

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษากิจการปัญหาและการพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย จังหวัดลำพูน ซึ่งใช้วิธีศึกษาเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกแบบเจาะจง โดยเลือกที่มีประวัติผู้พยายามฆ่าตัวตาย ในพื้นที่จังหวัดลำพูน ที่ไม่คิดที่จะฆ่าตัวตายซ้ำ สามารถดำเนินชีวิตเป็นปกติ และยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษา จำนวน 10 คน โดยมีความหลากหลายของกลุ่มตัวอย่าง เพศหญิง 5 คน และเพศชาย 5 คน มีสถานภาพสมรส ทั้งโสด คู่ และวัยแตกต่างกัน ผลการวิจัย ได้นำเสนอในรูปตาราง แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย

ส่วนที่ 2 การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

การวิเคราะห์ข้อมูล : การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการจัดการ ปัญหา	การมีส่วนร่วมในการจัดการ ปัญหา	การให้ความหมาย
ศรีดา	- เคยพูดคุยกับสามีคนเก่า ความคิด ไม่ตรงกัน เลยไม่ได้พูดคุยกับใคร เพราะคิดว่าคงเหมือนกัน และไม่ อยากให้คนนอกครอบครัวยุติ ปัญหา เคยขอความช่วยเหลือจาก ญาติพี่น้อง แต่ไม่เคยได้รับ	- สามีเข้ามาพูดคุย บอก ไม่ให้ทำร้ายตนเองอีก และ ดูแลไม่ให้ได้อยู่ คนเดียว	- การดูแลเอาใจใส่จาก สามี ทำให้สามารถพูดคุย กับสามีมากขึ้น พยายาม ไม่คิดมาก ไม่คิดเป็นทุกข์ มองด้านลบเตือนสติ ไม่ โทษตัวเอง มองอนาคต ว่าจะดีขึ้น ถ้าสู้	- มีลูกที่จะต้องดูแล - มีสามีให้กำลังใจ - มีพี่สามีให้คำปรึกษา	- มองว่าทุกคนล้วนมีปัญหา ไม่เฉพาะตนเอง ถ้าสู้ ทุกอย่างจะดีขึ้นได้ - ต้องขยัน ปัญหาค่อย ๆ คิดแก้ไขไป เพราะมีหน้าที่ที่ ต้องรับผิดชอบลูก และหนี้สิน
แก้ว	- เคยไปขอความช่วยเหลือจากญาติ พี่น้องมักถูกซ้ำเติม ตั้งครรภ์บุตร คนที่สาม ไม่พร้อมจะเลี้ยงดู เนื่องจาก ฐานะยากจน และถูกญาติ สามีซ้ำเติม ให้ไปเอาลูกออก ลูก กอดฉัน ไม่รู้จะปรึกษาใครแม้กระทั่ง สามี	- สามีเข้ามาพูดให้กำลังใจ ช่วยประคับประคอง	- สามีพูดให้กำลังใจ รู้สึกดีขึ้น สามารถพูดคุย กับสามีมากขึ้น นำข้อคิด จากสามี มาเตือนสติ มี พลังในการลุกขึ้นสู้	- มีสามีให้ความเอาใจใส่ - มีลูกให้กำลังใจ - มีการช่วยเหลือกันจาก บุคคลใกล้ชิดในครอบครัว	- ลูกเป็นสิ่งที่ยึดเหนี่ยวทางใจ ที่สำคัญทำให้มีกำลังใจในการ ดำเนินชีวิต การได้เล่าเรียน ของลูกยิ่งเพิ่มกำลังใจ การ ช่วยเหลือกันในครอบครัว สามารถที่จะต่อสู้ เผชิญกับ ปัญหาต่าง ๆ ได้

การวิเคราะห์ข้อมูล : การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการจัดการ ปัญหา	การมีส่วนร่วมในการจัดการ ปัญหา	การให้ความหมาย
จรรยา	- น้อยใจคนในครอบครัว เช่น แม่ พี่สาว และสามี ว่าไม่รักตนเอง ไม่ได้พูดคุย ระบายความรู้สึกกับใคร	- สามีเอาใจใส่มากขึ้น	- ได้รับความรักจากสามี ทำให้รู้สึกเหมือนปัญหาหมดไป นำข้อคิดของเพื่อนมาเตือนสติ และนำคำปรึกษาที่ได้รับจากผู้รู้มาแก้ไขปัญหของตนเอง	- มีสามีดูแลเอาใจใส่ - มีลูกต้องดูแล - มีเพื่อนซึ่งเป็นคู่สะใจ พูดคุยเรื่องความไม่สบายใจ และเตือนเรื่องไม่ให้คิดมาก - มีผู้รู้ให้คำปรึกษา	- ลูกเป็นกำลังใจส่วนหนึ่ง - คาดหวังการได้รับความรัก ความเอาใจใส่ จากสามี และบุคคลใกล้ชิด จะทำให้ตนเอง - มีคุณค่า ใช้ข้อคิด คำปรึกษา มาดูแลตนเอง เพื่อให้ตนเองมีคุณค่ามากขึ้น สามารถเผชิญปัญหาได้
สายฝน	- คิดวนไปวนมากับปัญหา ที่มีอยู่ ไม่เห็นทางออกของปัญหา	- มารดาคอยดูแล ให้กำลังใจช่วยเหลือตลอด เพื่อนมาอยู่เคียงข้าง	- ได้รับความรัก กำลังใจ จากมารดา ทำให้เกิดพลังในชีวิต มีเพื่อนช่วยปรับทุกข์ ชี้แนะ แนวทาง ร่วมกันแก้ไขปัญหา เอาสิ่งยึดเหนี่ยวทางใจที่คิดว่าตนเองเป็นคนดี ทำให้ฝ่าฟันอุปสรรคได้ นำด้านบวกของเหตุการณ์เตือนสติ	- มีแม่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ - มีเพื่อนร่วมแก้ไข ปัญหา และระบายความทุกข์	- กำลังใจที่จะต่อสู้ชีวิตคือแม่ การมีเพื่อนทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว เหมือนมีคนร่วมทุกข์ ร่วมสุข ได้ระบายความทุกข์ ช่วยกันหาทางออกในการแก้ปัญหา มองอนาคตว่าต้องดีขึ้น เกิดพลังที่จะต่อสู้ได้

