขาว่านั่นแหละผ้าเขาก็ยังไม่ให้เอาไป ทางไทยพุทธนะเสื้อผ้ายังไม่ให้เอาไปเลยไปแต่ตัวจริงๆ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“อย่างถ้ารอดมาอย่างนี้ก็ต้องเหมือนว่ามองโลกในแง่ดีไว้ก่อน อย่างน้อยๆยังงั้นมันก็ต้องมีอะไรดีสักอย่างแหละหลังจากเหตุการณ์ที่มันเลวร้ายผ่านไปแล้วคิดว่ามันจะต้องมีอะไรดีสักอย่างเข้ามาในชีวิต มีความหวัง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“คนอื่นเนี่ยไม่มีโอกาสแก้ตัวเลยใช้มัย๊ บางคนถูกแล้วเสียชีวิตเนี่ยไม่มีโอกาสได้แก้ตัวอะไรเลย ไม่มีโอกาสได้ทำอะไร แต่เรายังดีที่มีโอกาสได้ทำหลายๆสิ่งที่ยากจะทำ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

1.3.2 **ค้นพบชีวิตมีค่ามากขึ้นจากการรอดชีวิต** คือ ก่อนประสบเหตุโดยตรงกับสถานการณ์เลวร้าย ผู้ให้ข้อมูลไม่คำนึงถึงคุณค่าการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน แต่หลังจากเป็นผู้รอดชีวิตอย่างราวปาฏิหาริย์ มองเห็นและค้นพบว่าชีวิตตนเองมีค่าอย่างไรบ้าง หลังจากนั้นเรื่องของเวลามีค่ามากสำหรับการดำเนินชีวิตต่อจากนี้ไป ดังตัวอย่างคำพูด

“เคยถามตัวเองด้วยซ้ำหลังจากถูกระเบิดเนี่ยว่าพบแล้วยังความสุข ความสุขจริงๆมันอยู่ตรงไหน นั่งคิดมันอยู่ตรงไหนความสุข เราไปนั่งเข้าเวรเข้ายามนั่งหลับ ให้เวลาหมดไปวันๆแล้ว เฮ้!ความสุขมันอยู่ตรงไหน แสดงว่าเราต้องหาแต่เงินเมื่อไหร่มันจะครบเงินที่หาเนี่ย เงินเดือนก็มีพอกินแล้ว บางสิ่งบางอย่างเราสร้างโน่นสร้างนี่ไว้พอได้กินได้ใช้แล้วลูก

เรียนจบแล้วแล้วสมควรแก่เวลาแล้วไม่ใช่มาบักบั้นอยู่แบบนี้ ถ้าตัวเองดูความสุขอยู่ตรงไหน หาแต่เงินจนตอนนี้อายุ 55 แล้ว ก็ปีแล้วหาแต่เงินหาแต่ทองยังไม่สิ้นสุดเลย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“คือตัวอย่างเสียที่เขาไปคนนึงอย่างนี้ เราก็คิดซะว่าเขาได้ทำหน้าที่ตรงนี้มาเต็มที่แล้ว เกียรติเพื่อครอบครัวพ่อแม่ภาคภูมิใจ คือยึดเป็นแนวทาง ยึดเป็นตัวอย่าง คือแก่ทำงานจะมีระเบียบแบบแผนเป็นคนี่พัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา ร่วมงานกันมาเป็นคนที่ทำงานดี มาก ก็เลยยึดเขาเป็นแบบอย่างในการทำงาน ความรับผิดชอบ หลายๆคนสามารถเอาเขาเป็นตัวอย่างได้เลย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“จริงๆ แล้วนะสิ่งที่เราพึงได้ดีที่สุดในยามนี้ก็คือตัวเอง อย่าไปหวังว่าเราจะต้องได้รับความคุ้มครองจากอะไรต่อมิอะไรที่เขามีอยู่ เอาอย่างว่าเราจะไปพึ่งตำรวจ พึ่งทหาร มันก็พึ่งตัวเองเพราะว่าเขาก็ไม่สามารถดูแลเรา 24 ชั่วโมง เพราะฉะนั้นตรงนี้นะทุกคนจะมีวิธีการอยู่เพื่อที่จะไม่ให้เกิดเหตุการณ์ขึ้นกับตัวเอง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็เรื่องเวลานะสำคัญขึ้นอยากทำอะไรต้องรีบทำเพราะไม่รู้ว่าจะเกิดเหตุการณ์แบบนี้จะเกิดกับใครเมื่อไหร่อาจเป็นเราก็ได้ถ้าไปอยู่ถูกที่ถูกเวลาที่จะต้องโดน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

#### 1.4 การตระหนักถึงความรัก ความผูกพันในครอบครัว

1.4.1 รักบุคคลในครอบครัวเพิ่มมากขึ้น คือ ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงการได้รับความดูแลเอาใจใส่ ความห่วงใย ความปรารถนาดี จากบุคคลในครอบครัว จึงมองเห็นความรักที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวชัดเจน จากการประสบเหตุสะเทือนขวัญครั้งนี้ ดังตัวอย่างคำพูด

“คือมันยังละมีความสุขกับครอบครัวมากกว่านะผมว่านะ ครอบครัวทำให้มีความสุขมากกว่า ก็ครอบครัวนี้แหละทำให้ดีขึ้น ทำให้เราเข้มแข็งได้คือคนในครอบครัว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“ก็ครอบครัวก็ให้กำลังใจเยอะ ลูกๆดูแลใส่ใจเราอย่างดีเลย เขาจะให้กำลังใจทุกคนแต่ก็รักษาอยู่เป็นปีเลย ลูกๆเขาก็พาไปรักษามาหมดแล้วตั้งแต่โดนระเบิด ทั้งฝังเข็ม กายภาพ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“พอตื่นเช้ามาก็ไปดูที่ไฟไหม้ ยืนดูแล้วก็น้ำตาไหล ไปทุกวันเลยไปอยู่เป็นอาทิตย์ๆ จนกระทั่งลูกสาวเขาก็หวัง คอยปลอบใจนะว่าแม่อย่าไม่ต้องไปแล้วแหละ ไปแม่ก็เสียใจ อาการไม่ดีขึ้น แม่ก็ร้องกลับมาทุกที ลูกชายคนโตก็บอกว่าไม่เป็นไรเรื่องรถเดี๋ยวช่วยผ่อน ให้ไม่ต้องเครียดเรื่องนั้น แม่ก็เย็บผ้าจ่ายค่ากับข้าว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

**1.4.2 เวลาของชีวิตเพื่อบุคคลในครอบครัว** คือ ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงความรู้สึกผูกพันกับบุคคลในครอบครัว การยังได้ใช้ชีวิตร่วมกับบุคคลในครอบครัวในเวลาต่อจากนี้เป็นสิ่งที่มีค่า และสำคัญมาก ซึ่งการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญครั้งนี้ได้รับความอบอุ่น ความห่วงใยจากบุคคลในครอบครัว จึงอยากใช้เวลาของชีวิตที่เหลืออยู่กับครอบครัว แม้ต้องดำเนินชีวิตอยู่ในพื้นที่เสี่ยงต่ออันตราย ดังตัวอย่างคำพูด

“ถามว่าอันตรายมีอีกอันตรายแต่อยู่ได้มีอีกอยู่ได้ จะไปที่อื่นก็ได้แต่ต้องถามเพราะอะไรที่เราต้องไป ไปทำไม พ่อ แม่ พี่ น้อง ญาติเรา เพื่อนเราแล้วคนอื่นๆละ เราไปอยู่ที่อื่น จังหวัดใหญ่จริงใหญ่เฉพาะจังหวัดหรรอก เราไปอยู่ที่แค่ฝงรัฐ ถ้าเราอยู่ที่นี่ เออ ไปกินข้าว บ้านนั่นดีกว่า ไปบ้านนี้ดีกว่า มันก็อบอุ่นในตรงนั้นของเราเพราะพ่อ แม่ พี่ น้อง เครือญาติพอเราอายุมากขึ้นนี้แหละความสุขที่แท้จริง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็มีนะที่คิดอยากจะไปอยู่ที่อื่นจะได้ไม่ต้องระแวงอะไร แต่ก็ไม่อยากให้ครอบครัวต้องลำบาก เพราะว่าต้องย้ายกันไปทั้งหมดไปเริ่มต้นใหม่ก็ยุ่งยากลำบาก ไปทั้งครอบครัว ไม่ใช่ว่าตัวเราคนเดียว และพ่อ แม่ที่เราจะต้องดูแลท่านอยู่” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

## ประเด็นที่ 2 การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หมายถึง เรื่องราวประสบการณ์ตรงของผู้รอดชีวิตจากการเผชิญเหตุการณ์ความไม่สงบที่เกิดจากกลุ่มก่อการร้ายในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นเหตุของความสะเทือนใจ ผลที่ได้รับคือสูญเสียด้านร่างกายและจิตใจ จากเหตุการณ์ ถูกลอบยิง และถูกลอบวางระเบิด

## 2.1 ลักษณะเหตุการณ์สะท้อนขวัญ

2.1.1 การถูกลอบยิง หมายถึง เหตุการณ์สะท้อนใจจากการที่ผู้รอดชีวิต ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายคือ ข้าราชการ เจ้าหน้าที่ของรัฐได้ถูกกลุ่มโจรก่อการร้ายลอบยิง ขณะกำลังปฏิบัติหน้าที่ดูแลความปลอดภัยแก่ประชาชนในหน้าที่ของตำรวจ และยังถูกลอบยิงในระยะประชิดระหว่างการเดินทางไป-กลับจากโรงเรียนของข้าราชการครู โดยเป็นเหตุการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลไม่คาดคิดมาก่อนว่าจะถูกยิงเพื่อหมายเอาชีวิต ในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบ 3 จังหวัด คือจังหวัดปัตตานี จังหวัดยะลา จังหวัดนราธิวาส ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

“บังเอิญมีคนป่วยคนหนึ่งเป็นผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านอยู่เราก็เอายาไปให้เขาตอนกลางคืน ยาปฏิชีวนะยาแก้ไอนี้แหละ เอายาไปให้เขาพอเราขับรถมอเตอร์ไซด์ไปโซ่มัย เราารู้สึกว่ามีคนขับรถตามนะนี่ แต่ว่าเขาปิดสวิสค์รถมอเตอร์ไซด์อะ เขาดับเครื่องแล้วก็หายไปเลย เอายาไปให้เสร็จ พอขากลับเขามาอนามัยเขาก็ซุ่มยิงที่หน้าอนามัย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“ในวันนั้นฝนตกออกจากบ้านใช้รถมอเตอร์ไซด์ขับรถไปทำงานเป็นประจำทุกวัน ขับไปถึงบริเวณที่เรียกว่าหมู่บ้านหนึ่ง วันที่เกิดเหตุมีคนร้ายมาประกบยิงโดยที่ตัวเองไม่ได้ทราบว่าตัวเองถูกยิงหรือไม่คิดมาก่อนว่าจะยิงถึงขั้นชีวิต” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็ยิงทีละนัดไม่ได้รัวหรอก เพราะว่ารถจอดไม่สามารถเลือกยิงได้เลยอะ ระยะประชิดมาถึงที่กระจก พี่นั่งข้างคนขับแล้วก็มียกสี่คนข้างหลัง จังหวะที่หันกลับไปอะโดนแล้ว กระสุนเท่านี้ก็อ้ออะ อะเอาชีวิตนั้นแหละ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

2.1.2 การถูกลอบวางระเบิด หมายถึง เหตุการณ์สะท้อนใจ จากการที่ผู้รอดชีวิต ถูกสะเก็ดระเบิดจากการกระทำของคนร้ายที่ได้ลอบซ่อนระเบิดไว้ในสถานที่ต่างๆ เช่น ใต้หลังคาร้านค้าโดยตั้งใจทำร้ายผู้ที่เป็นเป้าหมาย คือข้าราชการตำรวจ ลอบวางในที่สาธารณะ ทำให้ประชาชนที่เดินทางผ่าน ถูกสะเก็ดระเบิดได้รับบาดเจ็บ และการลอบวางระเบิดไว้ในรถยนต์ที่จอดหน้าร้านค้าในย่านธุรกิจกลางเมือง เป็นเหตุให้เกิดเพลิงไหม้และลูกกลมไปยังร้านค้าละแวกใกล้เคียงอย่างรวดเร็ว ร้านค้าถูกไฟไหม้วอดวายเสียหายจำนวนมาก อีกทั้งคนร้ายใช้วิธีขว้างปาระเบิดเข้าไปในร้านอาหาร ขณะประชาชนกำลังรับประทานอาหาร ทำให้ได้รับบาดเจ็บสาหัสและเสียชีวิตในที่เกิดเหตุทันที ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

“ลักษณะของมันเหมือนไม่ใช่บ้านเป็นร้านค้าหลังคามันชนกัน คือตอนที่พ่ิ่งถูกระเบิดนั้นพอดีมันหันหลังให้พอดี แต่ว่าในระยะประมาณหนึ่งเมตรนั้นแหละ ก็ระเบิดก็โดนทั้งสามคน นั้นแหละ คนหนึ่งตาย บาดเจ็บสองคนกับเพื่อน ตอนที่ว่าโดนระเบิดนั้นหันหลังให้พอดีคือมองถนนออกไป มองออกไปตลาดนัด ตรงนั้นมันเป็นสามแยกไปตั้งจุดสกัดตรงนั้นคือพูดง่าย ๆ ว่า ดูแลเส้นทางคนที่วิ่งไปมาเส้นทางนั้น แปรกหน้าที่น่าสงสัย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“ก็เป็นเตาเย็นปิ้งอย่างนี้ มันระเบิดตรงนี้ตรงขาขวาพอดี แต่เป็นช่วงที่หันซ้ายมีคนตบไหล่ละ มันก็บี้มเลยก็เลยถูกแต่ข้างหลังไง แต่คนที่ยืนอยู่หัวโต๊ะกับนั่งอยู่ท้ายเนี่ยตาย นี่ถ้าไม่หันนะก็หมดเลย หลังคาเนี่ยรูรูหนึ่งเท่ากำปั้นๆเลย ก็หันไงแต่ก็ยังโดนในรัศมี 10 เมตร ใจ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“แม่ก็กินน้ำชาเสร็จพอกินเสร็จก็จะทำงาน พอเย็บผ้าได้นิดนึงอะ ก็ได้ยินเสียงดัง ดังมากดังแบบแผ่นดินสะเทือนเลย ดัง บี้ม! พอดังบี้มแม่ก็ยังนั่งอยู่เลยก็ไม่ว่าตรงไหนใจ แต่รู้ว่าใกล้ๆแค่นี้แหละ ก็พอดีน้องคนข้างบ้านมันก็เดินมาใหม่ละ เดินมากก็บอกว่าระเบิด ตอนนั้นแม่ก็ยังไม่ว่าไฟไหม้ ก็ไม่ได้รู้สึกอะไรไม่ได้ตกใจเท่าไรนะ สักพักหนึ่งน้องที่อยู่ร้านตรงข้ามนะ คือเขาอยู่ฝั่งโน้นแม่อยู่ฝั่งนี้ใหม่แล้วไฟมันขึ้นมาทางหลังบ้านแม่ ใหม่หมดเลย” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

## 2.2 การสูญเสียด้านร่างกายและจิตใจ หมายถึง ประสบการณ์สะเทือนใจจาก

เหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ส่งผลให้ผู้รอดชีวิตได้รับบาดเจ็บสาหัสและทุพพลภาพทางกาย ภายหลังจากการรอดชีวิตยังส่งผลถึงสภาวะจิตใจที่ผู้ให้ข้อมูลต้องเผชิญกับความรู้สึกในเชิงลบ ที่คอยบั่นทอนจิตใจในการดำเนินชีวิตประจำวัน

### 2.2.1 ร่างกายบาดเจ็บสาหัสและทุพพลภาพ หมายถึง การบาดเจ็บสาหัสทาง

ร่างกาย จากเหตุการณ์ถูกลอบยิง และถูกสะเก็ดระเบิดทำให้ได้รับบาดเจ็บสาหัสอย่างมาก ผู้ให้ข้อมูลเล่าถึงอาการบาดเจ็บสาหัสด้วยความรู้สึกเจ็บปวด เช่น หลังจากถูกสะเก็ดระเบิดมีอาการปวดแสบผิวหนังอย่างรุนแรง และยังมีรอยเย็บบาดแผลจากการผ่าตัดรักษาบริเวณแขน มือ หน้าอก หน้าท้อง หลัง ขา โดยผู้รอดชีวิตทุกรายที่โดนสะเก็ดระเบิดจะมีบาดแผลลักษณะผิวหนังเป็นเนื้อที่ยุบลงไปหลายตำแหน่ง จากการถูกเหล็กเส้นเป็นท่อน กระเด็นเข้าไปในผิวหนัง คือสะเก็ดระเบิดซึ่งเป็นระเบิดที่คนร้ายได้ผลิตเอง ดังตัวอย่างคำพูด

“บาดเจ็บมาก โดนเข้าหัวนี้ แล้วมาถึงคอถึงหลัง แขนข้างหนึ่งเกือบขาดถ้าตามประสา  
อย่างเราๆวากัน ก็ว่าตายแล้ว คือหมายความว่าถ้าไปเห็นเห็นสภาพคือไม่ต้องถามว่า  
ตายหรือไม่ตาย ตายแน่นอน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“ก็โดนด้วยไงนี่แกลก็ยังมีอยู่ ก้น หลัง เอว สะโพก น่อง ทั้งหมดลึบรู ลึบเม็ด ก็ตั้ง  
หน่อยๆ ช่วงข้อพับนะ โดนสะกิดใจมันเอาเหล็กเส้นมาตัดเป็นท่อนๆ ที่เข้าไปเนี่ยท่อน  
ขนาดเซ็นหนึ่ง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“โดนมากนะไม่ใช่โดนไม่มาก สองขาเนี่ยโดนหมดเลย เหล็กกระบิดงอเนี่ยก็เพิ่งผ่าเอา  
ออกไป ก็เดินได้ปกติแต่ก็มีบ้างเป็นบางครั้งที่เราเสียวๆแผลที่เคยโดนระเบิด แต่ส่วนมาก  
เรายืนเดินก็ไม่มีอะไรที่ขาที่ยังมีเหล็กอีกสี่ห้าอันที่ต้องไปผ่า” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“กระสุนถูกที่ลำตัวแล้วก็โดนที่แขน หมอเอ็กซ์เรย์บอกว่าไม่โดนอวัยวะสำคัญ แคร์รักษา  
แผล จากนั้นก็มารักษาตัวต่อที่บ้าน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลบางรายทูลพลภาพ ซึ่งมีสมรรถนะของร่างกายอ่อนแอลงใน  
การประกอบอาชีพ ในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หรือการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรม  
ทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากมีความบกพร่อง หรือสูญเสียความสามารถของอวัยวะในการ  
เคลื่อนไหว เช่น การถูกสะเก็ดระเบิดทำให้ไม่สามารถยกแขนซ้ายขึ้นเหนือศีรษะได้ ทำได้เพียง  
ยกขึ้นลงเล็กน้อย ไม่สามารถใช้แขนซ้ายรับประทานอาหารได้ และไม่มีแรงเหมือนเดิมจากการ  
ผ่าตัด ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติงานได้คล่องแคล่วเช่นเดิม และเหตุการณ์ถูกลอบยิงยังทำให้  
ผู้รอดชีวิต 2 รายไม่สามารถใช้มือ และนิ้วมือได้ปกติเช่นเดิม เพราะเส้นประสาทขาดจาก  
การถูกลอบยิงดังตัวอย่างคำพูด

