

พฤติกรรมเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง: บาดแผลที่มองไม่เห็น*

CHILDREN'S BEHAVIOR FROM DIVORCED FAMILIES: THE INVISIBLE WOUNDS

ปรินทร์ ศรีเอื้อยพิกุล

Parinthorn Sirieawphikul

นักวิชาการอิสระ

Independent Scholar, Thailand

Corresponding Author's Email: parinthorn@hitechthai.com

วันที่รับบทความ : 22 กรกฎาคม 2568; วันที่แก้ไขบทความ 4 กันยายน 2568; วันที่ตอบรับบทความ : 6 กันยายน 2568

Received 22 July 2025; Revised 4 September 2025; Accepted 6 September 2025

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้ตั้งใจสำรวจและเจาะลึกถึงพฤติกรรมของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยจะเน้นไปที่ผลกระทบที่อาจซ่อนเร้นอยู่ ไม่ได้แสดงออกทันที แต่สามารถกลายเป็นบาดแผลทางใจในระยะยาวได้ เราจะเริ่มจากการวิเคราะห์สถานการณ์การหย่าร้างในไทย และดูว่าแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ได้อย่างไร การศึกษาครั้งนี้แบ่งประเด็นหลักออกเป็น 5 ส่วน คือ ทำความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับครอบครัวที่พ่อแม่แยกทางกัน ผลกระทบด้านพฤติกรรมของเด็ก ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นกับสุขภาพจิตและสังคมของเด็ก ปัจจัยรอบตัวที่มีผลกระทบ และแนวทางในการช่วยเหลือเยียวยา ข้อมูลทั้งหมดที่เรานำมาอ้างอิงนั้น มาจากงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ ผู้เขียนอยากให้สังคมได้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลเด็กอย่างรอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นจากครอบครัว โรงเรียน หรือสังคมโดยรวม สุดท้าย เราจะเน้นย้ำถึงความจำเป็นของการสนับสนุนอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งนำเสนอแนวคิดใหม่ ๆ เช่น พฤติกรรมของเด็กแต่ละคนที่ไม่สามารถใช้แนวทางเดียวกันได้ทั้งหมด การวิเคราะห์เชิงลึกเกี่ยวกับความเปราะบาง

Citation:



* ปรินทร์ ศรีเอื้อยพิกุล. (2568). พฤติกรรมเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง: บาดแผลที่มองไม่เห็น.

วารสารสหศาสตร์การพัฒนาลังคม, 3(5), 347-363.

Parinthorn Sirieawphikul. (2025). Children's Behavior From Divorced Families: The Invisible Wounds.

Journal of Interdisciplinary Social Development, 3(5), 347-363.;

DOI: <https://doi.org/10.>

Website: <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/>

ทางจิตใจ และบทบาทสำคัญของโรงเรียนในการฟื้นฟูสุขภาพจิต งานวิชาการนี้คาดหวังว่าจะช่วยสร้างความเข้าใจและเสนอแนวทางที่เป็นรูปธรรม เพื่อให้เราดูแลเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การหย่าร้าง, เด็กและเยาวชน, พฤติกรรม, ครอบครัวแตกแยก, สุขภาพจิตเด็ก

Abstract

This academic article aims to study and analyze the behaviors of children from divorced families, focusing on the hidden impacts that may not be immediately apparent but can develop into long-term emotional wounds. The content begins with an analysis of the divorce situation in Thailand and its continuously rising trend. The study is divided into five main topics: a basic understanding of divorced families, behavioral impacts on children, psychosocial risks, environmental factors affecting children, and remedial approaches. All discussions are supported by both domestic and international research. The author presents a perspective that emphasizes the importance of comprehensive care for children from families, schools, and society as a whole. The conclusion points out the value of systemic support and introduces new insights, such as the unique behavioral characteristics of children that cannot be addressed with a one-size-fits-all approach, in-depth analysis of psychological vulnerability, and the role of schools as spaces for mental health recovery. This study seeks to foster understanding and offer practical guidelines for the effective care of children from divorced families.

Keywords: Divorce, Children and Youth, Behavior, Broken Family, Child Mental Health

บทนำ

การหย่าร้างกลายเป็นเรื่องปกติมากขึ้นเรื่อยๆ ทั้งในประเทศไทยและทั่วโลก โดยในช่วงปี 2020-2025 สถิติการหย่าร้างในประเทศไทยแสดงให้เห็นว่ามีคู่สมรสหย่าร้างกัน

มากกว่า 110,000-147,000 คู่ต่อปี ซึ่งหมายถึงเด็กหลายแสนคนได้รับผลกระทบจากการแยกทางของพ่อแม่ (Walderich, 2024) ทัวโลกเองก็พบว่าอัตราการหย่าร้างมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในหลายประเทศ โดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 1.8 คู่ต่อพันคนในปี 2023 แม้ว่าช่วงโควิด-19 ระบาดจะทำให้อัตราการหย่าร้างลดลงชั่วคราวในปี 2020 แต่หลังจากนั้นก็กลับมาเท่าเดิมในไม่กี่ปีต่อมา (Manning and Payne, 2021) สถานการณ์แบบนี้ทำให้เด็กจำนวนมากต้องเจอกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัว ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการหลายด้าน

ผลกระทบของการหย่าร้างที่มีต่อเด็กนั้นซับซ้อนและหลากหลายจริง ๆ โดยงานวิจัยระหว่างปี 2020-2025 แสดงให้เห็นว่าเด็กจากครอบครัวหย่าร้างมีความเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาพฤติกรรมและอารมณ์มากกว่าเด็กจากครอบครัวสมบูรณ์ (Çaksen, 2022) จากการวิเคราะห์งานวิจัย 54 ชิ้น ที่มีผู้เข้าร่วมกว่า 506,299 คน พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้าเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 29 วิตกกังวลร้อยละ 12 และมีโอกาสใช้สารเสพติดสูงขึ้นถึงร้อยละ 43-64 (Auersperg et al., 2019) การศึกษาในเลบานอนพบว่าวัยรุ่นจากครอบครัวหย่าร้างมีระดับความกลัวทางสังคม ความหดหู่ และแนวคิดฆ่าตัวตายสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญ (Obeid et al., 2021) ในขณะที่การศึกษาในออสเตรเลียพบว่าเด็กเหล่านี้ใช้เวลากับกิจกรรมการศึกษาน้อยลงและมีพฤติกรรมที่ไม่มีโครงสร้างเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะเด็กผู้ชาย (Cano and Gracia, 2022)