การวิเคราะห์ข้อมูล : การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการจัดการปัญหา	การมีส่วนร่วมในการจัดการปัญหา	การให้ความหมาย
พรพิมล	- เป็นโรคร้ายแรง มีชีวิตอยู่ได้อีกไม่นาน กลัวความทุกข์ทรมานจากโรค	- มารดาให้กำลังใจ	ได้รับกำลังใจจากมารดา ทำให้คลายความกังวล ได้รับข้อคิดหรือหลักคิดจากเพื่อนนำมาเตือนสติตัวเองได้ดี ทำให้สามารถเลือกการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข	- มี มารดาให้ความรัก ไม่ทำให้เป็นห่วง - มีเพื่อนให้กำลังใจ ช่วยในการระบายความทุกข์ ความไม่สบายใจ	- ชีวิตจะเป็นอย่างไรอยู่ที่ตัวเองเป็นคนกำหนด มองด้านดีของเหตุการณ์มาเตือนสติ - มารดาและเพื่อนเป็นกำลังใจที่สำคัญ ในการเผชิญปัญหา
จรินทร์	- เป็นผู้นำหมู่บ้านมีหนี้สิน อยากรู้อยากเห็น กอดค้น	- คิดได้ด้วยตนเอง โดยการมองด้านดีของตัวเองเตือนสติ	- มองด้านดีของตัวเองเตือนสติ ให้ลุกขึ้นสู้กับปัญหา เมื่อเกิดปัญหาพยายามหาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้	- มีครอบครัวอยู่เคียงข้างให้กำลังใจ - ให้การช่วยเหลือคนที่มีความทุกข์ในชุมชน - ได้รับความร่วมมือ มีเพื่อนมากขึ้น	- ตัวเองสามารถคิด และทำทุกอย่างได้ด้วยตนเอง ธรรมชาติให้โอกาสในการทำงาน หาเงินหาวิธี ทางเลือกอีกมากมายในการแก้ไขปัญหา

การวิเคราะห์ข้อมูล : การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการจัดการปัญหา	การมีส่วนร่วมในการจัดการปัญหา	การให้ความหมาย
สุวรรณ	- มีปัญหา มีเรื่องไม่สบายใจ ไม่รู้จะพูดคุยปรึกษาปัญหา กับใคร	- ผู้ที่เคยมีประสบการณ์ คล้ายคลึงกันมา ให้ คำปรึกษาให้ความ ช่วยเหลือ	- ได้รับคำปรึกษาจาก ผู้ที่มีประสบการณ์มา ช่วยในการคิด การเผชิญ ปัญหา ลดความต้องการ ทางวัตถุ มองด้านลบ ของเหตุการณ์เตือนสติ	- มีแม่ที่ต้องดูแล - มีผู้ที่เคยมีประสบการณ์ คล้ายคลึงกัน ให้คำปรึกษา และให้ความช่วยเหลือ	- การได้รับคำปรึกษา การ ชี้แนะ ได้รับความช่วยเหลือ เหมือนมีทางออกของการ แก้ไขปัญหา และการให้ ทำให้ มีเพื่อนมากขึ้น ชีวิตดีขึ้น
	- ไม่เห็นทางออกของปัญหา ครอบครัวทะเลาะเบาะแว้ง	- พี่น้อง และแม่ ช่วยเหลือในการแก้ไข ปัญหา โดยชำระหนี้แทน	- ภรรยาฆ่าดูแลใกล้ชิด - พี่น้องและแม่ช่วยชำระ หนี้แทน ให้สัญญาในการ เลิกดื่มสุรา	- มีภรรยาสนใจ เอาใจใส่ - มีแม่และพี่น้องดูแลเอาใจ ใส่มากขึ้น	- ชีวิตอยู่ได้ ไม่เกิดปัญหา - มีภรรยา คนใกล้ชิดใน ครอบครัวช่วยดูแล ช่วย แก้ปัญหาให้ - ดูแลตนเองไม่ดื่มสุรา กลัวเกิดปัญหาซ้ำ

การวิเคราะห์ข้อมูล : การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการจัดการปัญหา	การมีส่วนร่วมในการจัดการปัญหา	การให้ความหมาย
ไพบูลย์	- ปัญหาเริ่มรื้อ ทั้งปัญหาการทำงาน และโรคพิษสุราเรื้อรัง ถูกทำโทษทางวินัย เมื่อเกิดปัญหามักไม่พูดคุยปรึกษาปัญหากับใคร ไม่ว่าภรรยาหรือคนในที่ทำงาน	- ภรรยาดูแลเอาใจใส่ และพาไปบำบัดรักษากับจิตแพทย์	- ภรรยาดูแลเอาใจใส่ ให้ความรักมาตลอด และพาไปบำบัดรักษากับจิตแพทย์ ทำให้เกิดการแก้ไขปัญหอย่างเป็นระบบ ช่วยกันสำรวจปัญหา ร่วมกันหาทางเลือกในการแก้ไขปัญหามาพิจารณาถึงข้อดีข้อเสีย ขณะอยู่ รพ. มีเวลาคิดทบทวนมากขึ้น	- มีลูกต้องดูแล - มีภรรยาเอาใจใส่ - มีผู้รู้ ช่วยแนะนำการแก้ไข ปัญหา - มีพี่ที่ทำงานในสถานที่เดียวกันพูดคุย ปรึกษา	- ลูกเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจที่สำคัญมาก - อยากเห็นอนาคตที่ดีของลูก การเอาใจใส่ของภรรยาทำให้ตนมีคุณค่ามากขึ้น - มองว่า ปัญหามีทางออกและแก้ไขได้
ธีระยุทธ	- ไม่พูดคุยปรึกษาเรื่องไม่สบายใจหรือเรื่องที่ทำให้ทุกข์ใจ เนื่องจากบุคลิกเป็นคนพูดน้อย เคยปรึกษาปัญหากับเพื่อนหรือใครใกล้ชิด ถูกบ่น ต่อว่า ทำให้น้อยใจ	- มารดาห่วงให้ กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น แสดงความรักความห่วงใยอย่างมาก	- มารดาแสดงความเสียใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และแสดงความรักและความห่วงใย - ให้ข้อคิด ในการพยายามมองด้านดีของตนเอง เตือนสติ	- มีมารดาแสดงความรักให้การดูแล เอาใจใส่ - พยายามลู่ให้คำปรึกษาให้คำปรึกษาเรื่องการแก้ไข ปัญหาที่ละเอียดเรื่อง การใช้ข้อคิดในเดือนสติตัวเอง เรื่องการน้อยใจ	- ไม่อยากให้มารดาเสียใจเรื่องตนเอง รับรู้ว่ามีมารดาที่รักตนเองมาก ตั้งใจเรียนหนังสือ ใช้ด้านดีของตนเองในการเผชิญปัญหา โดยมูมนะมากขึ้น ลดความคาดหวังลง เดือนสติตัวเองโดยใช้ข้อคิด