“ในสภาพทุกวันนี้ไปออกตรวจไม่ได้ เพราะว่าความพร้อมที่เราจะไปออกตรวจคือ หนึ่งคน  
ที่จะไปออกตรวจได้คือร่างกายเหมือนว่าเราจะใช้อาวุธปืนก็ใช้ไม่ได้ มันท้อมข้างเดียว นึก  
สภาพว่ามือข้างเดียวดีกว่า แต่ถ้าเราไปเข้าเวรเข้ายามอยู่ในโรงพักเป็นเสมียนเป็น  
เจ้าหน้าที่ในโรงพักอย่างนี้ทำได้ แต่ถ้าออกตรวจนั้นไม่ได้แล้ว ร่างกายไม่พร้อม คือแขน  
ด้านซ้ายใช้ในชีวิตประจำวันไม่ได้ คือหมายความว่ากินข้าวก็ไม่ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“ตอนนี้แขนยังขาอยู่ แต่จะให้กลับไปเหมือนเดิมมันก็ใช้ได้ไม่เต็มที่ ความรู้สึกเหมือนถือน้ำแข็งอยู่ตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็กายภาพอยู่ช่วงหนึ่งนี่ก็อยู่ใช้การไม่ได้เพราะว่าเส้นประสาทมันขาด โดนแขนเนี่ยแล้วก็ทะลุแขนแล้วก็อีกนิดนึงเนี่ยโดนที่ขา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

**2.2.2 การเสียมดุลของจิตใจ** หมายถึง เหตุการณ์ที่ได้เผชิญทำให้ผู้รอดชีวิตมีความหวาดหวั่นวิตกกังวล จากการได้ตกเป็นเป้าหมายถูกลอบยิง และถูกลอบวางระเบิดทำให้ดำเนินชีวิตด้วยความหวาดกลัว หวาดระแวง ผวากับเหตุการณ์ที่ยังยืดเยื้อ ไม่สิ้นสุด เกิดภาวะเครียดรู้สึกไม่ปลอดภัยในชีวิต มีความท้อแท้สิ้นหวัง และมักไว้วางใจใครได้ยาก ดังตัวอย่างคำพูด

“เรารู้สึกว่าหวาดระแวง ไม่ไว้วางใจใครแล้วเราไม่ยอมไปไหน ทำให้เราเบื่อสังคม” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“มันสิ้นแล้วมันทำอะไรไม่ถูก มันเหมือนกับมันซ็อกอะนะ ถ้าตกใจมึนก็ไม่ได้ตกใจเท่าไรวันนั้นนะ รู้สึกทุกอย่างเดี๋ยวคิดอย่างเดียวว่าให้มันใหม่แค่ตรงนั้นพออย่าให้มันมาทางนี้ แบบไม่ยอมให้มันมาทางนี้คือถ้ามานะหมดเลยอะ ไปยืนภาวนาอยู่นะว่าให้จบตรงนั้นใจหายนะ บอกไม่ถูกเลย แต่ใจหนึ่งก็คิดว่าหมดเลยตัวเองอะหมดเลยไม่รู้จะไปทำอะไรหมดแล้วไม่รู้จะไปทำอะไรอะไร ไม่รู้จะไปอยู่ตรงไหนแบบก็น้ำตาไหลอะนะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

“สะท้อนใจ มันยังงี้ละพูดไม่ถูกนะ รู้สึกกลัว คืออยากหนีไปให้พ้นๆ มันเครียดไง คือเราอยากออกไปจากนอกพื้นที่นี้ ไม่ต้องพะวงอยู่ เพราะว่าถ้าอยู่ที่บ้านก็กังวลกลัวมันจะมายิงซ้ำ เพราะว่าเราไม่ได้ตาย ก็เลยต้องหนีไปก่อน นี่น้ำก็เพิ่งกลับมาตอน พค.2550” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

“ตอนอยู่โรงพยาบาลก็กลัวแล้วนะ กลัวเขาตามมาเก็บที่โรงพยาบาล และเราก็เห็นหน้าเขาด้วย เห็นชัดเจนแต่จำไม่ค่อยได้ แล้วก็ไม่กล้าไปไหนด้วยกลัวเขาสังเกตเราอยู่ คือก็ไม่ค่อยออกจากบ้าน ถ้าจะออกไปก็จะไม่ค่อยให้ใครรู้ใครเห็น ไม่ค่อยปรากฏตัวก็จะนั่งอยู่ในรถ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

นอกจากนี้รู้สึกโกรธที่ถูกทำร้ายอย่างสาหัส และรู้สึกไม่พอใจกับการกระทำของ คนร้ายที่ลอบยิง ลอบวางระเบิดประชาชนผู้บริสุทธิ์ เฉพาะทำกับบุคคลที่น่าสงสารอย่าง ข้าราชการครู ซึ่งเป็นอาชีพที่ไม่อาจสร้างรายได้ให้แก่ใคร รู้สึกเคืองกับการกระทำที่ไม่มีเหตุผล ของคนร้าย ดังตัวอย่างคำพูด

“โกรธ เสียใจ เอ๊ะ!หาเหตุผลว่าทำไมเขาทำเรา เราไปสร้างความเจ็บแค้นให้ใครได้ถึง ขนาดนี้เสียหรือถึงขั้นทำให้เราถึงชีวิต” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ใจด้านะคนที่ทำ คนที่ทำกับครูแบบนี้ โอกาสในการต่อสู้ของครูเนี่ยมันน้อยมาก” (ผู้ให้ ข้อมูลคนที่ 5)

“ก็คิดเหมือนกันว่าเขาจะไปเพื่ออะไร เพราะว่าประชาชนก็ไม่มีใครทำอะไรเลยให้มัน มา ทำคนไม่รู้เรื่องอะไรเลยให้เจ็บ บางคนพิการ เด็กขาดพ่อขาดแม่ คิดแบบนั้นแหละว่าเขา จะทำอะไรกันแน่ แล้วที่ระเบิดเนี่ยมันมาจากฝ่ายไหนกันแน่ ฝ่ายโจรหรือว่าอะไร” (ผู้ให้ ข้อมูลคนที่ 7)

“ใจด้านะพวกนี้ที่ทำอะไร เวรกรรมนะแม้ว่าทำคนให้หมดอาชีพหมดที่ทำมาหากิน ทำคนให้ เป็นทุกข์นะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

ผู้ให้ข้อมูลบางรายยังมีความรู้สึกน้อยใจกับความตั้งใจดีที่ โดยการเข้าไปปฏิบัติ หน้าที่ตำรวจตระเวนชายแดนในพื้นที่เสี่ยงภัย เพื่อดูแลความปลอดภัยให้แก่หมู่บ้าน แต่สิ่งที่ได้ ปฏิบัติประชาชนในหมู่บ้านกลับมองไม่เห็นถึง อีกทั้งยังถูกปองร้ายถึงขั้นหมายปองชีวิตจากผู้ ที่อาศัยในหมู่บ้าน ดังตัวอย่างคำพูด

“ทำใจไว้เลยว่าสักวันหนึ่งก็ต้องเจอ แต่มันก็คงเสี่ยงไม่ได้หรอกขึ้นอยู่กับว่าเขาจะทำตอน ไหนแค่นั้นแหละ แต่ไม่คิดว่าสิ่งที่เราทำไปทั้งหมดทำเพื่อลูกหลานของเขาทั้งนั้นอยากที่จะ ให้ได้ดีพยายามส่งเสริมที่จะให้มีกิจกรรมต่างๆเพื่อที่จะให้มีการพัฒนาเหมือนให้มัน เทียบเท่ากับเด็กในเมืองให้ได้สักครั้งก็ยังมี ดีกว่าจะปล่อยให้เหมือนตัดขาดจากโลก ภายนอกไปเลย ก็ไม่คิดว่า เออ มันจะมีเหตุการณ์แบบนี้จะต้องเกิดการสูญเสียขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)



“คือทำนองมันไม่น่าเกิด เราไม่ได้ไปสร้างปัญหาให้ที่ๆเราไปทำงานตรงนั้น ก็เลยเราก็  
น้อยใจเหมือนกันทำอะไรไม่ได้ก็น้อยใจ คือเหมือนว่ามันไม่มีประโยชน์เลยที่เราไปทำอะไรที่  
เราสะสมมาสั่งสอนลูกเขามา มันก็น่าจะบอกกันมันทำงานองนั้นแหละ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3)

“ไม่คิดมาก่อนว่าจะปองร้ายถึงขั้นชีวิต แต่การที่ไปโรงเรียนตอนเช้านั้นก็ไม่ได้คิดอะไรว่าจะมี  
เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นกับเรา เพราะเราคิดว่าเราเป็นครู เป็นครูก็คือว่าไม่มีพิษไม่มีภัย เพราะ  
ฉะนั้นเราเชื่อมั่นในตรงนี้ว่าไม่มีแน่ เราไม่มีศัตรู นี่แหละเรามองในแง่ดี ลบไม่มีเลย ไม่  
เคยคิดเลย โอ้!เรานี้ถึงขั้นชีวิตเลยนะเรา อยู่แบบนี้แล้วนะยังมีคนจะเอาชีวิตอีกนะ ไม่เคย  
ร้ายกับใครเลย ไม่มีที่จะทำให้ใครเจ็บช้ำน้ำใจด้วยอะไร วาจา ก็ไม่มี แต่ว่าจะถูกปองร้าย  
โดยที่เราไม่รู้ตัว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

และมีความสะเทือนใจกับการสูญเสียบุคคลที่รู้จัก และเพื่อนร่วมงาน จากการ  
ประสบกับเหตุการณ์ร่วมกันด้วย ซึ่งเป็นการสูญเสียที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ฉับพลัน ดังตัวอย่าง  
คำพูด

“รู้สึกว่่าเสียดาย เสียดายที่ต้องเสียคนดีๆคนหนึ่ง คนที่ตั้งใจทำงาน เห็นแก่ทำงานแล้วเป็น  
คนที่มุ่งมั่นมากเลย อยู่กับเพื่อนกับฝูงเป็นคนที่น่ารัก สนุกสนานเฮฮา ทำงานจะมีระเบียบ  
แบบแผน เป็นคนที่พัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“แล้วคนที่ตายก็คนที่รู้จักกันไงเล่นหมากรุกด้วยกันทุกวัน ลูกค้าอีกคนหนึ่ง ก็รู้จักลูกเมียเขา  
อีกใช้มัยละ อีกคนที่ตายก็ลูกอ่อนอยู่อีกสองคน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

### ประเด็นที่ 3 การมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต

แหล่งเกื้อหนุนการเติบโต หมายถึง ปัจจัยเพื่อก้าวผ่านเหตุการณ์เลวร้ายของผู้ที่รอดชีวิต  
จากการประสบเหตุถูกลอบยิง ลอบวางระเบิดโดยตรง ที่ทำให้ผู้รอดชีวิตเกิดความสามารถเพื่อ  
พัฒนาความเข้มแข็งมั่นคงภายในจิตใจ จนสามารถกลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุข ไม่ได้รู้สึก  
หวาดหวั่นวิตกกังวลกับการต้องดำเนินชีวิตท่ามกลางความเสี่ยงในหลายรูปแบบกับเหตุการณ์  
ความไม่สงบในพื้นที่ 3 จังหวัดภาคใต้ที่ยังยืดเยื้อและนับวันยิ่งเพิ่มความรุนแรงขึ้น โดยไม่สามารถ  
ทราบได้ถึงเหตุการณ์กระทำของใครๆ เป็นแหล่งประคับประคองจิตใจจนสามารถเกิดการเติบโต  
ดำเนินชีวิตได้อย่างปกติท่ามกลางสถานการณ์ที่ยังน่ากลัว ดังนี้

### 3.1 การมีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและจิตใจ

3.1.1 การเลือกมองทางบวก คือ การที่ผู้รอดชีวิตเลือกมองประสบการณ์ที่ได้เผชิญให้เป็นในมุมบวก เช่น การมองถึงชีวิตมนุษย์ ที่คงหนีไม่พ้นจากการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย ซึ่งมนุษย์ทุกคนล้วนเป็นเช่นนี้ การชื่นชมและพูดให้กำลังใจตนเองที่สามารถรอดชีวิตจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาได้ ซึ่งมองเป็นเรื่องที่โชคดีมากสำหรับตนเอง ไม่เกิดความวิตกกังวลจนเกินเหตุ เพียงแต่มีความระมัดระวังมากขึ้น ไม่เก็บเรื่องราวที่เกิดขึ้นมาคิดมาก เพราะจะทำให้มีแต่ความรู้สึกเครียด เป็นมุมมองเพื่อที่จะสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและฟื้นฟูสภาพจิตใจให้กลับมาเข้มแข็งกว่าเดิมหลังจากประสบกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ดังตัวอย่างคำพูด

“อย่าวิตกกังวลคิดมาก ถ้าคิดมากเกินไปมันก็จะมือคตืออยู่ตลอดเวลา จะไม่เป็นอันทำงาน มองโลกในแง่ไม่ค่อยดี มองอะไรไม่ค่อยสวยงาม มันจะทำให้ชีวิตจะไม่เบิกบาน มันจะไม่สดชื่นเท่าไร” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“เราต้องให้กำลังใจตัวเองว่าพุดง่ายๆก็คือ เออ เราก็เก่งเหมือนกันนะที่ได้รอดมาจากตรงนี้ แค่นั้น เราก็เลยชื่นชมตัวเองขึ้นมา เราก็รักษาใจ รักษาความรู้สึกของเราให้มันดีขึ้นๆ ถ้าเรายังซบเซายังซึมเศร้ามันก็ยิ่งไปกันใหญ่ ก็ประคองใจมาเรื่อยๆ สมมติว่าถ้าย้ายไปที่อื่น ตายมัย ก็ตาย โรคภัยไข้เจ็บ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็เหมือนกัน แต่นั่นแหละเราต้องรู้สึกนินดา ผู้ชีวิตสักนิด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ถ้าคนเครียดเนี่ยไม่มีกำลังใจ แต่ถ้าคิดว่าทุกคนที่เกิดมาเนี่ยต้องตายนะแต่ไม่รู้เวลาเท่านั้นเอง เหมือนกับคนที่ถูกระเบิดตายที่ร้านนะ ก็ยังยิ้มแย้มแจ่มใสคุยหยอกล้อกันอยู่ เขายังไม่รู้ตัวเองว่าเบ้องหน้าอีกห้านาทีแล้วนะต้องตาย ถ้ารู้ว่าตาย เครียดไหม” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“แม่ต้องสวดมนต์ทำใจนะ ทำใจให้มันพอ ถ้าเราคิดว่าเราอยากได้เท่าไรมันก็ไม่พอไป แล้วเราก็คิดว่าเราพอแล้วนะ ตอนแรกๆเราตั้งความหวังไว้คือมีบ้านอยู่สักหลังนึง ลูกๆเรียนจบ แล้วมีรถยนต์สักคันหนึ่ง คือตอนนี้ก็ได้แล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8)

### 3.1.2 การคิดให้ใจปล่อยวาง เหตุการณ์สะเทือนขวัญที่เกิดขึ้นส่งผลต่อ

สภาพจิตใจผู้ที่ประสบเหตุโดยตรงอย่างมาก แต่ผู้รอดชีวิตมีวิถีคิดโดยให้ปล่อยวางกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น การทำใจให้ปล่อยวางกับสิ่งที่สูญเสียไป ไม่ยึดติดกับอดีต ไม่กังวลกับอนาคต การอยู่กับปัจจุบัน เพราะชีวิตยังต้องเดินก้าวต่อไปข้างหน้า หากมัวจมอยู่กับอดีตจะทำให้ไม่สามารถมีความสุขในปัจจุบันได้ อย่าเครียดกังวลจนเป็นความทุกข์ใจ ดังตัวอย่างคำพูด

“พยายามมองโลกในแง่ดีนะ อย่างน้อยก็คิดว่าคนที่เสียก็เสียไปแล้วยังไงได้เอาคืนมาก็ไม่ได้แล้ว ได้แต่คิดว่ามันเราทำบุญมาแค่นี้ อย่างน้อยๆคนที่อยู่ก็ต้องสู้ต่อ ก็ถือว่าตัวเองเข้มแข็งระดับหนึ่ง ก็ยังใช้ชีวิตปกติ จะไปยึดติดตรงเรื่องอดีตเก่าๆมันก็ไม่ได้ แต่ถ้าถามว่าอดีตมันยังมีอยู่ในจิตใจ แต่ว่าชีวิตมันก็ต้องเดินต่อไป จะไปจนงานการไม่เป็นอันจะทำก็คงจะไม่ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“ก็เราอยู่ในพื้นที่ตรงนี้ถ้าเครียดหลายคนก็อยู่ไม่ได้ ปล่อยวางเป็นเรื่องปกติ มันเป็นความเคยชินแล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“เราก็ต้องอยู่ด้วยความไม่ประมาทใจ แต่ไม่ใช่ว่าตกใจตื่นกลัวจนเกินไป จะทำให้ชีวิตมีความทุกข์และการดำรงชีพอยู่มันก็จะไม่มีความสุข เราก็ปลงได้ส่วนหนึ่ง แต่ว่าเราอย่าประมาทก็มีความสุข ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนถ้าเราประมาทมันก็มีอันตรายหมด ทำชีวิตให้มีความสุข เราก็จะมีความสุขทุกวันทั้งอดีต ปัจจุบันและอนาคต แต่ถ้าเราวิตกกังวลหรืออยู่ไม่มีความสุข ก็จะมีแต่ความทุกข์วิตกกังวลอย่างนี้ อดีต ปัจจุบัน อนาคตก็เราไม่มีความสุข ทำวันนี้ให้ดีที่สุด” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“แม่ใช้ชีวิตของแม่มาตั้งแต่สาวจนแก่ ก็อยู่อย่างนี้ไม่เคยคิดอะไรไว้ล่วงหน้า ปล่อยวางไม่คิดอะไรล่วงหน้าไปก่อนใจ และแม่ก็ไม่ใช้คนคิดเล็กคิดน้อย ก็ทำไปเรื่อยๆไม่เคยวาดอนาคตยังไง เรามีวันนี้เราทำได้ยังไงพรุ่งนี้เราก็ทำได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

