

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎี



1. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการสื่อสารของ Satir
2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

1. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการสื่อสารของ Satir

ทัศนคติการมองมนุษย์ของ Satir

ทัศนคติการมองมนุษย์ของ Satir มีความคล้ายคลึงกับแนวคิดของนักจิตวิทยาหลายท่านด้วยกัน โดย Satir มีความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะเปลี่ยนแปลงแบบแผนชีวิตของตนจากระดับเพื่อความอยู่รอดไปสู่ระดับของความเป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Maslow ในเรื่องการพัฒนาตนจากระดับของความต้องการพื้นฐานไปสู่ระดับความเป็นคนที่สมบูรณ์ (self actualization) และมองมนุษย์ในลักษณะของความเป็นองค์รวม (holistic) ซึ่งคล้ายกับทฤษฎีของ Gestalt อีกทั้งยังเชื่อว่า มนุษย์มีคุณค่า มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนสู่การเห็นคุณค่าในตน (self-esteem) และการพัฒนาตนเต็มที่ตามศักยภาพ (self actualization) รวมทั้งการมีอิสระในการเลือก ซึ่งมีผลต่อระบบครอบครัว อย่างไรก็ตามมนุษย์สามารถตอบสนองในสิ่งที่ตนต้องการได้ ควบคุมตนเอง เลือกที่จะพัฒนา เพิ่มประสิทธิภาพของตนไปสู่ความมีคุณค่าในตนเอง (self worth) และความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย การมีส่วนร่วมจะเป็นส่วนที่สำคัญในการเรียนรู้ของตน (สมจิตต์ ธีรมโนภาพ, 2537) ทั้งนี้การได้ติดต่อสื่อสารอย่างตรงไปตรงมาก็จะเป็นพื้นฐานที่ช่วยเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของตน

ทฤษฎีการสื่อสารตามแนวทางของ Satir

Satir (Satir อ้างถึงใน จีน แบร์รี, 2541) กล่าวว่า มนุษย์เรียนรู้การปฏิสัมพันธ์แรกจากครอบครัว อันประกอบด้วย พ่อ แม่ และลูก โดยในวัยเด็ก มนุษย์เรียนรู้การสื่อสารจากการสังเกต การสื่อสารของพ่อแม่ที่มีต่อกันและรับรู้การมีคุณค่าในตนเองจากบุคคลอื่น โดยเฉพาะจากพ่อแม่ หรือผู้ปกครอง พ่อแม่จะสอนให้ลูกรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าและสิ่งใดไม่มีคุณค่า เรียนรู้สิ่งที่เราคาดหวังจากบุคคลอื่น เราจะปฏิบัติอย่างไรกับผู้อื่น สิ่งที่เราคาดหวังกับตนเอง สิ่งผู้อื่นคาดหวังกับเรา และจากนั้นเราจะเรียนรู้ว่า สิ่งใดมีความปลอดภัยมากกว่า และสิ่งใดที่ให้ความพอใจได้มากกว่า

ดังนั้น ในการพัฒนารูปแบบการจัดการกับปัญหาของเรา จึงเป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่าง อัตตา(self) ผู้อื่น (other) และบริบท (context) โดยรูปแบบการจัดการกับปัญหาจึงมาจาก ความรู้สึกของเราที่มีต่อตนเอง ความสัมพันธ์ที่เรามีต่อผู้อื่น และผลกระทบที่เราได้รับจาก สถานการณ์นั้นๆ และเพื่อแสดง ความรู้สึกของการเห็นคุณค่าในตนเองและรูปแบบการจัดการกับ ปัญหา Satir จึงพัฒนาแนวคิดเรื่องการสื่อสาร

Satir (1967) กล่าวว่า การสื่อสาร เป็นกระบวนการการปฏิสัมพันธ์ (interaction) หรือการ ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (transactional) โดยมีการให้และการรับข้อมูลข่าวสาร ผ่านการ สื่อสารด้วยวัจนภาษาและอวัจนภาษา ทั้งนี้การสื่อสารที่บุคคลใช้จะแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่าง ตนกับผู้อื่น จึงควรมีการสื่อสารที่ชัดเจน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้อื่นเข้าใจความต้องการของตน และในทาง กลับกัน หากบุคคลสื่อสารไม่ชัดเจนจะทำให้เกิดความผิดพลาด ส่งผลให้ได้รับการตอบสนองที่ไม่ ตรงตามความต้องการของตน ดังนั้น การสื่อความหมายที่ชัดเจนไปยังบุคคลอื่นเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

ลักษณะการสื่อสาร

ลักษณะการสื่อสารตามแนวทางของ Satir (Walsh, 1996) เป็นการสื่อสารเมื่อบุคคล เผชิญสถานการณ์ที่ตึงเครียด บุคคลจะรู้สึกขาดความสมดุลทางจิตใจ ซึ่งในสถานการณ์ดังกล่าว บุคคลจะเลือกสื่อสาร 2 ลักษณะ ได้แก่

1. การสื่อสารแบบสอดคล้อง (congruent) เป็นการสื่อสารแบบสอดคล้องเป็นรูปแบบการ สื่อสารที่แสดงถึงความรู้สึกว่าตนมีคุณค่า หรือมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ทั้งนี้การสื่อสารแบบ สอดคล้องมิได้เป็นแค่เพียงการสื่อสารเท่านั้น หากยังเป็นเป้าหมายในการพัฒนาตนไปสู่บุคคลที่มี ชีวิตเต็มตามแนวคิดของ Satir อีกด้วย โดยเน้นว่ารูปแบบการสื่อสารแบบสอดคล้องและการเห็น คุณค่าในตนเองสูงเป็นสองปัจจัยหลักที่มีความสำคัญกับการพัฒนาตนให้เป็นบุคคลที่มีชีวิตเต็ม

นอกจากนี้ การสื่อสารแบบสอดคล้องยังเป็นการแสดงถึงความเป็นบุคคล หรือความเป็น ตัวของตัวเองและวิธีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นด้วย โดย บุคคลที่มีลักษณะของการสื่อสารแบบ สอดคล้อง คือ บุคคลจะมีความชื่นชมในความเป็นตัวของตัวเอง มีพลังงานในตนและใน ปฏิสัมพันธ์ เคลื่อนไหวอย่างเป็นอิสระ ยืนยันในฐานะความเป็นบุคคล เชื่อมั่นในตนเองและบุคคล อื่น ยินดีที่จะเสี่ยงและถูกทำร้าย สามารถเลือกใช้แหล่งช่วยเหลือทั้งภายในและภายนอกบุคคล เปิดรับความใกล้ชิด เป็นตัวของตัวเองอย่างอิสระและยอมรับในบุคคลอื่น มีความรักต่อตนเองและ บุคคลอื่น ยืดหยุ่นและยอมรับต่อความเปลี่ยนแปลง

การที่บุคคลจะตอบสนองอย่างสอดคล้อง ไม่ได้เกิดขึ้นเพื่อต้องการเอาชนะ ควบคุมบุคคล อื่น ปกป้องตนเอง หรือเมินเฉยต่อผู้อื่น แต่การเลือกสื่อสารแบบสอดคล้องเป็นการเลือกที่จะเป็น ตนเองตัวจริงในการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น

Satir (1950, 1960, 1980) กล่าวว่า ความสอดคล้องสามารถจำแนกได้เป็น 3 ระดับ โดยบุคคลจะมีประสบการณ์ในแต่ละระดับพัฒนาขึ้นไปอย่างต่อเนื่อง ดังนี้

ระดับที่ 1 "ความรู้สึก"

บุคคลจะเริ่มตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและยอมรับความรู้สึกของตนได้ โดยยอมรับว่าความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นของตนเอง เราต้องจัดการกับความรู้สึกของตนโดยไม่ปฏิเสธหรือโยนความผิดไปที่บุคคลอื่น บุคคลมีความซื่อสัตย์กับความรู้สึกของตน และสามารถแบ่งปันความรู้สึกของตนกับบุคคลใกล้ชิด ซึ่งการที่บุคคลตระหนักถึงความรู้สึกต่าง ๆ ของตนนั้นอาจเป็นเหมือนดาบสองคม คือ เมื่อเรารับรู้กับความรู้สึกเป็นสุขได้อย่างชัดเจน และเราก็จะรับรู้กับความรู้สึกเจ็บปวดได้อย่างชัดเจนเช่นกัน

ระดับที่ 2 "ตน"

ในระดับนี้เป็นสื่อถึงความเป็นองค์รวมของบุคคล ให้ความสำคัญกับประเด็นภายในตนในระดับลึก บุคคลที่อยู่ในระดับนี้จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงในแนวทางที่สอดคล้องและมีพลังอย่างชัดเจน บุคคลที่อยู่ในระดับนี้จะมีสันติสุขภายในใจกับทั้งตนเอง บุคคลอื่นและความสัมพันธ์ต่าง ๆ ที่มีกับผู้อื่น

ระดับที่ 3 "พลังชีวิต"

ระดับที่ 3 ของความสอดคล้องจะเป็นพัฒนามาสู่ส่วนของจิตวิญญาณและจักรวาล ซึ่งในประเด็นนี้ Satir ได้ขยายความเพิ่มเติมไว้ก่อนเสียชีวิตเพียง 1 ปี เนื่องจาก Satir พบว่า ประเด็นด้านจิตวิญญาณเป็นประเด็นสำคัญของการมีชีวิตเต็มได้มากขึ้น บุคคลที่อยู่ในระดับนี้จะทุ่มเทในการแสวงหาพลังชีวิตในระดับจักรวาล ซึ่งจะเป็นการสร้าง การสนับสนุน และพัฒนาความงอกงามในมนุษย์และในสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ

การสื่อสารแบบสอดคล้อง หมายถึง การสื่อสารที่มีความสอดคล้องกัน ทั้งด้านความรู้สึกของตน ด้านคำพูดและด้านท่าทางที่แสดงออก ทั้งนี้ท่าทางจะรวมถึง ลักษณะน้ำเสียง การแสดงออกทางสีหน้า การวางตำแหน่งร่างกาย ความตึงของกล้ามเนื้อ สิวและอัตราการหายใจ ซึ่ง Satir กล่าวว่ากว่าครึ่งหนึ่งของการสื่อสารคือการสื่อสารผ่านอวัจนภาษา หากคำพูดและท่าทางที่แสดงออกมาเป็นที่ทิศทางเดียวกัน มีความหมายที่แสดงออกมาเหมือนกัน และการแสดงออกทางอวัจนภาษาต่าง ๆ ก็สนับสนุนคำพูดดังกล่าว สื่อสารออกมาอย่างสอดคล้อง ทำให้การสื่อสารของบุคคลมีความชัดเจน ตรงไปตรงมา ผู้รับสารก็จะเกิดความเข้าใจตรงกับผู้ส่งสารและสามารถตอบสนองความต้องการของผู้ส่งสารได้อย่างถูกต้อง การสื่อสารดังกล่าวจึงเป็นการสื่อสารที่มีประสิทธิผลและไม่ทำให้เกิดปัญหา โดยบุคคลที่สื่อสารในลักษณะดังกล่าวจะเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง

การตอบสนองอย่างสอดคล้องเป็นแนวทางที่เลือกได้ ไม่ใช่กฎหรือแนวทางที่จะควบคุมสถานการณ์ หากเป็นการเลือกที่ตระหนักถึงการรับรู้ และการยอมรับในตนเอง ผู้อื่นและบริบท รวมทั้งความสามารถในการควบคุมตนเอง เราจะยอมรับได้แม้สารที่ได้รับมานั้นไม่ได้เป็นอย่างไรที่เราต้องการ ซึ่งอาจเกิดขึ้นเพราะความไม่ลงรอยกันระหว่างคำพูดและท่าทาง

2. การสื่อสารแบบที่ไม่สอดคล้อง หมายถึง การสื่อสารที่ไม่สอดคล้องกันระหว่างด้านความรู้สึกของตน ด้านคำพูดและด้านท่าทางที่แสดงออก ทำให้การสื่อสารของบุคคลขาดความชัดเจน ซึ่งอาจทำให้ผู้รับสารไม่เข้าใจความหมายของสาร หรือเข้าใจความหมายของสารคลาดเคลื่อน ส่งผลให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้ส่งสารได้อย่างถูกต้อง การสื่อสารจึงขาดประสิทธิผลและก่อให้เกิดปัญหาได้ โดยบุคคลที่สื่อสารในลักษณะดังกล่าวจะเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่งสามารถแบ่งการสื่อสารแบบไม่สอดคล้องออกเป็น 4 แบบ โดยบุคคลจะใช้การสื่อสารเพียง 1 แบบ หรือใช้การสื่อสารทั้ง 4 แบบ ก็ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสัมพันธภาพที่บุคคลมีต่อผู้อื่น เช่น บุคคลอาจจะคล้อยตามในที่ทำงานและตำหนิผู้อื่นที่บ้านและเฉไฉกับเพื่อนที่งานเลี้ยงสังสรรค์ เป็นต้น การสื่อสารแบบไม่สอดคล้องทั้ง 4 แบบ ได้แก่ การสื่อสารแบบตำหนิผู้อื่น แบบคล้อยตาม แบบเฉไฉ และแบบยึดติดเหตุผล มีรายละเอียด(Satir, 1991) ดังนี้