สิ่งที่น่าเป็นห่วงมากที่สุดคือ “บาดแผลที่มองไม่เห็น” หรือผลกระทบทางอารมณ์ที่อาจไม่ได้แสดงออกชัดเจนตั้งแต่แรก แต่ส่งผลต่อเด็กในระยะยาวได้ งานวิจัยชี้ให้เห็นว่าเด็กจากครอบครัวหย่าร้างมักประสบกับปัญหาความไม่มั่นคงทางอารมณ์ ความยากลำบากในการสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด และความวิตกกังวลเกี่ยวกับความมั่นคงของความสัมพันธ์ (Van Dijk et al., 2020) การศึกษาในระยะยาวพบว่าเด็กเหล่านี้มีแนวโน้มที่จะมีรายได้รายได้น้อยลงร้อยละ 15-20 เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ เรียนจบมหาวิทยาลัยน้อยกว่าร้อยละ 20-30 และมีโอกาสหย่าร้างในชีวิตแต่งงานของตัวเองสูงถึงร้อยละ 50 (Johnston et al., 2025) อย่างไรก็ตาม สิ่งสำคัญคือประมาณร้อยละ 75-80 ของเด็กจากครอบครัวหย่าร้างสามารถปรับตัวได้ดีและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพจิตดี หากได้รับการดูแลและสนับสนุนที่เหมาะสม

สำหรับสังคมไทย งานวิจัยจากมหาวิทยาลัยชั้นนำอย่างจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชี้ให้เห็นว่าคุณภาพการเลี้ยงดูนั้นสำคัญกว่าโครงสร้างครอบครัวเสียอีก โดยเด็กจากครอบครัวเดี่ยวที่ได้รับการดูแลอย่างดีจะมีผลลัพธ์ที่ดีกว่าเด็กจากครอบครัวสมบูรณ์ที่มีความขัดแย้งหรือ

การเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม (Phitchayothin, 2019) วัฒนธรรมไทยที่มีระบบครอบครัวขยายและการสนับสนุนจากญาติผู้ใหญ่ โดยเฉพาะปู่ย่าตายาย สามารถช่วยลดผลกระทบลบจากการหย่าร้างได้ (Pummanee et al., 2018) ดังนั้น การศึกษานี้จึงมุ่งเน้นที่จะทำความเข้าใจพฤติกรรมและการปรับตัวของเด็กไทยในครอบครัวหย่าร้าง เพื่อหาทางป้องกันและแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้น รวมถึงเสริมสร้างปัจจัยดีๆ ที่เหมาะสมกับบริบทสังคมและวัฒนธรรมไทย

ผลกระทบของการหย่าร้างต่อเด็กและแนวทางการจัดการ

ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการหย่าร้างและผลกระทบต่อครอบครัว

สังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว สะท้อนได้จากสถิติการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้นไม่หยุด โดยข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติปี 2024 เผยว่าปี 2023 มีการจดทะเบียนหย่าร้างรวม 147,340 คู่ ซึ่งเพิ่มขึ้นจาก 146,159 คู่ในปี 2022 และ 121,011 คู่ในปี 2020 (Walderich, 2024) กรมสุขภาพจิตรายงานว่าอัตราการหย่าร้างในประเทศไทยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 27 ของการแต่งงานที่ล้มเหลวในปี 2006 เป็นร้อยละ 39 ในปัจจุบันทำให้ประเทศไทยติดอันดับประเทศที่มีอัตราการหย่าร้างสูงที่สุดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (Lwin, 2025)

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวหลังการหย่าร้างส่งผลกระทบอย่างมากต่อสังคมไทย ข้อมูลจากกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัวแสดงให้เห็นว่าครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวปัจจุบันคิดเป็นสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 83 ของครอบครัวทั้งหมด ในขณะที่ครอบครัวขยายแบบดั้งเดิมลดลงเหลือเพียงร้อยละ 13 (Bangkok Post, 2024) จำนวนครัวเรือนพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยวเพิ่มขึ้นร้อยละ 41 จาก 970,000 เป็น 1.37 ล้านครัวเรือน โดยแม่เลี้ยงเดี่ยวคิดเป็นประมาณร้อยละ 80 ของครัวเรือนเลี้ยงเดี่ยวทั้งหมด (Herre et al., 2020)

ปัจจัยทางวัฒนธรรมและสังคมที่ส่งผลต่อการปรับตัวหลังการหย่าร้างในไทยนั้นมีความซับซ้อนเฉพาะตัว สังคมไทยที่เคยมองการหย่าร้างเป็นเรื่องต้องห้ามกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากแรงดันจากการเมืองกรุง ความเครียดทางเศรษฐกิจ ความเครียดจากงาน และการแยกตัวจากระบบสนับสนุนครอบครัวขยาย งานวิจัยจาก Communications Psychology ในปี 2024 พบว่าวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นอิสระส่วนบุคคลมีแนวโน้มมีอัตราการหย่าร้างและการยอมรับที่สูงกว่า ในขณะที่วัฒนธรรมที่เน้นความเป็นหนึ่งเดียวของครอบครัวจะมีอัตราการหย่าร้างที่ต่ำกว่า (Mentser and Sagiv, 2025)

เมื่อเทียบกับแนวโน้มทั่วโลก ประเทศไทยมีลักษณะคล้ายกับประเทศกำลังพัฒนาอื่นๆ ในเอเชียตะวันออก คือมีการแต่งงานช้าลงและอัตราการหย่าร้างเพิ่มขึ้นตามการพัฒนาเศรษฐกิจ งานวิจัยข้ามชาติพบว่าประเทศที่มีอัตราการหย่าร้างสูงสุดได้แก่ มัลดีฟส์ (5.52 ต่อประชากร 1,000 คน) และคาซัคสถาน (4.6 ต่อประชากร 1,000 คน) (D'Onofrio and Emery, 2019) ในขณะที่สหรัฐอเมริกาอัตรา 2.3-2.7 ต่อประชากร 1,000 คน ปัจจัยทางเศรษฐกิจได้กลายเป็นตัวกำหนดหลักในการตัดสินใจหย่าร้างในยุคร่วมสมัย (World Population Review, 2025)

