

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในครอบครัวที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางสุขภาพจิต ต.เจริญราษฎร์ อ.แม่ใจ จ.พะเยา เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม รวมทั้งใช้กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในการอบรมครอบครัวที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต จำนวน 11 ครอบครัว โดยใช้เทคนิคของกิปสัน 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพการณ์จริง โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับปัญหาครอบครัวและปัญหาสุขภาพจิต พบว่าครอบครัวมีความเข้าใจถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ตระหนักถึงความสำคัญของการมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว และเห็นความสำคัญครอบครัวในการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีการจัดกิจกรรมให้ผู้เข้าร่วมกระบวนการได้วิเคราะห์ตนเอง โดยใช้กิจกรรมรู้จักกันก่อน กิจกรรมครอบครัวของฉัน กิจกรรมรู้จักฉันรู้จักเธอ พบว่า ครอบครัวได้รู้จักและยอมรับข้อดี ข้อด้อยของตนและครอบครัว เกิดความรู้ที่มั่นใจ ภาคภูมิใจในตัวเอง และรับรู้ถึงวิธีการอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข สามารถคิดวิเคราะห์ค้นหาสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวของตนเอง ที่อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้

ขั้นตอนที่ 3 การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสม โดยจัดกิจกรรมความคาดหวังของฉัน และกิจกรรมใจส่งถึงใจ เพื่อให้ครอบครัวคิดเป้าหมาย และวิธีการที่จะนำไปสู่การเป็นครอบครัวในฝันร่วมกัน พบว่า ครอบครัวได้ฝึกคิดวิเคราะห์ เรียนรู้วิธีแสดงความรู้สึก ความรักความห่วงใยที่มีต่อกัน และร่วมกันหาแนวทางการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับครอบครัวของตนได้

ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่เหมาะสม เพื่อให้มีการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต ด้วยวิธีการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง เหมาะสมของแต่ละครอบครัว และให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังการเกิดปัญหาสุขภาพจิต พบว่าครอบครัวส่วนใหญ่มีความมั่นใจในการรับมือกับปัญหา มีพลังในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวของตน

ผลการศึกษาและการติดตามประเมินผลหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ 2 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 2 และ สัปดาห์ที่ 4 พบว่า

1. ครอบครัวส่วนใหญ่มีความเข้าใจ ดูแลและเอาใจใส่กันมากขึ้น
2. ครอบครัวส่วนใหญ่มีการพูดคุย ระบายความคับข้องใจ/ไม่สบายใจภายในครอบครัวมากขึ้น
3. เมื่อมีปัญหา ครอบครัวส่วนใหญ่สามารถร่วมกันคิดหาวิธีการแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม ครอบครัวมีความสุข มีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น และสามารถนำประสบการณ์ของครอบครัวตนเองแนะนำให้กับครอบครัวอื่นๆ ได้
4. ครอบครัวส่วนใหญ่มีความมั่นใจในการรับมือกับปัญหาที่อาจเกิดในอนาคตได้ มีพลังในการที่จะคงไว้ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับครอบครัวของตนมากที่สุด สำหรับใช้ในการแก้ปัญหาครั้งต่อไป

The objective of this research was to study the effect about the process of empowerment of the families at risk on mental health problems in Charoenrat Sub-district, Mae Chai District, Phayao Province. The data was collected by informal interview, the cooperative and non-cooperative observation including the empowerment technique to encourage the power of 11 families at risk on mental health problems by using 4 processes of Gibson's empowerment technique as:

The first process: Discovering reality was the process for finding the real situation. The researcher used this activity to give the knowledge about family and mental health problems. Understanding the situation and realizing the importance of the family relation is the result of this activity. Finally the families know how to prevent these problems.

The second process: Critical reflection was to reflect the thought debatably. Self-analysis activity: "Know to someone", "My family" and "Know you and me" were used in this process. According to these activities, the families and their member accepted themselves and each other. They had more self-confidence, self-esteem and exchange their experience. They could analyze the cause that provoked mental health problems and they could live happily together.

The third process: Taking Charge was to decide and choose the suitable operation for each activity, we used the activity "My expectation", and the activity "From heart to heart" to find family expectation and it to become an ideal family, the family's members know how to think and analyze. Furthermore the affective responsiveness was the important factor to solve these problems.

The fourth process: Holding on was to maintain the effective operation. Each family found the most suitable ways to prevent mental health problems and let the community participate in prevention. Most families had confidence and power to solve the family's problem.

The result of this research and the evaluation of empowerment process after terminating twice the process in the second weeks and the fourth weeks are shown as following:

1. Most families understood and began to pay attention to every member more than before.
2. Most families shared and talked together when the problems occurred and they feel uneasy more than before.
3. When the problem occurred, the family's members could find the suitable way to solve the problems together and after that they can these experiences to give advise the others. They will be happy and have good mental health.
4. Most families had the confidence and power to keep the suitable way for solving the problems and find the best way for the problem in the future.