การวิเคราะห์ข้อมูล : การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การให้ความหมาย
ศรีดา	- ร่วมกับสามีให้ลูกขึ้นสู้อ้าสู้อย่างไร ถ้าสู้อย่างไร หัดใหม่ ค่อย ๆ แก้ปัญหาไป คาดหวังว่าอนาคตจะดีขึ้นได้	- ได้กำลังใจจากสามี มีพลังใน การต่อสู้ชีวิต เจริญปัญหา - ไปฝึกนั่งสมาธิ กับกิจกรรม ของหมู่บ้าน ใช้ความอดทน - ไม่เกียจและไม่เลื่องงาน ใช้ วิธีเตือนตัวเองว่าวันหนึ่งต้องดี ขึ้นได้ ในการสร้างความ เข้มแข็งทางจิตใจ และบอกให้ ตนเองลุกขึ้นสู้	- ไม่พยายามคิดมาก คิด เป็นทุกข์ ก่อนนอนสวด มนต์ นั่งสมาธิทำให้ลด ความฟุ้งซ่าน เชื่อมั่นว่า ถ้าอดทนในการทำงาน ชีวิตจะดีขึ้น ปัญหาค่อย ๆ หาทางออก แก้ไขกัน ไป	- พุดคุยกันกับสามีมากขึ้น แสวงหาความช่วยเหลือ จากบุคคลที่ไว้วางใจได้ เช่น พี่สามี ในการระบาย ความทุกข์ใจ และขอ คำปรึกษา	- ถ้าคิดว่าตนเองพร้อมสู้ปัญหา ทุกอย่างจะดีขึ้น ตนเองก็จะดี ขึ้น ถึงแม้ปัญหาเดิมก็ยังคงอยู่ แต่ค่อย ๆ ร่วมกันคิดกับสามี ค่อย ๆ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ไปไม่คาดหวังการได้รับความ ช่วยเหลืออย่างอื่น
แก้ว	- สามีและลูกสามคนร่วมกัน ประคับประคอง ให้กำลังใจ กันในการครอบครัว ในการฟันฝ่า อุปสรรค	- ได้รับความเอาใจใส่จากสามี ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า มั่นใจ ที่จะพูดคุย กล้าที่จะแสดง ความต้องการ แสดงความรู้สึก นึกคิดของตนเองกับสามีและ มองอนาคตของลูกทำให้เกิด กำลังใจที่ดี	- ร่วมกันกับสามี แก้ปัญหาเฉพาะหน้า พยายามจัดการกับอารมณ์ ได้ดีขึ้น โดยวิธีเดินหนี ไปทำงานอย่างอื่น มีโรค ประจำตัว สนใจดูแลและ ปฏิบัติตัวตามคำสั่ง แพทย์ มากขึ้นกว่าเดิม	- ครอบครัว ทั้งตัวเอง สามี และลูก เป็นกำลังใจให้ซึ่ง กันและกัน พยายามไม่ สร้างปัญหาทะเลาะเบาะ แว้งกันในครอบครัว	- ลูกเป็นความหวัง เป็นอนาคต ครอบครัวเป็นกำลังใจสำคัญใน การต่อสู้ เปลี่ยนแปลงชีวิต ตัวเองให้ดีขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล : การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การให้ความหมาย
จรรยา	- การสร้างครอบครัวเริ่มต้นที่ตนเอง ดูแลตนเอง ดูแลบ้าน และดูแลลูก ให้ดี	- สามีพูดคุย ดูแลเอาใจใส่ ทำให้รู้สึกได้รับความรัก รู้สึกตนเองมีคุณค่า แต่ภักพยายาเพิ่มคุณค่าให้ตนเองโดยการดูแลตนเอง ทำอะไรให้ได้ด้วยตนเอง รักตัวเอง ไม่เอาใจไปผูกติดกับบุคคลใกล้ชิด	- เดือนตัวเองไม่ให้คิดมาก ดูแลตนเองในด้าน การเจ็บป่วย ฝึกให้รักตัวเอง และพึ่งตนเองให้มากขึ้น ใช้ข้อคิดและมองด้านดีของตนเองเตือนใจ	- สามีเป็นกำลังใจ - ลูกเป็นส่วนหนึ่งในการพยายามเปลี่ยนแปลงตัวเอง เพื่อนช่วยเตือนเรื่องวามคิดที่ไม่เกิดประโยชน์	- การได้รับความรัก ความสนใจ เอาใจใส่จากบุคคลใกล้ชิด ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า แต่การคาดหวังการได้รับความรักจากคนอื่นเป็นเรื่องยาก ต้องฝึกรักตัวเอง พึ่งตนเอง
	- ความสำเร็จจากการประกอบธุรกิจ และความสามารถในการเผชิญกับวิกฤติชีวิตที่ผ่านมา ทำให้ตนเองคิดว่าไม่มีอะไรจะเลวร้ายไปกว่าสิ่งที่เข้ามา	- ประสบการณ์ที่ได้รับในแต่ละวัน ในแต่ละปัญหา ทำให้ตนเองแข็งแกร่ง ขึ้นเรื่อย ๆ มองหาทางออกของการแก้ปัญหา การดำเนินชีวิต ความสำเร็จจากการประกอบธุรกิจทำให้มั่นใจมากขึ้น	- มีแม่และเพื่อนเป็นกำลังใจที่ดี ความดีในเคยกระทำ เกิดความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิต บทเรียนที่ผ่านมาทำให้ได้เรียนรู้ ได้เข้มแข็ง มองอนาคตว่าต้องดีขึ้น	- ครอบครัวเป็นส่วนสนับสนุนที่สำคัญ - มีเพื่อนช่วยระบายความไม่สบายใจ ความทุกข์ใจ ร่วมกันหาทางแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้	- ความสำเร็จเป็นเป้าหมายสำคัญของชีวิต การทำความดีส่งผลทำให้ชีวิตดีขึ้นได้ แม้และเพื่อนเป็นกำลังใจ ก่อเกิดพลังในชีวิตสามารถจะเผชิญปัญหาได้ทุกรูปแบบ มองเห็นทางออกของการแก้ไขปัญหามากขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล : การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การให้ความหมาย