ผลกระทบด้านพฤติกรรมของเด็กหลังการหย่าร้าง

เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมักจะแสดงออกทางอารมณ์ไม่สม่ำเสมอ ซึ่งเป็นหนึ่งในผลกระทบที่เห็นได้ชัดเจนที่สุด งานวิจัยระยะยาวจาก UK Millennium Cohort Study พบว่าการแยกทางของพ่อแม่ที่มีคุณภาพความสัมพันธ์สูงส่งผลกระทบต่อปัญหาพฤติกรรมของเด็กมากที่สุด (Garriga and Pennoni, 2022) เด็กแสดงความผันผวนทางอารมณ์ที่เพิ่มขึ้น โดยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วระหว่างความโกรธ ความเศร้า และการถอนตัว งานวิจัยระยะยาวของ Tullius และคณะ (2022) ที่ติดตามเด็กกว่า 2,230 คน พบว่าทั้งปัญหามายาในใจและพฤติกรรมภายนอกเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนหลังพ่อแม่หย่าร้าง และผลกระทบเหล่านี้ก็มักจะคงอยู่และรุนแรงขึ้นตลอดช่วงเวลาติดตาม

เด็กจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวและแยกตัวออกจากสังคมในรูปแบบที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับเพศและช่วงอายุ เด็กผู้ชายมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวมากกว่า รวมถึงการทำร้ายร่างกายเพื่อน การแสดงความก้าวร้าวทางวาจา การต่อต้านผู้มีอำนาจ และพฤติกรรมทำลาย (Frimmel et al., 2024) การศึกษาจากนักศึกษามหาวิทยาลัยที่พ่อแม่หย่าร้างแสดงให้เห็นอัตราการใช้ความรุนแรงในการแก้ไขข้อขัดแย้งและการแสดงความก้าวร้าวทางกายภาพในความสัมพันธ์ที่สูงกว่า การศึกษาในปี 2025 พบว่าเด็กที่มีประสบการณ์ชีวิตที่ไม่พึงประสงค์ในระดับสูง รวมถึงการหย่าร้างของพ่อแม่ แสดงวิถีพฤติกรรมก้าวร้าวที่ยืนยาวต่อเนื่องไปจนถึงวัยรุ่น

เด็กจากครอบครัวหย่าร้างมักจะแสดงอาการถอนตัวจากสังคมและปรับตัวได้ยาก โดยเด็กแสดงการถอนตัวทางสังคมที่เพิ่มขึ้น มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนลดลง และไม่เต็มใจเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม การวิเคราะห์ข้อมูลย้อนหลังตั้งแต่ปี 2020-2022 พบว่าการหย่าร้างของพ่อแม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับการเป็นโรควิตกกังวล 1.12 เท่า โรคซึมเศร้า 1.29

เท่า และปัญหาทางสังคม (Auersperg et al., 2019) วัยรุ่นจากครอบครัวหย่าร้างมีแนวโน้มถอนตัวทางสังคมที่รวมถึงการถอนตัวจากพ่อแม่ ลดการเปิดเผยความในใจ และทำให้พ่อแม่มีความรู้เกี่ยวกับตัวเด็กลดลง

การแสดงออกทางพฤติกรรมที่แตกต่างกันไปในแต่ละช่วงอายุ แสดงให้เห็นถึงความซับซ้อนของการปรับตัว ทารกและเด็กวัยหัดเดิน (0-3 ปี) แสดงความวิตกกังวลจากการแยกจากกันที่เพิ่มขึ้นและปัญหาการยึดติด การรบกวนการนอน ปัญหาการกิน และการถดถอยของพัฒนาการ งานวิจัยล่าสุดจากปี 2020-2025 แสดงให้เห็นว่าทารกที่ต้องค้างคืนบ่อยครั้งกับพ่อแม่อีกฝ่ายหนึ่งแสดงความไม่มั่นคงในการยึดติดมากกว่า เด็กวัยก่อนเรียน (3-6 ปี) อาจมีการถดถอยของพัฒนาการ เช่น กลับไปดูดนิ้วหรือผ้าอ้อม หรือโมโหง่าย การศึกษาจากปี 2020-2025 แสดงการเพิ่มขึ้นของ BMI ตลอดเวลา โดยเฉพาะในเด็กที่ประสบการณ์หย่าร้างก่อนอายุ 6 ปี (Broadwell, 2025) เด็กวัยเรียน (6-12 ปี) ต้องเจอกับผลกระทบที่ซับซ้อนทั้งเรื่องการเรียนและสังคม เช่น ผลการเรียนตกต่ำ เกรดลดลง และเสี่ยงที่จะออกจากโรงเรียนมากขึ้น ปัญหาพฤติกรรมในโรงเรียนเพิ่มขึ้น รวมถึงการไม่เชื่อฟังและการก้าวร้าวต่อเพื่อน ความขัดแย้งด้านความจงรักภักดีและความรู้สึกว่า ติดอยู่ตรงกลาง ระหว่างพ่อแม่ งานวิจัยล่าสุดแสดงให้เห็นว่าช่วงอายุนี้มีความเสี่ยงโดยเฉพาะในการรู้สึกว่าเป็นสาเหตุของการหย่าร้างและพยายามคืนดีระหว่างพ่อแม่ และวัยรุ่น (13-18 ปี) แสดงการตอบสนองทางพฤติกรรมที่ซับซ้อนโดยมีความเสี่ยงในการใช้สารเสพติด กิจกรรมทางเพศในวัยเยาว์ และพฤติกรรมอันตราย การศึกษาจากปี 2020-2025 แสดงอัตราที่สูงกว่าของโรคการใช้แอลกอฮอล์ การติดบุหรี่ และการใช้ยาเสพติด การถอนตัวทางอารมณ์จากครอบครัวและการหันไปพึ่งพากลุ่มเพื่อนมากขึ้น อัตราของโรคซึมเศร้าและความคิดฆ่าตัวตายที่สูงกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่อายุน้อยกว่า (The Center for Divorce Education, 2025)