## 3.2 การมีครอบครัวและบุคคลรอบข้าง

### 3.2.1 การมีครอบครัวและคนรอบข้างทำให้เกิดความเข้มแข็งขึ้น ด้วย

หน้าที่การเป็นเสาหลักของครอบครัว เป็นพลังสำคัญที่ทำให้ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญมีใจเข้มแข็งเพื่อจะดำเนินชีวิตต่อไปได้ ทั้งบทบาทหน้าที่พ่อที่ยังต้องดูแลลูกๆ ภรรยา บทบาทหน้าที่แม่ที่ยังต้องทำเพื่อให้ลูกประสบความสำเร็จในชีวิต บทบาทหน้าที่ของลูกที่เป็นความหวัง

เพื่อเลี้ยงดูครอบครัว รวมถึงการดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขของบุคคลรอบข้างที่เคยเผชิญเหตุการณ์เช่นเดียวกันนี้ เป็นพลังใจให้เกิดความเข้มแข็ง ดังตัวอย่างคำพูด

“ผมว่าวันที่ผมถูกระเบิดที่ผมพูดได้คำเดียวว่าที่ผมตายไม่ได้นะ หนึ่งคือลูกเมียนั้นแหละ พ่อแม่ คือญาติพี่น้อง คือตายไม่ได้ ตายไม่ได้เลย นึกถึงลูกถึงเมียคือบอกตรงๆเลยนึกถึงลูกถึงเมีย นึกถึงครอบครัวเลยว่าตายไม่ได้เท่านั้นหรอก ไม่ใช่ว่านึกว่ารถยนต์จอดอยู่ตรงไหน ไม่ใช่ คือนึกถึงเมียถึงลูกถึงแม่นี้แหละ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“มันต้องครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญก็อย่างน้อยเราทำงานอยู่เป็นความหวังของครอบครัวที่จะต้องหนึ่งคือเรื่องรายได้ อย่างน้อยๆเราก็กังทำงานส่งเสียคนที่อยู่ทางบ้าน อย่างน้อยก็ได้จุนเจือครอบครัวในระดับหนึ่ง แต่ถ้าถามว่าเรานั้นมันสู้อยู่กับแต่คนที่เหมือนพ่อแม่อย่างนี้เขาก็คิดว่า เออ ไม่อยากจะให้ลูกทำ ลาออกดีกว่าไปอยู่บ้าน แต่ว่าเรามองอย่างหนึ่งถ้าเป็นลูกผู้ชายอย่างนี้แล้วมันเพื่อศักดิ์ศรีเพื่อเกียรติของวงศ์ตระกูล เพื่ออะไรบางอย่างสักอย่างที่มีมันจะต้องอยู่และต้องทำต่อไป” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“หนึ่งครอบครัว ถ้าเกิดเราล้มหรือเราไม่เป็นหลัก ลูกๆเราที่คอยให้เราดูแลอยู่ที่เขาหวังในตัวของเราที่เป็นพ่อเฒ่า เราก็เข้มแข็งขึ้นมาได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“ก็มีลูกที่ต้องคอยดูแล เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไป ต้องทำงานเพื่อลูกไม่ให้ลำบาก เพราะลูกก็ยังเล็กๆกันอยู่ ถ้าเราตายหรือไม่ทำงาน หมดกำลังใจอะไรแบบนี้ เด็กๆก็จะลำบากกัน และก็ดูเพื่อนๆที่ถูกเหตุการณ์ความไม่สงบนี้แหละ บางคนถูกเยอะกว่าเราอีกเขายังสู้ได้อยู่ เขายังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ และตัวเราเองก็ไม่ท้อแท้ด้วย เอาเขาเป็นแบบอย่าง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

**3.2.2 การได้รับกำลังใจจากครอบครัวและคนรอบข้าง** การประคับประคองจิตใจผู้รอดชีวิต จากการประสบเหตุโดยตรงจากเหตุถูกลอบยิง และวางระเบิด ที่ได้รับบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะสภาพจิตใจที่ย่ำแย่ ทั้งรู้สึกหวาดกลัว หวาดระแวง ท้อแท้ ท้อถอย หมดกำลังใจ เสียขวัญ ด้วยการได้รับความอบอุ่นจากการดูแลใส่ใจของครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกำลังใจจากลูกและภรรยาที่คอยดูแลอยู่เคียงข้าง และเพื่อนฝูงที่มาเยี่ยมเยียนคอยพุดให้

กำลังใจ ช่วยคลายความทุกข์ใจและทำให้จิตใจผู้ให้ข้อมูลฟื้นกลับดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ ดังตัวอย่างคำพูด

“คือแบบว่าพอว่าเจ็บแล้ว ถามว่าสุขภาพจิตเป็นยังไงบ้าง ดีขึ้น กลับสู่ปกติ ก็ไม่เป็นไรมี คนให้กำลังใจอยู่ เหมือนลูก เมียก็มีพร้อม คือมันยังละมีความสุขกับครอบครัวมากกว่า นะผมว่านะ หรือถ้าไปพบพรรคพวกเพื่อนฝูงไปเจอคนโน้นคนนี้ ถามเป็นยังไงบ้าง ก็บอก ว่าแขนขาที่ยกได้เท่านี้ ทุกคนก็พูดว่าให้กำลังใจ เออ ดีแล้วคิดว่าตายแล้ว ซึ่งราเห็นก็คิด แบบนั้นไง ความรู้สึกนะ” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“ก็ตอนนั้นกำลังใจจากครอบครัวสำคัญมากที่อยู่ได้ตอนนั้น ครอบครัวๆสำคัญ การดูแล ของครอบครัว ความอบอุ่นนี่แน่นอน ครอบครัวดูแลทำให้ความรักในครอบครัวมีมากขึ้น พอเจอเนี่ย ทำให้เราต้องรักมากขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“คือว่าตอนนี้ก็ไม่ได้มีผมคนเดียวที่ได้รับผลกระทบ และทางหน่วยงานราชการเขาก็คอย ดูแลให้ความช่วยเหลือ คอยเยียวยา ให้กำลังใจ มีพาไปเที่ยวบ้าง มีชมรมให้ได้พบปะ พูดคุยกัน สำหรับผู้ที่ได้รับผลกระทบแบบนี้ ก็ได้ระบายความรู้สึก เล่าความในใจให้ เพื่อนๆฟังว่าเรามีปัญหาอะไรๆบ้าง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10)

### 3.3 การนำหลักศาสนามาใช้

3.3.1 การยึดหลักศาสนาในการดำเนินชีวิต ผู้รอดชีวิตใช้หลักศาสนาเพื่อให้ ใจเข้มแข็ง ไม่ให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล โดยให้อยู่กับปัจจุบันและปล่อยวางในเรื่องราว อดีตมาใช้ในการดำเนินชีวิต ให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตว่าทุกชีวิตเกิดมายุบตายจากกันไป ทั้งสิ้น เพียงแต่ใครจะจากโลกนี้ไปเร็วหรือช้าเพียงเท่านั้น ทุกชีวิตไม่สามารถปฏิเสธความตายได้ และทุกชีวิตย่อมมีเวลาเป็นของตนเอง ไม่มีใครทราบล่วงหน้าได้ว่าจะเจอกับความตายเมื่อใด ดัง ตัวอย่างคำพูด

“ปกติวันไหนว่างๆผมก็จะไปทำบุญทำอะไรบ้าง พยายามเอาธรรมะอะไรเข้ามาช่วยบ้าง มันจะทำให้จิตใจสงบขึ้นเยอะ ไปวัดไปทำบุญถวายสังฆทานบ้างตามโอกาส” (ผู้ให้ข้อมูล คนที่ 2)

“สำหรับเราตินะที่เราเป็นชาวพุทธด้วย มีอะไรๆเข้ามารักษาเราได้ แล้วเป็นของจริงนะ ดีด้วยไม่มมมาย หลักธรรมที่เขารู้มาจะมีประโยชน์เมื่อเราคับขัน เราคิดได้ทุกอย่างทุกอย่าง มันไม่ใช่ของเราแล้วแม้กระทั่งร่างกายก็ไม่ใช่ของเรา ความตาย รู้สึกว่าที่กลัวๆนั้นเรา เข้าใจตรงนี้ขึ้นมาในระดับหนึ่งว่าเข้าใจในเรื่องของความตาย คำสอนของพระพุทธศาสนา เข้ามาทำให้เราเข้มแข็ง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4)

“มันก็เลยปลงๆอย่างที่คำพระท่านสอน เพราะปกติก็ฟังคำพระสอนพระเทศน์ด้วย มันทำให้เราปลง แล้วก็มันมีหลักยึดเหนี่ยวทำให้การดำเนินชีวิตมีหลักว่ามันเป็นอย่างนั้น ทุกสิ่งมันไม่แน่นอน ทุกสิ่งคือภาพลวงตา ชีวิตที่เกิดมายุ่อมตายหมดเราก็ต้องตายสักวัน เพราะวันนี้เรายังไม่ถึงเวลาเพราะฉะนั้นก็ว่าเราไม่วิตกกัง แต่เราก็ไม่ประมาทอย่างที่บอก” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“ถ้ามีเรื่องไม่สบายใจ คิดมาก ก็ไม่ต้องอะไรมาก น้ำก็จะท่องบทสวดมนต์ อิติปิโส ภควา ท่องไปท่องมาก็ทำให้น้ำใจสงบแล้ว คือง่ายมากเลยสำหรับน้ำที่เป็นคนที่ไม่มีพื้นฐานทางด้านนี้อยู่แล้ว ทำให้เรารู้จักได้ปล่อยวาง ทุกวันนี้เลยไม่กลัวมากเกินกว่าเหตุ พอถึงวันพระก็ไปวัด ตรงนี้มีส่วนมากนะ คนเราถ้าไม่เอาส่วนของตรงนี้มาใช้ บ้าได้เลยนะ ก็เอาตรงนี้มาใช้ในการดำเนินชีวิต” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

**3.3.2 การนึกถึงผลบุญที่ทำกันมา** การเผชิญเรื่องราวสะเทือนใจ ผู้ให้ข้อมูลมีความคิดและรู้สึกว่าเป็นเรื่องของดวงชะตาชีวิตแต่ละบุคคลมีผลบุญที่ทำมาน้อยแตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่คิดว่าตนเองเป็นผู้ที่กระทำแต่ความดี จึงเชื่อว่าทำดีก็จะได้ผลบุญดี การยังมีชีวิตรอดจึงเป็นเพราะผลบุญดีที่เคยได้ทำไว้ และยึดหลักศาสนาเพื่อช่วยประคองให้ใจสงบขึ้น ส่งผลให้ชีวิตที่รอดพ้นจากความตายครั้งนี้ จะปฏิบัติแต่สิ่งดีงาม ดังตัวอย่างคำพูด

“ก็คิดว่า เออ ตัวเองส่วนหนึ่งก็ยังมีบุญวาสนาอยู่ที่ยังไม่ต้องไปเสียชีวิตในเหตุการณ์วันนั้น คิดซะว่าเรื่องที่มีมันผ่านๆมาเขากำหนดให้มันเป็นอย่างนั้น เป็นเรื่องของบุญของกรรมไป” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“มันอยู่ที่ตัวเราถ้าเรายึดธรรมะเราทำดีทุกวัน เราคิดดีทุกวัน เราปฏิบัติดีทุกวัน เราก็มีความสุข และก็คิดว่าถ้าดวงเราไม่ดีก็อาจจะถูกสักวันหนึ่ง คิดมาก่อนหน้าอยู่แล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6)

“ถ้าพูดตามประสาชาวบ้านก็ว่าเราสวดมนต์ไหว้พระเยอะ เราก็ไม่กลัว เราทำบุญเยอะ ใครก็บอกว่าแม่เนียทำบุญเยอะ ไม่งั้นปานนี้ชาขาดแล้ว”(ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

“คิดว่าคนเราถ้าไม่ถึงที่ตายมันก็ไม่ตายหรอก คิดแบบนี้ ถ้าจะถึงที่ตายมันก็ตาย แล้วก็กลับมาคิดที่ตัวเองว่า เออ ทำไมเราถูกยิงแต่ก็ไม่ถูกที่อวัยวะข้างในที่นะ แต่นี่มันไม่ถูกอะไรเลย ยิ่งทะเลไปเลยกระสุนก็ไม่ได้อยู่ข้างใน” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9)

**3.4 การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ** จากการใช้ข้อมูลยังมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบในการปฏิบัติงานอยู่ในพื้นที่ต่อไป ทั้งหน้าที่การงานในฐานะข้าราชการของรัฐ อย่างเช่นทหาร ตำรวจ ครู หรือการประกอบอาชีพเพื่อเลี้ยงชีพ และครอบครัวที่สืบทอดกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษ ทำให้ยังต้องเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขในการที่ต้องปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้อยู่อย่างเต็มความสามารถ ดังตัวอย่างคำพูด

“ก็นั่นแหละไม่รู้มันยังไปบอกไม่ถูก คือบางทีมันเขาสอนให้เราเข้มแข็งมาแบบนี้ เพราะเขาสอนเรามาแบบนี้ คือตำรวจเขาสอนเราแบบนี้ ด้วยหน้าที่แล้วแล้วมันต้องอยู่ตลอดเวลา บางทีมันต้องอยู่ทุกวันเรายังไม่รู้เลยแต่มันซึมเข้าในตัวเราโดยที่เราไม่รู้ละ คือความกลัวมันเกิดไม่ได้ ความกลัวมันเข้ามาอยู่กับตัวเราไม่ได้ ถ้าเรากลัว เราก็ไม่กล้าทำแล้ว คือถ้าเรายังเป็นตำรวจอยู่อีกเรากลัวไม่ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1)

“มันเป็นความรับผิดชอบ บางทีคนเป็นพ่อ คนเป็นแม่ คนเป็นลูกอย่างนี้มันต้องมีความรับผิดชอบอยู่ในหน้าที่ๆตัวเองต้องทำ เหมือนตำรวจมีหน้าที่อะไร ครูมีหน้าที่อะไร เราก็แค่ทำหน้าที่ตรงนั้นให้มันจบ มันเหมือนกับว่าเป็นความรับผิดชอบในหน้าที่” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2)

“ก็ต้องอยู่ได้แหละใช้มียี่ละ ก็มันจำเป็นเพราะหน้าที่การงานเราอยู่ที่นั่นก็ต้องอยู่ได้ คุณคนอื่นเขายังอยู่ได้” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5)

“พวกมันตรงๆ ถ้าเราเลี้ยงไปเราไม่ทำ ลูกเราจะอด เราต้องทำอาชีพ เราภูมิใจที่เรายังมีอาชีพให้ทำ มือเราว่างกายยังครบสามสิบสอง ดีใจตรงนี้หรือที่เราถูกมาแล้ว น้อยคนหรอกที่จะอยู่ครบสามสิบสอง” (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7)

## ตารางที่ 4

การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้

หมวดหมู่	หมวดหมู่ย่อย	ความถี่
<b>ประเด็นที่ 1 การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ</b>		
1.1 การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ		มาก (10)
1.2 การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต		มาก (9)
1.3 การมองเห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่	1.3.1 เห็นถึงโอกาสในชีวิตชัดเจนขึ้น	น้อย (4)
	1.3.2 ค้นพบชีวิตว่ามีค่ามากขึ้นจากการรอดชีวิต	น้อย (3)
1.4 การตระหนักถึงความรักความผูกพัน	1.4.1 รักบุคคลในครอบครัวเพิ่มมากขึ้น	น้อย (3)
	1.4.2 เวลาของชีวิตเพื่อบุคคลในครอบครัว	น้อย (3)
<b>ประเด็นที่ 2 การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ</b>		
2.1 ลักษณะเหตุการณ์สะเทือนขวัญ	2.1.1 การถูกลอบยิง	ปานกลาง (6)
	2.1.2 การถูกลอบวางระเบิด	น้อย (4)
2.2 การสูญเสียด้านร่างกายและจิตใจ	2.2.1 การบาดเจ็บสาหัสและทุพพลภาพทางกาย	มาก (10)
	2.2.2 การสูญเสียสมดุทางจิตใจ	มาก (10)
<b>ประเด็นที่ 3 การมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต</b>		
2.1 การมีวิธีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและใจ	2.1.1 การเลือกมองทางบวก	มาก (9)
	2.1.2 การคิดให้ใจปล่อยวาง	ปานกลาง (7)
2.2 การมีครอบครัวและคนรอบข้าง	2.2.1 การมีครอบครัวและคนรอบข้างทำให้เกิดความเข้มแข็งขึ้น	ปานกลาง (6)
	2.2.2 การได้รับกำลังใจจากครอบครัวและคนรอบข้าง	น้อย (5)
2.3 การนำหลักศาสนามาใช้	2.3.1 การยึดหลักศาสนาในการดำเนินชีวิต	น้อย (4)
	2.3.2 การนึกถึงบุญที่ทำกันมา	น้อย (4)
2.4 การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ		น้อย (4)

\*หมายเหตุ มาก หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 9-10 ราย กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น ปานกลาง หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 6-8 ราย กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น และน้อย หมายถึง มีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 2-5 ราย กล่าวถึงในหมวดหมู่นั้น



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์และปัจจัยการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบของผู้รอดชีวิตที่อาศัยในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ผู้ให้ข้อมูล คือ ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบในชายแดนภาคใต้ จำนวน 10 คน ซึ่งเผชิญเหตุการณ์ในช่วงการเกิดเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 ถึงปัจจุบัน โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง และใช้วิธีการสัมภาษณ์บุคคล ทำการเก็บข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบที่ผู้วิจัยเห็นชอบร่วมกัน ผลการศึกษাপบ 2 ประเด็นหลัก ได้แก่

1. การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 1.1 การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ
  - 1.2 การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต
  - 1.3 การมองเห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่
  - 1.4 การตระหนักถึงความรัก ความผูกพันในครอบครัว
2. การประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 2.1 ลักษณะเหตุการณ์สะเทือนขวัญ
  - 2.2 การสูญเสียด้านร่างกายและจิตใจ
3. การมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต
  - 3.1 การมีวิธีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและจิตใจ
  - 3.2 การมีครอบครัว บุคคลรอบข้าง
  - 3.3 การนำหลักศาสนามาใช้
  - 3.4 การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยที่พบว่า การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่ปรากฏในรูปของการเปลี่ยนแปลงทางบวกที่เกิดขึ้นหลังจากที่พวกเขาเผชิญกับเหตุการณ์เลวร้ายถึงขั้นเกือบเสียชีวิต สามารถอธิบายได้ดังนี้