พรพิมล	- ดูตัวอย่างการดำเนินชีวิตของเพื่อนที่ประสบกับโรคร้ายแรง แต่สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้เป็นเวลานาน และมีความสุข และนำข้อคิดที่ได้รับจากเพื่อนเตือนตัวเอง	- ได้รับข้อคิดหรือหลักคิดจากเพื่อน - ดูประสบการณ์ชีวิตของเพื่อนที่คล้ายคลึงกัน ทำให้มีพลังในการต่อสู้	- ไม่คิดบั่นทอนหรือทำให้เกิดความท้อแท้ หาวิธีที่ทำให้ตนเองมีความสุขกับวันเวลาที่เหลืออยู่ แสวงหาวิธีที่จะทำให้ตนเองมีสุขภาพจิตที่ดี และมีสุขภาพร่างกายที่ดี มุ่งกระทำแต่ความดี สิ่งไม่ดีไม่ทำ	- ครอบครัวยุติเป็นแรงผลักดันให้สามารถก้าวล่วงต่อปัญหา คลายความกังวล - เพื่อนทำให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่า ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว	- ความสุขทุกข์ หรือความเป็นไปของชีวิตอยู่ที่ตนเองคิด ถ้าคิดในทางที่ดี และการทำในสิ่งที่ดี ก็จะทำให้พบในสิ่งที่ดี
จรินทร์	- ดูประสบการณ์ชีวิตของตนเองเป็นบทเรียน	- มีเวลาทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้น มองเห็นด้านดีที่มีอยู่ เป็นกำลังใจให้ตนเอง	- มุ่งมั่นที่จะทำชีวิตให้ดีขึ้น มองด้านดีของตนเองเป็นกำลังใจในการต่อสู้ บังคับตนเองให้ดื่มสุรา ลดลง หาวเวลาพักผ่อน คลายเครียด ปรับวิธีการทำงาน	- สร้างความอบอุ่นให้กับครอบครัว ให้ความช่วยเหลือผู้มีปัญหาในชุมชน เรียนรู้ในการเป็นผู้ให้และผู้รับ ได้รับสิ่งมีคุณค่าทางจิตใจ และได้รับความร่วมมือที่ดี	- การสามารถคิดได้ด้วยตนเอง การสามารถทำได้ด้วยตนเอง และเรียนรู้ในการเป็นผู้ให้ จะทำให้ชีวิตดีขึ้นได้ มองด้านดีตนเองไว้เป็นกำลังใจในการเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล : การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การให้ความหมาย
สุวรรณ	- บุคคลที่มีประสบการณ์ที่ใกล้เคียงกัน (เคยผ่านการพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน) เพื่อพัฒนาดตนเองให้ดีขึ้น	- การได้รับการชี้แนะจากบุคคลที่มีประสบการณ์ที่ใกล้เคียงกัน ทำให้เห็นทางออกของการดำเนินชีวิต	- การเห็นทางออกของการดำเนินชีวิต เกิดจุดเริ่มต้นมีการเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ลดการดื่มสุราเวลามีปัญหาปรึกษากับผู้รู้ หรือคนในครอบครัว เรียนรู้ในการแก้ไขปัญหาไปทีละขั้น	- พุดคุยปรึกษากับแม่ มากขึ้น ได้รับการชี้แนะ การช่วยเหลือจากผู้มีประสบการณ์ใกล้เคียงกัน - ให้ความช่วยเหลือคนชุมชน มีเพื่อนมากขึ้นจากการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน	- ชีวิตดีขึ้นได้ แต่ต้องใช้เวลาที่ชีวิตมีอยู่ ปัญหาค่อย ๆ แก้ไขไป มองเหตุการณ์ด้านลบเตือนตัวเอง ลดความต้องการทางวัตถุลง ชีวิตก็จะดีขึ้นเอง
	- แม่ พี่สาว พี่ชาย แก้ไขปัญหาแทนให้ โดยชดใช้หนี้แทน แต่ต้องสัญญาว่าจะเลิกดื่มสุราที่เป็นต้นตอของปัญหา	- บุคคลใกล้ชิดในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ใจ เห็นใจและแก้ไขปัญหแทน	- สัญญาไว้กับบุคคลในครอบครัว ในการเลิกดื่มสุรา เกิดความพยายามในการลด ละ เลิกในการดื่มสุรา	- ภรรยา และบุคคลใกล้ชิดในครอบครัวเอาใจใส่ดูแลมากขึ้น แต่ไม่ได้พุดคุยหรือปรึกษาหารือกันมากขึ้นในเรื่องการแก้ไขปัญหหรือการดำรงชีวิต	- ปัญหาหมดไป ทำให้ไม่เกิดความเครียด พยายามในเลิกดื่มสุรา ถ้าวเกิดปัญหาซ้ำ