1) การสื่อสารแบบตำหนิผู้อื่น (blaming) เป็นลักษณะของบุคคลที่รู้สึกไม่เห็นคุณค่าในตนเอง แต่จะพยายามปกป้องตนเองโดยไม่แสดงออกให้บุคคลอื่นรับรู้ ไม่ต้องการให้ผู้อื่นมองตนว่าเป็นคนอ่อนแอ ดังนั้นบุคคลจึงแสดงออกด้วยการตำหนิ กล่าวโทษ หรือโยนความผิดให้บุคคลอื่นก่อน โดยจะแสดงออกด้วยท่าทีที่ไม่เป็นมิตร โหดร้าย หาเรื่องจับผิด หรือ รุนแรง โดยการกล่าวโทษนี้จะทำให้บุคคลอื่นกลัวเขามากกว่าที่จะเคารพเขา (แบร์รี, 2541) บุคคลจึงรู้สึกว่าตนเองมีอำนาจควบคุมบุคคลที่สื่อสารแบบนี้จะมีการแสดงออกที่ไม่ให้ความสำคัญกับผู้อื่น

ลักษณะของบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้เหมือนจะระเบิดอารมณ์ในการตำหนิบุคคลอื่นออกมาบ่อยครั้ง มักจะใช้วิธีการแบบนี้เพื่อลดความรู้สึกไม่ดีเกี่ยวกับตนเอง หากเมื่ออยู่ลำพังคนเดียวบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารกลับยังรู้สึกถึงความรู้สึกที่ตนเองไม่มีคุณค่า

สิ่งที่เกิดขึ้นตามมาในบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้ คือ อาจมีการแสดงออกอย่างรุนแรง เช่น การข่มขืนคู่สมรส การทำร้ายร่างกายคู่สมรส

ท่าทีภายนอกที่สังเกตเห็นได้ของบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้ คือ การยืนหลังตรง และขึ้นนิ้วออกไปที่บุคคลอื่น มีอว้างอยู่ที่สะโพก กล้ามเนื้อที่ใบหน้าตึงเขม็ง เสียงก็จะห้าว

บุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้จะสูญเสียความเชื่อมั่น หากผู้ที่สื่อสารด้วยตอบกลับมาอย่างกล้าหาญ และแสดงออกว่ามีตนเป็นฝ่ายรู้จริงในเรื่องที่กำลังถูกตำหนิ ซึ่งในสถานการณ์นี้จะแสดงออกมาทางร่างกายของบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบตำหนิคือ จะหายใจสั้นและเร็วขึ้น กล้ามเนื้อก็จะตึง ซึ่งอาจพัฒนาเป็นอาการทางกายแบบเรื้อรังได้

2) การสื่อสารแบบคล้อยตาม (placating) เป็นรูปแบบการสื่อสารที่บุคคลใช้เมื่อรู้สึกว่าตนเองถูกคุกคาม บุคคลต้องพยายามทำให้บุคคลอื่นพอใจ เนื่องจากบุคคลรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ยอมมอบอำนาจให้แก่ผู้อื่น เป็นฝ่ายต้องยอมรับในทุกเรื่อง โดยการแสดงความเห็นด้วยหรือเข้าข้างอีกคนหนึ่งเกินไป แม้ไม่ตรงกับความรู้สึกและความต้องการของตน ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่กล้ายืนยันสิทธิของตน ด้วยการยอมให้ผู้อื่นกระทำและยอมตาม ซึ่งเป็นการสื่อสารที่ตรงกันข้ามกับแบบตำหนิผู้อื่น

ลักษณะของบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้จะแสดงออกด้วยการเอาอกเอาใจ ยอมรับในทุกเรื่องที่เกิดขึ้น ซึ่งจะแตกต่างจากความรู้สึกที่มีอยู่อย่างแท้จริง ทั้งนี้เพื่อให้ผู้อื่นพอใจ โดยจะทำได้กับผู้อื่นแม้ตนเองไม่รู้สึกว่าอยากจะทำดี ทั้งนี้บุคคลจะลดคุณค่าของตนเองลง ไม่ยอมรับในคุณค่าของตนเองและแสดงออกมาให้ผู้อื่นรับรู้ว่าตนเองไม่มีความสำคัญ และมักบอกรับตนเองว่า ฉันไม่มีใครนึกถึง ฉันไม่เป็นที่รัก ฉันต้องดีกับผู้อื่นโดยตลอด ฉันต้องไม่ทำให้ใครโกรธ มันเป็นความผิดของฉัน เป็นต้น

บุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้จะแสดงออกอย่างไม่ให้ความสำคัญกับตนเอง ทำท่าง่ายนอที่สังเกตเห็นได้คือการอยู่ในท่าคุกเข่า วางมือในตำแหน่งที่แสดงถึงการร้องขอ ท่าที่เหมือนกับว่าฉันยินดีทำทุกอย่างที่คุณต้องการ เสียงที่พูดก็จะเป็นเสียงที่สูงและมีน้ำเสียงที่อ่อน

เมื่อบุคคลอยู่ในสถานการณ์ที่เครียดจะบอกกับตนเองว่า วิธีที่ทำให้เราอยู่รอดไปได้ โดยไม่ต้องทะเลาะกันคือ การยอมตกลงไม่ว่าความจริงแล้วฉันจะรู้สึกอย่างไรก็ตาม ซึ่งเจตคติแบบนี้จะนำมาซึ่งการเก็บกดความรู้สึกไม่พอใจ ความโกรธ และนำมาซึ่งโรคทางกายได้

3) การสื่อสารแบบเฉไฉ (irrelevant) เป็นลักษณะที่บุคคลจะแกล้งทำเป็นไม่เข้าใจเรื่องที่น่าสนใจ พูดเบี่ยงเบน หันเหวี่ยงฝ่ายจากความขัดแย้ง เปลี่ยนจุดสนใจ โดยเป็นการเปลี่ยนประเด็นอย่างกะทันหัน อาจขัดคอเพื่อหันเหออกนอกเรื่อง หรือกระทำในสิ่งที่ไม่ตรงกัน บุคคลที่สื่อสารแบบนี้ คือ บุคคลแสดงออกอย่างไม่ให้ความสำคัญกับตนเอง บุคคลอื่น และเนื้อหา

บุคคลที่สื่อสารแบบเฉไฉจะไม่สามารถให้ความสนใจอยู่ที่ประเด็นใดประเด็นหนึ่งได้ หากมีการคุยกันในประเด็นใดอยู่ บุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้ก็อาจจะผิวปาก ร้องเพลง ขยับส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย กระพริบตาหรือขยี้ม หรืออาจทำตลก เพื่อเรียกร้องความสนใจ (จิ้นแบรี, 2541)

บางครั้งสังคมอาจมองว่า บุคคลที่สื่อสารแบบเฉไฉเป็นคนที่สนุกสนาน เป็นธรรมชาติ ผู้อื่นจะรู้สึกสนุกสนานไปกับการแสดงออกของบุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้ เนื่องจากบุคคลที่สื่อสารแบบเฉไฉมักจะเข้ามาในขณะที่ผู้อื่นกำลังรู้สึกไม่สบายใจ หากแต่การแสดงออกของบุคคลที่สื่อสารแบบนี้จะเข้ามาในจังหวะที่ไม่แน่นอนและไม่มีจุดหมายในการแสดงออก โดยบุคคลเพียงแค่ต้องการหันเหออกจากประเด็นที่กำลังสนทนาและเลี้ยวออกมาจากสถานการณ์ที่ตึงเครียด

ท่าที่ภายนอกที่แสดงออกจะเป็นลักษณะที่แสดงถึงความต้องการไม่เกี่ยวข้องกับการสนทนา นั่งเอียงออกไปทางใดทางหนึ่ง จากวงสนทนา หรือผิวปาก เพื่อที่จะคงความสมดุลของตนไว้บุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้จะต้องขยับร่างกายอยู่ตลอดเวลา หากแต่ท่าที่ที่แสดงออกมาจะเป็นไปในลักษณะที่มากเกินไป ไม่เหมาะสมและไม่มีเป้าหมาย

4) การสื่อสารแบบยึดติดกับเหตุผล (super reasonable) เป็นลักษณะที่บุคคลใช้เหตุผลมากเกินไป หมายถึง บุคคลจะให้ความสนใจเพียงแต่ในส่วนเนื้อหาของเนื้อหา ให้ความสนใจอยู่แค่ข้อมูลและเหตุผล และบุคคลจะพยายามหลีกเลี่ยงเรื่องอารมณ์และความรู้สึก มักมีท่าที่นิ่งเฉย ไม่ให้ความสำคัญกับความรู้สึกและการสัมผัส บุคคลจะเก็บซ่อนอารมณ์ของตนไว้ จึงอาจทำให้บุคคลเกิดความห่างเหินและแยกตัวจากผู้อื่น บุคคลจะพยายามควบคุมตนเอง ผู้อื่น และสภาพแวดล้อมของตนโดยการใช้หลักการต่างๆ มาควบคุม หรือหลีกเลี่ยงความขายหน้าของตน โดยบุคคลที่สื่อสารแบบนี้จะไม่ให้ความสนใจทั้งตนเองและบุคคลอื่น

บางครั้งอาจเกิดความเข้าใจผิดระหว่างการยึดติดเหตุผลกับความฉลาด บุคคลที่มีรูปแบบการสื่อสารแบบนี้จะพูดและคิดเฉพาะเหตุผลที่ไม่มีข้อโต้แย้ง คำศัพท์เฉพาะทาง ชอบที่ดูเป็นนักวิชาการ จัดการกับปัญหาด้วยการค้นงานวิจัยหรือข้อมูลที่สนับสนุนแนวคิดของตนเอง ต้องการจะพิสูจน์ว่าตนเองถูกเสมอ

บุคคลที่สื่อสารแบบนี้จะถอยหนีจะบุคคลอื่นและจมอยู่กับความรู้สึกโดดเดี่ยว บางครั้งบุคคลอื่นจะมองว่าเป็นคนที่เย็นชา ยึดหลักการ น่าเบื่อ ในกรณีที่มีความรุนแรงมากบุคคลที่มีการสื่อสารแบบนี้จะแยกตัวออกจากสังคม

ลักษณะของบุคคลที่สื่อสารแบบยึดติดเหตุผลมักนิ่งเงียบ ซึ่งจะตรงกันข้ามกับบุคคลที่สื่อสารแบบเฉยๆ ที่มักจะเคลื่อนไหวตลอดเวลา และมักดึงความสนใจของผู้อื่นๆ จากประเด็นที่กำลังสนทนา หรือ อภิปรายร่วมกันอยู่

ลักษณะที่ตามมาของบุคคลที่มีการสื่อสารแบบนี้คือ อาจส่งผลต่อการทำงานของต่อมที่ผลิตสารคัดหลั่งต่าง ๆ ที่จะไม่สามารถผลิตสารคัดหลั่งออกมาได้ตามปกติ อัตราการหายใจก็จะเป็นในระดับเดียว เสียงก็เป็นเสียงระดับเดียว

แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวของ Satir

Satir เห็นว่า ครอบครัวเป็นหน่วยหนึ่งของสังคมทั้งหมด และสมาชิกครอบครัวเป็นส่วนประกอบของหน่วยครอบครัว องค์ประกอบหลักในสัมพันธภาพ ก็คือ การสื่อสาร ซึ่งเป็นกระบวนการที่สลับซับซ้อน ไม่ว่าจะ เป็นสัมพันธภาพที่มีปัญหาหรือไม่ก็ตาม ซึ่ง Satir ได้ให้ความสำคัญกับการสื่อสารในครอบครัวอย่างยิ่ง โดยเปรียบเทียบการสื่อสารว่าคู่สมรสมีความหมายต่อครอบครัว เสมือนกับลมหายใจที่มีความหมายต่อชีวิต (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2545)

นอกจากนี้ Satir ได้พัฒนาแนวคิดด้านครอบครัวจากประสบการณ์ในการทำงานด้านครอบครัวบำบัด โดยอาศัยการสังเกต ซึ่งแบ่งเป็น 2 แนวคิด (สมจิตต์ ธีรมโนภาพ, 2537)