### 1. ลักษณะการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิต

ผลการวิจัยพบว่า การเติบโตที่ปรากฏภายหลังประสบเหตุสะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตในเหตุการณ์ ถูกอธิบายถึง ลอบวางระเบิด ในพื้นที่เสี่ยงภัยของ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ มีลักษณะเด่นคือ การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น การมีความไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต การมองเห็นคุณค่า การมีชีวิตอยู่ และการตระหนักถึงความรัก ความผูกพันในครอบครัว กล่าวคือ

**1.1 การยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ** ผู้ให้ข้อมูลที่มีการเติบโตจะสามารถรับมือกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างไม่ทุกข์ใจ ซึ่งจะเข้าใจยอมรับอย่างเข้าใจในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยเข้าใจถึงสภาพแวดล้อมในพื้นที่ รับรู้ถึงปัญหาและไม่คิดหาคำตอบ แต่สามารถปรับใจตนเองให้รู้จักปล่อยวางเพื่อให้ออกมาพร้อมกับสถานการณ์ให้ได้ ผู้ให้ข้อมูลจึงมีความเข้าใจกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอย่างดี ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดภาคใต้มีลักษณะการเติบโตที่ปรากฏได้อย่างเด่นชัดหลังประสบเหตุสะเทือนใจคือยอมรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ทุกข์ใจ ได้แก่ การยอมรับอย่างเข้าใจ ดังตัวอย่างคำพูดของผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่ง “พอเราอยู่ได้สักระยะหนึ่งเราก็จะเข้าใจได้ว่า เออ จังหวัดเหล่านี้มันเป็นแบบนี้ มันเหมือนหมันน้ำท่วม ภัยแล้ง ภัยน้ำท่วม แต่ว่ามันภัยของสามจังหวัดชายแดนภาคใต้เป็นภัยก่อการร้ายไม่จำเป็นที่เราต้องมีศัตรู ไม่จำเป็นว่าต้องสถานที่ไหนเวลาไหนมันเป็นสิ่งที่เกิดได้ตลอด” และการยอมรับแบบจำนน เช่น ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งกล่าวว่า “คือพื้นที่เราเป็นคนที่นี่เป็นคนที่นี่เกิดที่นี่ บรรพบุรุษเราเป็นคนที่นี่ ก็เอาละถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ก็ต้องอยู่กันไปตามสภาพนี้ ทำใจให้ได้ว่าเราต้องอยู่ตรงนี้ให้ได้ อยู่ในสภาพนี้ให้ได้ แล้วก็วิถีการที่จะอยู่ขั้นต่อไปว่าเราควรทำตัวแบบไหนที่จะให้ปลอดภัยขึ้น” ซึ่งเป็นการรับรู้เชิงบวก เพื่อให้เข้าใจถึงเหตุการณ์สามจังหวัด ทำให้ไม่เกิดความเคียดแค้น และวิตกกังวลจนเกินเหตุ

**1.2 การไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต** ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าพวกเขามีแนวทางในการดำเนินชีวิตใหม่ที่ดีขึ้นกว่าเดิม ที่ทำให้สามารถดำเนินชีวิตในพื้นที่เสี่ยงภัยที่มีความอันตรายอยู่ทุกขณะได้อย่างดีขึ้น รู้เท่าทันเหตุการณ์มากขึ้นทำให้รู้จักระวังตนเองมากยิ่งขึ้นด้วย ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดเหตุกับตนเอง ดังตัวอย่างคำพูดของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “ก็ยังอยากจะไปไหนก็

ไปแต่ว่ามันมีข้อแม้ว่าตรงไหนที่ควรไป ตรงไหนที่ไม่ควรไปเวลาไหนควรสังเกตอะไรบ้างในการที่เราจะอยู่ตรงนี้ ไม่ใช่ใช้ชีวิตเหมือนก่อนๆ ที่อยากจะกินร้านไหนก็กินจะไปตอนไหนก็ไป ไม่ได้แล้วกลายเป็นว่าเราไม่ประมาทระมัดระวังมากขึ้นใช้ชีวิตโดยที่ไม่สะเพร่าในชีวิตประจำวันนั้นะ อยากจะบอกว่าอะไรๆ มันเรื่องเหตุการณ์ที่มันเกิดขึ้นได้เสมอแล้วก็ การใช้ชีวิตของเราอย่าไปไว้ใจในความรู้สึกของตัวเอง จะแสดงความคิดเห็นอะไรก็ต้องระวังสักนิด แล้วก็ตาหูฟังอะไรเอาไว้อยู่แล้วแล้วก็เอามาปรับใช้”

**1.3 การมองเห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่** ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ หลังจากที่ถือว่าตนเองเป็นผู้ที่โชคดีมาก โดยยังบอกกับบุคคลใกล้เคียงรอบข้างว่าถ้ายังมีหลายอย่างที่ที่ยังอยากทำ หากปัจจุบันนี้ต้องการทำอะไรก็ขอให้รีบทำ เพราะครั้งต่อไปหากเจอเหตุการณ์ลักษณะเช่นนี้อีก อาจจะไม่รอดชีวิตเหมือนครั้งนี้ก็เป็นได้ ก่อนประสบเหตุโดยตรงกับสถานการณ์เลวร้าย ดังตัวอย่างคำพูดของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “เคยถามตัวเองด้วยซ้ำหลังจากถูกระเบิดเนี่ยว่าพบแล้วยังมีความสุข ความสุขจริงๆ มันอยู่ตรงไหน นั่งคิดมันอยู่ตรงไหนความสุขเราไปนั่งเข้าเวรเข้ายามนั่งหลับ ให้ความหมดไปวันๆ แล้ว เอ๊ะ! ความสุขมันอยู่ตรงไหน แสดงว่าเราต้องหาแต่เงินเมื่อไหร่มันจะครบเงินที่หาเนี่ย เงินเดือนก็มีพอกินแล้ว บางสิ่งบางอย่างเราสร้างโน่นสร้างนี่ไว้พอได้กินได้ใช้แล้ว ลูกเรียนจบแล้วแล้วสมควรแก่เวลาแล้วไม่ใช่มาบ่ากบ้นอยู่แบบนี้ ถามตัวเองดูความสุขอยู่ตรงไหน หาแต่เงินจนตอนนี้อายุ 55 แล้ว ก็ปีแล้วหาแต่เงินหาแต่ทองยังไม่สิ้นสุดเลย”

**1.4 การตระหนักถึงความรัก ความผูกพันในครอบครัว** ผู้ให้ข้อมูลตระหนักถึงความรู้สึกที่เรียกว่าความรัก ความห่วงใย ปราบปรามดี อยากอยู่ร่วมกันกับบุคคลในครอบครัวมากขึ้น มีความสุขกับการได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน และรู้สึกบุคคลที่คอยอยู่เคียงข้างดูแลให้กำลังใจในทุกสถานการณ์เป็นคนในครอบครัว ดังตัวอย่างคำพูดของผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งที่ว่า “พอตื่นเช้ามาก็ไปดูที่ไฟไหม้ ยืนดูแล้วก็น้ำตาไหล ไปทุกวันเลยไปอยู่เป็นอาทิตย์ๆ จนกระทั่งลูกสาวเขาก็ห้วงคอยปลอบใจนะว่าแม่ไม่ต้องไปแล้วแหละ ไปแม่ก็เสียใจอาการไม่ดีขึ้น แม่ก็ร้องกลับมาทุกที ลูกชายคนโตก็บอกว่าไม่เป็นไรเรื่องรถเดี๋ยวช่วยผ่อนให้ไม่ต้องเครียดเรื่องนั้น แม่ก็เย็บผ้าจ่ายค่ากับข้าวไป”

ผลการวิจัยนี้ในด้านลักษณะของการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญนี้ สันับสนุนแนวคิดของ Tedeschi และ Calhoun (1996) ที่ระบุว่าลักษณะของการเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนใจเป็นผลจากประสบการณ์ทางจิตใจในการจัดการกับเหตุการณ์ทางด้านลบที่ประสบ และทำให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลง (1) การรับรู้ตนเอง ด้วยการการมีมุมมองด้านบวก และมีพัฒนาการทางด้านความเข้มแข็งมั่นคงในจิตใจ (2) การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นใกล้ชิด โดยเฉพาะ

อย่างยิ่งความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว การได้รับประโยชน์จากการสนับสนุนทางสังคมและมีความมั่นใจในการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่น และ (3) การมีหลักยึดเหนี่ยวหรือปรัชญาในการดำเนินชีวิต ด้วยการตระหนักในความเชื่อทางศาสนาและปรัชญาในการดำรงชีวิตของตน

นอกจากนี้ผลการวิจัยในการศึกษาคั้งนี้ยังสนับสนุนข้อค้นพบของ Aaron (1994) ที่ว่าการเติบโตภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ มี 3 มิติ ที่สำคัญคือ มิติแรก การทำทายเป็นความสามารถของบุคคลเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง และเปรียบเทียบมือนูมิตำนานในการเผชิญความเครียดที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ มิติที่สอง การมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นอย่างมั่นคง เข้มแข็งมากขึ้น และมิติที่สาม การจัดลำดับความสำคัญในเป้าหมายชีวิต และปรัชญาในการดำเนินชีวิต

อนึ่งผลการวิจัยที่ว่าผู้รอดชีวิตมีการนำหลักศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิตมากขึ้นตรงกับคำอธิบายของ Laura และ Jane (2009) ที่ว่าผู้ประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญมีความเข้าใจถึงหลักของศาสนามากขึ้น เข้าใจการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย ซึ่งทำให้รู้สึกว่ามีค่ามากขึ้น อยากทำอะไรอีกหลายอย่าง มีความหวังดีต่อผู้อื่นมากขึ้น ซึ่งคนที่เจอเหตุการณ์แบบนี้ก็จะคิดเกี่ยวกับเรื่องชีวิต เรื่องความตายมากขึ้น มีความหวังเกี่ยวกับสิ่งเล็กน้อยมากขึ้น เกี่ยวกับและใส่ใจเรื่องของศาสนา เรื่องของสิ่งที่มีชีวิตมากขึ้น

## 2. การเผชิญกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบ

ผลการวิจัยพบว่าผู้ให้ข้อมูลมีประสบการณ์จากการถูกลอบยิง และถูกลอบวางระเบิด โดยผู้รอดชีวิตที่มีอาชีพเป็นข้าราชการ เจ้าหน้าที่ของรัฐได้ถูกกลุ่มโจรก่อการร้ายลอบยิง ขณะกำลังปฏิบัติหน้าที่ดูแลความปลอดภัยแก่ประชาชนในหน้าที่ของตำรวจ และยังถูกลอบยิงในระยะประชิดระหว่างการเดินทางไป-กลับจากโรงเรียนของข้าราชการครู โดยเป็นเหตุการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลไม่เคยคาดคิดมาก่อนว่าจะถูกยิงเพื่อหมายเอาชีวิต นอกจากนี้ผู้รอดชีวิตบางส่วนโดนสะเทือนระเบิดจากการกระทำของคนร้ายได้ลอบซุกซ่อนระเบิดไว้ในสถานที่ต่างๆ เช่น ใต้หลังคาร้านค้า การลอบวางระเบิดในสถานที่ชุมชน ทำประชาชนถูกสะเทือนระเบิดได้รับบาดเจ็บ และการลอบวางระเบิดไว้ในรถยนต์ ซึ่งจุดหน้าร้านค้าในย่านธุรกิจใจกลางเมืองเป็นเหตุให้เกิดเพลิงไหม้และลูกกลมไปยังร้านค้าละแวกใกล้เคียง การที่ผู้ก่อการร้ายได้ขว้างระเบิดเข้าไปในร้านอาหารที่มีประชาชนกำลังรับประทานอาหาร ทำให้ลูกค้าหลายชีวิตได้รับบาดเจ็บสาหัสและเสียชีวิตในที่เกิดเหตุทันที ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยเรื่องสุขภาพจิตของข้าราชการครูที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเขตพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยระบุว่า ข้าราชการครูในเขตพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิต เนื่องจากข้าราชการครูกลุ่มดังกล่าวต้องประสบกับการ

สูญเสียทั้งเพื่อนร่วมวิชาชีพ ญาติพี่น้อง ลูกศิษย์ และยังได้รับฟังข่าวสารถึงสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ที่อยู่อย่างต่อเนื่อง (วัฒน์นะ พรหมเพชร และ สุวิมล นราองอาจ, 2552)

ด้านการสูญเสียที่ได้รับ ผู้ให้ข้อมูลรายงานว่าพวกเขาได้รับความบาดเจ็บสาหัสและทุพพลภาพร่างกาย เช่น หลังจากโดนสะเก็ดระเบิดจะปวดแสบผิวหนังอย่างรุนแรง และยังมีรอยเย็บบาดแผลจากการผ่าตัดรักษาบริเวณแขน มือ หน้าอก หน้าท้อง หลัง ขา โดยผู้รอดชีวิตทุกรายที่โดนสะเก็ดระเบิดจะมีบาดแผลที่ผิวหนังเป็นเนื้อที่ยุบลงไปหลายจุดจากการที่โดนเหล็กเส้นเป็นท่อนๆซึ่งก็คือสะเก็ดระเบิดที่คนร้ายได้ผลิตเอง เศษเหล็กกระเด็นเข้าไปในผิวหนังหลายจุด ผู้ให้ข้อมูลบางรายโดนสะเก็ดระเบิดทำให้ไม่สามารถยกแขนซ้ายขึ้นเหนือศีรษะได้ ทำได้เพียงยกขึ้นลงเล็กน้อย ไม่สามารถใช้แขนซ้ายรับประทานอาหารได้ และแขนไม่มีแรงเหมือนเดิมจากการผ่าตัดใส่เหล็กที่โดนสะเก็ดระเบิด ไม่สามารถปฏิบัติงานได้คล่องแคล่วดังเดิม หรือเหตุการณ์ถูกลอบยิงที่ทำให้ผู้รอดชีวิต 2 รายไม่สามารถใช้มือและนิ้วมือได้ปกติดังเดิม เพราะเส้นประสาทขาดจากการถูกลอบยิง

ข้อมูลดังกล่าวตรงกับภาระของ สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย (American Psychological Association: APA, 2002) ที่ว่าการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (traumatic event) ว่าเป็นเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการที่บุคคลถูกคุกคาม ส่งผลให้ได้รับบาดเจ็บสาหัส หรือเป็นอันตรายต่อชีวิต การตอบสนองของบุคคลที่ได้สัมผัสกับเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้เกิดเป็นบาดแผลในจิตใจอาจเกิดความกลัว การช่วยเหลือตนเองไม่ได้ หรือเกิดความสยองขวัญ ซึ่งภายหลังจากที่บุคคลต้องเผชิญกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญแล้ว อาจส่งผลให้เกิดผลกระทบทางด้านจิตใจ อาจมีอาการต่างๆที่เกิดขึ้นถึงกลุ่มอาการบาดเจ็บทางจิตใจหลังภัยเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ที่เรียกว่าภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Post Traumatic Stress Disorders: PTSD)

ผู้ให้ข้อมูลทุกรายระบุว่าบาดเจ็บและความสูญเสียเหล่านี้ก่อให้เกิดผลกระทบด้านจิตใจที่มีลักษณะอาการคือ มี *ความสะเทือนใจอย่างรุนแรงจน “สภาพจิตใจเสียศูนย์”* ดังที่ผู้รอดชีวิตให้ข้อมูลว่า รู้สึกหวาดกลัว หวาดระแวง ผวากับเหตุการณ์ที่ยังยืดเยื้อ ยังไม่สิ้นสุด เกิดความเครียด รู้สึกไม่สบายใจเพราะไม่ปลอดภัยในชีวิต มีความท้อแท้สิ้นหวังในชีวิต เกิดความวิตกกังวล และมักไว้วางใจผู้อื่นได้ยาก ต่อมามีความรู้สึกโกรธในฐานะตนเองถูกลอบทำร้ายอย่างสาหัส และมีความรู้สึกไม่พอใจกับการกระทำของกลุ่มคนร้ายที่ได้ลอบยิง ลอบวางระเบิดชาวบ้าน ผู้บริสุทธิ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการกระทำกับบุคคลที่ไม่มีทางสู้อย่างข้าราชการครู นับเป็นอาชีพที่น่ายกย่อง ไม่เคยสร้างความโกรธแค้นให้แก่ผู้ใด รู้สึกเคืองกับการกระทำที่ไม่มีเหตุผลหาต้นสายปลาย

เหตุไม่ได้ว่าที่กระทำไปเพราะสาเหตุใด นอกจากนี้ยังมีความรู้สึกน้อยใจกับความตั้งใจดีที่มีโดยการเข้าไปปฏิบัติหน้าที่เป็นตำรวจตระเวนชายแดนในพื้นที่เสี่ยงภัยเพื่อดูแลความเป็นอยู่ให้ดีขึ้น ดูแลความปลอดภัยให้แก่ผู้ที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้าน แต่สิ่งที่ได้ปฏิบัติช่วยเหลือกลับไม่มีใครเห็นประโยชน์ และยังกลับถูกปองร้ายถึงขั้นหมายเอาชีวิตจากคนในหมู่บ้านนั้น

ความรู้สึกด้านลบที่เกิดจากความสะเทือนใจนี้ อาจมีสาเหตุมาจากการที่บุคคลประสบเหตุโดยตรงและการได้รับรู้ข่าวสารด้านลบที่ค่อยๆ สะสมจากการทำงานในพื้นที่ ดังที่ ดำรง แวอาลี (2550) อธิบายถึงสาเหตุหลักของความสะเทือนใจของผู้ที่อาศัยในพื้นที่ว่ามาจาก 2 ส่วนด้วยกัน คือ ส่วนหนึ่งคือจากเหตุการณ์โดยตรง เช่นคนที่สูญเสีย คนที่บาดเจ็บ ทำให้คนในพื้นที่เสียสุขภาพจิตกันได้ทุกคนไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ อีกส่วนหนึ่งคือมาจากผลกระทบจากการได้รับรู้ข่าวสารเหตุการณ์ต่างๆ เช่น การลอบวางระเบิด การลอบยิง จึงทำให้เกิดความหวาดระแวงไม่สามารถพักผ่อน หรือคลายความเครียดได้ ปฏิกริยาที่รุนแรงที่เกิดขึ้นทันทีของผู้ที่ได้รับผลกระทบภายหลังการเกิดเหตุการณ์ที่คุกคามชีวิตด้านอารมณ์ ได้แก่ อาการตกใจอย่างรุนแรง การไม่ยอมรับในสิ่งที่เห็น ความวิตกกังวล ความกลัว ความเศร้า ความโกรธต้องการแก้แค้น ความฉุนเฉียวง่ายโทษตัวเองและผู้อื่นอารมณ์แกว่งไปแกว่งมาคาดเดาไม่ได้