การวิเคราะห์ข้อมูล : การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย (ต่อ)

ข้อมูล	เหตุการณ์	การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น	กระบวนการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพตนเอง	การให้ความหมาย
ไพบูลย์	- มองความสำเร็จที่ได้รับจากการเลิกดื่มสุรา ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น	- มองเห็นความทุกข์ที่ได้รับจากการดื่มสุรา เห็นคุณค่าของตนเอง จากการได้รับเอาใจใส่จากภรรยา อยากเห็นอนาคตของลูก เกิดความมุ่งมั่น - พยายามที่จะลด ละ เลิกการดื่มสุรา	- เริ่มต้นการสร้างสัมพันธภาพ จากการพูดคุย ทักทาย ปราศรัยกับคนในครอบครัว คนในที่ทำงาน และบุคคลอื่น ฝึกการตั้งสติ ฝึกความเข้มแข็งของจิตใจไม่ให้หันไปดื่มสุราอีก คิด แก้ไขปัญหาหาคอบอกขึ้น	- สร้างครอบครัวให้อบอุ่น และ สร้างสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน	- การเปลี่ยนแปลงตัวเอง ความสำเร็จสร้างความเชื่อมั่นที่จะพัฒนาตนเอง เพื่อความสุขของตนเอง และคนในครอบครัว
	- เห็นน้ำตาแม่จากเหตุการณ์วันที่ตนเองฆ่าตัวตาย รับรู้ความรัก ความห่วงใยของแม่ ต้องทำเพื่อแม่	- ความเสียใจของแม่ที่มีต่อตนเอง และความรัก ความห่วงใยที่ได้รับ ทำให้ต้องพยายามทำตัวเองให้ดีขึ้น	- มองด้านดีของตัวเองในการมีความมุมานะ พยายามมากขึ้นในเรื่องการเรียน ฝึกให้ตนเองมีความเข้มแข็งด้านจิตใจได้ข้อคิดดีๆ เดือนตน	- พูดคุยกับแม่มากขึ้น เลือกปรึกษาเพื่อนที่สามารถพูดคุยกันได้	- ความตั้งใจเปลี่ยนแปลงเพื่อแม่ และเพื่อตัวเอง ต้องการเอาชนะความน้อยใจด้วยฝัก สร้างความเข้มแข็งในจิตใจ ด้วยการเตือนตัวเอง

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การจัดการปัญหาของผู้พยายามฆ่าตัวตาย จากข้อมูลผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายรวมทั้งหมด 10 คน สรุปได้ดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 นางสาวศรีดา(นามสมมุติ) ข้อมูลทั่วไป อายุ 30 ปี สถานภาพสมรส บิดามารดา เสียชีวิต อาศัยอยู่กับสามีและบุตรที่เกิดจากสามีคนแรก จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพ รับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตายจากปัญหานี้สิน พบว่า ที่มาของปัญหาเกิดจากการพูดคุยปรึกษาหารือ กับสามีเก่าเกิดความคิดไม่ตรงกัน พอภรรยาคิดว่าเป็นวิธีที่ถูกแต่สามีบอกว่าผิด สามีคิดว่าภรรยา บอกว่าผิดบ้าง จึงทำให้คิดว่าน่าจะมีความคิดเหมือนกันเหมือนกับสามีคนใหม่ และอีกอย่างไม่อยากให้ คนนอกครอบครัวยุติปัญหาจึงเก็บปัญหาไว้คนเดียว ในเบื้องต้นนางศรีดาได้ทำร้ายตัวเอง พยายาม ฆ่าตัวตาย ซึ่งจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโดยตัวสามีเองให้ข้อมูลและพยายาม ปลอบใจและไม่ยอมให้อยู่ตามลำพังคนเดียว โดยสามีให้กำลังใจว่า “ปัญหาทุกอย่างเราจะร่วมกันแก้ มีกิน ก็กิน ไม่มีกินก็จะไม่กินด้วยกัน” ทำให้เกิดการกระบวนการจัดการปัญหาที่เกิดจากการดูแลเอาใจใส่ จากสามี มีลูกที่จะต้องดูแล และมีพี่สามีที่ให้คำปรึกษา ซึ่งผลของการจัดการปัญหาพบว่านางศรีดาเอง มองว่าทุกคนล้วนมีปัญหาไม่เฉพาะตนเองถ้าสู้ ทุกอย่างก็จะดีขึ้นได้ ถ้าขยัน

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2 นางสาวแก้ว (นามสมมุติ) อายุ 41 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับสามีและบุตร 3 คน จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตายเนื่องจากปัญหาการ ตั้งครรภ์ลูกคนที่ 3 โดยไม่ต้องการเนื่องจากฐานะยากจน พบว่าที่มาของปัญหาคือเคยไปขอความช่วยเหลือจากญาติพี่น้องแล้วถูกซ้ำเติม การตั้งครรภ์ลูกคนที่ 3 ไม่พร้อมเนื่องจากฐานะยากจนสามี ซ้ำเติม จนไม่รู้จะปรึกษาใครแม้กระทั่งสามี และถูกกดดันจากญาติให้ไปทำแท้ง หลังจากนั้นเกิดการ เปลี่ยนแปลงจากการให้กำลังใจจากสามีโดยพูดว่า “ไม่เป็นไร มีก็เลี้ยง สมัยก่อนรุ่นปู่ย่า ตายายฐานะ ยากจนมาก ทำไม่ถึงมีลูกเป็นเจ็ดแปดได้ ” ทำให้มีความรู้สึกดีและสามารถพูดคุยกับสามีได้มากขึ้น และลูกก็ให้กำลังใจตลอด ซึ่งผลของเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้นางแก้วคิดว่า ลูกเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจที่ สำคัญทำให้มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต การได้เล่าเรียนและการปฏิบัติตนเป็นคนดี การช่วยเหลือกันใน ครอบครัวนั้นยังเพิ่มกำลังใจที่จะต่อสู้และเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 นางสาวจรรยา (นามสมมุติ) อายุ 27 ปี สถานภาพ สมรส อาศัยอยู่กับสามีและ บุตรจบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตายมาแล้ว 3 ครั้ง ครั้งแรก รับประทานยาเกินขนาด น้อยใจมารดาคิดว่ามารดารักพี่สาวมากกว่าตน ครั้งที่สอง แขนงคอตายน้อยใจ