1. แนวคิดแรก เป็นการเปลี่ยนการมองจากมองแบบเส้นตรง (linear causality) เหตุหนึ่งจะทำให้เกิดผลขึ้นอย่างหนึ่ง มาเป็นการคิดแบบระบบว่า ทุกๆส่วนมีความเกี่ยวข้องกันจากส่วนย่อยมาสู่ภาพรวม (part to whole) หรือเปลี่ยนจากการใช้เหตุผลแบบเส้นตรง มาสู่การใช้เหตุผลแบบเกี่ยวเนื่องกัน (circular causality) ในลักษณะปัญหาที่เป็นปัจจุบัน (here and now)

2. แนวคิดที่สอง เป็นการได้รับแนวคิดมาจากทฤษฎีภวนิยม (existentialism) โดยเชื่อว่ามนุษย์มีพลังส่วนดีอยู่ในตน ซึ่งสามารถช่วยให้คนเปลี่ยนแปลงจากความไม่ปกติโดยให้หันมาสนใจตนเอง และมีทัศนคติทางบวกต่อตนมากขึ้น มีความภูมิใจและเห็นคุณค่าของตน

ความหมายของการสื่อสารในครอบครัว

เมเยอร์ และเมเยอร์ (Myers and Myers, 1985) ได้ให้ความหมายของการสื่อสารระหว่างบุคคลว่า หมายถึง การสื่อสารระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อมทางจิตวิทยา อันได้แก่ บุคคลที่อยู่รอบข้าง อยู่ในสังคม เป็นการให้และรับข่าวสารข้อมูลของบุคคลแต่ละคน และบุคคลจะใช้การสื่อสารในการปรับปรุงและทำนายความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม

เพียร์สัน (Pearson, 1989) กล่าวว่า การสื่อสารในครอบครัว มีลักษณะเป็นสัญลักษณ์ (symbolic) ในการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว มีการใช้ทั้งคำพูดและท่าทาง การเคลื่อนไหวร่างกาย การสัมผัส การประสานสายตา น้ำเสียง การแสดงสีหน้า ซึ่งการสื่อสารในครอบครัวเป็นการสื่อสารที่เริ่มด้วยการรับรู้เกี่ยวกับตัวเอง และสมาชิกผู้อื่นในครอบครัว โดยการสื่อสารจะมีการเปลี่ยนแปลงตามการรับรู้ของตนเอง ในการเลือกใช้คำพูดและท่าทางในการติดต่อกับผู้อื่น และการที่เราตีความจากการสื่อสารของบุคคลอื่นๆ ซึ่งการสื่อสารในครอบครัวจะขึ้นอยู่กับภูมิหลังประสบการณ์ และความตระหนักถึงการมีคุณค่าในตนเอง

กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ (2545) กล่าวว่า การสื่อสารในครอบครัวหมายถึง การแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างสมาชิกในครอบครัว ซึ่งกระทำได้โดยใช้คำพูด และโดยไม่ใช่คำพูด การสื่อสารในครอบครัวไม่ว่าจะเป็นวิธีการใด จะต้องมีความชัดเจนไม่คลุมเครือ สื่อตรงไปยังผู้รับข้อความอย่างไม่อ้อมค้อม ระบบครอบครัวจึงจะทำหน้าที่ได้ดี ส่วนความหมายของการสื่อสารตามแนวทฤษฎีของ Satir หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่พึงพอใจ เป็นสภาพจิตส่วนบุคคล เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นและดำเนินอยู่ตลอดชีวิตของเรา ซึ่งการสื่อสารนั้นไม่ใช่ความสามารถที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิด หากแต่เกิดจากการเรียนรู้และการสอนผ่านทางตัวแบบและประสบการณ์ต่างๆของตน โดยการสื่อสารจะเป็นสิ่งที่ช่วยในการสื่อความหมายของบุคคลกับเรา และหากเราสามารถให้การสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา (direct communication) เฉพาะเจาะจงและมีความชัดเจน ก็จะช่วยให้

เราได้รับสิ่งที่ต้องการ ทั้งนี้การสื่อสารจะมีผลต่อความคิดสร้างสรรค์และระดับความมีคุณค่าในตนเอง (self esteem) ช่วยปรับระดับประคองปัญหาที่เกิดขึ้นกับบุคคล อีกทั้งยังช่วยสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและพัฒนาเอกลักษณ์เฉพาะตัวของบุคคลอีกด้วย โดยการสื่อสารของบุคคลที่แสดงออกในแต่ละครั้ง จะเป็นการโต้ตอบกับผู้อื่นด้วยความรู้สึก ความนึกคิด และการรับรู้ทางร่างกาย ช่วยเพิ่มการรับรู้ตนเอง บุคคลจึงเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง (awareness) ซึ่ง Satir (Satir อ้างถึงใน สมจิตต์, 2537) ได้แบ่งการสื่อสารออกเป็น 2 ชนิดคือ

1. การสื่อสารที่เป็นภาษาพูดและภาษาท่าทาง (verbal and non-verbal communication) ทั้งนี้ในการสื่อสารควรจะมีความสอดคล้องกันทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง

1.1 การสื่อสารที่เป็นภาษาพูด (verbal communication) จะมีแสดงออกเป็นคำพูดที่มีความสอดคล้องกับความเป็นจริง (congruent communication) บุคคลมีความตระหนักรู้ในตนเอง และสามารถตอบสนองความรู้สึกของตน ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เกิดความสุข มีความเชื่อมั่นในตน และเห็นคุณค่าในตนเอง

1.2 การสื่อสารที่เป็นภาษาท่าทาง (non-verbal communication) จะมีแสดงออกเป็นลักษณะท่าทาง สีหน้า น้ำเสียง และอารมณ์

2. การสื่อสารที่เป็นการให้และรับข้อมูล (give and getting information) เป็นการสื่อสารแบบปฏิสัมพันธ์ หรือการส่งสารระหว่างบุคคล 2 คน ช่วยให้ได้รับในสิ่งที่ต้องการ และเป็นกำหนดบุคคลในการให้และรับข้อความในการเกี่ยวเนื่องกันระหว่างบุคคล

เป้าหมายของการสื่อสารตามแนวคิดของ Satir

การสื่อสารเป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม โดย Satir เชื่อว่า การสื่อสารที่มีความชัดเจน การส่งและรับข้อมูลที่ถูกต้องชัดเจน และการสื่อสารที่ภาษาพูดมีความสอดคล้องกับภาษาท่าทาง จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของการสื่อสาร จึงช่วยให้บุคคลสามารถเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงของตนเองต่อบุคคลอื่น โดยบุคคลจะสามารถเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการและทัศนคติของตนได้ตรงตามความหมาย ซึ่งช่วยให้บุคคลรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนตามความเป็นจริง บุคคลไม่เกิดการบิดเบือนการรับรู้ความรู้สึกของตนและประสบการณ์ จึงทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น ส่งเสริมให้บุคคลตระหนักรู้ถึงคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรมส่วนบุคคล และด้วยการสื่อสารที่บุคคลสามารถสื่อความรู้สึก ความต้องการและทัศนคติของตนให้ผู้อื่นรับรู้ได้นี้ ส่งผลให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจในตัวบุคคลเพิ่มมากขึ้น เสริมสร้างความเข้าใจในระหว่างบุคคลและสมาชิกผู้อื่นในระบบครอบครัว ด้วยเหตุนี้ จึงกล่าวได้ว่า การสื่อสารและการตระหนักรู้ถึงการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานของระบบครอบครัว

ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่า การสื่อสารในครอบครัวหมายถึง กระบวนการในการแลกเปลี่ยน ข้อมูลระหว่างสมาชิกในครอบครัว ที่สื่อความหมาย ความรู้สึกนึกคิด ความต้องการ ความคิดเห็น โดยการใช้ทั้งภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน และเพิ่มความภูมิใจ รวมถึงการตระหนักรู้ในตนเองของสมาชิกในครอบครัวมากยิ่งขึ้น

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารและคู่สมรส

งานวิจัยของ Halford และ Hahlweg (1990) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสาร ของคู่สมรสกับความทุกข์ในชีวิตสมรส โดยเปรียบเทียบพฤติกรรมการแก้ไขปัญหาของคู่สมรส ชาวเมืองมิวนิค ประเทศเยอรมนี กับคู่สมรสชาวบริสเบน ประเทศออสเตรเลีย พบว่า ความทุกข์ ของคู่สมรสสัมพันธ์กับการสื่อสารทางวัจนภาษาและอวัจนภาษาเชิงลบ และเมื่ออยู่ในสถานการณ์ ที่วิกฤต หรือสถานการณ์ที่ตนได้รับการปฏิเสธ คู่สมรสชาวเยอรมันสื่อสารวัจนภาษาเชิงลบ มากกว่าคู่สมรสชาวออสเตรเลีย นอกจากนี้ คู่สมรสชาวออสเตรเลียที่มีความสุขจะสื่อสารเชิงลบ กับคู่ของตนน้อยกว่าคู่สมรสชาวออสเตรเลียที่มีความทุกข์และคู่สมรสชาวเยอรมันทั้งคู่ที่มีความ สุขและคู่ที่มีความทุกข์

งานวิจัยของ Houck และ Daniel (1994) ทดสอบการสื่อสารระหว่างสามีกับภรรยา โดย ศึกษาความแตกต่างของรูปแบบการสื่อสาร และวิธีการสื่อสารของคู่สมรส พบว่า สามีและภรรยามี มุมมองการสื่อสารในชีวิตสมรสที่แตกต่างกัน พบว่า 62%ของภรรยากล่าวว่า ตนเองแสดง ความรู้สึกอย่างเปิดเผยและเป็นอิสระมากกว่าสามี และ 1 ใน 3 ของภรรยากล่าวว่า สามีจะถอย ห่างเมื่อสามีรู้สึกไม่เห็นด้วย และพบว่า คู่สมรสที่มีสุขภาพจิตที่ดีสื่อสารแบบสอดคล้องหรือการ เปิดใจในสัมพันธภาพ และแก้ไขความขัดแย้งอย่างเพียงพอ ส่วนคู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิต สมรสที่ต่ำกว่า พบว่าใช้วิธีการจัดการปัญหาแบบหลีกเลี่ยง-หลบหนี แบบถอยห่างและแบบ เผชิญหน้า

งานวิจัยของ Klinetob และ Smith (1996) พบว่า การสื่อสารแบบเรียกร่อง-ถอยห่าง เกิดขึ้นเมื่อฝ่ายหนึ่งพยายามปรึกษาปัญหาที่วิกฤต บ่น หรือแนะนำการเปลี่ยนแปลง ขณะที่อีก ฝ่ายหนึ่งพยายามยุติการสนทนาหรือหลีกเลี่ยงการสนทนาโดยการเปลี่ยนประเด็น เงียบ หรือออก จากห้อง ซึ่งพบว่า พฤติกรรมเรียกร่อง-ถอยห่างสัมพันธ์กับเพศ โดย 60%ของคู่สมรส พบว่าภรรยา มีแนวโน้มสื่อสารแบบเรียกร่อง ส่วนสามีมีแนวโน้มสื่อสารแบบถอยห่าง ในทางกลับกัน 30%ของคู่ สมรส สามีมีแนวโน้มสื่อสารแบบเรียกร่อง ส่วนภรรยามีแนวโน้มสื่อสารแบบถอยห่าง และอีก 10% ทั้งสามีและภรรยามีแนวโน้มสื่อสารแบบเรียกร่องและแบบถอยห่างเท่าๆกัน และพบว่า สามีที่มี ลักษณะสื่อสารแบบถอยห่างจะทำนายได้ว่า มีภรรยาที่มีการสื่อสารแบบไม่เป็นมิตร

Burleson และ Denton (1997) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะการสื่อสารกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยศึกษา รูปแบบทักษะการสื่อสาร 4 ทักษะกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่เป็นทุกข์และคู่สมรสที่ไม่เป็นทุกข์ พบว่า ทักษะและความพึงพอใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคู่สมรสที่ไม่เป็นทุกข์ และสัมพันธ์ทางลบกับคู่สมรสที่เป็นทุกข์

งานวิจัยของ Roberts (2000) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารแบบไม่เป็นมิตรจากคู่ของตนและความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่า การสื่อสารแบบไม่เป็นมิตรจากคู่ของตนสัมพันธ์กับความทุกข์ของสามีและภรรยา โดยการสื่อสารแบบไม่เป็นมิตรของสามีสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยา และการสื่อสารแบบถอยห่างจากคู่ของตนสัมพันธ์กับความทุกข์ของสามีและภรรยา โดยการสื่อสารแบบถอยห่างของภรรยาสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีได้ นอกจากนี้ พบว่า การเพิกเฉยของภรรยาและการหลีกเลี่ยงความใกล้ชิดของภรรยาเป็นตัวทำนายความทุกข์ในชีวิตสมรสของสามี และการหลีกเลี่ยงความขัดแย้งของสามีสร้างความทุกข์ให้กับภรรยา