ทั้งนี้อาการความรู้สึกด้านลบที่ปรากฏดังกล่าวตรงกับลักษณะสำคัญอีกประการหนึ่งในประสบการณ์ความสะเทือนใจของผู้สูญเสียจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ดังงานวิจัยที่ผ่านมาระบุว่าความรู้สึกโกรธและความเกลียดชัง เป็นปัญหาสำคัญของผู้ที่เคยผ่านเหตุการณ์ความรุนแรง ดังเช่น งานวิจัยของ Barefoot และ Novaco (1992, 1994) ที่กล่าวว่าความโกรธ และความเกลียดชัง มีความสัมพันธ์ต่อภาวะโรคเครียดภายหลังประสบเหตุการณ์สะเทือนขวัญ และยังเป็นปัญหาสำคัญของผู้ที่เคยผ่านเหตุการณ์ความรุนแรงเช่นในศึกสงครามอีกด้วย

**3. การที่ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบก้าวข้ามประสบการณ์ที่เลวร้ายและมีการเติบโตเนื่องจากการมีแหล่งเกื้อหนุนการเติบโต ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยเด่นที่ทำให้ผู้รอดชีวิตเกิดการการเติบโต มี 2 ประเด็นหลัก คือ (1) แหล่งความเข้มแข็งภายในตน ได้แก่ การมีวิถีคิดเชิงบวก และการนำหลักศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต (2) แหล่งสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและคนรอบข้าง และการมีบทบาทหน้าที่ต้องรับผิดชอบ ซึ่งสามารถอภิปรายได้ ดังนี้**

**3.1 แหล่งความเข้มแข็งภายในตน ได้แก่ การมีวิถีคิดเชิงบวก** เช่น การเลือกมองทางบวก เพื่อที่จะสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและฟื้นฟูสภาพจิตใจให้กลับมา

เข้มแข็งกว่าเดิมจากการประสบกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เช่นมองว่า ชีวิตมนุษย์การเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย เป็นวัฏจักรของชีวิต มนุษย์ทุกคนล้วนเป็นเช่นนี้ นอกจากนี้ยังมีความคิดที่เฝ้า กำลังใจตนเองที่สามารถรอดชีวิตจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาได้ และพยายามไม่เก็บเรื่องราวที่เกิดขึ้นมาคิดเพราะจะทำให้มีแต่ความรู้สึกเครียด ดังประโยคของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “เราต้องให้กำลังใจตัวเองว่าพุดง่ายๆก็คือ เออ เราก็เก่งเหมือนกันนะที่ได้รอดมาจากตรงนี้ แค่นั้น เราก็เลยชื่นชมตัวเองขึ้นมาเราก็รักษาใจรักษาความรู้สึกของเราให้มันดี” (2) การคิดแบบปล่อยวาง เป็นการที่ผู้รอดชีวิตมีวิธีคิดโดยให้ปลงกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น และทำให้ปล่อยวางกับสิ่งที่สูญเสียไป ไม่ยึดติดกับอดีต ไม่กังวลกับอนาคต อยู่กับปัจจุบันเพราะชีวิตยังต้องเดินก้าวต่อไปข้างหน้า ดังประโยคของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “อย่างน้อยก็คิดว่าคนที่เสียก็เสียไปแล้วยังไงได้เอาคืนมาก็ไม่ได้แล้ว ได้แต่คิดว่ามันเราทำบุญมาแค่นี้ ชีวิตมันก็ต้องเดินต่อไป”

**ต่อมาเป็นการนำหลักศาสนาใช้ในการดำเนินชีวิต** ได้แก่ การยึดหลักธรรมในการดำเนินชีวิต ผู้รอดชีวิตใช้หลักธรรมทางศาสนาเพื่อให้ใจเข้มแข็ง ไม่เกิดความเครียด วิตกกังวล ใช้หลักพุทธศาสนาที่สอนให้อยู่กับปัจจุบันและปล่อยวางในเรื่องราวอดีตมาใช้ในการดำเนินชีวิต ให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตว่าทุกชีวิตเกิดมามีตายจากกันไปทั้งสิ้น เพียงแต่ใครจะจากโลกนี้ไปเร็วหรือช้าเพียงเท่านั้น ทุกชีวิตไม่สามารถปฏิเสธความตายได้ และทุกชีวิตย่อมมีเวลาเป็นของตนเอง ไม่มีใครทราบล่วงหน้าได้ว่าจะเจอกับความตายเมื่อใด ดังประโยคของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “น้ำก็จะท่วมบพทวดมนต์ อิติปิโส ภควาท่องไปท่องมาก็ทำให้น้ำใจสงบแล้ว คือง่ายมากเลยสำหรับน้ำที่เป็นคนที่มีพื้นฐานทางด้านนี้อยู่แล้ว ทุกวันนี้เลยไม่กลัวมากเกินกว่าเหตุ พอถึงวันพระก็ไปวัด ตรงนี้มีส่วนมากนะ คนเราถ้าไม่เอาส่วนของตรงนี้มาใช้บ้างได้เลยนะ ก็เอาตรงนี้มาใช้ในการดำเนินชีวิต”

**3.2 การมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอ ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและครอบครัวข้าง** การประคับประคองจิตใจผู้รอดชีวิต จากการประสบเหตุโดยตรงจากเหตุถูกลอบยิง และวางระเบิด ที่ได้รับบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะสภาพจิตใจที่ย่ำแย่ ทั้งรู้สึกหวาดกลัว หวาดระแวง ท้อแท้ ท้อถอย หมดกำลังใจ เสียขวัญ ด้วยการได้รับความอบอุ่นจากดูแลใส่ใจของครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกำลังใจจากลูกและภรรยาที่คอยดูแลอยู่เคียงข้าง และเพื่อนฝูงที่มาเยี่ยมเยียนคอยพูดให้กำลังใจ ช่วยคลายความทุกข์ใจและทำให้จิตใจผู้ให้ข้อมูลฟื้นกลับดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ ดังประโยคของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “ผมว่าวันที่ผมถูกระเบิดที่ผมพูดได้คำเดียวว่าที่ผมตายไม่ได้นะ หนึ่งคือลูกเมียนั้นแหละ พ่อแม่คือญาติพี่น้อง คือตายไม่ได้ ตายไม่ได้เลย นึกถึงลูกถึงเมียคือบอกตรงๆเลยนึกถึงลูกถึงเมีย นึกถึงครอบครัวเลยที่ว่าตายไม่ได้เท่านั้นหรอก ไม่ใช่ว่านึกว่ารถยนต์จอดอยู่ตรงไหน ไม่ใช่ คือนึกถึงเมียถึงลูกถึงแม่นี้แหละ”

**สุดท้าย เป็น การมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ** ได้แก่ การที่ผู้รอดชีวิตยังมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบในการปฏิบัติงานอยู่ในพื้นที่ต่อไป ไม่ว่าจะเป็นด้านของ หน้าที่การงานในฐานะข้าราชการของรัฐ อย่างเช่นทหาร ตำรวจ ครู หรือการประกอบอาชีพเพื่อเลี้ยงชีพและครอบครัวที่สืบทอดกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษ ทำให้ยังต้องเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจเพื่อปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้ อยู่อย่างเต็มความสามารถ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลล้วนสามารถกลับมาปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถและกลับมาดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขได้ ดังประโยคของผู้ให้ข้อมูลที่ว่า “มันเป็นความรับผิดชอบ บางทีคนเป็นพ่อ คนเป็นแม่ คนเป็นลูกอย่างนี้มันต้องมีความรับผิดชอบอยู่ในหน้าที่ๆตัวเองต้องทำ เหมือนตำรวจมีหน้าที่อะไร ครูมีหน้าที่อะไร เราก็มักทำหน้าที่ตรงนั้นให้มันจบ มันเหมือนกับว่าเป็นความรับผิดชอบในหน้าที่”

จะเห็นว่าปัจจัยสำคัญที่เพาะบ่มและเกื้อหนุนการเติบโตนั้น เป็นปัจจัยภายในตน เช่น การปรับวิธีคิด ปรับปฏิกริยาของตนในการตอบสนองต่อเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Creamer, Burgess, และ Pattison (1992) ที่พบว่า ในการเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในช่วงแรกจะมีความคิดทางลบสูง และเมื่อบุคคลได้มีการคิดไตร่ตรองเชิงบวกก็จะนำไปสู่ความสามารถในการควบคุมตนเองและการมีผลลัพธ์ด้านสุขภาพจิตที่ดี เช่นเดียวกับที่ Davidson และ Foal (1991) ระบุว่า ปัจจัยภายในตัวบุคคล ที่เป็นปฏิกริยาตอบสนองส่วนตัวของผู้ประสบเหตุการณ์เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดเหตุการณ์หนึ่งมีความหมายเฉพาะที่แตกต่างกันสำหรับแต่ละบุคคล โดยผู้ที่มีปัจจัยภายในที่เข้มแข็งก็จะปรับเปลี่ยนวิธีการคิดและให้ความหมายเหตุการณ์ในทางบวก

การที่ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้รอดชีวิตในการประสบกับเหตุการณ์ความสูญเสียและความสะเทือนใจโดยตรงสามารถนำไปสู่การพัฒนาความเข้มแข็งภายในจิตใจของผู้ประสบเหตุให้มากขึ้น มีความซาบซึ้งใจในสิ่งต่างๆ รอบตัวยิ่งขึ้น เห็นคุณค่าการมีชีวิตมีการเติบโตด้านวุฒิภาวะและมีความมั่นคงในใจภายหลังประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าว

นอกจากนี้ Wortman และ Silver (1989) ได้อธิบายว่าเมื่อบุคคลมีความคิดด้านลบและความรู้สึกหดหู่เกิดขึ้นบ่อยๆ แต่ไม่ได้เกิดตลอดเวลา เมื่อเขาสามารถรับมือกับความคิดด้านลบและความหดหู่ได้ก็就会有การพัฒนาเป้าหมายใหม่ที่ก้าวออกจากความรู้สึกลบนั้น การพัฒนาเป้าหมายใหม่นี้เรียกได้ว่าเป็นพลังที่จะมุ่งสู่การเติบโต (growth-oriented goal) ที่ปรับเปลี่ยนความรู้สึกลบ เป็นความสงบ ความพึงพอใจในชีวิต และความเข้มแข็งภายในตน คำอธิบายดังกล่าวสนับสนุนโดยงานของ Richard (1999) ที่ศึกษาการแปรเปลี่ยนจากเหตุการณ์ความรุนแรงที่เผชิญให้เป็นประสบการณ์การเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ซึ่งระบุไว้ว่า



การเติบโตภายหลังประสบเหตุสะเทือนขวัญ (Posttraumatic Growth) จะเป็นส่วนหนึ่งความเป็นบุคคลที่จะบอกถึงการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในเรื่องเกี่ยวกับกระบวนการคิดของบุคคล และการมีสายสัมพันธ์ที่ดีจากคนรอบข้าง

## ข้อเสนอแนะ

ประกอบไปด้วย

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ ได้แก่

1.1 ข้อเสนอแนะสำหรับนักจิตวิทยาการศึกษาและ นักวิชาชีพ หรือผู้ที่เกี่ยวข้อง ทางด้านการดูแลเยียวยาฟื้นฟูจิตใจแก่ผู้ที่ได้รับผลกระทบในสถานการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้น ใช้เป็นแนวทางในการออกแบบการให้บริการด้านจิตวิทยาทั้งการให้บริการปรึกษาแบบรายบุคคล และแบบกลุ่ม โดยเฉพาะในประเด็นของการประเมินลักษณะของการเติบโตภายหลังประสบเหตุ ที่มีการเปลี่ยนแปลงความเข้มแข็งภายในตน การมีสัมพันธ์ภาพกับคนในครอบครัวและคนรอบข้างที่ผูกพันใกล้ชิด และการนำหลักศาสนามาใช้รวมถึงการมีปรัชญาชีวิตที่มั่นคงขึ้น ตลอดจนการบริการด้านจิตวิทยาที่เน้นเชิงบวกเช่น การส่งเสริมปัจจัยด้านแหล่งเพาะบ่ม เกื้อหนุน การเติบโต เพื่อลดผลกระทบที่เกิดขึ้น และช่วยให้ผู้รอดชีวิตได้รับมือกับสถานการณ์เลวร้ายที่อาจเกิดขึ้นได้อย่างมีจิตใจมั่นคงและเข้มแข็ง เป็นต้น

1.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ผลการวิจัยที่เป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตใจสำหรับบุคคลที่มีการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ปัจจัยที่ช่วยประคับประคองจิตใจ เพาะบ่มการเติบโต และการเติบโตที่ปรากฏให้เห็น ซึ่งผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถใช้ข้อมูลเพื่อจัดเป็นหลักสูตรระยะสั้นในการอบรมให้ความรู้ความเข้าใจ แก่ผู้ประสบเหตุและบุคคลในครอบครัวโดยเฉพาะ ซึ่งประเด็นในด้านครอบครัวเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความสำคัญมีส่วนช่วยในการเยียวยา และให้เกิดการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์

### 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ได้แก่

2.1 การวิจัยครั้งนี้มีการออกแบบการวิจัยที่เน้นศึกษาการเติบโตของผู้รอดชีวิตที่ทราบแน่ชัดว่าที่มีการเติบโตชัดเจน โดยการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญเป็นตัวคัดกรอง ซึ่งการออกแบบการวิจัยแบบนี้อาจจะยังไม่ครอบคลุมผู้ที่มีระดับการเติบโตภายหลังการประสบเหตุของผู้รอดชีวิตที่อาจมีระดับที่แตกต่างกัน จากนั้นอย่าไปหา มากกว่าจะมีลักษณะเหมือนหรือต่างจากข้อค้นพบนี้ ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไปควรได้มีการศึกษาใน

ประเด็นเดียวกันนี้ในขอบเขตที่กว้างขึ้น กล่าวคือ ในผู้รอดชีวิตที่มีระดับการเติบโตแตกต่างกันต่อไป

2.2 ผลงานวิจัยครั้งนี้พบประสบการณ์ค้นพบเพียงประเด็นที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นเพียงปัจจัยหนึ่งที่สามารถทำให้บุคคลมีการเติบโตภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ได้ แต่อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยไม่ได้ระบุถึงกระบวนการหรือกลไกการการปรับตัวที่ก่อให้เกิดการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ รวมทั้งปัจจัยส่งเสริมและปัจจัยเสี่ยงต่างๆ ในแต่ละช่วงในกระบวนการ ว่าก่อนที่บุคคลจะภาวะลักษณะเช่นนี้ จะสามารถสังเกตหรือรับรู้ได้อย่างไร และมีได้บอกถึงลำดับการเกิดการเติบโตว่ามีปัจจัยใดที่ส่งผลให้เกิดก่อนหรือหลัง หรือลำดับการเกิดการภาวะเช่นนี้เป็นอย่างไร ซึ่งน่าจะ จึงเสนอให้มีการศึกษาครั้งต่อไปได้มีการออกแบบการวิจัยงานวิจัยในระเบียบวิธีวิจัยแบบอื่นที่สามารถช่วยเช่นการวิจัยแบบการสร้างทฤษฎีจากข้อมูล (Grounded theory method) ที่มีการรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลไปพร้อมๆ กันทำให้ผลการวิจัยที่ค้นพบเกิดจากข้อมูลที่ศึกษาโดยตรงเกิดความเชื่อมโยงบางประการของข้อมูลจนสามารถรวบรวมเป็นคำอธิบายเชิงทฤษฎีที่มีลักษณะทั่วไปจากข้อมูลนั้น เกิดเป็นข้อค้นพบที่อธิบายกระบวนการเติบโตภายหลังประสบการณ์ความสะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตได้ต่อไป

2.3 การวิจัยครั้งนี้ศึกษาผู้ที่มีการเติบโตจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญ คือ สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่เกิดจากการกระทำของมนุษย์ ซึ่งหากได้มีการศึกษาผู้ที่มีการเติบโตจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญประเภทอื่น อาจทำให้ได้ข้อค้นพบทางด้านปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์ต่างจากข้อค้นพบนี้ ซึ่งช่วยให้เกิดประโยชน์ในการนำข้อมูลทางด้านการเติบโตภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ ไปใช้ในด้านอื่นๆ

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กนกวรรณ อรรถการุณพันธ์ และ พงษ์ศานต์ พันธุลภ. (2550). เมืองไทยในระยะเปลี่ยนผ่าน ความขัดแย้งในสังคมชุมชนระหว่างประเทศ : ค่านิยม ผู้นำ และสันติภาพ. บทความฉบับสมบูรณำเสนอในการประชุมรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์แห่งชาติ ครั้งที่ 8 ปี 2550 เรื่องทัศนรัฐไทยกับการจัดการปัญหาจังหวัดชายแดนภาคใต้. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2554, จาก <http://www.polsci.tu.ac.th/polsci2550/articles2.html>
- กันตพร ยอดไชย, ปิ่นทิพย์ นาคดำ, และ เพลินพิศ สุวานิวัฒนานนท์. (2550). ประสบการณ์การบาดเจ็บ ผลกระทบ และการจัดการการบาดเจ็บของผู้ได้รับบาดเจ็บและครอบครัว จากเหตุการณ์ระเบิดในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. วารสารสงขลานครินทร์เวชสาร, 25, 211-223.
- คณะกรรมการวิจัยโรงพยาบาลจิตเวชสงขลาราชนครินทร์. (2552). การพัฒนาระบบบริการสุขภาพจิตในสถานบริการสาธารณสุข 3 จังหวัดชายแดนใต้และ 4 อำเภอในจังหวัดสงขลา. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.skphweb.skph.go.th/skphpic/015.pdf>
- ดำรง แวอาลี. (2550). ใช้ศาสนาดับความเครียด : หมอดำรงค์ แวอาลี. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.halalscience.org/uploadfiles/60-65halal2.pdf>
- นิത്യ ทองเพชรศรี, สุรพันธ์ ปราบกรี, และ สุริ ชาติระวัตน์. (2548). ภาวะเครียดและความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตของประชาชนใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ต่อสถานการณ์ความไม่สงบ. สงขลา: ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12.
- เบญจพร ปัญญาียง และ สุลินดา จันทรเสนา. (2552). ปัญหาสุขภาพจิตนักเรียนในพื้นที่เกิดเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 17, 1-11.
- ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์. (2548). PTSD เป็นอย่างไร. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.prachatai.com/column-archives/node/50>
- พัชรภรณ์ เพชรสุวรรณ. (2550). ผลกระทบของการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาชายแดนภาคใต้ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการวัดและประเมินผลทางการศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