มารดาที่มีสามีใหม่กลัวมารดารักษามีใหม่ ครั้งที่ 3 รับประทานยาฆ่าตัวตาย คิดว่าสามีไม่รักที่มาของปัญหาเกิดจากน้อยใจคนในครอบครัว เช่น แม่ พี่สาวและสามี ว่าไม่รักตน จึงไม่ได้พูดคุยระบายความรู้สึกกับใคร หลังจากนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากได้พูดคุยกับพยาบาลท่านหนึ่ง ซึ่งให้เห็นว่าปัญหาอยู่ที่ตัวเอง และเพื่อนก็แนะนำโดยการนำเอาหนังสือธรรมะมาให้ และตัวจรรยาเองก็กลับมาทบทวนกับตัวเอง ซึ่งเหตุการณ์ทำให้คิดได้ว่าตัวจรรยาเองคาดหวังกับการได้รับความรัก ความเอาใจใส่จากสามีและบุคคลใกล้ชิด จะทำให้ตนเองมีคุณค่า ใช้ข้อคิด คำปรึกษา มาดูแลตนเอง เพื่อให้ตนเองมีคุณค่ามากขึ้น สามารถเผชิญปัญหาได้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 นางสาวสายฝน(นามสมมุติ) อายุ 45 สถานภาพโสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพกิจการส่วนตัว พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหาธุรกิจ ที่มาของปัญหาเกิดจาก การคิดวนไปวนมา และมองไม่เห็นทางออก โดยหลังจากนั้นก็เกิดการเปลี่ยนแปลงซึ่งมารดาให้กำลังใจและให้ข้อคิดว่า “น้องฝนเป็นคนดี ได้เลี้ยงดูพ่อแม่เป็นอย่างดี คนทำดีจะไม่ถึงทางตัน ฝนต้องประสบความสำเร็จแน่แม่เชื่ออย่างนั้น” ซึ่งมารดาก็ให้กำลังใจและช่วยแก้ปัญหา มีเพื่อนที่ให้คำปรึกษา ระบายทุกข์ได้ ทำให้เกิดพลังในชีวิต ผลจากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้สายฝนคิดว่ากำลังใจที่ได้รับทำให้มีกำลังใจที่จะต่อสู้ชีวิต เพื่อแม่ การมีเพื่อนทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว เหมือนมีคนร่วมทุกข์ร่วมสุขช่วยกันหาทางออก ในการแก้ไขปัญหา เกิดพลังที่จะสู้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5 นางพรพิมล (นามสมมุติ) อายุ 37 ปี สถานภาพหย่า อาศัยกับมารดา จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพรับราชการ พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหาเป็น โรคมะเร็งระยะสุดท้าย ประกอบกับการเพ่งหย่ากับสามีได้ไม่นาน ที่มาของปัญหา กลัวความทุกข์ทรมานจากการเป็นโรคมะเร็งระยะสุดท้าย หลังจากนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงจากการได้พูดคุยกับเพื่อนคนหนึ่ง ซึ่งเพื่อนคนนี้เป็นโรคเอดส์ เพื่อนให้ข้อคิดว่า “ ถ้าคิดว่าตนเองตายมันก็ตาย แน่ ๆ แต่ถ้าคิดว่าตนเองไม่ตาย มันก็ไม่ตาย ให้ดูเขาเป็นตัวอย่าง ” หลังจากนั้นก็เริ่มหาวิธีการเปลี่ยนแปลงตัวเองดูแลร่างกาย ใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีค่า จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้ตัวนางพรพิมลเองคิดว่า ลูกเป็นกำลังใจส่วนหนึ่ง สามีให้ความรักความเอาใจใส่ทำให้ตนรู้สึกว่ามีคุณค่ามากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 นายจรินทร์ (นามสมมุติ) อายุ 41 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับมารดา ภรรยาและลูก จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพทำสวน พยายามฆ่าตัวตายจากปัญหาหนี้สิน ที่มาของปัญหาเกิดจากเป็นผู้นำหมู่บ้านแล้วมีหนี้สินมากมาย อับอาย ถูกบีบคั้น กดดันหลังจากที่มีการเปลี่ยนแปลงโดยการคิดทบทวนถึงสิ่งต่าง ๆ ในอดีต คิดถึงการสร้างครอบครัวใหม่ ไม่มีอะไรเลยก็ยังผ่านมาได้ โดยกล่าวว่า “ พระอาทิตย์ขึ้นได้ทุกวัน พรุ่งนี้ก็ต้องทำงานได้อยู่ ธรรมชาติให้ออกาสกับเราเสมอ”

จากเหตุการณ์ดังกล่าวนายจุนทร์ก็มีครอบครัวที่อยู่เคียงข้าง ซึ่งทำให้ตัวเองสามารถคิดได้ และทำทุกอย่างได้ด้วยตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7 นายสุวรรณ (นามสมมุติ) อายุ 26 ปี สถานภาพโสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตาย จากการมีหนี้สิน คืมสุรา ทะเลาะวิวาทกับบิดามารดา ที่มาของปัญหาเกิดจากมีปัญหาลแล้วไม่รู้จะคุยกับใคร หลังจากนั้นก็มีผู้ที่เคยประสบปัญหาเหมือนกันให้คำปรึกษาโดยพูดว่า “ถนนยังต้องใช้เวลาร่างกว่าจะแล้วเสร็จเป็นยี่สิบปี ปัญหาที่มีอยู่ก็ค่อยๆ แก่กันไปตราบที่ชีวิตยังมีอยู่” จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้มีทางออกของการแก้ไข ปัญหา และการให้ทำให้มีเพื่อนมากขึ้น ชีวิตดีขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8 นายมา (นามสมมุติ) อายุ 51 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับภรรยาและบุตร จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 อาชีพทำสวน พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหานี้สินมาก คืมสุราทุกวัน ทะเลาะกับภรรยาทุกวัน ที่มาของปัญหาไม่เห็นทางออกของปัญหา ครอบครัวทะเลาะเบาะแว้ง หลังจากนั้นได้รับการช่วยเหลือจากญาติพี่น้อง พ่อแม่ ในการแก้ไขปัญา โดยตั้งใจว่าจะไม่คืมสุราอีก และผลที่ได้รับจากภรรยาคือความห่วงใยเอาใจใส่ ดูแลมากขึ้น จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้นายมาคิดได้ว่ามีชีวิตอยู่ได้ไม่เกิดปัญหา และจะไม่คืมสุราแล้วเกิดปัญหาซ้ำ ๆ