Perrone และ Worthington (2001) ศึกษา รูปแบบของคุณภาพการสมรส จากกลุ่มตัวอย่างชาย 52 คน และผู้หญิง 55 คน พบว่า การสื่อสารของคู่สมรสสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพการสมรส

งานวิจัยของ Katz และ Woodin (2002) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารของคู่สมรส การปรับตัวของเด็กและหน้าที่ของครอบครัว จากคู่สมรสที่บุตรอายุ 4-5 ปี จำนวน 126 คน โดยสังเกตการสื่อสารทางอารมณ์ พบว่า คู่สมรสที่สื่อสารแบบไม่เป็นมิตรจะเป็นผู้พูดที่มักสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ ส่วนคู่สมรสที่สื่อสารแบบไม่เป็นมิตรและเพิกเฉยจะทั้งเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่สื่อสารเชิงลบ และคู่สมรสที่ใกล้ชิดผูกพันจะทั้งเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่สื่อสารเชิงบวก

เนตรชนก บัวนาค (2532) ศึกษาความสัมพันธ์ในครอบครัว รูปแบบการสื่อสารในครอบครัว และทัศนคติที่มีต่อเรื่องรักร่วมเพศของนักศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับทัศนคติต่อเรื่องรักร่วมเพศ และรูปแบบการสื่อสารในครอบครัวแบบเน้นสังคมนิยมอิทธิพลต่อทัศนคติในเรื่องรักร่วมเพศมากกว่ารูปแบบการสื่อสารในครอบครัวแบบเน้นเหตุผล

จากการศึกษาของศิริพร พูลรักษ์ (2539) พบว่า เด็กและวัยรุ่นที่ได้รับการสื่อสารของครอบครัวที่แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมต่อบุคคลอื่นแตกต่างกัน

งานวิจัยของเกศศิริ บุญญะอดิชาติ (2541) ที่ศึกษารูปแบบการสื่อสารของครอบครัวกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนวัยรุ่นที่ได้รับการสื่อสารของครอบครัวที่แตกต่างกันจะมีให้เหตุผลเชิงจริยธรรมที่แตกต่างกัน โดย

รูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมที่สุดคือมีการสื่อสารในเชิงบวกในปริมาณมากและมีการสื่อสารในเชิงลบที่ปริมาณน้อย

ทัศนทานต์ ดวงรัตน์ (2539) ที่ศึกษาบทบาทการสื่อสารในครอบครัวกับการตัดสินใจแปลงเพศของชาย พบว่าชายที่แปลงเพศจะมีการสื่อสารในครอบครัวแบบปล่อยมากที่สุด ส่วนกลุ่มที่ไม่เปิดเผยว่าเป็นชายรักร่วมเพศมีการสื่อสารแบบผสม ซึ่งทั้ง 2 กลุ่มพบว่าจะมีการสื่อสารกับครอบครัวก่อนหรือหลังแปลงเพศ ซึ่งการสื่อสารนี้จะทำให้ได้รับผลดีหลายด้านหลังการแปลงเพศแต่ในครอบครัวแบบปิดจะไม่มีมีการปรึกษากับครอบครัวก่อนตัดสินใจแปลงเพศ

นอกจากนี้ วรรัตน์ กิตติรักษนนท์ (2536) ในการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมของคู่สมรสที่มีความสุขกับคู่สมรสที่มีความสุข พบว่าคู่สมรสที่มีความสุขมักใช้คำพูดเชิงบวกหรือคำพูดที่สร้างความพึงพอใจมากกว่า และใช้คำพูดเชิงลบหรือคำพูดที่สร้างความไม่พึงพอใจที่น้อยกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คำตำหนิ ว่ากล่าวกัน ในขณะที่คู่สมรสที่ไม่มีความสุขมักจะมีการโต้ตอบกันด้วยการแสดงออกในเชิงลบซึ่งกันและกัน อีกทั้งยังพบว่าคู่สมรสที่มีความสุขมักใช้กิริยาท่าทางที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจแก่คู่สมรส ได้แก่ การกอดจูบ การให้ของขวัญ การให้ความร่วมมือ การมีเพศสัมพันธ์ที่ดีและมีเวลาทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน รวมถึงการมีความสอดคล้องกันในด้านการใช้จ่ายเงินมากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข

สุพิศ รนขาว (2542) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวตามแนวทฤษฎีของเซเทียร์ที่มีต่อการสื่อสารในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่านักเรียนมีการพัฒนาการสื่อสารกับครอบครัวที่เหมาะสมมากขึ้น หลังจากการให้คำปรึกษา ซึ่งมีผลให้นักเรียนมีความผูกพัน ใกล้ชิดและเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีของ Satir

งานวิจัยของ Seligman (1981) อธิบายการใช้โมเดลของ Satir ว่า ในการให้การปรึกษารอบครัว Satir เน้นการเชื่อให้บุคคล มีความเจริญส่วนบุคคล (personal growth) เห็นคุณค่าในตนเอง และมีการสื่อสารที่ดี พบว่า การให้การปรึกษาช่วยให้ครอบครัวมีการอบรมเลี้ยงดูแบบให้การสนับสนุนที่มากขึ้น

งานวิจัยของ Sekowski (1995) ทดสอบอิทธิพลของการเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวทฤษฎีของ Satir ต่อความสำเร็จของตน ศึกษาที่นักเรียนวัยรุ่นที่มีพรสวรรค์ในโปแลนด์ โดยเป็นการฝึกให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า อิทธิพลของโรงเรียนและครอบครัวเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองต่อความสำเร็จของตน

งานวิจัยของ Field (1996) พบว่า การแก้ไขความขัดแย้งในศูนย์ดูแลเด็กมีวิธีดังนี้ 1) วิธีให้การปรึกษาแบบรายบุคคล 2) วิธีแก้ไขความขัดแย้งของทั้งเด็กและผู้ปกครอง โดยเน้นให้เด็กได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่สงบสุข 3) วางแนวทางแก้ไขความขัดแย้งที่เน้นการจัดการและการป้องกันปัญหา และ 4) เสริมสร้างการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ โดยมีหลักการสำคัญอยู่ที่ทฤษฎีรูปแบบการสื่อสารของ Satir (แบบสอดคล้อง แบบตำหนิผู้อื่น แบบคล้อยตาม แบบเฉยใจ และแบบยึดติดเหตุผล) และพบว่า รูปแบบการสื่อสารแบบสอดคล้อง เป็นวิธีที่สามารถแก้ไขความขัดแย้ง อีกทั้งรูปแบบการสื่อสารแบบสอดคล้องที่มีประสิทธิภาพระหว่างครู ผู้ปกครอง นักบริหาร และเด็ก เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการสร้างโปรแกรมการดูแลเด็กที่มีคุณภาพสูง

งานวิจัยของ Pan (2000) ศึกษาผลกระทบของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มกับบทบาทครอบครัวและสัมพันธภาพกับสมาชิกครอบครัวตามแนวทางโมเดลของ Satir โดยศึกษากับกลุ่มนักศึกษาในไต้หวันจำนวน 42 คน พบว่า ภายหลังจากเข้ากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างมีบทบาทครอบครัวทางบวกเพิ่มขึ้น และมีการพัฒนาสัมพันธภาพกับสมาชิกครอบครัวดีขึ้น

2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

แนวคิดและทฤษฎีที่ใช้ในงานวิจัยประกอบด้วย 2 แนวคิด ได้แก่

1. ทฤษฎีคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตสมรส เป็นทฤษฎีที่ค้นหาปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดและอธิบายคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตสมรส โดย Lewis และ Spanier (Lewis and Spanier อ้างถึงใน งามตา วนิทานนท์, 2544) ได้ประมวลผลวิจัยและสร้างขึ้นเป็นแนวคิดเชิงทฤษฎีคุณภาพชีวิตสมรสในสายทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม (social exchange theory of marital quality) สามารถสรุปเป็นข้อเสนอเชิงนามธรรมได้ 3 ข้อ ดังนี้

1.1 การให้ทรัพยากรทางสังคมและส่วนบุคคลที่คู่สมรสแต่ละฝ่ายถือครองอยู่ โดยกล่าวว่ายิ่งคู่สมรสมีทรัพยากรทางสังคมและทรัพยากรส่วนบุคคลมากเท่าใดสำหรับการทำหน้าที่ในวิถีชีวิตสมรส การดำเนินชีวิตหลังสมรสก็ยิ่งมีคุณภาพสูงขึ้นเท่านั้น ซึ่งมีองค์ประกอบ ดังนี้

1) ความคล้อยคลึงทางด้านเชื้อชาติ ศาสนา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม

2) ความพร้อมด้านวัตถุและจิตใจ เช่น ความพร้อมด้านสุขภาพกายและจิต ระดับการศึกษา ระดับชั้นทางสังคมของบุคคล ทักษะในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การมองตนเองในแง่ดี การรู้จักซึ่งกันและกันก่อนสมรส เป็นต้น

3) การเห็นแบบอย่างชีวิตสมรส เช่น คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา

4) การสนับสนุนจากบุคคลที่มีความสำคัญ เช่น บิดามารดา เพื่อนสนิท ญาติพี่น้อง เป็นต้น

1.2 ความพึงพอใจในวิถีชีวิตของแต่ละฝ่าย กล่าวว่า ยิ่งสามีภรรยาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากเท่าใด ก็มีคุณภาพชีวิตสมรสสูงเท่านั้น องค์ประกอบด้านนี้คือ

- 1) ความพร้อมทางเศรษฐกิจของคู่สมรส เช่น รายได้ของครอบครัว ความพึงพอใจในงานอาชีพที่ทำอยู่
- 2) ความพึงพอใจกับสถานการณ์การทำงานนอกบ้านของภรรยา
- 3) องค์ประกอบของสมาชิกในครอบครัว เช่น ระยะห่างของการมีบุตร อายุของบุตร
- 4) เครือข่ายทางสังคมและการมีส่วนร่วมในชุมชนของคู่สมรส

1.3 รางวัลที่ได้รับจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันในการกำหนดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของทั้งสองฝ่าย กล่าวว่า ยิ่งคู่สมรสได้รับรางวัลจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันในการใช้ชีวิตร่วมกันมากเท่าใด ชีวิตสมรสก็ยิ่งมีคุณภาพสูงขึ้นเท่านั้น ซึ่งตัวแปรที่เกี่ยวข้องได้แก่

- 1) ปริมาณการได้รับการมองในแง่ดีจากคู่สมรส การเห็นคุณค่า ความสอดคล้องทางความคิดและการกระทำ ได้รับการประเมินและการกล่าวถึงทางด้านดีเกี่ยวกับความสวยงามทางกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางเพศ
- 2) ปริมาณการตอบสนองทางอารมณ์จากคู่สมรส เช่น การแสดงออกอย่างรักใคร่นับถือ ให้การเสริมสนับสนุน ให้ความเท่าเทียมกัน และตอบสนองอารมณ์ทางเพศ
- 3) ประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างคู่สมรส เช่น การเปิดเผยตนต่อคู่สมรส ปริมาณผลสำเร็จที่เกิดจากการสื่อสารอย่างถูกต้อง ความเข้าใจกัน การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา
- 4) ความเหมาะสมกันเชิงบทบาท เช่น ความสอดคล้องระหว่างบทบาทที่ถูกคาดหวังกับบทบาทที่กระทำ ความคล้ายคลึงกันในบุคลิกภาพบางด้าน
- 5) ปริมาณการปฏิสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส การปลอดจากขัดแย้ง หรือไม่เกิดความตึงเครียดจากการปฏิสัมพันธ์กับคู่สมรส ตัวแปรที่เกี่ยวข้องได้แก่ ประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหา ปริมาณในการทำกิจกรรมร่วมกัน

อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีของ Lewis and Spanier ได้รับการยอมรับว่าเป็นโมเดลทางทฤษฎีที่สามารถอธิบายความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้อย่างกว้างขวางและครอบคลุมที่สุด (งามตา วณิชานนท์, 2544)

2. การวิเคราะห์พฤติกรรมมนุษย์ที่เรียกว่า “รูปแบบปฏิสัมพันธ์นิยม” (interactionism model) ของ Magnusson and Endler (งามตา วณิชานนท์, 2544) โดยให้ข้อสรุปว่า พฤติกรรมของมนุษย์เกิดขึ้นจากสาเหตุหลัก 4 ประการ ได้แก่