- เพ็ญพักตร์ อุทิศ. (2549). การเผชิญกับภัยพิบัติ : คู่มือปฏิบัติการช่วยเหลือดูแลด้านจิตใจแก่ผู้ประสบภัย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัฒน์ พรหมเพชร และ สุวิมล นราองอาจ. (2552). ภาวะสุขภาพจิตของครูในเขตพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสารสงขลานครินทร์, 15, 631-658.
- ศูนย์ประสานงานเหตุฉุกเฉินแห่งชาติ จังหวัดยะลา. (2553). สถิติเหตุร้ายและจำนวนผู้ได้รับผลกระทบ. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.south.isranews.org/backword-statistic/240--53-71-47-3956-.html>
- ศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้. (2554). เหตุการณ์ความรุนแรงในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้สมัยรัฐบาลนี้ตายแค่ 900 ศพ. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.internetfreedom.us/thread-12197.html>
- สมบูรณ์ ดอนสนธิ. (2547). ทหารก็มีสิทธิเป็น PTSD ได้. นาวิกศาสตร์ สำนักงานราชนาวิกสภา. สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2554, จาก <http://www.navy.mi.th/navic/document/900808a.html>
- สมภพ เรื่องตระกูล. (2542). ตำราจิตเวชศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้ว.
- สรุปเหยี่ยวยาได้ "กรือเซะ-ตากใบ". (13 กุมภาพันธ์ 2555). ข่าวสดรายวัน. สืบค้นเมื่อ 19 เมษายน 2554, จาก [http://www.khaosod.co.th/view\\_news.php?newsid=TUROd01ERXhNakV6TURJMU5RPT0](http://www.khaosod.co.th/view_news.php?newsid=TUROd01ERXhNakV6TURJMU5RPT0)
- สุนีย์ เครานวล, อุไร หัตถกิจ, และ อูมาพร ปุญญโสพรรณ. (2552). การให้ความหมาย ความรู้สึก แรงจูงใจและเงื่อนไขการปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลในสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้. วารสารสภาการพยาบาล, 24, 64-77.
- สุริชัย หวันแก้ว. (2553). โครงการวิจัยและพัฒนาระบบจัดการฐานองค์ความรู้เพื่อการวิเคราะห์ข้อมูลการก่อความไม่สงบสนับสนุนการป้องกันและปราบปรามการก่อความไม่สงบ. สืบค้นเมื่อ 3 เมษายน 2554, จาก [http://southkm.rta.mi.th/webkm/index.php?option=com\\_content&view=article&id=16&Itemid=30](http://southkm.rta.mi.th/webkm/index.php?option=com_content&view=article&id=16&Itemid=30)
- สุวัฒนา คำนคร และคณะ. (2548). ความคิดเห็นของเยาวชนในพื้นที่ต่อการแก้ไขปัญหสถานการณ์ใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้. กรุงเทพมหานคร: กรมประชาสัมพันธ์.
- อมร รอดคล้าย, สุวัฒน์ วิริยพงษ์สุกิจ, และ สุภัทร ฮาสุวรรณกิจ. (2548). การจัดระบบบริการสุขภาพในภาวะวิกฤติ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ (Healthcare system during violent

crisis in the three southern border provinces, Thailand). โครงการวิจัยที่ได้รับ  
ทุนอุดหนุนจาก สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

International Crisis Group working prevent conflict worldwide. (2548) ปัญหาภาคใต้ของ  
ไทย การลุกฮือไม่ใช่สงครามศาสนา. รายงานภาคพื้นเอเชียฉบับที่ 98 18 พฤษภาคม  
2548.

### ภาษาอังกฤษ

Army-Technology. (2010). Insurgency: The Oman Experience. Retrieved April 3, 2011,  
from <http://www.army-technology.com/glossary/insurgency.html>

Bellizzi, K. M., & Blank, T. O. (2006). Predicting posttraumatic growth in breast cancer  
survivors. *Health Psychology, 25*, 47-56.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth  
expanded framework. In L.G. Calhoun, & R.G. Tedeschi (Eds.), *Handbook  
posttraumatic growth: Research and practice*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Creamer, M., Burgess, P., & Pattison, P. (1992). Reaction to trauma: A cognitive  
processing model. *Journal of Abnormal Psychology, 101*, 452- 459.

Gangstad, B., Norman, P., & Barton, J. (2009). Cognitive processing and posttraumatic  
growth after stroke. *Rehabilitation Psychology, 54*, 69-75.

Hill, C. E., Thompson, B. J., & Williams, E. N. (1997). A guide to conducting consensual  
qualitative research. *Counseling Psychologist, 25*, 517 - 572.

Hill, C. E., Knox, S., Thompson, B. J., Williams, E. N., Hess, S. A., & Ladany, N. (2005).  
Consensual qualitative research: An update. *Journal of Counseling Psychology,*  
*52*, 196-205.

Johnson, H., & Thompson, A. (2008). The development and maintenance of post-  
traumatic stress disorder (PTSD) in civilian adult survivors of war trauma and  
torture: A review. *Clinical Psychology Review, 28*, 36-47.

Kolassa, I., Ertl, V., Eckart, C., Kolassa, S., Onyut, L. P., & Elbert, T. (2010).

- Spontaneous remission from PTSD depends on the number of traumatic event types experienced. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 2, 169-174.
- Laura, M. R., & Jane, E. D. (2009). Exploring positive identities and organizations. NY: Routledge.
- Morrill, F. E., Brewer, N. T., O'Neill, S. C., Lillie, S. E., Dees, E. C., Carey, L. A., & Rimer, B. K. (2007). The interaction of post-traumatic growth and post-traumatic stress symptoms in predicting depressive symptoms quality of life. *Psycho-Oncology*, 17, 948-953.
- Nolen-Hoeksema, S., & Davis, C. G. (2004). Theoretical and methodological issues in the assessment and interpretation of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15, 60-64.
- Pals, J., & McAdams, D. P. (2004). The transformed self: A narrative understanding of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15, 65-69.
- Peter, S. A. (1975). The transitional experience: An alternative view of culture shock. *Journal of Humanistic Psychology*, 15, 13-23.
- Pietrzak, R. H., Goldstein, M. B., Malley, J. C., Rivers, A. J., Johnson, D. C., Charles, A., Morgan III, C. A., & Southwick, S. M. (2010). Posttraumatic growth in veterans of operations enduring freedom Iraqi freedom. *Journal of Affective Disorders*, 126, 230- 235.
- Rabe, S., Zollner, T., Maercker, A., & Karl, A. (2006). Neural correlates of posttraumatic growth after severe motor vehicle accidents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 880-886.
- Shalev, A., & Freedman, S. (2005). PTSD following terrorist attacks: A prospective evaluation. *American Journal Psychiatry*, 162, 1188-1191.
- Tesser, A., Martin, L. L., & Cornell, D. P. (1996). On the substitutability of self-protective mechanisms. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action* (pp. 48 - 68). NY: Guilford Press.

- Tedeschi, R. G. (1999). Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggression and Violent Behavior, 4*, 319-341.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998). Posttraumatic growth: conceptual issues. In R. Tedeschi & L. Calhoun (Eds.) *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 1-22). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- The Merriam-Webster Online Dictionary. Retrieved April 3, 2011, from <http://www.merriam-webster.com/dictionary/insurgency>
- Zoellner, T. & Maercker, A. (2006a). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review, 26*, 626-653.
- Zoellner, T. & Maercker, A. (2006b). Posttraumatic growth and psychotherapy. In Calhoun, L. & Tedeschi, R. (Eds.). *Handbook of posttraumatic growth: research and practice*. NY: Erlbaum.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก  
เอกสารรับรองโครงการวิจัย  
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
อาคารสถาบัน 2 ชั้น 4 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
โทรศัพท์: 0-2218-8147 โทรสาร: 0-2218-8147 E-mail: eccu@chula.ac.th

COA No. 118/2554

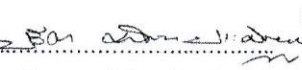

## ใบรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัยที่ 092.1/54 : ประสบการณ์การเติบโตหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญจากเหตุการณ์ความไม่สงบของผู้รอดชีวิตที่อาศัยในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้

ผู้วิจัยหลัก : นางสาวกัญญาณาด สุวรรณชาติ

หน่วยงาน : คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้พิจารณา โดยใช้หลัก ของ The International Conference on Harmonization – Good Clinical Practice (ICH-GCP) อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่องดังกล่าวได้

ลงนาม.....  ลงนาม.....   
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปริดา ทักตนประดิษฐ์) (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)  
ประธาน กรรมการและเลขานุการ

วันที่รับรอง : 2 สิงหาคม 2554 วันหมดอายุ : 1 สิงหาคม 2555

## เอกสารที่คณะกรรมการรับรอง

- 1) โครงการวิจัย
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยและใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) ผู้วิจัย ลงชื่อโครงการวิจัย 092.1/54
- 4) แบบสอบถาม วันที่รับรอง 02 ส.ค. 2554  
วันหมดอายุ 01 ส.ค. 2555



## เงื่อนไข

1. ข้าพเจ้ารับทราบว่าเป็นการศึกษาริยธรรม หากดำเนินการเก็บข้อมูลการวิจัยก่อนได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยฯ
2. หากใบรับรองโครงการวิจัยหมดอายุ การดำเนินการวิจัยต้องยุติ เมื่อต้องการต่ออายุต้องขออนุมัติใหม่ล่วงหน้าไม่ต่ำกว่า 1 เดือน พร้อมส่งรายงานความก้าวหน้าการวิจัย
3. ต้องดำเนินการวิจัยตามที่ระบุไว้ในโครงการวิจัยอย่างเคร่งครัด
4. ใช้เอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย ใบยินยอมของกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย และเอกสารเชิญเข้าร่วมวิจัย (ถ้ามี) เฉพาะที่ประทับตราคณะกรรมการเท่านั้น
5. หากเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ร้ายแรงในสถานที่เก็บข้อมูลที่ขออนุมัติจากคณะกรรมการ ต้องรายงานคณะกรรมการภายใน 5 วันทำการ
6. หากมีการเปลี่ยนแปลงการดำเนินการวิจัย ให้ส่งคณะกรรมการพิจารณารับรองก่อนดำเนินการ
7. โครงการวิจัยไม่เกิน 1 ปี ส่งแบบรายงานสิ้นสุดโครงการวิจัย (AF 03-12) และบทคัดย่อผลการวิจัยภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น สำหรับโครงการวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ให้ส่งบทคัดย่อผลการวิจัย ภายใน 30 วัน เมื่อโครงการวิจัยเสร็จสิ้น

ภาคผนวก ข  
ตัวอย่างแบบสอบถาม

แบบสอบถาม  
สำหรับผู้ใช้ข้อมูลประเมินตนเอง



ศูนย์โครงการวิจัย ..... 092.1/54  
วันที่รับของ ..... 02 ส.ค. 2554  
รับมอบงาน ..... 01 ส.ค. 2555

1 ชื่อ.....นามสกุล.....

คำชี้แจง

ให้ท่านนึกถึงประสบการณ์ความสะเทือนใจครั้งสำคัญที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้ และให้เขียนระบุสั้นๆว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร.....

.....

.....

.....

.....

.....

จากประสบการณ์ดังกล่าวให้ท่านตอบข้อคำถามต่อไปนี้ โดยให้ทำเครื่องหมาย (x) ในช่องที่ท่านพิจารณาแล้วเห็นว่าตรงกับตัวท่าน

ด้าน	ใช่	ไม่ใช่
1.การเปลี่ยนแปลงด้านบวก		
1.1ฉันให้ความสนใจกับสิ่งใหม่ๆที่เข้ามาในชีวิต		
1.2ฉันพบว่าตนเองเข้าใจคนอื่นได้ในยามที่มีปัญหา		
1.3ฉันจัดการกับอุปสรรคและความยากลำบากต่างๆได้		
1.4 ฉันพบว่าตัวเองเข้มแข็งมากกว่าที่คิด		
2.การเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธภาพ		
2.1ฉันยินดีรับความช่วยเหลือผู้อื่น		
2.2 ฉันเห็นคุณค่าของสัมพันธภาพที่มีกับคนอื่นมากขึ้น		
3.การเปลี่ยนแปลงในการใช้ชีวิต		
3.1ฉันจัดลำดับสิ่งสำคัญในชีวิตได้ดี		
3.2 ฉันลงมือทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต		
3.3 ฉันเลือกเส้นทางชีวิตใหม่ๆให้กับตนเอง		
3.4ฉันมีความเชื่อมั่นและศรัทธาทางในศาสนามากกว่าที่ผ่านมา		

ภาคผนวก ค  
ตัวอย่างเอกสารประกอบ  
ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลแบบ CQR

## 1. ตัวอย่างเอกสารทำงานร่วมกับทีมวิเคราะห์ข้อมูลในผู้ให้ข้อมูล 4 คนแรกเพื่อสร้างประเด็นหลักร่วม

### ประเด็นหลัก 2 แหล่งเกื้อหนุน เพาะบ่มการเติบโต

หมวดหมู่ที่ 3.1 ครอบครัว บุคคลรอบข้าง

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อมูลดิบ	ผู้วิเคราะห์ 1 (ผู้วิจัย)	ผู้วิเคราะห์ 2	ผู้วิเคราะห์ 3
รายที่ 1	บรรทัดที่ 46 ผมว่าวันที่ผมถูกระเบิดที่ผมพูดได้ คำเดียวว่าที่ผมตายไม่ได้นะ หนึ่ง คือลูกเมียมันแหละ พ่อแม่คือญาติ พี่น้อง คือตายไม่ได้ ตายไม่ได้เลย นึกถึงลูกถึงเมียคือบอกตรงๆเลยนึก ถึงลูกถึงเมีย นึกถึงครอบครัวเลย ว่าตายไม่ได้เท่านั้นหรอก ไม่ใช่ว่า นึกว่ารถยนต์จอดอยู่ตรงไหน ไม่ใช่ คือนึกถึงเมียถึงลูกถึงแม่นี้แหละ	-บุคคลใน ครอบครัวทำให้ เข้มแข็ง -ยังต้องอยู่เพื่อ ครอบครัว	√ (ไม่มีความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1 และ 3)	ห่วงลูก เมีย ครอบครัว คือ เหตุผลที่ทำ ให้ยังมีชีวิต อยู่
รายที่ 4	บรรทัดที่ 32 หนึ่งครอบครัว ถ้าเกิดเราล้มหรือเรา ไม่เป็นหลักๆเราที่คอยให้เราดูแล อยู่ที่เขาหวังในตัวของเราที่เป็นพ่อ เมียเราก็เข้มแข็งขึ้นมาได้ แล้วก็พ่อ แม่พี่น้องเรา เครือญาติเราที่ให้ กำลังใจเรา	-หน้าที่เสาหลักของ ครอบครัว -ได้รับกำลังใจจาก คนในครอบครัว	ไม่มีความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1	ไม่มี ความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1
รายที่ 5	บรรทัดที่ 30 ครอบครัวที่สำคัญ ครอบครัวการ ดูแลของครอบครัว ความอบอุ่นนี้ แน่นอน	มีครอบครัวที่ อบอุ่น และคนใน ครอบครัวยังอยู่ เคียงข้างคอยให้ กำลังใจ	ไม่มีความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1 และ 3	กำลังใจจาก คนรอบข้าง
รายที่ 6	บรรทัดที่ 36 มันก็คนรอบข้างนั่นแหละ เราก็ดูคน อื่นเขาก็ยังอยู่ได้ ไม่ใช่ว่าอยู่ไม่ได้ เดือนร้อนกันทั่วทุกระแหง	คนรอบๆข้างยัง สามารถเข้มแข็งอยู่ ได้	ไม่มีความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1	ไม่มี ความเห็น ต่างจากผู้ วิเคราะห์ 1

หมวดหมู่ที่ 3.2 มีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็ง

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อมูลดิบ	ผู้เคราะห์ที่ 1 (ผู้วิจัย)	ผู้เคราะห์ที่ 2	ผู้เคราะห์ที่ 3
รายที่ 1	บรรทัดที่ 34 สภาพมันยังเหมือนเดิม คือในความรู้สึก ไม่ใช่แบบว่าเราอนตื้นขึ้นมา เฮ้ย! แขนเราหายข้างนึงแล้ว เราจะนึกถึงตอนเราถูกระเบิดดวงดีเรายังรอดชีวิตเรายังดีใจตรงนี้ด้วยซ้ำ เราไม่ตายๆ คือถ้าเราตายหรือว่าเราเจ็บมากกว่านี้เราจะเสียใจถ้านอนหยอดน้ำ ข้าว อาจจะคิดมากกว่านี้ นี่ร่างกายเรายังปกติดีอยู่ แขนเราเสียไปข้างนึง ขาเรายังเดินได้ปกติ ร่างกายเรายังปกติทุกอย่าง	ยังโชคดีที่ไม่ตาย และสามารถกลับมาใช้ชีวิตได้เหมือนปกติ	เลือกมองบวก	อยู่กับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่ตั้งคำถาม ไม่หาที่มา
รายที่ 4	บรรทัดที่ 18 คือพื้นเพเราเป็นคนที่นี่เป็นคนที่นี่เกิดที่นี่ บรรพบุรุษเราเป็นคนที่นี่ ก็เอาละถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ก็ต้องอยู่กันไปตามสภาพนี้ ทำใจให้ได้ว่าเราต้องอยู่ตรงนี้ให้ได้ อยู่ในสภาพนี้ให้ได้ แล้วก็วิถีการที่จะอยู่ขั้นต่อไปว่าเราควรทำตัวแบบไหนที่จะให้ปลอดภัยขั้น	ทำใจยอมรับให้ได้และมีแนวทางในการดำเนินชีวิต	ต้องการอยู่ที่บ้านเกิดของตน - ย้ายไปอยู่การเติบโตเต็มๆ	มองบวก ประสบการณ์ที่ผ่านมาทำให้เข้มแข็ง -ถ้าเลือกจะอยู่ก็ต้องทำใจ
รายที่ 4	บรรทัดที่ 62 สมมติว่าถ้าย้ายไปที่อื่นตายมัย ก็ตายโรคภัยไข้เจ็บ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็เหมือนกัน แต่นั่นแหละเราต้องสู้สักวันนะ สู้ชีวิตสักวัน	ทำให้เกิดความเข้มแข็งขึ้นภายในใจ	อีกนัยหนึ่ง เหมือนเป็นการยอมรับความจริง	ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ยอมรับสภาพ
รายที่ 6	บรรทัดที่ 36 เพราะฉะนั้นเราต้องปลง ถ้ามันแต่กังวล เหมือนอย่างเช่นว่า ถ้ารู้ล่วงหน้าดีมีบ้าง คนอาจว่าดี ทุกเรื่องทุกราวถามว่าดีมี ก็ไม่ดีดีกว่า แต่เราอย่าประมาท อย่างเช่น	ปลง ไม่วิตกกังวลจนเกินเหตุ	ยอมรับ ความจริงว่าทุกคนต้องตาย	ทุกอย่างอยู่ที่ความคิด คิดให้ทุกข์ก็สุขก็เป็นสุข คิดให้ทุกข์ก็สุขสามารถทุกข์