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9 นายไพบูลย์ (นามสมมุติ) อายุ 45 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับภรรยาและบุตร จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพรับราชการ พยายามฆ่าตัวตายจากการคืมสุราจนเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง สุดท้ายถูกลงโทษทำทัณฑ์บนและให้ย้ายสถานที่ปฏิบัติงาน นายไพบูลย์ มีปัญหามากไม่พูดคุยปรึกษากับใคร ไม่ว่าภรรยาหรือคนในที่ทำงาน หลังจากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้ภรรยาพาไปบำบัดรักษากับจิตแพทย์ จึงได้คิดทบทวนว่าการคืมสุราเป็นผลเสียก่อให้เกิดปัญหาตามมา และการได้รับกาดูแลจากภรรยา และพาไปบำบัดรักษาอยู่ตลอด จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้นายไพบูลย์คิดว่ายังมีลูกที่คอยดูแล อยากเห็นอนาคตของลูก การเอาใจใส่ของภรรยาทำให้ตนมีค่ามากขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 นารีระยทุธ (นามสมมุติ) อายุ 20 ปี สถานภาพ โสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา กำลังศึกษาอยู่ชั้น ปวส.ปีที่ 2 พยายามฆ่าตัวตายจากปัญหาเครียดทำการบ้านส่งอาจารย์ไม่ทัน น้อยใจมารดาต่อว่าเรื่องการใช้เงินเนื่องจากฐานะยากจนและมีเรื่องรบกวนจิตใจทะเลาะกับแฟนเรื่องหึงหวง ที่มาของปัญหาส่วนตัวแล้วนายธีระยทุธมีบุคลิกเป็นคนพุดน้อยอยู่แล้ว เคยปรึกษาปัญหากับเพื่อนหรือใครใกล้ชิดถูกบ่น ต่อว่า ทำให้น้อยใจ หลังจากการนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากมารดาร้องไห้ สงสารแม่ โดยแม่ก็ให้ข้อคิดเตือนสติ จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้นายธีระยทุธคิดว่าไม่อยากให้แม่เสียใจเรื่องตนเอง รับรู้วามารดาตนเองรักมากจึงตั้งใจเรียนหนังสือ

2. การพัฒนาศักยภาพตนเองของผู้พยายามฆ่าตัวตาย จากข้อมูลผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายรวมทั้งหมด 10 คนสรุปได้ดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 นางสาวศรีดา(นามสมมุติ) ข้อมูลทั่วไป อายุ 30 ปี สถานภาพสมรส บิดามารดาเสียชีวิต อาศัยอยู่กับสามีและบุตรที่เกิดจากสามีคนแรก จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พบว่าการพัฒนาศักยภาพของตนเองทำให้เกิด กระบวนการคิด การจัดการปัญหาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองเพื่อให้อยู่ และคาดหวังว่าอนาคตจะดีขึ้น ซึ่งตรงนี้ก็ได้รับกำลังใจจากสามี พุดคุยกับสามีมากขึ้นแต่ปัญหายังคงอยู่แต่ค่อย ๆ ช่วยกันคิดกับสามีในการแก้ปัญหา โดยนางศรีดาคิดว่าถ้าตนเองพร้อมสู้ปัญหาก็ดีขึ้นเอง ตนเองก็จะดีขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2 นางสาวแก้ว(นามสมมุติ) อายุ 41 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับสามีและบุตร 3 คน จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตายเนื่องจากปัญหาการตั้งครรภ์ลูกคนที่ 3 โดยไม่ต้องการเนื่องจากฐานะยากจน พบว่าการพัฒนาศักยภาพของตนเองทำให้ตัวนางแก้วเองมีวิธีการตัดสินใจ วิธีการจัดการอารมณ์ได้ดีขึ้น เป็นโรคความดันโลหิตสูงสนใจดูแลปฏิบัติตัวตามที่แพทย์สั่งมองอนาคตของลูกซึ่งทำให้เกิดกำลังใจ ทำให้มองเห็นว่าตนเองมีค่าเพราะได้รับการเอาใจใส่จากสามี ได้ร่วมกันแก้ปัญหากับสามี ลูกจึงเป็นความหวัง เป็นอนาคตครอบครัว เป็นกำลังใจสำคัญในการต่อสู้ เปลี่ยนแปลงชีวิตตัวเองได้ดีขึ้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 นางสาวจรรยา (นามสมมุติ) อายุ 27 ปี สถานภาพ สมรส อาศัยอยู่กับสามีและบุตรจบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตายมาแล้ว 3 ครั้ง ครั้งแรกรับประทานยาเกินขนาด น้อยใจมารดาคิดว่ามารดารักพี่สาวมากกว่าตน ครั้งที่สองแขวนคอตายน้อยใจมารดามีสามีใหม่กลัวมารดารักสามีใหม่ ครั้งที่ 3 รับประทานยาฆ่าตัวตาย คิดว่าสามีไม่รัก พบว่าการพัฒนาศักยภาพของตนเองทำให้นางจรรยาคูแสดเองในด้านการเจ็บป่วย ฝึกให้รักตัวเองและฟังตัวเองให้มากขึ้น ให้ข้อคิดและมองด้านดีของตนเองเพื่อเตือนใจอยู่เสมอ ซึ่งก็มีสามีคอยพุดคุยให้กำลังใจดูแลเอาใจใส่ ทำให้ตนเองมีคุณค่า แต่ก็พยายามเพิ่มคุณค่าของตนเองโดยการ ดูแลตนเอง ทำอะไรได้ด้วยตนเอง ไม่เอาใจไปผูกติดกับบุคคลใดสักคน ทำให้เกิดการมองเห็นจริยธรรม ทำให้เกิดการหันมามองตนเองกลับมาดูแลตนเอง ต้องฝึกรักตนเองฟังตัวเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 นางสาวสายฝน(นามสมมุติ) อายุ 45 สถานภาพโสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพกิจการส่วนตัว พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหาธุรกิจ พบว่าการพัฒนาศักยภาพ พบว่านางสายฝนมีทักษะในการแก้ไขปัญหา โดยสามารถมองเห็นจุดดี จุดด้อยของตนเอง ทำให้เกิดการประสบความสำเร็จจากการประกอบธุรกิจ และสามารถบอกกับตัวเองว่า เราสามารถ