- 1) ลักษณะสถานการณ์ปัจจุบัน หมายถึง สภาพแวดล้อมทางสังคมที่บุคคลกำลังประสบอยู่ ซึ่งเป็นลักษณะที่เชื้อหรือขัดขวางพฤติกรรมหนึ่งๆ

2) จิตลักษณะเดิมของบุคคล เป็นลักษณะทางจิตใจที่เกิดขึ้นและสะสมอยู่ในตัวบุคคลจากการหล่อหลอม ชัดเกล้าของครอบครัวและโรงเรียนในอดีตถึงปัจจุบัน มีลักษณะคงที่ไม่อยู่ได้อิทธิพลของสถานการณ์ปัจจุบัน

3) ปฏิสัมพันธ์ร่วมระหว่างสถานการณ์ปัจจุบันกับจิตลักษณะเดิม เรียกว่า ปฏิสัมพันธ์แบบกลไก (Mechanical Interaction) และ

4) จิตลักษณะตามสถานการณ์ เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสถานการณ์กับจิตลักษณะเดิมแบบภายในตน (organismic interaction) เป็นลักษณะจิตใจที่อยู่ได้อิทธิพลของสถานการณ์ปัจจุบัน มีความไวต่อการแปรเปลี่ยนของสถานการณ์ทางสังคม

จากทฤษฎีคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตสมรสของ Lewis and Spanier ประกอบกับแนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยเชิงเหตุของพฤติกรรม 4 กลุ่มข้างต้น จึงกำหนดกลุ่มตัวแปรเชิงเหตุของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทยไว้ 3 กลุ่ม คือ

1. สถานการณ์ทางสังคมภายนอก-ภายในครอบครัวกับคุณภาพชีวิตสมรส ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลภายนอกครอบครัว การรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว ปริมาณการสื่อสารระหว่างคู่สมรส และวิธีการจัดการกับปัญหาความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส

2. จิตลักษณะเดิมของบุคคลกับคุณภาพชีวิตสมรส ได้แก่ ความใกล้ชิดผูกพัน จิตลักษณะด้านเอกลักษณ์แห่งตน การปฏิบัติทางพุทธศาสนาและวิถีชีวิตแบบพุทธ

3. จิตลักษณะตามสถานการณ์กับคุณภาพชีวิตสมรส ได้แก่ ทศนคติคู่สมรสและความรู้สึกยึดอัดในที่พักอาศัย

แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส จัดเป็นองค์ประกอบหนึ่งของคุณภาพชีวิตสมรส (Marital Quality) โดย คุณภาพชีวิตสมรส เป็นมโนทัศน์ที่ครอบคลุม 3 ความหมายด้วยกันดังนี้

1. การปรับตัวในชีวิตสมรส (Marital Adjustment)

Burr (1976) เสนอแนวคิดเดิมของ Burgess และ Cottrell ซึ่งกล่าวไว้เมื่อปี 1930 โดยได้ให้ความหมายในรูปของการประเมินประสบการณ์ในชีวิตสมรสในแง่มุมต่าง ครอบคลุมองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้ (จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล, 2526) ได้แก่

- 1) การแสดงออกถึงความรัก และความไว้วางใจต่อกันอย่างเปิดเผย
- 2) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม และความสนใจทั่วไป
- 3) การมีความเห็นที่สอดคล้องกันระหว่างคู่สมรสในเรื่องที่เป็นประเด็นสำคัญ
- 4) การมีความรู้สึกที่โดดเด่น อ่างวาง หรือมีความทุกข์ และหงุดหงิดน้อย
- 5) การมีเรื่องบ่นหรือเรื่องขัดใจกันน้อย

Landis และ Landis (1997) ได้เสนอแบบแผนของการปรับตัวในชีวิตสมรสไว้ 3 ประการ คือ

1) การปรับตัวเข้าหากันอย่างประนีประนอม (compromise) คู่สมรสจะเกิดความพอใจ เห็นอกเห็นใจกัน สร้างความรู้สึกมั่นคงและการแสดงออกถึงความเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว

2) ความปรองดองรักใคร่กัน (accommodation) หมายถึงการที่ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดยอมให้กัน ทั้งนี้เพื่อรักษาความเป็นปึกแผ่นของครอบครัวไว้ คู่สมรสจะไม่ทิวิวต่อด้านกัน แต่ร่วมมือกัน แม้ในบางครั้งอาจมีการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างกัน แต่ก็ควรมีเป้าหมายร่วมกัน

3) ความขัดแย้งเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน (hostility) หมายถึงการที่แต่ละฝ่ายสร้างความตึงเครียด หรือเป็นผู้ไม่ยอมยืดหยุ่น โดยจะยึดแต่ความต้องการของตนอยู่เพียงฝ่ายเดียว จึงทำให้เกิดการทะเลาะกัน แม้ในบางกรณีอาจช่วยให้ระบายอารมณ์ที่ค้างค้ำออกไปได้แล้วจึงกลับมาคืนดีกัน เห็นใจกันและรักกันมากขึ้น แต่ก็อาจเป็นการเสี่ยงต่อการแตกแยกกันได้ หากไม่ร่วมมือกัน หรือไม่เข้าใจกันในท้ายที่สุด (บุญประคอง ภาณุรัตน์, 2531)

2. ความสุขในชีวิตสมรส(marital happiness)

Burr (1976) กล่าวว่านักทฤษฎีมักให้ความหมายว่า ความสุขในชีวิตสมรสมีลักษณะที่มีความใกล้เคียงกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส อย่างไรก็ตาม Orden และ Bradburn (1968) ได้สร้างตัวแบบเชิงทฤษฎีโครงสร้าง โดยให้ความหมายของ ความสุขในชีวิตสมรสใน 2 มิติที่เป็นอิสระต่อกัน คือ ความพึงพอใจ (satisfaction) และความเครียด (tension) ซึ่งทั้ง 2 มิติต่างก็มีอิสระในการกำหนดระดับความสุข และมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรส โดยความพึงพอใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตสมรส ส่วนความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขในชีวิตสมรส ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ความสุขในชีวิตสมรสทำหน้าที่เป็นตัวสร้างสมดุลระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับความเครียด

3. ความพึงพอใจในชีวิตสมรส(marital satisfaction)

การให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรส(marital satisfaction) จะพิจารณาใน 3 ด้าน

ด้านแรก บรรทัดฐานทางสังคม(social norms) บุคคลจะประเมินความพึงพอใจในชีวิตสมรสของตนอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้และพื้นฐานทางสังคมของตน อิทธิพลของสื่อสารมวลชน โรงเรียน การสังเกตแบบอย่างจากผู้อื่นรวมทั้งบิดามารดาของตน ความเชื่อทางศาสนา มาตรฐานจากกลุ่มเพื่อน และประสบการณ์ ซึ่งการเรียนรู้เหล่านี้ ทำให้บุคคลมีมาตรฐานที่แตกต่างกันไปในเรื่องความพึงพอใจในชีวิตสมรส ซึ่งขึ้นกับบรรทัดฐานทางวัฒนธรรมของบุคคลนั้นๆ ดังนั้น ความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาททางเพศของแต่ละฝ่ายในชีวิตสมรส ความเท่าเทียมกัน

รวมทั้งความพึงพอใจในชีวิตสมรส จึงแตกต่างกันไปในแต่ละสังคม แต่ละกลุ่มคน และแต่ละบุคคล(Burr, 1976: อ้างถึงใน จันทรเพ็ญ คุปต์กาญจนากุล, 2526)

ด้านที่สอง การประเมินเชิงอัตวิสัย (subjective evaluation) ซึ่งเป็นการประเมินตามความนึกคิดของตนเอง สิ่งที่คนหนึ่งคิดว่า ดีสำหรับชีวิตสมรสของเขา อีกคนหนึ่งอาจคิดว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดีสำหรับชีวิตสมรสของเขาก็ได้ ผู้วิจัยมักพบว่า การประเมินความพึงพอใจในชีวิตสมรสตามความคิดเห็นของตนเองนี้ ฝ่ายสามีจะให้ความพึงพอใจสูงกว่าฝ่ายภรรยา

ด้านที่สาม เครื่องชี้วัดที่เฉพาะเจาะจง (specific indices) เป็นการประเมินชีวิตสมรส โดยหาปัจจัยบางอย่างที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส เช่น งานวิจัยในยุคแรกมักใช้ปัจจัยทางสังคมเป็นเครื่องชี้วัดที่สำคัญในการทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรส แต่ในยุคปัจจุบันจะใช้ความรักความห่วงใย การบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ และบทบาททางเพศของแต่ละฝ่าย ซึ่งการระบุโดนเครื่องชี้วัดที่เฉพาะเจาะจงจะทำให้การวัดความพึงพอใจมีความชัดเจนมากขึ้น แม้กระนั้นก็ยังพบปัญหาว่า เครื่องชี้วัดที่ให้ค่าความพึงพอใจสำหรับคนหนึ่ง อาจมีความหมายตรงข้ามกับอีกฝ่ายหนึ่งได้

ด้วยเหตุนี้ ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรสจึงไม่มีการสรุปชัดที่แน่นอนว่าประกอบด้วยความรู้สึกต่อชีวิตสมรสด้านใดบ้าง ทั้งนี้เนื่องจากความพึงพอใจเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา อีกทั้งยังมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลด้วย จึงทำให้ระยะเริ่มแรกของการศึกษาในเรื่องความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความสำเร็จในชีวิตสมรส ความสุขและการปรับตัวในชีวิตสมรสนั้น ผู้ที่ศึกษาส่วนใหญ่ได้ใช้คำต่างปะปนกันและให้นิยามที่มีความคล้ายคลึงกันมาก (Burr, 1970)

ดังนั้น การให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรสจึงมีความแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา เช่น

Hawkins (1968) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส หมายถึง ความรู้สึกเชิงอัตวิสัย (subjective feeling) ในลักษณะของความสุข ความพึงพอใจ และความเพลิดเพลิน ซึ่งสามีหรือภรรยาได้รับ โดยพิจารณาจากชีวิตสมรสในแง่ต่างๆทุกด้าน ตัวแปรนี้เป็นตัวแปรเชิงทัศนคติ มีลักษณะต่อเนื่องโดยเรียงจากความพึงพอใจมากไปหาความพึงพอใจน้อย การวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นลักษณะเฉพาะของคู่สมรส และเป็นการวัดครอบคลุมทั้งหมด โดยที่ผู้ตอบจะได้รับคำถาม เพื่อให้เห็นความรู้สึกพึงพอใจมากหรือน้อยในแง่มุมที่เฉพาะเจาะจงในด้านต่างๆ เช่น สถานภาพทางการเงินภายในครอบครัว กิจกรรมที่สามีภรรยากระทำร่วมกันนอกบ้าน การแสดงออกเกี่ยวกับความรักความผูกพันระหว่างสามีภรรยา ภาระงานภายในครอบครัว การตัดสินใจในเรื่องหลักๆและสำคัญภายในครอบครัว เป็นต้น ดังนั้นความพึงพอใจในชีวิตสมรสในความหมายนี้ จึงเน้นที่การรับรู้เกี่ยวกับชีวิตสมรสของบุคคลเป็นหน่วยในการวิเคราะห์ เนื่องจาก

เป็นการเน้นความรู้สึกเชิงอัตวิสัย ซึ่งควรจะเป็นความรู้สึกของสามีภรรยาฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งที่มีต่อชีวิตสมรส (Anderson, Russell and Schumm, 1983) นั่นเอง แต่ขณะเดียวกันยังมีนักวิจัยบางคนใช้การเปรียบเทียบความสอดคล้องระหว่างการรับรู้เกี่ยวกับชีวิตสมรสของสามีภรรยาเป็นหน่วยในการวิเคราะห์

Burr (1973) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นเป้าหมายสำคัญในชีวิตสมรส ความพึงพอใจ หมายถึงระดับความปรารถนาที่ได้รับการตอบสนองของบุคคล มโนทัศน์นี้อาจกำหนดแนวคิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยรวม หรือในสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจง เช่น ความพึงพอใจทางเพศ หรือความพึงพอใจในความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ความพึงพอใจจึงเป็นความรู้สึกในแง่อัตวิสัย หรือแง่นามธรรมของบุคคล

Roach, Frazier, & Bowden (1981) ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรสไว้ว่าเป็นการรับรู้ของบุคคลที่มีต่อสัมพันธภาพในครอบครัวในช่วงระยะเวลาหนึ่งๆว่า มีความพึงพอใจมากหรือน้อยเพียงไร ซึ่งความพึงพอใจนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามการเปลี่ยนแปลงของครอบครัว