ความเสี่ยงทางจิตสังคมที่เด็กต้องเผชิญ

เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความเสี่ยงสูงกว่าเด็กทั่วไปที่จะเป็นภาวะซึมเศร้าและวิตกกังวล การวิเคราะห์ข้อมูลขนาดใหญ่ของ Auersperg และคณะ (2019) จากการศึกษา 54 เรื่องที่รวมผู้เข้าร่วมกว่า 500,000 คน ยืนยันความเชื่อมโยงนี้อย่างชัดเจน ผลการศึกษาพบว่าเด็กจากครอบครัวหย่าร้างมีโอกาสเป็นโรคซึมเศร้าสูงขึ้น 1.29 เท่า โรควิตกกังวล 1.12 เท่า และมีความทุกข์ทรมานทางจิตใจเพิ่มขึ้น 1.48 เท่า ที่น่าเป็นห่วงยิ่งคือ ความคิดฆ่าตัวตายและการพยายามฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น 1.48 และ 1.35 เท่าตามลำดับ นอกจากนี้การศึกษาระยะยาวของ Tullius และคณะ (2022) ที่ติดตามเด็กกว่า 2,000 คนยืนยันว่า ปัญหาสุขภาพจิตเหล่านี้

ไม่ใช่เรื่องชั่วคราว แต่มีแนวโน้มคงอยู่และทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ หากไม่ได้รับการดูแลที่เหมาะสม การค้นพบนี้เน้นย้ำถึงความสำคัญของการให้ความช่วยเหลือทางจิตใจแก่เด็กในครอบครัวที่เผชิญกับการหย่าร้าง

ความเครียดและปัญหาการปรับตัวแสดงออกในรูปแบบที่หลากหลายและซับซ้อน ปีแรกหลังการหย่าร้างถูกระบุว่าเป็นช่วงที่ท้าทายที่สุดสำหรับเด็ก การแสดงออกของความเครียดในระยะเฉียบพลันรวมถึงการรบกวนการนอนและปัญหาสุขภาพกาย การลดลงของผลการเรียน การถอนตัวทางสังคมและปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน และการถดถอยของพฤติกรรมในเด็กที่อายุน้อยกว่า รูปแบบความเครียดเรื้อรังยังคงอยู่เหนือช่วงระยะการปรับตัวเริ่มแรก ซึ่งเกี่ยวข้องกับการตอบสนองของคอร์ติซอลที่เพิ่มขึ้นและความผิดปกติทางสรีรวิทยา รวมถึงความไวต่อความเครียดในอนาคตและความท้าทายด้านสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้น

ภาวะพร่องการแนบแน่น (Attachment Issues) และปัญหาที่แสดงออกมาจากภาวะนี้ เป็นความเสี่ยงสำคัญที่มีผลกระทบระยะยาว งานวิจัยล่าสุดยืนยันอัตราที่เพิ่มขึ้นของการแนบแน่นที่ไม่มั่นคงในเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง (Schaan et al., 2019) เด็กที่หลีกเลี่ยงการแนบแน่นจะแสดงออกด้วยการตีตัวออกห่างทางอารมณ์จากผู้ดูแล ไม่ค่อยไวใจคนอื่น สร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดได้ยาก และชอบพึ่งพาตัวเองเพื่อป้องกันความกลัวการถูกทอดทิ้ง ส่วนเด็กที่วิตกกังวลเรื่องการแนบแน่น จะแสดงออกด้วยการต้องการความมั่นใจและความใกล้ชิดจากผู้ดูแลมากเกินไป กลัวการถูกทอดทิ้งจนแสดงพฤติกรรมเกาะติด และระแวงต่อภัยคุกคามในความสัมพันธ์ (Morin, 2023)

การแนบแน่นแบบไม่เป็นระเบียบ เป็นรูปแบบที่รุนแรงที่สุด โดยเป็นการผสมผสานระหว่างรูปแบบวิตกกังวลและหลีกเลี่ยง มักเกี่ยวข้องกับสถานการณ์การหย่าร้างที่มีความขัดแย้งสูง และเชื่อมโยงกับการควบคุมอารมณ์ที่ผิดปกติ รวมถึงปัญหาพฤติกรรม ผลกระทบต่อการแนบแน่นในผู้ใหญ่รวมถึงอัตราการแนบแน่นทางรักที่ไม่มั่นคงในวัยผู้ใหญ่ที่สูงกว่า ความไม่เสถียรของความสัมพันธ์และอัตราการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้น และความยากลำบากในความใกล้ชิดและการไว้วางใจในความเป็นหุ้นส่วน (Miralles et al., 2023)

ปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อระดับผลกระทบ

บทบาทของผู้ปกครองหลักและวิธีการเลี้ยงดูมีอิทธิพลอย่างมากต่อการปรับตัวของเด็ก การวิเคราะห์เมตาของ van Dijk และคณะ (2020) ซึ่งรวบรวมข้อมูลจากการศึกษา 115 ตัวอย่าง ครอบคลุมครอบครัวหย่าร้าง 24,854 ครอบครัว ได้ระบุตัวกลางการเลี้ยงดูที่สำคัญ

หลายประการ การเลี้ยงดูแบบป้องกันปัญหาจะรวมถึงการสนับสนุนจากผู้ปกครอง ความอบอุ่น ความพร้อมทางอารมณ์ และการตอบสนองความต้องการของเด็ก นอกจากนี้ยังรวมถึงการจัดโครงสร้างที่มีประสิทธิภาพ เช่น ขอบเขตที่ชัดเจน กฎระเบียบที่สม่ำเสมอ และความคาดหวังที่เหมาะสมกับวัย สิ่งที่สำคัญไม่แพ้กันคือความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยเฉพาะการสื่อสารที่เปิดใจและการเชื่อมโยงทางอารมณ์ที่แน่นแฟ้น (Pedro-Carroll, 2020)