เผชิญกับวิกฤตที่ผ่านมา ทำให้ตนคิดว่าไม่มีปัญหาอะไรจะเลวร้ายไปกว่านี้ ประสบการณ์ที่ได้รับแต่ละปัญหาทำให้ตนแข็งแกร่งขึ้นเรื่อย ๆ มองหาทางออกของการแก้ปัญหา การดำเนินชีวิตและการประกอบธุรกิจ ความสำเร็จเป็นเป้าหมายสำคัญของชีวิต การทำความดีส่งผลให้ชีวิตดีขึ้นได้ ซึ่งก็มีแม่และเพื่อนให้กำลังใจอยู่เสมอ ทำให้เกิดพลังในชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5 นางพรพิมล (นามสมมุติ) อายุ 37 ปี สถานภาพหย่า อาศัยกับมารดา จบการศึกษาปริญญาตรี อาชีพรับราชการ พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหาเป็นโรคมะเร็งระยะสุดท้าย ประกอบกับการเพ่งหย่ากับสามีได้ไม่นาน พบว่าการพัฒนาศักยภาพของนางพรพิมลใช้หลักการพัฒนาด้านธรรมชาติ โดยนำเอาชีวิตของเพื่อนที่ประสบกับโรคร้ายแรง แต่ยังสามารรถดำเนินชีวิตอยู่ได้เป็นเวลานาน และมีความสุข จึงนำข้อคิดจากเพื่อนเพื่อเอากลับมามองตนเอง กลับมาดูแลตนเองให้ทั้งร่างกายและจิตใจ ถ้าคิดบั่นทอนตัวเองอาจทำให้โรครุนแรงขึ้น จึงหาวิธีที่ทำให้ตนเองมีความสุขอยู่บนโลกใบนี้ ซึ่งมองว่าจะสุขหรือทุกข์ขึ้นอยู่กับกระบวนการคิดของตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 นายจุนทร์ (นามสมมุติ) อายุ 41 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับมารดา ภรรยาและลูก จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 อาชีพทำสวน พยายามฆ่าตัวตายจากปัญหาหนี้สิน พบว่าการพัฒนาศักยภาพของนายจุนทร์สามารถหันกลับมามองตัวเอง ดูความสามารถของตนเอง ดูประสบการณ์ชีวิตของตนเองเป็นบทเรียนที่ผ่านมาเป็นตัวพัฒนาศักยภาพ จึงสามารถค้นพบความภูมิใจและความสามารถของตนเอง ซึ่งมองว่าโอกาสที่ธรรมชาติให้การดำเนินชีวิต มองด้านดีของตนเป็นกำลังใจในชีวิต ในการเปลี่ยนแปลงตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7 นายสุวรรณ (นามสมมุติ) อายุ 26 ปี สถานภาพโสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 อาชีพรับจ้างทั่วไป พยายามฆ่าตัวตาย จากการมีหนี้สิน คืมสุรา ทะเลาะวิวาทกับบิดามารดา พบว่านายสุวรรณมีการพัฒนาศักยภาพโดยการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ดูบุคคลที่มีประสบการณ์ที่ใกล้เคียง เคยผ่านการฆ่าตัวตาย หรือได้รับการชี้แนะจากบุคคลที่มีประสบการณ์ ทำให้เห็นทางออกของปัญหา เริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ลดการดื่มสุรา เวลามีปัญหาปรึกษากับผู้รู้ พุดคุยปรึกษากับแม่มากขึ้น โดยแก้ไขการมองเหตุการณ์ในด้านลบ ลดความต้องการของวัตถุลงชีวิตก็จะดีขึ้นเอง

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8 นายมา (นามสมมุติ) อายุ 51 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับภรรยาและบุตร จบการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 4 อาชีพทำสวน พยายามฆ่าตัวตาย จากปัญหาหนี้สินมาก คืมสุราทุกวัน ทะเลาะกับภรรยาทุกวัน พบว่านายมามีวิธีการพัฒนาศักยภาพตนเองโดยการประพฤติตัวให้ดีขึ้น สัญญาไว้กับบุคคลในครอบครัว บุคคลใกล้ชิด โดยแลกกับการแก้ไขปัญหาก็ทำให้ภรรยาและบุคคล

ใกล้ชิดในครอบครัวเอาใจใส่ดูแลมากขึ้น แต่ตนไม่ได้มีการเปลี่ยนแปลงอะไรเลยและไม่ได้พูดคุยปรึกษาหารือกัน จึงทำให้นายมาคิดว่าปัญหาหมดไป ทำให้ไม่เกิดความเครียดและคิดว่าการเลิกดื่มสุราเป็นวิธีที่ดีที่สุดเพราะกลัวปัญหาเกิดซ้ำ

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9 นายไพบูลย์ (นามสมมุติ) อายุ 45 ปี สถานภาพสมรส อาศัยอยู่กับภรรยา และบุตร จบการศึกษาระดับปริญญาตรี อาชีพรับราชการ พยายามฆ่าตัวตายจากการดื่มสุราจนเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง สุดท้ายถูกลงโทษทำทัณฑ์บนและให้ย้ายสถานที่ปฏิบัติงาน นายไพบูลย์ มีปัญหามากไม่พูดคุยปรึกษากับใคร พบว่าสามารถตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ทำให้ตนเองมองเห็นความสำเร็จที่ได้รับจากการเลิกดื่มสุรา ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในการเปลี่ยนแปลงตนเอง ที่จะพัฒนาตนเองเพื่อความสุขของตนเองและคนในครอบครัวได้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 นาธีระยุทธ (นามสมมุติ) อายุ 20 ปี สถานภาพ โสด อาศัยอยู่กับบิดามารดา กำลังศึกษาอยู่ชั้น ปวส.ปีที่ 2 พยายามฆ่าตัวตายจากปัญหาเครียดทำการบ้านส่งอาจารย์ไม่ทัน น้อยใจมารดาต่อว่าเรื่องการใช้เงินเนื่องจากฐานะยากจนและมีเรื่องรบกวนจิตใจทะเลาะกับแฟนเรื่องหึงหวง พบว่านายธีระยุทธสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองโดยการนำเอาความรู้ความสามารถของตนเอง การคิดการตัดสินใจที่ให้เห็นจุดดีและจุดด้อยของตนเอง ทำให้เกิดความพยายามในการเรียนมากขึ้น และความเสียใจของแม่ที่มีต่อตน และความรักความห่วงใยที่ได้รับ ทำให้ต้องพยายามทำตัวเองให้ดีขึ้น จึงเกิดความตั้งใจในตนเองที่จะเปลี่ยนแปลงเพื่อแม่และเพื่อตัวเอง