Rhyme (1981) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส เป็นสภาวะการณ์ที่เกิดขึ้นในการปฏิสัมพันธ์และการสนทนาของคู่สมรส ตลอดจนรูปแบบพฤติกรรมของคู่สมรสด้วย ซึ่งความพึงพอใจในชีวิตสมรสนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามช่วงชีวิตของบุคคล

Moore (1983) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะประกอบด้วย สัมพันธภาพที่มีพื้นฐานของเสรีภาพระหว่างคู่สมรส การรับรู้สิ่งที่ดีของกันและกัน การร่วมมือกัน และการสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งประสบการณ์ต่างๆที่สนับสนุนให้เกิดปัจจัยต่างๆข้างต้น

Sears, Peplau และ Freedman (1988) ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรสไว้ว่า เป็นการประเมินเชิงอัตวิสัยในคุณภาพของความสัมพันธภาพ ซึ่งขึ้นกับ 2 ปัจจัยคือ ผลที่ตนได้รับจากความสัมพันธภาพ และระดับการเปรียบเทียบของตน

จันทร์รัตน์ เจริญสันติ (2523) กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสว่า เป็นการรับรู้ระดับของความสุขและความพึงพอใจของบุคคล เมื่อพิจารณาชีวิตสมรสและสัมพันธภาพในครอบครัวโดยรวม สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามช่วงชีวิตของบุคคลและตามการเปลี่ยนแปลงของชีวิตครอบครัว

จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล (2526) ได้กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส หมายถึงความรู้สึกพึงพอใจสามีและภรรยาที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตนเองในแง่ต่างคือ ด้านเศรษฐกิจ สังคมและจิตวิทยา

อุบลรัตน์ พิษณุชยะนนท์ (2531) กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสว่าหมายถึงความรู้สึกพึงพอใจที่มีต่อสภาพชีวิตสมรสของตนเองในด้านต่างๆเช่น สถานภาพทางการเงิน

ภายในครอบครัว กิจกรรมที่สามี่ ภรรยากระทำร่วมกันนอกบ้าน การแสดงออกเกี่ยวกับความรัก ความผูกพันระหว่างสามีภรรยา ภาระงานภายในครอบครัว ความเกี่ยวข้องทางเครือญาติและความสัมพันธ์ทางเพศ

เสาวนีย์ ตนะตุลย์ (2533) ได้กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส หมายถึงความพึงพอใจที่บุคคลมีต่อคู่สมรสของตนเอง ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความรักความเข้าใจ ความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ของสามีภรรยา ความสัมพันธ์ทางเพศ ตลอดจนสถานภาพทางการเงิน ภายในครอบครัว

สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2534) ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจในชีวิตสมรสไว้ว่าเป็นระดับที่บุคคลรู้สึกพึงพอใจในคู่สมรส สัมพันธภาพภายในครอบครัว และสภาพชีวิตสมรสโดยรวมซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามช่วงชีวิตของบุคคลหรือครอบครัว

ดังนั้น จึงอาจสรุปได้ว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจของบุคคลที่มีต่อคู่สมรสของตน สัมพันธภาพในครอบครัว และสภาพชีวิตสมรสของตนโดยรวมในช่วงระยะหนึ่ง ซึ่งความพึงพอใจในชีวิตสมรสดังกล่าวสามารถเปลี่ยนแปลงตามการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวได้ตลอดช่วงชีวิตของบุคคล

ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส

จากการศึกษาพบว่า บุคคลจะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆดังนี้

1. ความรัก (love)

ความรักเป็นปัจจัยที่สำคัญในการตัดสินใจใช้ชีวิตร่วมกันของคู่รัก และจากการศึกษาพบว่าความรักมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยการได้สมรสกับคนที่ตนรักจะเป็นปัจจัยที่ทำให้คู่สมรสมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง Lauer และคณะ (1990) และ Kwon (Bahr, 1989)

2. ระดับการศึกษา (level of education)

การศึกษาเป็นการพัฒนาบุคคล ทำให้บุคคลมีความเข้าใจพื้นฐานของการมีชีวิตที่ดี และมีความคิดความเข้าใจในสิ่งต่างๆได้ง่าย Booth และ White (Bahr, 1989) กล่าวว่า ผู้ที่ระดับการศึกษาสูงจะเป็นผู้ที่มีความรู้มากและกว้างไกลกว่าผู้ที่มีการศึกษาน้อยและสามารถแก้ไขปัญหา โดยมองเห็นทางเลือกได้มากกว่าด้วย ซึ่งเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วย

3. การนับถือศาสนา (religiosity)

การนับถือศาสนาเป็นปัจจัยหนึ่งที่จะทำให้คู่สมรสเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยบุคคลที่ปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับศาสนาอย่างสม่ำเสมอจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าบุคคลที่ไม่ได้ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาหรือปฏิบัติอย่างไม่สม่ำเสมอ (Bahr, 1989)

4. รายได้ (income)

ผู้ที่มีความล้มเหลวในชีวิตสมรสหรือไม่มีความสุขในชีวิตสมรส มักเกี่ยวข้องกับปัญหาทางเศรษฐกิจ เมื่อคู่สมรสมีรายได้ไม่เพียงพอต่อความต้องการก็จะก่อให้เกิดความขัดแย้งขึ้นเคียงกันความพึงพอใจในชีวิตมักมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีรายได้สูงส่วนการขาดแคลนทรัพยากรทางการเงินมีรายได้ลดลงและการตกงานมักมีความสัมพันธ์กับการหย่าร้าง (Stinnett, 1984)

Brinkerhoff และ White (Bahr, 1989) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของครอบครัวที่มีรายได้น้อยต้องพึ่งความช่วยเหลือจากรัฐบาลกับครอบครัวที่มีฐานะและอาชีพที่มั่นคง ผลการศึกษาพบว่าความรู้สึกพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสในครอบครัวที่มีรายได้น้อย แต่ไม่พบผลดังกล่าวในครอบครัวที่มีฐานะมั่นคง

5. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต (companionship)

ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตหมายถึง การที่คู่สมรสทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันในยามว่างทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกบ้าน เช่น การไปเยี่ยมเยียนเพื่อนๆ ด้วยกัน มีเวลาพูดคุยปรึกษาหารือกันและการไปรับประทานอาหารนอกบ้านด้วยกัน เป็นต้น ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิด สัมพันธภาพที่แน่นแฟ้นและทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วย (Wilson & Filsinger, 1986) ซึ่งตรงกับการศึกษาของ Renne (1970) ที่พบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสมีแนวโน้มสูงในคู่สมรสที่ใช้เวลาว่างไปเยี่ยมเยียนเพื่อนฝูงหรือญาติด้วยกันบ่อยๆ และตรงกับการศึกษาของอุบลรัตน์ พิษณุชยะนันท์ (2531) ที่ว่าความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

6. ความสัมพันธ์ทางเพศ (sexual relationship)

ความสัมพันธ์ทางเพศเป็นสิ่งที่สามารถปรับได้ คู่สมรสจะต้องไม่ปิดบังกันและจะต้องมีการสังเกตรสนิยมของกันและกัน เพราะความสัมพันธ์ทางเพศจำเป็นที่ทั้งสองฝ่ายจะต้องได้รับความสุขและความพึงพอใจพอ ๆ กัน และเป็นเรื่องสำคัญที่ช่วยจรรโลงให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ (นิยม บุญมี, 2534) ซึ่งตรงกับงานวิจัยของ Wyatt และ Rowe (1990) ที่พบว่าความสัมพันธ์ทางเพศเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คู่สมรสเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส

7. ความสอดคล้องทางบทบาท (role consensus)

Burr (1970) ได้ให้ความหมายของความสอดคล้องทางบทบาทว่าเป็นระดับของความสอดคล้องเกี่ยวกับความเชื่อหรือความปรารถนาของคนสองคนที่มีพฤติกรรมว่า พฤติกรรมใดควรทำหรือไม่ควรทำ ถ้าคู่สมรสมีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่าใครควรทำอะไรและทำอย่างไรก็มี

แนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง ซึ่งมีหลายงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญก็คือความสอดคล้องทางบทบาท โดยความสอดคล้องทางบทบาทจะทำให้คู่สมรสมีการกระทำบทบาทที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ (Ying, 1991)

8. การสื่อสารทางบวก (positive communication)

จากงานวิจัยหลายงานวิจัยพบว่า การสื่อสารทางบวกระหว่างคู่สมรสมีความสำคัญในการพัฒนาชีวิตให้มีความสุข การสื่อสารทางบวกหมายถึง การสื่อสารกันอย่างชัดเจน ตามความเป็นจริง เป็นผู้ฟังที่ดีที่มีความเห็นอกเห็นใจเข้าใจและเปิดเผยต่อกัน

ทักษะในการสื่อสารที่สำคัญประการหนึ่ง ได้แก่ ความสามารถในการเป็นที่ปรึกษา และการแก้ปัญหา คู่สมรสทุกๆ คู่ที่แต่งงานกันย่อมมีความยุ่งยากในชีวิต การขาดความสามารถในการให้การปรึกษาและการทำให้การสื่อสารระหว่างกันในอนาคตถูกจำกัด Megnaghan (Bahr, 1989) ศึกษาความสามารถในการจัดการเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตสมรส พบว่าคู่สมรสที่ปฏิเสธปัญหา มีแนวโน้มที่จะเกิดความยุ่งยากและไม่สามารถแก้ปัญหาได้ ส่วนคู่สมรสที่สามารถปรึกษาหารือกัน จะมีความเครียดน้อยซึ่งทำให้เกิดปัญหาน้อยด้วย

9. วุฒิภาวะทางอารมณ์ (emotional maturity)

Bahr (1989) กล่าวว่า บุคคลที่บรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์จะมีบุคลิกภาพแบบมั่นคงทางอารมณ์แล้ว เมื่อแต่งงานจะเป็นคู่สมรสที่ดีได้เพราะจะปฏิบัติบทบาทต่าง ๆ ที่เป็นที่ยึดมั่นในชีวิตสมรสได้ดี ปรับตัวเข้ากับความต้องการและความคาดหวังต่าง ๆ ของคู่สมรสได้ดี มีความยืดหยุ่นเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ ส่วนบุคคลที่ไม่บรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์จะปรับเข้ากับคู่สมรสได้ยากทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำดังการศึกษาของ Cole, Cole และ Dean (Bahr, 1989) ที่พบว่าคะแนนวุฒิภาวะทางอารมณ์ของสามีมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยา และพบผลเช่นเดียวกันในสามีด้วย

10. บุคลิกภาพ (personality)

บุคลิกภาพมีบทบาทสำคัญต่อบุคคลมาก เนื่องจากเป็นสิ่งที่ช่วยให้เราทำนายได้ว่า บุคคลจะทำอะไรในสถานการณ์ที่กำหนด และเป็นปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับความรักและการแต่งงานอีกทั้งยังส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วยซึ่ง Stinnett (1984) พบว่าผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมักจะลักษณะของบุคลิกภาพโดยทั่วไปที่ส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล ลักษณะเหล่านั้น ได้แก่ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ การมีเมตตา การมีความเอาใจใส่ การให้ความร่วมมือช่วยเหลือและการมองโลกในแง่ดี ส่วน Burchinal (Duvall, 1977) พบว่าลักษณะของบุคลิกภาพที่มีโอกาสน้อยที่จะพบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือ การไม่บรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ น้อย มีการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ไม่ค่อยดี ไม่ค่อยมี

ทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ส่วนบุคลิกภาพที่จะส่งเสริมให้มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะเป็นแบบผู้ที่มีการบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่นปรับตัวได้ดี ทักษะในการคบค้าสมาคมกับผู้อื่นได้ดี จากข้อมูลที่กล่าวมานั้นสรุปได้ว่า บุคลิกภาพแบบไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ และมีความมั่นคงทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

11. ลำดับขั้นของชีวิตสมรส (stage of marriage life cycle)

จากงานวิจัยต่างๆพบว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะเปลี่ยนไปตามลำดับขั้นของชีวิต โดยความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะค่อย ๆ ลดลงจากตอนเริ่มแต่งงานใหม่จนถึงระยะที่ลูกพ้นจากความดูแล เช่นการแต่งงานและการแยกบ้านอยู่ ต่อจากนั้นความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้น จากระยะที่ลูกออกจากบ้านจนถึงวัยเกษียณอายุ (Bahr, 1989)

12. การเปิดเผยตนเอง (self-disclosure)