พฤติกรรมเลี้ยงดูที่เพิ่มความเสี่ยง ได้แก่ การเป็นศัตรูกับลูก การวิจารณ์อย่างรุนแรง การปฏิเสธ และการไม่พร้อมทางอารมณ์ การแทรกแซงของผู้ปกครอง การมีส่วนร่วมมากเกินไปและการละเมิดขอบเขต และการสับสนบทบาท การกลายเป็นพ่อแม่และการแบ่งปันภาระทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม จากงานวิจัย พบว่าพฤติกรรมเลี้ยงดูเชิงลบมีความสัมพันธ์ที่รุนแรงกว่ากับการปรับตัวของเด็กที่มีปัญหา เทียบกับพฤติกรรมเชิงบวก ซึ่งตอกย้ำว่าการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เป็นอันตรายนั้นสำคัญมาก

ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงด้านสิ่งแวดล้อมที่สำคัญที่สุด เด็กในการหย่าร้างที่มีความขัดแย้งสูงแสดงผลลัพธ์ที่แย่กว่าอย่างมีนัยสำคัญในทุกด้าน ความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ที่ยืนยาวถูกระบุว่าเป็นตัวกลางหลักของผลกระทบเชิงลบ การสัมผัสกับความขัดแย้งเป็นอันตรายมากกว่าการหย่าร้างเอง กลไกของผลกระทบรวมถึงทฤษฎีความมั่นคงทางอารมณ์ที่ความขัดแย้งคุกคามความรู้สึกปลอดภัยและเสถียรภาพของเด็ก ผลกระทบการแพร่กระจาย ความเครียดของผู้ปกครองถ่ายทอดไปยังความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก และสามเเล้ว เด็กที่ติดอยู่ระหว่างพ่อแม่แสดงความทุกข์ทรมานที่เพิ่มขึ้น (Laletas and Khasin, 2021)

การสนับสนุนจากโรงเรียนและสังคม มีบทบาทสำคัญในการป้องกันและบรรเทาผลกระทบ โรงเรียนเป็นสภาพแวดล้อมที่ป้องกันโดยครูถูกระบุว่าเป็นตัวแทนการตรวจจับเบื้องต้นที่สำคัญสำหรับเด็กที่มีความเสี่ยง การเชื่อมต่อกับโรงเรียนทำหน้าที่เป็นปัจจัยป้องกันต่อความทุกข์ทรมานทางจิตใจ สภาพแวดล้อมโรงเรียนที่มีโครงสร้างให้ความเสถียรในระหว่างการรบกวนของครอบครัว มุมมองของครูจากงานวิจัย 2020-2025 แสดงให้เห็นว่าครูรายงานปัญหาพฤติกรรมที่เพิ่มขึ้นในเด็กจากการหย่าร้างที่มีความขัดแย้งสูง ความจำเป็นในการฝึกอบรมเฉพาะทางในการสนับสนุนเด็กผ่านการเปลี่ยนแปลงของครอบครัว และความสำคัญของการให้คำปรึกษาและบริการสนับสนุนในโรงเรียน

ความสัมพันธ์กับเพื่อน และการสนับสนุนทางสังคมยังมีผลกระทบที่สำคัญ การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนช่วยบรรเทาผลกระทบเชิงลบของการหย่าร้าง เด็กจากครอบครัว

หย่าร้างอาจประสบปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน การแทรกแซงกลุ่มและโปรแกรมการสนับสนุนเพื่อนแสดงผลลัพธ์ที่มีแนวโน้มดี การวิจัยเกี่ยวกับประเภทการสนับสนุนทางสังคม พบว่าการสนับสนุนจากผู้ใหญ่ในครอบครัวเป็นประโยชน์มากที่สุดสำหรับการปรับตัว ที่ปรึกษาผู้ใหญ่นอกครอบครัวก็ให้ประโยชน์ที่สำคัญเช่นกัน และแหล่งสนับสนุนหลายแหล่งสร้างผลกระทบป้องกันที่แข็งแกร่งกว่า

แนวทางการดูแลและเยียวยาเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง

นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตมีบทบาทสำคัญหลายด้านในการดูแลเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง การทำหน้าที่หลักรวมถึงการประเมินที่ครอบคลุมของการทำงานของ เด็กและครอบครัว การส่งมอบการแทรกแซงทางการรักษาที่มีหลักฐานรองรับ การให้การแทรกแซงในภาวะวิกฤตระหว่างช่วงการปรับตัวที่เฉียบพลัน และการฝึกอบรมผู้เชี่ยวชาญอื่น ๆ เช่น ครู โค้ช ในกลยุทธ์การสนับสนุน บทบาทเฉพาะทางรวมถึงนักจิตวิทยาเด็กคลินิกที่ให้การรักษาแบบบุคคลและกลุ่ม นักบำบัดครอบครัวที่ให้การแทรกแซงเชิงระบบและการสนับสนุน การเลี้ยงดูร่วมกัน และนักจิตวิทยาโรงเรียนที่ให้การสนับสนุนทางวิชาการและสังคม-อารมณ์ ภายในสถานการณ์การศึกษา

ครูและบุคลากรทางการศึกษามีความสำคัญมาก เพราะพวกเขาใช้เวลากับเด็กประมาณ 15,000 ชั่วโมง ตั้งแต่เด็กเล็กจนถึงมัธยมปลาย ทำให้พวกเขามีตำแหน่งที่พิเศษในการให้ความช่วยเหลือเด็กที่พ่อแม่หย่าร้าง กลยุทธ์ครูที่มีหลักฐานรองรับจากงานวิจัย 2020-2025 รวมถึงการดำเนินการสนับสนุนทันทีเช่นการพัฒนาความเข้าใจในปฏิกิริยาของเด็กผ่านการสังเกตอย่างระมัดระวัง การสร้างสภาพแวดล้อมห้องเรียนที่คาดเดาได้และมีโครงสร้าง การรักษาขั้นตอนที่สม่ำเสมอและความคาดหวังพฤติกรรม และการให้การสนับสนุนทางอารมณ์ผ่านการฟังอย่างกระตือรือร้นและการตรวจสอบ