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อมูลดิบ	ผู้วิเคราะห์ 1 (ผู้วิจัย)	ผู้วิเคราะห์ 2	ผู้วิเคราะห์ 3
	<p>รู้ตัวว่าต้องตายอย่างคนเป็นมะเร็งเนี่ย หรือเป็นเอดส์ ถ้าคนเครียดเนี่ยไม่มี กำลังใจ แต่ถ้าคิดว่าทุกคนที่เกิดมาเนี่ย ต้องตายนะแต่ไม่รู้เวลาเท่านั้นเอง เหมือนกับคนที่โนระเปิดตายที่ร้านนะ สองคนอะ ก็ยังยิ้มแฉ่งมใส่คุยหยอก ล้อกันอยู่ เขายังไม่รู้ตัวเลยว่าเบื้องหน้า อีกห้านาทีแล้วนะต้องตาย ถ้ารู้ว่าตาย เครียดใช้มัยคนเราเพราะคือเขาปลงไม่ได้</p>			ได้ในทุกขณะ



หมวดหมู่ที่ 3.3 นำหลักศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อมูลดิบ	ผู้เคราะห์ 1 (ผู้วิจัย)	ผู้เคราะห์ 2	ผู้เคราะห์ 3
รายที่ 4	บรรทัดที่ 62 สำหรับเราดีนะที่เราเป็นชาว พุทธด้วยมีอะไรเข้ามารักษา เราได้แล้วเป็นของจริงนะดีด้วย ไม่ม่งมาย หลักธรรมที่เขารู้มาจะ มีประโยชน์เมื่อเราคับขัน เราคิด ได้ทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่ใช่ของ เราแล้วแม้กระทั่งร่างกายก็ไม่ใช่ ของเรา	ใช้หลักธรรมทาง ศาสนาในการ เข้าใจชีวิต	ยึดหลักธรรม ช่วยให้ปล่อย วาง	อาศัยธรรมะ
รายที่ 6	บรรทัดที่ 20 ยึดเอาหลักศาสนานั้นแหละ ที่มาสอนว่าให้นึกถึงความตาย ทุกขณะจิตชีวิตจะได้มีความสุข	ใช้หลักธรรมใน การสร้าง ความสุขให้ชีวิต	ยึดหลักธรรม ช่วยให้ไม่ ประมาทใน ความตาย	คิดกังวลทำ ให้ชีวิตเป็น ทุกข์ ไม่มี ความสุข
รายที่ 6	บรรทัดที่ 26 ใช้ทางพระเข้าข่มใจ ทางศาสนา เหมือนพระพุทธเจ้าบอกว่าทุก สิ่งคือภาพลวงตาที่ผ่านมาคือ อดีตเหมือนความฝัน เพราะฉะนั้นที่ผ่านมานั้นถือว่าเป็น ฝันร้าย	ให้เปรียบเสมือน ฝันร้าย	ยึดหลักธรรม ให้อยู่กับ ปัจจุบันและ ปล่อยวาง อดีต	ไม่เก็บเอา เอาอดีตมา คิด

หมวดหมู่ที่ 3.4 การมีบทบาทต้องรับผิดชอบ

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อมูลดิบ	ผู้วิเคราะห์ 1 (ผู้วิจัย)	ผู้วิเคราะห์ 2	ผู้วิเคราะห์ 3
รายที่ 1	บรรทัดที่ 58 ก็นั่นแหละไม่รู้มันยังงัยบอกไม่ ถูก คือบางทีมันเขาสอนให้เรา เข้มแข็งมาแบบนี้ เพราะเขาสอน เรามาแบบนี้ คือตำรวจเขาสอน เราแบบนี้ ด้วยหน้าที่แล้วแล้ว มันต้องอยู่ตลอดเวลา บางทีมัน ต้องอยู่ทุกวันเรายังไม่รู้เลยแต่ มันซึมเข้าไปในตัวเราโดยที่เราไม่รู้ นะ	เข้มแข็งเพราะ หน้าที่	เข้มแข็งใน สายเลือด ตำรวจ	เพราะ หน้าที่ๆ ปฏิบัติงาน

2. ตัวอย่างเอกสารที่เกิดขึ้นในขั้นตอนการวิเคราะห์ภาพรวม (Cross-Analyses) และการจัดหมวดหมู่ (Category) และหมวดหมู่ย่อย (Subcategory) ภายหลังจากที่ผู้ตรวจสอบ (Auditor) ให้ความเห็นแล้ว

ประเด็นหลัก 3 แหล่งเกื้อหนุน เพาะบ่มการเติบโต หมายถึง ปัจจัยที่ทำให้ผู้ที่รอดชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนใต้ สามารถก้าวข้ามผ่านเหตุการณ์เลวร้ายนั้นมาได้ โดยพัฒนาความเข้มแข็งภายในจิตใจและสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติท่ามกลางสถานการณ์ที่ยังรุนแรง ซึ่งได้แก่ การมีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและใจ การได้รับกำลังใจจากครอบครัวและบุคคลรอบข้าง การนำหลักศาสนามาใช้ การมีภาระหน้าที่และความรับผิดชอบ

ประเด็นหลัก (Domain)	หมวดหมู่ (Category)	หมวดหมู่ย่อย (Subcategory)	ความถี่ (Frequency)
แหล่งเกื้อหนุน เพาะบ่มการเติบโต	1.การมีวิถีคิดเพื่อสร้าง ความเข้มแข็งทั้งกาย และใจ	1.1 การเลือกมอง ทางบวก	9/10
		1.2 การคิดให้ใจปล่อย วาง	7/10
	2.การมีครอบครัว บุคคลรอบข้าง	2.1 ครอบครัวและคน รอบข้างทำให้เกิดความ เข้มแข็งขึ้น	6/10
		2.2 กำลังใจจาก ครอบครัว และคนรอบ ข้าง	5/10
	3.การนำหลักศาสนา มาใช้	3.1ยึดหลักศาสนาในการ ดำเนินชีวิต	4/10
		3.2 บุญกรรมที่ทำกันมา	4/10
	4.การมีการมีบทบาท ต้องรับผิดชอบ		4/10

### หมวดหมู่ 3.1 มีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและใจ

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.1.1 การเลือกมองทางบวก หมายถึง การที่ผู้รอดชีวิตเลือกมองประสบการณ์ที่ได้เผชิญมาเป็นในมุมมอง เช่น การมองว่าชีวิตมนุษย์คงหนีไม่พ้นจากการเกิด แก่ เจ็บ ตาย มนุษย์ทุกคนล้วนเป็นเช่นนี้ การชื่นชมและพูดให้กำลังใจตนเองที่สามารถรอดชีวิตจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาได้ ซึ่งเป็นเรื่องที่โชคดีมากสำหรับตนเอง ไม่เกิดความวิตกกังวลจนเกินเหตุ เพียงแต่มีความระมัดระวังมากขึ้น ไม่เก็บเรื่องราวที่เกิดขึ้นมาคิดมากเพราะจะทำให้มีแต่ความรู้สึกเครียด เป็นมุมมองเพื่อที่จะสามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและฟื้นฟูสภาพจิตใจให้กลับมาเข้มแข็งกว่าเดิมจากการประสบกับเหตุการณ์สะเทือนขวัญ

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
1	สภาพมันยังเหมือนเดิม คือในความรู้สึก ไม่ใช่แบบว่าเราอนตื้นขึ้นมา เฮ้ย! แขนเราหายข้างหนึ่งแล้ว เราจะนึกถึงตอนเราถูกระเบิดดวงดีเรายังรอดชีวิตเรายังดีใจตรงนี้ด้วยซ้ำ เราไม่ตายๆ คือถ้าเราตายหรือว่าเราเจ็บมากกว่านี้เราจะเสียใจ ถ้านอนหยอดน้ำ ข้าว อาจะคิดมาก กว่านี้ ร่างกายเรายังปกติดีอยู่ แขนเราเสียไปข้างหนึ่ง ขาเรายังเดินได้ปกติ ร่างกายเรายังปกติทุกอย่าง	เลือกมองทางบวก
2	อย่าวิตกกังวลคิดมาก ถ้าคิดมากเกินไปมันก็จะมือคุดอยู่ตลอดเวลา จะไม่เป็นอันทำงาน มองโลกในแง่ไม่ค่อยดีมองอะไรไม่ค่อยสวยงาม มันจะทำให้ชีวิตจะไม่เบิกบาน มันจะไม่สดชื่นเท่าไร	เลือกมองทางบวก
3	ก็คือความเป็นอยู่นี้แหละมันต้องสนใจตัวเอง บางครั้ง อย่าไปอ่อนแอให้เห็นอะ คือแบบเราต้องเข้มแข็งไม่ใช่เกิดเฉพาะเราคนเดียว คนอื่นเขาก็ถูกเหมือนกันคนอื่นเขาต้องลำบากกว่าเราก็มี	เลือกมองทางบวก

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
4	<p>เราต้องให้กำลังใจตัวเองว่าทุกอย่างก็คือ เออ เราก็เก่งเหมือนกันนะที่ได้รอดมาจากตรงนี้ แคนั้น เราก็เลยชื่นชมตัวเองขึ้นมาเราก็รักษาใจรักษาความรู้สึกของเราให้มันดีขึ้นๆ ถ้าเรา ยิ่งชบเซายิ่งซึมเศร้ามันก็ยิ่งไปกันใหญ่ก็ ประคองใจมาเรื่อยๆ สมมติว่าถ้าย้ายไปที่อื่น ตายมัย ก็ตาย โรคภัยไข้เจ็บ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็เหมือนกัน แต่นั่นแหละเราต้องสู้สักนิดนะ สู้ชีวิตสักนิด</p>	<p>พูดให้กำลังใจตัวเองที่สามารถรอดชีวิตมาได้</p>
5	<p>อยู่ที่ใครทำใจได้มากกว่าหลังจากเหตุการณ์ เกิดกับตัวเองหรือว่าครอบครัวเนี่ย หลายคน เขาเครียดนะ บางคนอยู่ไม่ได้ คือต้องใช้ เวลานานมากที่จะเยียวยาหัวใจตัวเองเนี่ย แต่ พี่ก็อยู่ได้แล้ว ก็เข้มแข็งพอ ทำใจยอมรับมันได้</p>	<p>ได้รับกำลังใจจากคนในครอบครัว</p>
6	<p>เพราะฉะนั้นเราต้องปลง ถ้ามันแต่กังวล เหมือนอย่างเช่นว่า ถ้ารู้ล่วงหน้าดีมัยบางคน อาจว่าดี ทุกเรื่องทุกราวถามว่าดีมัย ก็ไม่ดี ดีกว่า แต่เราอย่าประมาท อย่างเช่นรู้ตัวว่า ต้องตายอย่างคนเป็นมะเร็งเนี่ยหรือเป็นเอดส์ ถ้าคนเครียดเนี่ยไม่มีกำลังใจ แต่ถ้าคิดว่าทุกคนที่เกิดมาเนี่ยต้องตายนะแต่ไม่รู้เวลาเท่านั้นเอง เหมือนกับคนที่โนระเปิดตายที่ร้านนะ สองคนอะ ก็ยังยิ้มแย้มแจ่มใสคุยหยอกล้อกัน อยู่ เขายังไม่รู้ตัวเลยว่าเบื้องหน้าอีกห้านาที แล้วนะต้องตาย ถ้ารู้ว่าตายเครียดไ่มมัย คนเราเพราะคือเขาปลงไม่ได้</p>	<p>ไม่ยึดติดกับอดีต คิดว่าชีวิตต้องก้าวไปข้างหน้า</p>
7	<p>ไม่เคยคิดไว้ล่วงหน้า เพราะว่าอะไรจะเกิดมัน</p>	<p>มองชีวิตตนเองว่าโชคดีที่ไม่ตาย</p>

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
	<p>ก็ต้องเกิดถ้าเราจะช่วยซ้ำสองก็ไม่ว่าจะยังไงนะ พุดกันตรงๆ ถ้าเราเลี้ยงไปเราไม่ทำลูกเราจะอด เราต้องทำอาชีพเราภูมิใจที่เรายังมีอาชีพให้ทำ มีเราร่างกายยังครบสามสิบสอง ดีใจตรงนี้หรือที่เราถูกมาแล้ว น้อยคนหรือที่จะอยู่ครบสามสิบสอง</p>	<p>และร่างกายก็ยังสมบูรณ์ทำงานได้ปกติ</p>
8	<p>แม่ต้องสวดมนต์ทำใจนะ ทำใจให้มันพอ ถ้าเราคิดว่าเราอยากได้เท่าไรมันก็ไม่พอใจ แล้วเราก็คิดว่าเราพอแล้วนะ ตอนแรกๆเราตั้งความหวังไว้คือมีบ้านอยู่สักหลังนึง ลูกๆเรียนจบ แล้วมีรถยนต์สักคันหนึ่ง คือตอนนั้นก็ได้แล้ว</p>	<p>ทำใจให้ปล่อยวาง</p>
9	<p>มาทำใจได้ตอนที่เพื่อนครูที่ปัตตานีเขากำลังเดินทางกลับจากโรงเรียนสองคนสามีภรรยา แล้วก็รู้ว่าเขาขับรถอย่างไรตกลงไปในคลองระบายน้ำ ตายทั้งสองคน ก็เลยคิดได้ว่าเห็นมียเขาตายเพราะไม่ได้ถูกยิงสักหน่อย คนถึงที่ๆจะตายมันก็ตาย แต่รู้ตัวนะว่าตัวเองเป็นคนที่ยึดหลักธรรมะเยอะ แต่พอเจอเข้ากับตัวเองตอนนั้นทำไม่ได้นะ น้ำไม่ได้คิด แต่พอมาได้ข่าวเพื่อนนี่ก็คิดว่า เออ เขาไม่ได้ถูกยิง เขาก็ตาย โอ้ย ทำใจได้ทำใจได้อย่างมากเลย</p>	<p>ไม่กังวลกับอนาคต ทำใจให้ปล่อยวาง</p>

### หมวดหมู่ 3.1 มีวิถีคิดเพื่อสร้างความเข้มแข็งทั้งกายและใจ

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.1.2 คิดให้ใจปล่อยวาง หมายถึง เหตุการณ์สะเทือนขวัญที่เกิดขึ้นส่งผลต่อสภาพจิตใจเป็นอย่างมาก แต่ผู้รอดชีวิตมีวิถีคิดโดยให้ปลงกับเรื่องราวที่เกิดขึ้น และการทำให้ใจปล่อยวางกับสิ่งที่สูญเสียไป ไม่ยึดติดกับอดีต ไม่กังวลกับอนาคต การอยู่กับปัจจุบัน เพราะชีวิตยังต้องเดินก้าวต่อไปข้างหน้า หากมัวจมอยู่กับอดีตก็จะทำให้ไม่สามารถมีความสุขในปัจจุบันได้ อย่าเครียดกังวลจนเป็นความทุกข์ใจ

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
2	พยายามมองโลกในแง่ดีนะ อย่างน้อยก็คิดว่าคนที่เสียก็เสียไปแล้วทำยังไงได้เอาคืนมาก็ไม่ได้แล้ว ได้แต่คิดว่ามันเราทำบุญมาแค่นี้ อย่างน้อยๆคนที่อยู่ก็ต้องสู้ต่อ ก็ถือว่าตัวเองเข้มแข็งระดับหนึ่ง ก็ยังใช้ชีวิตปกติจะไปยึดติดตรงเรื่องอดีตเก่าๆมันก็ไม่ได้แต่ถ้าถามว่าอดีตมันยังมีอยู่ในจิตใจแต่ว่าชีวิตมันก็ต้องเดินต่อไป จะไปจนงานการไม่เป็นอันจะทำก็คงจะไม่ได้	คิดว่ายังโชคดีที่ไม่ตายและไม่วิตกกังวลเกินไป
6	เราก็ต้องอยู่ด้วยความไม่ประมาทใจ แต่ไม่ใช่ว่าตกใจตื่นกลัวจนเกินไปจะทำให้ชีวิตมีความสุข และการดำรงชีพอยู่มันก็จะไม่มีความสุข เราก็ปลงได้ส่วนหนึ่งแต่เราอย่าประมาทก็มีความสุข ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนถ้าเราประมาทมันก็มีอันตรายหมด ทำชีวิตให้มีความสุข เราก็จะมีความสุขทุกวันทั้งอดีต ปัจจุบันและอนาคต แต่ถ้าเราวิตกกังวลหรืออยู่ไม่มีความสุข มีความทุกข์วันนี้ พอล่วงไปข้างหน้าเราก็จะมีแต่ความทุกข์วิตกกังวลอย่างนี้ ก็ทำให้อดีตปัจจุบัน อนาคตเราไม่มีความสุข ทำวันนี้ให้ดีที่สุดมันก็โอเคอะ	อย่าวิตกกังวลเกินเหตุ

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
7	<p>แม่ใช้ชีวิตของแม่มาตั้งแต่สาวจนแก่ก็อยู่          อย่างนี้ไม่เคยคิดอะไรไว้ล่วงหน้าปล่อยวางไม่          คิดอะไรล่วงหน้าไปก่อนไง และแม่ก็ไม่ใช่คน          คิดเล็กคิดน้อย ก็ทำไปเรื่อยๆไม่เคยวาด          อนาคตยังไง เรามีวันนี้เราทำได้ยังไงพรุ่งนี้เรา          ก็ทำได้</p>	<p>อยู่กับปัจจุบัน ไม่คาดหวังใน          อนาคตว่าจะเกิดอะไรขึ้น</p>
8	<p>แม่ก็คิดว่าคนเรามันก็แค่นั้นนะ คืออย่างหนึ่งที่          แม่ไม่หวังเท่าไรคือลูกหมดภาระแล้วไง ตรง          นั้นก็ตัดไปได้ส่วนหนึ่งแม่ไม่มีภาระ อีกอย่าง          หนึ่งแม่เป็นคนไม่ยึดติดกับอะไรมาก คือทุก          อย่างนั้นแหละแรกๆเราก็มักจะเสียใจพอ          นานๆไปเราก็ลืม จากวันนั้นถึงวันนี้แม่ว่าแม่          ก็กลับมาเหมือนเดิมแล้วนะ คืออยู่ได้แล้ว          แม้ว่ารายได้มันก็หายไปหน่อยนะแต่มันก็ทำ          ใจอะทำให้ได้ว่าคนเราอย่าอะไรกันนักหนา          เลยนะ แม่ก็คิดอย่างนี้นะคิดว่าตอนนี้แม่ก็          อายู่อายุสิบกว่าแล้วเราก็ไม่ต้องหาอะไรมา          แล้วเราก็ไม่มีภาระอะไรมาแล้วไง</p>	<p>เป็นวัฏจักรของชีวิต ให้มองว่าอยู่          ที่ไหนก็สามารถเกิดขึ้นได้ทั้งนั้น</p>
9	<p>ไม่ค่อยคิดคือมันปลงหมดแล้ว น้ำไม่ค่อยไป          คิดมันเรื่องนอกๆตัว น้ำเฉยๆกับโลกภายนอก          คือแค่อยากกลับมาอยู่กับลูกๆ ให้ลูกๆคนแก่ๆ          ได้สบายใจ</p>	<p>ปล่อยวางกับสิ่งที่สูญเสียไป</p>
10	<p>มันก็ลืมๆไปข้างแล้วนะเหตุการณ์นั้น เราไม่ได้สนใจ          อะไรมันเกิดไปแล้วผ่านไปแล้ว ไม่ได้สนใจอะไรแล้ว          ทำใจได้แล้ว มันนานแล้ว ความเข้มแข็งก็ดีกว่าเดิม          มากกว่าเดิม คือไม่ใช่ว่าก่อนเกิดเหตุการณ์นะ หลัง          เกิดเหตุการณ์ใหม่ๆจนปัจจุบันนี้แหละ</p>	<p>ไม่ยึดติดกับอดีต คิดว่าชีวิตต้อง          ก้าวไปข้างหน้า</p>