การเปิดเผยตนเอง หมายถึงการแสดงให้เห็นถึงตัวตนที่แท้จริงของตนเองต่อผู้อื่น ๆ ซึ่งรวมถึงการเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการ และทัศนคติ การเปิดเผยตนเองเป็นทักษะอย่างหนึ่งของการสื่อสารระหว่างกัน Levinger และ Senn (Bahr, 1989) กล่าวว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรสที่เป็นไปอย่างเปิดเผยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยคู่สมรสที่มีการสื่อสารกันอย่างเปิดเผยตนเอง จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสที่เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองด้วย

13. การเอื้อประโยชน์ต่อกัน (reciprocity)

การเอื้อประโยชน์ต่อกัน หมายถึง การแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ระหว่างกันของคู่สมรส บุคคลทั่วไปจะเอื้อประโยชน์ต่อบุคคลอื่นที่เขารับรู้ว่าจะเอื้อประโยชน์ต่อเขาเช่นกันตัวอย่างเช่นถ้าสามีพบว่าภรรยาแสดงความรักใคร่ในตัวเขา เขาก็จะแสดงความรักต่อภรรยาเป็นการตอบแทน ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะเกิดขึ้นถ้าคู่สมรสมีความรู้สึกว่าการผูกมัดระหว่างเขาทั้งสองไม่ได้รับการแลกเปลี่ยน (Bahr, 1989) จากงานวิจัยของ Spendlove (1990) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่าระดับการรับรู้ถึงความรักความห่วงใยที่ได้รับจากคู่สมรส และระดับการแสดงความรักความห่วงใยต่อคู่สมรสอีกฝ่ายเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส ส่วนงานวิจัยของ Lauer และคณะ (1990), Huston (1991) และ Ying (1991) พบว่าการแสดงความรักความห่วงใยต่อกันของคู่สมรสนั้น (emotional support) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

14. ความเป็นพ่อแม่ (parenthood)

งานวิจัยของ Lupi และ Frideres (Bahr, 1989) พบว่าการมีบุตรจะมีผลกระทบทางลบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส คือความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะลดลงเมื่อมีบุตรและจะเพิ่มขึ้นเมื่อบุตรออกจากบ้าน และงานวิจัยของ Figley (Bahr, 1989) พบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ของคู่สมรสที่มีบุตรต่ำกว่าคู่สมรสที่ไม่มีบุตรแต่จากการศึกษาระยะยาวของ White และ Booth (Bahr, 1989) โดยศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสระหว่างคู่สมรสที่มีและยังไม่มีบุตร พบว่าคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทั้งหมดเสื่อมลงในช่วงเวลา 3 ปี ซึ่งไม่พบความสัมพันธ์ดังกล่าว จึงสรุปได้ว่า การเป็นพ่อแม่ไม่ได้มีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส เมื่อไม่ได้คำนึงถึงปัญหาอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส

15. การทดลองอยู่ด้วยกันก่อนการสมรส (premarital cohabitation)

การทดลองอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงาน เป็นขั้นตอนหนึ่งของการเลือกคู่สำหรับคู่สมรส บางคู่เพื่อทดสอบว่าทั้งคู่เข้ากันได้และสามารถใช้ชีวิตร่วมกันได้หรือไม่ ซึ่งมีงานวิจัยที่พบผลแตกต่างกันไป เช่น งานวิจัยของ Demaris และ Lisle (Bahr, 1989) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการทดลองอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงานกับคุณภาพชีวิตสมรสในคู่สมรสที่เพิ่งแต่งงาน ผลการวิจัยพบว่าคู่สมรสที่ทดลองและไม่ได้ทดลองอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงานมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำทั้งสองฝ่าย แม้จะควบคุมตัวแปรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องแล้วก็ตาม และจากการศึกษา Watson (Bahr, 1989) พบว่าคู่สมรสที่ทดลองอยู่ด้วยกันก่อนการแต่งงาน มีความพึงพอใจต่ำกว่าคู่สมรสที่ไม่ได้ทดลองอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงาน

16. บทบาททางเพศ (sex role)

งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับเอกลักษณ์บทบาททางเพศ ส่วนใหญ่จะพบว่าบุคคลที่มีบทบาททางเพศในลักษณะแอนโดรจีนี (androgyny) ซึ่งหมายถึง ผู้ที่มีทั้งลักษณะความเป็นหญิงและลักษณะความเป็นชายสูงทั้งคู่ จะมีความสามารถปรับตัวและมีปฏิสัมพันธ์ในชีวิตสมรสดีกว่าบทบาททางเพศลักษณะอื่นๆ และคู่สมรสที่มีบทบาททางเพศในลักษณะความเป็นหญิง (feminine) สูงทั้งคู่ จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงกว่าคู่สมรสที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีลักษณะความเป็นหญิงฝ่ายเดียว (Antill, 1983)

17. การรับรู้ความห่วงใยจากคู่สมรส (emotional support)

ในชีวิตสมรสนั้น พฤติกรรมที่คู่สมรสแสดงออกเพื่อสื่อถึงความรักความห่วงใย (emotional support) ที่มีต่อกัน Erickson (1993) ได้อธิบายว่าได้แก่ การปฏิบัติต่างๆ ดังนี้เช่น การแสดงความรักใคร่ผูกพัน การเป็นฝ่ายเริ่มต้นชักชวนพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ การแสดงความห่วงใยในความทุกข์สุข การรับรู้ได้อย่างรวดเร็วในความไม่สบายใจของคู่สมรสอีกฝ่าย การไม่ทอดทิ้งในยามที่อีกฝ่ายมีปัญหาหรือป่วยไข้เป็นต้น โดยพฤติกรรมเหล่านี้ต้องเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างสม่ำเสมอและจริงใจ จากหลักฐานงานวิจัยหลายชิ้นในปัจจุบันต่างให้ข้อค้นพบที่ตรงกันว่า การรับรู้ถึงความห่วงใยของคู่สมรสนั้นมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ดังเช่นงานวิจัยของ Adams (Bahr, 1989) ที่พบว่าการได้ความรักความห่วงใยจากสามีมีผลทำให้ภรรยาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสในขณะที่การไม่ได้รับสิ่งดังกล่าวทำให้เกิดความโศกเศร้าแก่

ภรรยา และ Hackel (Bahr, 1989) ศึกษาเรื่องความเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในชีวิตสมรสในช่วงที่คู่สมรสกำลังเปลี่ยนสถานภาพไปเป็นพ่อแม่ ผลการศึกษาพบว่า ในช่วงหลังคลอดบุตรนั้น ทั้งหญิงและชายต่างมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลง เมื่อคู่สมรสของตนไม่ค่อยได้อยู่เคียงข้างและไม่ค่อยได้แสดงความรักความห่วงใยต่อกันดังที่คาดหวัง (Bahr, 1989)

จากแนวคิดและงานวิจัยต่าง ๆ ที่กล่าวมานั้นทำให้ได้ทราบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสเกิดจากองค์ประกอบหลายอย่าง ทั้งจากสภาพแวดล้อมทางสังคมของคู่สมรสและจากปัจจัยภายในที่มีอยู่หรือเกิดขึ้นในตัวคู่สมรส ซึ่งปัจจัยดังกล่าวนี้ สรุปได้ว่าเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส

อย่างไรก็ตาม เนื่องจากงานวิจัยนี้เป็นการศึกษาผู้สมรสคนไทย ผู้วิจัยจึงหาข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้สมรสจำนวน 10 คน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการนิยามความหมายเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสตามมุมมองของผู้สมรสไทย พบว่า คู่สมรสไทยได้ให้ความหมายว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะเกี่ยวข้องกับการสัมพันธภาพที่ดี เอาใจใส่ต่อกัน ไม่ทอดทิ้ง มีความใกล้ชิดกันระหว่างตนและคู่สมรส มีทัศนคติที่ดีต่อกัน และครอบครัวไม่มีปัญหาทางการเงิน

ดังนั้น ในงานวิจัยนี้ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส จึงหมายถึง ความรู้สึกมีความสุข ความพอใจของสามีหรือภรรยาที่มีต่อความสัมพันธ์ระหว่างผู้สมรส ในด้านความใกล้ชิดผูกพัน มีทัศนคติที่ดีต่อผู้สมรส และรู้ว่าครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจที่ไม่ขัดสน

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

งานวิจัยของ Lauer, Lauer and Kerr (1990) ศึกษาการรับรู้ถึงความมั่นคงและความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่อยู่ร่วมกันมายาวนาน และศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงและพึงพอใจในชีวิตสมรส กลุ่มตัวอย่างดังกล่าวเป็นคู่สมรสจำนวน 100 คู่ที่อยู่กินกันมาเป็นเวลา 45 ปีขึ้นไป ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญต่อชีวิตสมรสของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ การได้แต่งงานกับคนที่รักและการอยู่ร่วมกันด้วยสำนึกในหน้าที่ (commitment) ที่เห็นพ้อง (consensus) ในเรื่องต่าง ๆ เช่น จุดหมายในชีวิต การเป็นเพื่อนคู่ชีวิตและการตัดสินใจร่วมกัน

งานวิจัยของ Ying (1991) ได้ศึกษาปัจจัยที่สามารถทำนายถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างลูกครึ่งจีน-อเมริกา ใน Sanfrancisco พบว่า ปัจจัยที่เป็นตัวทำนายที่สำคัญต่อคุณภาพของชีวิตสมรส คือ การมีความเห็นพ้องเรื่องเป้าหมายของชีวิต และการมีพฤติกรรมที่มีศีลธรรมต่อกัน นอกจากนี้ ยังพบว่า ชายมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าหญิง

งานวิจัยของ Heavey, Layne, and Christensen (1993) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับรูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความขัดแย้ง พบว่า คู่สมรสที่มีรูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความ

ขัดแย้งแบบสามีเป็นผู้เรียกร้อง/ภรรยาเป็นผู้ถอยห่าง (husband-demand / wife-withdraw) มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสเพิ่มขึ้นในอีก 1 ปีต่อมา แต่คู่สมรสที่มีรูปแบบความขัดแย้งเป็นแบบภรรยาเป็นผู้เรียกร้อง/ สามีเป็นผู้ถอยห่าง (wife-demand / husband-withdraw) มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลงในอีก 1 ปีต่อมา

งานวิจัยของ Levenson, Carstensen, and Gottman (1993) ศึกษาเรื่องความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่อยู่กินกันมายาวนาน พบว่า เมื่อเปรียบเทียบกับคู่สมรสในวัยกลางคนแล้ว คู่สมรสในวัยสูงอายุมักไม่มีความขัดแย้งกันในเรื่องต่างๆ แต่จะมีความสุขร่วมกันมากขึ้น สุขภาพจิตและสุขภาพกายโดยทั่วไปของคู่สมรสวัยสูงอายุมักไม่แตกต่างกัน มีความสนใจคล้ายกัน เมื่อพิจารณาเฉพาะคู่สมรสวัยสูงอายุ ที่มีความแตกต่างกันในเรื่องความพึงพอใจในชีวิตสมรสแล้ว พบว่า คู่สมรสวัยสูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน แต่ในคู่สมรสที่ไม่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสนั้นพบว่า ภรรยามีปัญหาทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตมากกว่าสามี

งานวิจัยของ Kurdek (1995) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้ง 3 แบบ (ได้แก่ แบบผูกมัดความขัดแย้ง แบบถอยห่าง และแบบยินยอม) ของคู่สมรสกับการเปลี่ยนแปลงความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นคู่สมรสที่สมรสแล้วนานกว่า 2 ปี จำนวน 155 คู่ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสแต่ละคนสัมพันธ์ทางบวกกับการใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบสร้างสรรค์ (ได้แก่ ความเห็นพ้อง การประนีประนอม และอารมณ์ขัน) ของคู่สมรส และสัมพันธ์ทางลบกับการใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบผูกมัดความขัดแย้ง และแบบถอยห่าง นอกจากนี้ ทั้งคู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำมีแนวโน้มสัมพันธ์กับสื่อสารของภรรยาที่ใช้แบบผูกมัดความขัดแย้งและสามีที่ใช้แบบถอยห่าง โดยสามีที่ใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบถอยห่างมีแนวโน้มว่ามีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ เมื่อภรรยาใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบยินยอม แบบผูกมัดความขัดแย้งและแบบถอยห่างอยู่เสมอ ส่วนภรรยาที่ใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบยินยอมอยู่เสมอมีแนวโน้มว่ามีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ เมื่อสามีใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบผูกมัดความขัดแย้งอยู่เสมอ และหากภรรยาใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบผูกมัดความขัดแย้งอยู่เสมอมีแนวโน้มว่ามีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ เมื่อสามีใช้รูปแบบการแก้ปัญหาแบบถอยห่างอยู่เสมอ และสำหรับภรรยาที่ใช้รูปแบบการแก้ไขความขัดแย้งแบบถอยห่างพบว่า สัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อที่ผิดเรื่องสัมพันธ์ภาพว่า ภรรยาควรอดทน และการหลีกเลี่ยงจะไม่สร้างปัญหาให้ใหญ่ขึ้น ซึ่งเหล่านี้เป็นหน้าที่ของภรรยาในชีวิตสมรส