โปรแกรม New Beginnings Program (NBP) ได้รับการพิสูจน์แล้วว่ามีประสิทธิภาพจากการทดลองขนาดใหญ่ที่มีผู้ปกครองหลากหลายเชื้อชาติเข้าร่วมถึง 830 คน โปรแกรมนี้ประกอบด้วย 10 เซสชันแบบกลุ่ม โดยเน้นการพัฒนาคุณภาพความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูก การฝึกวินัยที่มีประสิทธิภาพ และการจัดการความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่ ผลการศึกษาพบว่าโปรแกรมส่งผลเชิงบวกต่อคุณภาพการเลี้ยงดู พร้อมทั้งลดปัญหาสุขภาพจิตของเด็กลงอย่างชัดเจน ที่น่าสนใจคือ การติดตามผลเป็นเวลา 15 ปี แสดงให้เห็นว่าการวินิจฉัยโรคจิตเวชลดลงถึงร้อยละ 37 และผลการเรียนของเด็กดีขึ้นอย่างยั่งยืน (Sandler et al., 2020) นอกจากนี้

โปรแกรมรูปแบบออนไลน์ (eNew Beginnings Program) ยังแสดงประสิทธิภาพเทียบเคียงกับรูปแบบเดิม พร้อมทั้งเพิ่มความสะดวกในการเข้าถึงบริการ

การจัดกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างสุขภาวะของเด็ก ๆ ดูเหมือนจะได้ผลดีในการช่วยเหลือเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง โปรแกรมสนับสนุนที่ใช้โรงเรียนเป็นฐานมีองค์ประกอบที่มีหลักฐานรองรับรวมถึงโปรแกรมสนับสนุนกลุ่มที่ลดความโดดเดี่ยวและทำให้ประสบการณ์การหย่าร้างเป็นเรื่องปกติ เครือข่ายสนับสนุนเพื่อนภายในสถานการณ์โรงเรียน การบูรณาการหลักสูตรการเรียนรู้ทางสังคม-อารมณ์ และการแทรกแซงห้องเรียนที่นำโดยครูเน้นทักษะการรับมือ โมเดลโปรแกรมเฉพาะรวมถึงกลุ่มสนับสนุนเด็ก (CSG) โปรแกรม 10 เซสชันที่แสดงการปรับปรุงความภาคภูมิใจในตนเอง ทักษะสังคม และการปรับตัว โมเดลการให้คำปรึกษาที่ใช้โรงเรียนเป็นฐานที่ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตทำงานโดยตรงกับครูและเจ้าหน้าที่โรงเรียน และโปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อนที่นักเรียนที่อายุมากกว่าที่ประสบการณ์การหย่าร้างสนับสนุนเด็กที่อายุน้อยกว่า

แนวทางการสนับสนุนและพัฒนาเด็กในครอบครัวหย่าร้างอย่างองค์รวม

การมองเห็นปัญหาทางพฤติกรรมเป็นโอกาสในการเข้าใจเด็ก

เมื่อเด็กมีพฤติกรรมเปลี่ยนไปหลังพ่อแม่หย่าร้าง เราควรมองว่านี่คือสัญญาณที่เด็กกำลังบอกความต้องการของตัวเอง ไม่ใช่แค่ปัญหาที่เราต้องบริหารจัดการให้หายไป การแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความพยายามของเด็กในการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ที่เกิดขึ้น ผู้ใหญ่จึงควรใช้โอกาสนี้เป็นจุดเริ่มต้นในการสร้างความเข้าใจและสร้างความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งกับเด็กมากยิ่งขึ้น วิธีการที่ดีที่สุดคือการรับฟังเด็กอย่างตั้งใจ และตอบสนองต่อความต้องการทางอารมณ์ของเด็กอย่างเหมาะสมและเข้าใจ

การให้ความสำคัญกับระบบสนับสนุนรอบตัวเด็ก

เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างไม่ได้ต้องการการดูแลแค่จากพ่อหรือแม่คนใดคนหนึ่งเท่านั้น แต่ยังต้องการจากครู เพื่อน ญาติ และคนในชุมชนด้วย การสร้างเครือข่ายการดูแลที่ครอบคลุมจะทำให้เด็กรู้สึกมั่นคงและมีที่พึ่งได้หลายแหล่ง หากพ่อแม่สามารถร่วมมือกันเลี้ยงดูลูกอย่างสร้างสรรค์ (co-parenting) จะช่วยลดผลกระทบเชิงลบต่อเด็กได้อย่างชัดเจน

ส่งเสริมให้สังคมเข้าใจความเปราะบางของเด็กในครอบครัวหย่าร้าง

สังคมไทยยังคงมีอคติต่อเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง ชอบเรียกพวกเขาว่า “เด็กบ้านแตก” หรือ “เด็กมีปัญหา” แนวคิดเช่นนี้ไม่เพียงไม่สร้างสรรค์ แต่ยังเป็นการสร้างอคติที่ส่งผลเสียต่อเด็กอีกด้วย การเปลี่ยนทัศนคติของสังคมเป็นสิ่งสำคัญ เราควรมองเด็กกลุ่มนี้เป็นผู้ที่ต้องการการสนับสนุนพิเศษ แทนที่จะตัดสินหรือหลีกเลี่ยงพวกเขา เมื่อสังคมเปลี่ยนมุมมองแล้ว จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการฟื้นฟูและพัฒนาศักยภาพของเด็กได้อย่างแท้จริง ทั้งโรงเรียนและชุมชนจึงควรกำหนดนโยบายและแนวทางเฉพาะสำหรับการดูแลเด็กกลุ่มนี้ให้เหมาะสม

ยุทธศาสตร์การดูแลและพัฒนาเด็กจากครอบครัวแตกแยก

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเด็กควรถูกจับตามองและเข้าใจ

ผู้ปกครอง ครู และผู้ดูแลเด็กทุกคนควรเรียนรู้วิธีสังเกตสัญญาณเตือนที่บ่งบอกถึงปัญหาทางจิตใจในเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อเด็กมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปหลังจากพ่อแม่หย่าร้าง เราไม่ควรมองข้ามสัญญาณเหล่านี้ การให้ความช่วยเหลือที่รวดเร็วและเหมาะสมจะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาที่รุนแรงในอนาคต นอกจากนี้ การติดตามดูแลและประเมินสภาพจิตใจของเด็กอย่างต่อเนื่องถือเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เด็กผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากนี้ไปได้