### หมวดหมู่ 3.2 การมีครอบครัว บุคคลรอบข้าง

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.2.1 ครอบครัวและคนรอบข้างทำให้เกิดความเข้มแข็งขึ้น คือ ด้วยหน้าที่การเป็นเสาหลักของครอบครัว เป็นพลังสำคัญที่ทำให้ผู้รอดชีวิตจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญมีใจเข้มแข็งเพื่อจะดำเนินชีวิตต่อไปได้ ทั้งบทบาทหน้าที่ที่พ่อที่ยังต้องดูแลลูกๆ ภรรยา บทบาทหน้าที่แม่ที่ยังต้องทำเพื่อให้ลูกประสบความสำเร็จในชีวิต บทบาทหน้าที่ของลูกที่เป็นความหวังเพื่อเลี้ยงดูครอบครัว รวมถึงการดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขของบุคคลรอบข้างที่เคยเผชิญเหตุการณ์เช่นเดียวกันนี้ เป็นพลังใจให้เกิดความเข้มแข็ง

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
1	ผมว่าวันที่ผมถูกระเบิดที่ผมพูดได้คำเดียวว่าที่ผมตายไม่ได้นะ หนึ่งคือลูกเมียมันแหละ พ่อแม่คือญาติพี่น้อง คือตายไม่ได้ ตายไม่ได้เลย นึกถึงลูกถึงเมียคือบอกตรงๆเลยนึกถึงลูกถึงเมียนึกถึงครอบครัวเลยว่าตายไม่ได้เท่านั้นหรือ ไม่ใช่ว่านึกว่ารถยนต์จอดอยู่ตรงไหน ไม่ใช่ นึกถึงเมียถึงลูกถึงแม่นี้แหละ	ยังต้องอยู่เพื่อครอบครัวและบุคคลในครอบครัวทำให้เข้มแข็ง
1	ก็เนียแหละ ครอบครัวผมว่าครอบครัวนี้แหละมากกว่านะ คือมันยังละมีความสุขกับครอบครัวมากกว่านะผมว่านะ ครอบครัวทำให้มีความสุขมากกว่า ก็ครอบครัวนี้แหละทำให้ดีขึ้น	ความสุขจากครอบครัวทำให้เข้มแข็งขึ้นและสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้
2	มันต้องครอบครัวเป็นเรื่องสำคัญก็อย่างน้อยเราทำงานอยู่เป็นความหวังของครอบครัวที่จะต้องหนึ่งคือเรื่องรายได้ อย่างน้อยๆเราก็ยังทำงานส่งเสียคนที่อยู่ที่บ้าน อย่างน้อยก็ได้จุนเจือครอบครัวในระดับหนึ่ง แต่ถ้าถามว่าเรานั้นมันสู้อยู่	การทำเพื่อคนในครอบครัวเป็นหลักในการสร้างความเข้มแข็ง

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
4	หนึ่งครอบครัว ถ้าเกิดเราล้มหรือเราไม่เป็นหลัก ลูกๆเราที่คอยให้เราดูแลอยู่ที่เขาหวังในตัวของเราที่เป็นพ่อเนี่ยเราก็เข้มแข็งขึ้นมาได้	หน้าที่การเป็นเสาหลักของครอบครัว
6	มันก็ครอบครัวข้างนั้นแหละ เราก็ดูคนอื่นเขาก็ยังอยู่ได้ ไม่ใช่ว่าอยู่ไม่ได้เดือนร้อนกันทั่วทุกระแวง	ครอบครัวข้างยังสามารถเข้มแข็งอยู่ได้
7	ก็เนี่ยแหละครอบครัว ลูกๆนี้แหละ เรารู้ว่าภาวะเราต้องส่งลูกให้จบให้ขึ้นฝั่งต่อไป เนี่ยแหละ เป็นแรงและอีกอย่างร่างกายเราก็สมบูรณ์ด้วย ไม่ใช่ว่าร่างกายเราขาดอะไรไปสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มันอาจจะไม่เหมือนเดิมใช้มือมากๆอาจจะมีขาบ้างแต่เราก็ไม่ได้ทอดอวยตรงนั้น เราทำไม่ไหว วันนี้เราก็นอนเราทำไหวเราทำ ก็อยู่แบบนี้	หน้าที่เสาหลักของครอบครัว

### หมวดหมู่ 3.2 การมีครอบครัว บุคคลรอบข้าง

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.2.2 การได้รับกำลังใจจากครอบครัวและคนรอบข้าง หมายถึง การประคับประคองจิตใจผู้รอดชีวิต จากการประสบเหตุโดยตรงจากเหตุอุกฉวยบัง และวางระเบิด ที่ได้รับบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะสภาพจิตใจที่ย่ำแย่ ทั้งรู้สึกหวาดกลัว หวาดระแวง ท้อแท้ ท้อถอย หมดกำลังใจ เสียขวัญ ด้วยการได้รับความอบอุ่นจากการดูแลใส่ใจของครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกำลังใจจากลูกและภรรยาที่คอยดูแลอยู่เคียงข้าง และเพื่อนฝูงที่มาเยี่ยมเยียน คอยพูดให้กำลังใจ ช่วยคลายความทุกข์ใจและทำให้จิตใจผู้ให้ข้อมูลฟื้นกลับดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
1	คือแบบว่าพอว่าเจ็บแล้ว ถามว่าสุขภาพจิต เป็นยังไงบ้าง ดีขึ้น กลับสู่ปกติ ก็ไม่เป็นไรมี คนให้กำลังใจอยู่ เหมือนลูก เมียก็มีพร้อม คือ มันยังละมีความสุขกับครอบครัวมากกว่านะ ผมว่านะ หรือถ้าไปพบพรรคพวกเพื่อนฝูงไป เจอคนโน้นคนนี้ถามเป็นยังไงบ้าง ก็บอกว่า แชนชาทียกได้เท่านี้ ทุกคนก็พูดว่าให้กำลังใจ เออ ดีแล้วคิดว่าตายแล้ว ซึ่งเราเห็นก็คิดแบบ นั้นไงความรู้สึกนะ	ครอบครัวอยู่เคียงข้างคอยให้กำลังใจ
3	เพื่อนให้กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญ	กำลังใจจากคนรอบข้าง
5	ก็ตอนนั้นกำลังใจจากครอบครัวสำคัญมากที่ อยู่ได้ตอนนั้น ครอบครัวๆสำคัญ การดูแลของ ครอบครัว ความอบอุ่นนี่แน่นอน ครอบครัว ดูแลทำให้ความรักในครอบครัวมีมากขึ้น พอ เจอเนี่ยทำให้เราต้องรักมากขึ้น	ครอบครัวอยู่เคียงข้างคอยให้กำลังใจ
7	ก็ครอบครัวก็ให้กำลังใจเยอะ ลูกๆดูแลอย่างดี เลย เขาจะให้กำลังใจทุกคน	มีครอบครัวที่อบอุ่นและคนในครอบครัวยังอยู่เคียงข้างคอยให้กำลังใจ

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
10	<p>คือว่าตอนนี้ก็ไม่ได้มีผมคนเดียวที่ได้รับผลกระทบ และทางหน่วยงานราชการเขาก็คอยดูแลให้ความช่วยเหลือ คอยเยียวยา ให้กำลังใจ มีพาไปเที่ยวบ้างมีชมรมให้ได้พบปะพูดคุยกันสำหรับผู้ที่ได้รับผลกระทบแบบนี้ ก็ได้ระบายความรู้สึกเล่าความในใจให้เพื่อนๆ ฟังว่าเรามีปัญหาอะไรบ้าง</p>	ได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง

### หมวดหมู่ 3.3 การนำหลักศาสนามาใช้

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.3.1 การยึดหลักศาสนาในการดำเนินชีวิต คือ ผู้รอดชีวิตใช้หลักทางศาสนา เพื่อให้ใจเข้มแข็ง ไม่ให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ให้อยู่กับปัจจุบันและปล่อยวางในเรื่องราวอดีตมาใช้ในการดำเนินชีวิต โดยให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตว่าทุกชีวิตเกิดมามีวันตาย จากกันไปทั้งสิ้น เพียงแต่ใครจะจากโลกนี้ไปเร็วหรือช้าเพียงเท่านั้น ทุกชีวิตไม่สามารถปฏิเสธความตายได้ และทุกชีวิตย่อมมีเวลาเป็นของตนเอง ไม่มีใครทราบล่วงหน้าได้ว่าจะเจอกับความตายเมื่อใด

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
2	ปกติวันไหนว่างๆผมก็จะไปทำบุญทำอะไบบ้าง พยายามเอาธรรมะอะไรเข้ามาช่วย บ้างมันจะทำให้จิตใจสงบขึ้นเยอะ ไปวัดไปทำบุญถวายสังฆทานบ้างตามโอกาส	ใช้หลักธรรมทางศาสนาเพื่อให้ใจเข้มแข็ง
4	สำหรับเราดิฉันที่เราเป็นชาวพุทธด้วยมีอะไรๆ เข้ามารักษาเราได้แล้วเป็นของจริงนะดีด้วย ไม่ม่งมาย หลักธรรมที่เขาว่ามาจะมีประโยชน์ เมื่อเราคับขัน เราคิดได้ทุกอย่างอย่างมัน ไม่ใช่ของเราแล้วแม้กระทั่งร่างกายก็ไม่ใช่ของเรา ความตาย รู้สึกว่าที่กลัวๆนั้นเราเข้าใจตรง นี้ขึ้นมาในระดับหนึ่งว่าเข้าใจในเรื่องของความตาย คำสอนของพระพุทธศาสนาเข้ามาใช้ให้ เราเข้มแข็ง	ยึดหลักธรรมช่วยให้ปล่อยวาง
6	มันก็เลยปลงๆอย่างที่คำพระท่านสอน เพราะปกติก็ฟังคำพระสอนพระเทศน์ด้วย มันทำให้เราปลงแล้วก็มันมีหลักยึดเหนี่ยวทำให้การดำเนินชีวิตมีหลักว่ามันเป็นอย่างนั้น ทุกสิ่งมันไม่แน่นอนทุกสิ่งคือภาพลวงตา ชีวิตที่เกิดมามีวันตายหมดเราก็ต้องตายสักวัน เพราะ	ยึดหลักธรรมช่วยให้ไม่ประมาทในความตาย

ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
	วันนี้เรายังไม่ถึงเวลาเพราะฉะนั้นก็ว่าเราไม่ วิตกไงแต่เราก็ไม่ประมาทอย่างที่บอก	
9	ถ้ามีเรื่องไม่สบายใจ คิดมาก ก็ไม่ต้องอะไร มากนักก็จะท่องบทสวดมนต์ อิติปิโส ภควา ..... ท่องไปท่องมาก็ทำให้น้ำใจสงบแล้ว คือ ง่ายมากเลยสำหรับน้ำที่เป็นคนที่มีพื้นฐาน ทางด้านนี้อยู่แล้ว ทำให้เรารู้จักได้ปล่อยวาง ทุกวันนี้เลยไม่กลัวมากเกินกว่าเหตุ พอถึง วันพระก็ไปวัด ตรงนี้มีส่วนมากนะ คนเราถ้า ไม่เอาส่วนของตรงนี้มาใช้บ้างได้เลยนะ ก็เอา ตรงนี้มาใช้ในการดำเนินชีวิต	ยึดหลักธรรมให้อยู่กับปัจจุบัน และปล่อยวางอดีต

### หมวดหมู่ 3.3 .การนำหลักศาสนามาใช้

หมวดหมู่ย่อยที่ 2.3.2 ผลบุญที่ทำกันมา คือ การเผชิญเรื่องราวสะเทือนใจ ผู้ให้ข้อมูลมีความคิด และรู้สึกว่าเป็นเรื่องของดวงชะตาชีวิตแต่ละบุคคลที่ทำบุญทำกรรมมากน้อยแตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่คิดว่าตนเองเป็นผู้ที่กระทำแต่ความดี จึงเชื่อว่าทำดีก็จะได้ผลบุญดี การยังมีชีวิตรอดจึงเป็น เพราะผลบุญดีที่เคยได้ทำดีไว้ และยึดหลักธรรมะเพื่อช่วยประคองให้ใจสงบขึ้นและทำให้ชีวิตที่รอดพ้นจากความตายครั้งนี้ จะปฏิบัติแต่สิ่งดีงาม

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
2	ก็คิดว่า เออ ตัวเองส่วนหนึ่งก็ว่ายังมีบุญวาสนาอยู่ ที่ยังไม่ต้องไปเสียชีวิตในเหตุการณ์วันนั้น คิดซะว่าเรื่องที่มีมันผ่านๆมาเขากำหนดให้มันเป็นอย่างนั้น เป็นเรื่องของบุญของกรรมไป	ยอมรับความจริงเชื่อว่าเป็นเรื่องของเวรกรรม
6	มันอยู่ที่ตัวเราถ้าเรายึดธรรมะเราทำดีทุกวัน เราคิดดีทุกวัน เราปฏิบัติดีทุกวัน เราก็มีความสุข และก็คิดว่าถ้าดวงเราไม่ดีก็อาจจะถูกสักวันหนึ่ง คิดมาก่อนหน้าอยู่แล้ว	เชื่อว่าจะทำดีได้ดี
7	ถ้าพูดตามประสาชาวบ้านก็ว่าเราสวดมนต์ไหว้พระเยอะ เราก็ไม่กลัว เราทำบุญเยอะ ใครๆก็บอก แม่เนี่ยทำบุญเยอะไม่ฉันนี่ขาดแล้ว(	เชื่อว่าจะทำดีได้ผลบุญดี
9	คิดว่าคนเราถ้าไม่ถึงที่ตายมันก็ไม่ตายหรอก คิดแบบนั้น ถ้าจะถึงที่ตายมันก็ตาย แล้วก็กลับมาคิดที่ตัวเองว่า เออ ทำไมเราถูกยิงแต่ก็ไม่ถูกที่อวัยวะข้างในที่นะ แต่ฉันไม่ถูกอะไรเลย ยิ่งทะเลไปเลย กระสุนก็ไม่ได้อยู่ข้างใน	เชื่อว่าจะทำดีได้ดี

**หมวดหมู่ 3.4 มีบทบาทต้องรับผิดชอบ** จากการใช้ข้อมูลยังมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบในการปฏิบัติงานอยู่ในพื้นที่ต่อไป ไม่ว่าจะเป็นด้านของ หน้าที่การงานในฐานะข้าราชการของรัฐ อย่างเช่นทหาร ตำรวจ ครู หรือการประกอบอาชีพเพื่อเลี้ยงชีพและครอบครัว ทำให้ยังต้องเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจเพื่อปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้ได้อย่างเต็มความสามารถ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลก็สามารถกลับมาปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างเต็มความสามารถและกลับมาดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขได้

ผู้ให้ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
1	ก็มันแหละไม่รู้มันยังงัยบอกไม่ถูก คือบางทีมันเขาสอนให้เราเข้มแข็งมาแบบนี้ เพราะเขาสอนเรามาแบบนี้ คือตำรวจเขาสอนเราแบบนี้ ด้วยหน้าที่แล้วแล้วมันต้องอยู่ตลอดเวลา บางทีมันต้องอยู่ทุกวันเรายังไม่รู้เลยแต่มันซึมเข้าไปในตัวเราโดยที่เราไม่รู้ นะ คือความกลัวมันเกิดไม่ได้ ความกลัวมันเข้ามาอยู่กับตัวเราไม่ได้ ถ้าเรากลัว เราก็ไม่กล้าทำแล้ว คือถ้าเรายังเป็นตำรวจอยู่ อีกเรากลัวไม่ได้	เข้มแข็งในสายเลือดตำรวจ
2	มันเป็นความรับผิดชอบ บางทีคนเป็นพ่อ คนเป็นแม่ คนเป็นลูกอย่างนี้มันต้องมี ความรับผิดชอบอยู่ในหน้าที่ๆตัวเองต้องทำ เหมือนตำรวจมีหน้าที่อะไร ครูมีหน้าที่อะไร เราก็แค่ทำหน้าที่ตรงนั้นให้มันจบ มันเหมือนกับว่าเป็นความรับผิดชอบในหน้าที่	การทำเพื่อคนในครอบครัวเป็นหลัก ในการสร้างความเข้มแข็ง
5	ก็ต้องอยู่ได้แหละใช้มีขี้แหละ ก็มันจำเป็น เพราะหน้าที่การงานเราอยู่ที่นั่นก็ต้องอยู่ได้ ครูคนอื่นเขายังอยู่ได้	ยังมีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ



ผู้ให้ ข้อมูล	ข้อความ	ใจความสำคัญ (Core idea)
7	พูดกันตรงๆ ถ้าเราเลี้ยงไปเราไม่ทำลูกเรา จะอด เราต้องทำอาชีพเราภูมิใจที่เรายังมี อาชีพให้ทำ มีออกร่างกายยังครบสามสิบ สอง ดีใจตรงนี้หรือที่เรากลับมาแล้ว น้อย คนหรือที่ว่าจะอยู่ครบสามสิบสอง	หน้าที่การเป็นเสาหลักของครอบครัว

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวกัญญาภาท สุวรรณชาติรี เกิดเมื่อวันศุกร์ที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2530 สำเร็จการศึกษา ระดับประถมศึกษาจากโรงเรียนอนุบาลยะลา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายจากโรงเรียนคณะราษฎรบำรุง จังหวัดยะลา และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีศิลปศาสตรบัณฑิต คณะศิลปศาสตร์ สาขาการโรงแรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ วิทยาเขตวังไกลกังวล และได้เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2552

ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับเนื้อหาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สามารถติดต่อกับผู้เขียนวิทยานิพนธ์ได้ที่  
e-mail: ann\_kanya@hotmail.com