งานวิจัยของ Burleson และ Denton (1997) พบว่า ทักษะการสื่อสารและความพึงพอใจในชีวิตสมรสสัมพันธ์ทางบวกกับคู่สมรสที่ไม่เป็นทุกข์ แต่สัมพันธ์ทางลบกับคู่สมรสที่มีความทุกข์ ทั้งนี้ในคู่สมรสที่ไม่เป็นทุกข์พบว่า ทักษะส่วนใหญ่ของภรรยาจะสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจ

ในชีวิตสมรสของสามี ส่วนคู่สมรสที่เป็นทุกข์ไม่พบความสัมพันธ์ดังกล่าว นอกจากนี้ ยังพบว่าคู่สมรสที่เป็นทุกข์ไม่ได้มีทักษะการสื่อสารที่ดีไปกว่าคู่สมรสที่เป็นทุกข์ แต่คู่สมรสที่เป็นทุกข์จะแสดงทัศนคติทางลบมากกว่าคู่สมรสที่ไม่เป็นทุกข์ ดังนั้น พฤติกรรมการสื่อสารทางลบอาจเป็นผลมาจากทัศนคติทางลบมากกว่าการขาดทักษะ ดังนั้น ทักษะการสื่อสารที่ดีสามารถสร้างปัญหาในชีวิตสมรสที่รุนแรงได้ หากคู่สมรสมีทัศนคติทางลบต่ออีกฝ่าย

งานวิจัยของ Marchand และ Hock (2000) ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างอาการซึมเศร้ากับความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่อวิธีแก้ไขความขัดแย้งแบบการหลีกเลี่ยงและแบบการโจมตี(แบบหลีกเลี่ยง ประกอบด้วย การหลีกเลี่ยงจากความขัดแย้งและจากความรู้สึกภายใน ส่วนแบบโจมตีเป็นการโจมตีด้วยคำพูดและการกระทำต่อคู่ของตน) ศึกษาในคู่สมรสจำนวน 40 คู่ พบว่า อาการซึมเศร้าและความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นตัวทำนายวิธีแก้ไขความขัดแย้ง โดยอาการซึมเศร้าของคู่สมรสก่อนสมรสสัมพันธ์กับการลดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของทั้งตนเองและคู่ของตน ซึ่งหากในคู่สมรสมีผู้หนึ่งเป็นซึมเศร้าจะมีความขัดแย้งและการสื่อสารทางลบมากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีใครเป็นซึมเศร้า โดยอาการซึมเศร้าสัมพันธ์ทางบวกกับวิธีแก้ไขความขัดแย้งแบบโจมตีและแบบหลีกเลี่ยง และสัมพันธ์กับการมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ นอกจากนี้พบว่า สามีที่มีอาการซึมเศร้าสัมพันธ์กับภรรยาที่แก้ไขความขัดแย้งแบบการโจมตี และสามีที่แก้ไขความขัดแย้งแบบหลีกเลี่ยงสัมพันธ์กับภรรยาที่แก้ไขความขัดแย้งแบบหลีกเลี่ยง โดยอาการซึมเศร้าและความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาสามารถทำนายว่า ภรรยามีรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้งแบบโจมตี ส่วนความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีสามารถทำนายว่า สามีมีรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้งแบบหลีกเลี่ยง และพบว่า อาการซึมเศร้าสามารถทำนาย ความโกรธและพฤติกรรมความก้าวร้าวของผู้หญิงได้

งานวิจัยของ Russell-Chapin, Chapin และ Sattler (2001) ศึกษาความสัมพันธ์ของรูปแบบการแก้ปัญหาและปัจจัยของความทุกข์ในชีวิตสมรส จากกลุ่มตัวอย่างคู่สมรสจำนวน 30 คู่ที่มีอายุระหว่าง 23-59 ปี มีการศึกษาชั้นต่ำในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และมีคู่สมรสถึง 29 คู่ที่มีการสมรสครั้งนี้เป็นการสมรสครั้งแรก ทั้งนี้ในการวัดใช้แบบวัด Marital Satisfaction Inventory (MRI) ของ Snyder (1981) และแบบวัด Strength Deployment Inventory (SDI) ของ Porter (1997) ซึ่งพบว่า การสื่อสารเพื่อแก้ปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความทุกข์ในชีวิตสมรสมากที่สุด รองลงมาคือ ความขัดแย้งในการเลี้ยงดูบุตร ซึ่งเป็นตัวทำนายความทุกข์ในชีวิตสมรสที่ดีที่สุด นอกจากนี้ พบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้แก่ การใช้เวลาร่วมกันอย่างมีคุณภาพ คู่สมรสมีการสื่อสาร การนับถือ การแบ่งปันความคิดเห็น และการทำกิจกรรมร่วมกัน

งานวิจัยของ Sacco และ Phares (2001) งานวิจัยวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรส การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเข้มแข็งและลักษณะเด่นของบุคลิกภาพของคู่สมรสของคนที่มีการเข้มแข็ง พบว่า คู่สมรสมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าเมื่อคู่ของตนมองเขาในทางบวกและมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลงเมื่อคู่ของตนมองเขาในทางลบ

งานวิจัยของ Lorenz ,Hraba และ Pechacova (2001)พบว่า พฤติกรรมที่ไม่เป็นมิตรสัมพันธ์กับอารมณ์ที่แปรปรวน และส่งผลกับการเปลี่ยนแปลงของเสถียรภาพ ส่วนพฤติกรรมการสนับสนุนสัมพันธ์กับการมีเสถียรภาพ นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่ไม่เป็นมิตรส่งผลต่อการขาดเสถียรภาพในชีวิตสมรส แต่สำหรับพฤติกรรมการสนับสนุนไม่ส่งผล ในทางกลับกัน การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการสนับสนุนของสามีส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยา แต่พฤติกรรมที่ไม่เป็นมิตรของสามีไม่ส่งผล

งานวิจัยของ Schneewind และ Gerhard (2002) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางบุคลิกภาพของคู่สมรส ความสามารถในการสื่อสาร ความพึงพอใจในชีวิตสมรส และรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้ง ในคู่สมรสใหม่จำนวน 83 คู่ พบว่า รูปแบบการแก้ไขความขัดแย้งเกิดขึ้นในช่วง 1 ปีแรกของการสมรส และกลายเป็นนิสัยที่เคยชินในเวลาต่อมา นอกจากนี้ ตัวแปรบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้ง ซึ่งรูปแบบการแก้ไขความขัดแย้งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความพึงพอใจในชีวิตสมรส

พิมพรรณ สุรนันท์ (2535) ศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสจากกลุ่มตัวอย่างข้าราชการที่สมรสแล้วในสังกัด กรมประชาสัมพันธ์ กรมการพัฒนาชุมชนและสำนักผังเมืองโดยเลือกสังกัดละ 50 คน (และคู่สมรส) ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากที่สุดคือการสนับสนุนจากบุคคล รองลงมาคือความสมานฉันท์ทางบทบาท ความเป็นเพื่อนชีวิต และความเสียเปรียบสัมพัทธ์(relative deprivation หมายถึง ความรู้สึกของสามีหรือภรรยาที่นำชีวิตสมรสของตนไปเปรียบเทียบกับของผู้อื่นว่าดีกว่า เท่าเทียม หรือด้อยกว่า) ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือความคล้ายคลึงกันทางการศึกษาและรายได้ของคู่สมรส ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือ ความคล้ายคลึงกันทางอายุ อายุแรกสมรส ระยะเวลาความคุ้นเคยก่อนสมรส และระยะเวลาการสมรส

สุภาวดี เตชะเกรียงศักดิ์ (2535) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสตรีสมรสวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้วในเขตกรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 300 คน พบว่า สตรีสมรสวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้วในเขตกรุงเทพมหานครมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสอยู่ในระดับปานกลางและพบว่าประสิทธิภาพของการสื่อสารเป็นปัจจัยคัดสรรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในระดับสูงสุด รองลงมาได้แก่ ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ความเสียเปรียบสัมพัทธ์ ความสมานฉันท์ทางบทบาท การได้รับการยอมรับ

จากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตคือ พ่อแม่ของสตรี ญาติพี่น้องของสตรี ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว และญาติพี่น้องของคู่สมรส นอกจากนี้กลุ่มตัวแปรที่สามารถร่วมกันทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยเมื่อเรียงลำดับความสำคัญในการทำนายจากมากไปหาน้อย ได้แก่ ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ความเสียเปรียบสัมพัทธ์ การได้รับการยอมรับจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตคือ พ่อแม่ของสตรี ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว และคุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา ซึ่งตัวแปรเหล่านี้สามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ร้อยละ 75.19

งานวิจัยของกรรณิกา เฉลิมกุล (2535) พบว่าเพศชายและเพศหญิงที่มีบทบาททางเพศแบบแอนโดรจีนีและบทบาททางเพศแบบตรงตามเพศมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสไม่แตกต่างกัน ซึ่งปัจจุบันสภาพสังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมาย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจว่าการจับคู่ของคู่สมรสที่มีบทบาททางเพศแบบใดที่พบมากในสังคมไทย แล้วนำมาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตโดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นคู่สามีภรรยาจริงๆ เพื่อจะได้ประเมินความพึงพอใจในชีวิตสมรสตามความเป็นจริงมากที่สุด

ไชยยันต์ สุขบาล (2538) ศึกษาการรับรู้ถึงความรักความห่วงใยจากสามี กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาในสังคมชนบท อำเภอหนองพอก จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความรักความห่วงใยจากสามี บุคลิกภาพของภรรยา ความคล้ายคลึงของปัจจัยทางสังคม และรายได้ของครอบครัว นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มตัวทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาในสังคมชนบท มีทั้งสิ้น 2 ตัวแปร ได้แก่ การรับรู้ความรักความห่วงใยจากสามี และบุคลิกภาพ Scale-N ของภรรยาซึ่งสามารถร่วมกันทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาได้ถึงร้อยละ 54.87

นันทกานต์ วงษ์ปัญญา (2542) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับความไว้วางใจคู่สมรส โดยศึกษาคู่สมรสจำนวน 250 ราย พบว่าความพึงพอใจในคู่สมรสมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความไว้วางใจคู่สมรส การรับรู้ความไว้วางใจต่อคู่สมรสที่มีต่อตน และการรับรู้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรส

จากงานวิจัยต่างๆข้างต้น สรุปได้ว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรสจะส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยการสื่อสารเชิงบวกระหว่างคู่สมรส จะเป็นการสื่อสารที่คู่สมรสที่มีความสุขใช้มากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ในทางตรงข้าม การสื่อสารเชิงลบ ได้แก่ การสื่อสารแบบถอยห่าง และการสื่อสารที่เพิ่มความรุนแรง เช่น การสื่อสารแบบโจมตี และแบบไม่เป็นมิตร เป็นต้น ซึ่งจะเป็นการสื่อสารที่พบในคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ทั้งนี้การสื่อสารทั้งเชิงบวกและลบจะเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดย พบว่า การสื่อสารมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส และเป็นปัจจัยที่ผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ((Halford & Hahlweg, 1990; Houck &

Daniel, 1994; Klinetob & Smith, 1996; Burleson & Denton, 1997; Roberts, 2000; Perrone & Worthington, 2001) โดยพบว่า คู่สมรสที่มีความสุขมักใช้คำพูดเชิงบวกหรือคำพูดที่สร้างความพึงพอใจมากกว่า และใช้คำพูดเชิงลบหรือคำพูดที่สร้างความไม่พึงพอใจที่น้อยกว่า (คำพูดที่สร้างความไม่พอใจ เช่น คำตำหนิ ว่ากล่าวกัน) ในขณะที่คู่สมรสที่ไม่มีความสุขมักจะมีการโต้ตอบกันด้วยการแสดงออกในเชิงลบซึ่งกันและกัน (วรรัตน์ กิตติรักษนนท์ม, 2536)

จากผลงานวิจัยข้างต้น อาจสรุปได้ว่า คู่สมรสที่มีความสุขจะมีการสื่อสารที่แตกต่างจากคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาว่า คู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงใช้การสื่อสารแตกต่างจากผู้สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ หรือไม่ และคู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงใช้การสื่อสารใดมากกว่าและใช้การสื่อสารใดน้อยกว่าคู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