ครอบครัว โรงเรียน และชุมชนต้องร่วมมือกันอย่างเป็นระบบ

การดูแลเด็กจากครอบครัวหย่าร้างต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย เด็กจากครอบครัวหย่าร้างต้องการการดูแลเป็นพิเศษ ซึ่งจำเป็นต้องมีการประสานงานกันระหว่างหลายหน่วยงาน

ระดับครอบครัว พ่อแม่และญาติผู้ใหญ่ควรได้รับการฝึกอบรมเทคนิคการเลี้ยงดูเด็กในสถานการณ์พิเศษ พร้อมทั้งการสนับสนุนทางจิตใจ

ระดับสถานศึกษา โรงเรียนต้องมีนโยบายชัดเจนและครูที่ผ่านการอบรมเฉพาะทางเพื่อให้เข้าใจและตอบสนองความต้องการของเด็กกลุ่มนี้

ระดับชุมชน การสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและอบอุ่นในย่านที่อยู่อาศัย จะช่วยให้เด็กรู้สึกมั่นคงมากขึ้น

เมื่อทุกภาคส่วนทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการ การดูแลเด็กจะมีประสิทธิภาพและสร้างผลลัพธ์ที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

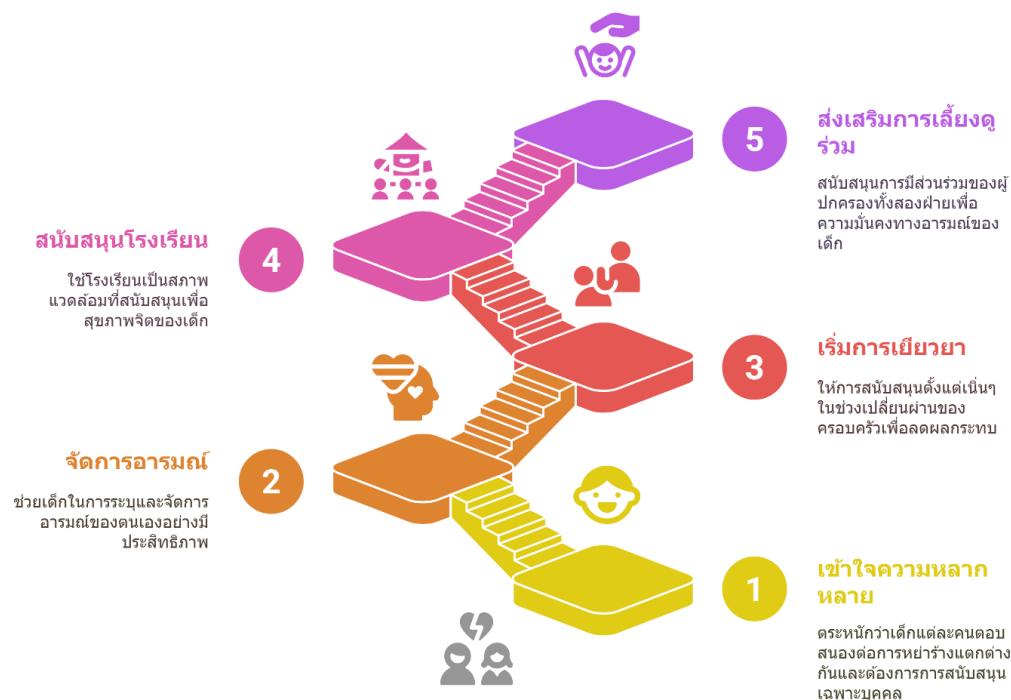
การออกแบบนโยบายและการศึกษาเพื่อเด็กจากครอบครัวหย่าร้าง

ด้านนโยบายของรัฐ รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรกำหนดนโยบายเฉพาะในการดูแลเด็กจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้าง โดยจัดสรรงบประมาณสำหรับบริการด้านสุขภาพจิต พร้อมทั้งฝึกอบรมบุคลากรให้มีความเชี่ยวชาญ นอกจากนี้ ยังต้องพัฒนาโปรแกรมช่วยเหลือที่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็กกลุ่มนี้อย่างแท้จริง

ด้านการศึกษา ระบบการศึกษาในโรงเรียนควรบูรณาการเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะการใช้ชีวิตและการจัดการอารมณ์เข้าในหลักสูตร เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้วิธีรับมือกับความท้าทายต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

สรุป

ความรู้ใหม่ ๆ เหล่านี้ชี้ให้เห็นว่าเราควรใช้กลยุทธ์แบบองค์รวม โดยเปลี่ยนจากการดูแลแบบ ทุกคนเหมือนกันหมด มาเป็นการดูแลที่ปรับให้เข้ากับแต่ละบุคคล โดยคำนึงถึงปฏิกิริยาที่หลากหลายของเด็ก โดยการพัฒนากระบวนการสนับสนุนที่เริ่มตั้งแต่ช่วงการเปลี่ยนผ่านของครอบครัว ผ่านการเสริมสร้างทักษะการจัดการอารมณ์เป็นหลัก ไม่ใช่การแก้ไขพฤติกรรมภายนอกเพียงอย่างเดียว กลยุทธ์นี้ต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างสถาบันครอบครัว โรงเรียน และชุมชน โดยเฉพาะการพัฒนาโปรแกรมการแทรกแซงในโรงเรียนที่ออกแบบเฉพาะ และการสร้างกรอบการเลี้ยงดูร่วมที่มีคุณภาพ ซึ่งจะช่วยให้เด็กสามารถพัฒนาความยืดหยุ่นทางจิตใจ และปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ แทนที่จะเป็นเพียงผู้รับผลกระทบจากสถานการณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้ การนำกลยุทธ์นี้ไปปฏิบัติต้องอาศัยการลงทุนระยะยาวในการฝึกอบรมบุคลากรทุกระดับและการพัฒนาเครื่องมือประเมินที่สามารถระบุความต้องการเฉพาะของเด็กแต่ละคนได้อย่างแม่นยำ



ภาพที่ 1 การสนับสนุนเด็กในครอบครัวหย่าร้าง

เอกสารอ้างอิง

- Auersperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., & Barth, A. (2019). Long-term effects of parental divorce on mental health – A meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 119, 107–115. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.09.011>
- Bangkok Post. (2024). Thai families no longer fit a mould. Bangkok Post. <https://www.bangkokpost.com/opinion/opinion/2775893/thai-families-no-longer-fit-a-mould>
- Broadwell, L. (2025). Is There a Worst Age for Divorce for Children?. *Parents*. <https://www.parents.com/parenting/divorce/coping/age-by-age-guide-to-what-children-understand-about-divorce/>
- Çaksen H. (2022). The effects of parental divorce on children. *Psychiatrike = Psychiatriki*, 33(1), 81–82. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.040>

- Cano, T., & Gracia, P. (2022). The Gendered Effects of Divorce on Mothers' and Fathers' Time with Children and Children's Developmental Activities: A Longitudinal Study. *European journal of population = Revue europeenne de demographie*, 38(5), 1277–1313. <https://doi.org/10.1007/s10680-022-09643-2>
- D'Onofrio, B., & Emery, R. (2019). Parental divorce or separation and children's mental health. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 18(1), 100–101. <https://doi.org/10.1002/wps.20590>
- Frimmel, W., Halla, M., & Winter-Ebmer, R. (2024). How does parental divorce affect children's long-term outcomes? *Journal of Public Economics*, 239, 105201. <https://doi.org/10.1016/j.jpubeco.2024.105201>
- Garriga, A., & Pennoni, F. (2022). The causal effects of parental divorce and parental temporary separation on children's cognitive abilities and psychological well-being according to parental relationship quality. *Social Indicators Research*, 161, 963–987. <https://doi.org/10.1007/s11205-020-02428-2>
- Herre, B., Samborska, V., Ortiz-Ospina, E., & Roser, M. (2020). Marriages and divorces. *Our World in Data*. <https://ourworldindata.org/marriages-and-divorces> <https://doi.org/10.1177/23780231211006976>
- Johnston, R., Jones, D., & Pope, N. (2025). The long-term effects of parental divorce on children's adult outcomes: Evidence from linked administrative data. *Social Forces*, 103(2), 485–512. <https://www.census.gov/library/working-papers/2025/adrm/CES-WP-25-28.html>
- Laletas, S., & Khasin, M. (2021). Children of high conflict divorce: Exploring the experiences of primary school teachers. *Children and Youth Services Review*, 127, Article 106072. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106072>

- Lwin, P. (2025). Infidelity and divorce rates in Thailand 2024. The Thaiger. <https://thethaiger.com/guides/best-of/lifestyle/infidelity-and-divorce-rates-in-thailand>
- Manning, W. D., & Payne, K. K. (2021). Marriage and Divorce Decline during the COVID-19 Pandemic: A Case Study of Five States. *Socius Sociological Research for a Dynamic World*, 7. <https://doi.org/10.1177/23780231211006976>
- Mentser, S., & Sagiv, L. (2025). Cultural and personal values interact to predict divorce. *Communications Psychology*, 3, Article 12. <https://doi.org/10.1038/s44271-025-00185-x>
- Miralles, P., Godoy, C., & Hidalgo, M. D. (2023). Long-term emotional consequences of parental alienation exposure in children of divorced parents: A systematic review. *Current Psychology*, 42, 12055–12069. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02537-2>
- Morin, A. (2023). Signs and Causes of Attachment Issues. Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/what-is-an-attachment-disorder-4580038>
- Obeid, S., Al Karaki, G., Haddad, C., Sacre, H., Soufia, M., Hallit, R., Salameh, P., & Hallit, S. (2021). Association between parental divorce and mental health outcomes among Lebanese adolescents: results of a national study. *BMC pediatrics*, 21(1), 455. <https://doi.org/10.1186/s12887-021-02926-3>
- Pedro-Carroll, J. A. (2020). How parents can help children cope with separation/divorce. In R. E. Tremblay, M. Boivin, & R. DeV. Peters (Eds.), *Encyclopedia on Early Childhood Development*. (E. R. Emery, Topic Ed.). Retrieved June 20, 2025, from <https://www.child-encyclopedia.com/divorce-and-separation/according-experts/how-parents-can-help-children-cope-separationdivorce>

- Pichayayothin, N. (2019). Children's adjustment after parental divorce: Summary of research on divorce and young children's adaptation. Faculty of Psychology, Chulalongkorn University. Retrieved June 20, 2025, from <https://www.psy.chula.ac.th/en/feature-articles/childrens-adjustment/>
- Pummanee, T., Tedla, Y. G., & Riesch, S. K. (2018). Barriers to the Quality of Parent-Adolescent Communication in Thailand: An Ecological System Analysis. *International Journal of Child Development and Mental Health*, 6(1), 87–101. Retrieved From <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/cdmh/article/view/122867>
- Sandler, I., Wolchik, S., Mazza, G., Gunn, H., Yap, M. B. H., Campaña-Nagel, B., & Berkel, C. (2020). Promoting resilience in youth from divorced families: Lessons learned from experimental trials of the New Beginnings Program. *Journal of Personality*, 88(1), 116- 135. <https://doi.org/10.1111/jopy.12489>
- Schaan, V. K., Schulz, A., Schächinger, H., & Vögele, C. (2019). Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. *Journal of Affective Disorders*, 257, 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.071>
- The Center for Divorce Education. (2025). Effects of divorce on kids of different ages: Insights and analysis. <https://divorce-education.com/effects-of-divorce-on-kids-of-different-ages/>
- Tullius, J. M., De Kroon, M. L. A., Almansa, J., & Reijneveld, S. A. (2022). Adolescents' mental health problems increase after parental divorce, not before, and persist until adulthood: a longitudinal TRAILS study. *European child & adolescent psychiatry*, 31(6), 969–978. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01715-0>

- Van Dijk, R., van der Valk, I. E., Deković, M., & Branje, S. (2020). A meta-analysis on interparental conflict, parenting, and child adjustment in divorced families: Examining mediation using meta-analytic structural equation models. *Clinical Psychology Review*, 79, Article 101861. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101861>
- Walderich, A. (2024). Thailand: Number of registered divorces 2023. Statista. <https://www.statista.com/statistics/1107934/thailand-number-of-registered-divorces/>