

ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง
ต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น



นางสาวสุรางค์รัตน์ คงศรี

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาเพศศาสตร์ (สหสาขาวิชา)

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2547

ISBN 974-17-6592-4

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A RELATIONSHIP BETWEEN SEXUAL COMMUNICATION AND SELF – ESTEEM
ON SEXUAL SATISFACTION IN EARLY ADULT MARRIED WOMEN

Miss Surangrat Kongsri



สถาบันวิทยบริการ

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Science in Human Sexuality (Inter - Department)

Graduate School

Chulalongkorn University

Academic Year 2004

ISBN 974-17-6592-4

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง
โดย	ต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น
สาขาวิชา	นางสาวสุรางค์รัตน์ คงศรี
สาขาวิชา	เพศศาสตร์
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.พรณระพี สุทธิวรรณ
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	รองศาสตราจารย์ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.ม.ร.ว.กัลยา ดิงศภัทย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์นายแพทย์ ประสงค์ ศิริวิริยะกุล)

..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.พรณระพี สุทธิวรรณ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(รองศาสตราจารย์ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ยุพา อ่อนท้วม)

สุรางค์รัตน์ คงศรี : ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.

(A RELATIONSHIP BETWEEN SEXUAL COMMUNICATION AND SELF – ESTEEM ON SEXUAL SATISFACTION IN EARLY ADULT MARRIED WOMEN)

อ. ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร. พรรณระพี สุทธิวรรณ, อ. ที่ปรึกษาร่วม :

รองศาสตราจารย์ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 122 หน้า. ISBN 974-17-6592-4.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น กลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้หญิงที่มีอายุระหว่าง 25 - 35 ปี มีระยะเวลาสมรสในช่วง 2 – 4 ปี และจบการศึกษาระดับอนุปริญญาเป็นต้นไป จำนวน 99 คน แบ่งเป็น 4 กลุ่มตามระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและระดับการสื่อสารทางเพศ เครื่องมือที่ใช้วิจัยคือ แบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ และแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่าผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการสื่อสารทางเพศสูง จะมีระดับความพึงพอใจทางเพศสูงกว่าผู้หญิงที่มีการสื่อสารทางเพศต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศ และไม่พบความสัมพันธ์ร่วมระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศที่มีต่อความพึงพอใจทางเพศ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ลายมือชื่อนิติ.....

สาขาวิชา.....เพศศาสตร์.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ปีการศึกษา.....2547.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

4589185820 : MAJOR HUMAN SEXUALITY

KEY WORD: SELF-ESTEEM / SEXUAL COMMUNICATION / SEXUAL SATISFACTION

SURANGRAT KONGSRI : A RELATIONSHIP BETWEEN SEXUAL
COMMUNICATION AND SELF-ESTEEM ON SEXUAL SATISFACTION IN
EARLY ADULT MARRIED WOMEN. THESIS ADVISOR : ASST.PROF.
PANRAPEE SUTTIWAN, Ph.D, THESIS COADVISOR : ASSOC.PROF.
SOMPOCH IAMSUPASIT, Ph.D 122 pp. ISBN 974-17-6592-4.

The purpose of this research was to study a relationship between sexual communication and self - esteem on sexual satisfaction in early adult married women. Research participants were 99 women aged 25 – 35 years, who have been married 2 to 4 years and had the minimum education of 2-year college. The participants were divided into 4 groups according to their self - esteem and sexual communication levels. The instruments were Self - Esteem Inventory (Coopersmith, 1981), Sexual Communication Inventory, and Sexual Satisfaction Inventory (Hudson, 1990).

A two-way analysis of variance was utilized for statistical analysis. The result indicates that the married women with a high level of sexual communication reported significantly greater sexual satisfaction than those with a low level of sexual communication ($p < 0.01$). However, neither self - esteem nor an interaction between self – esteem and sexual communication has any effect on sexual satisfaction.

Student's signature.....

Field of study.....Human Sexuality.....Advisor's signature.....

Academic year.....2004.....Co-advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผศ.ดร.พรพรรณ พิสุทธิวรรณ อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นอย่างสูงที่ได้กรุณาใช้เวลาอันมีค่ายิ่ง และให้ความเมตตาต่อผู้วิจัยอย่างที่สุด ในด้านการให้คำปรึกษาข้อเสนอแนะ แนวทางการสร้างความคิดและมุมมองต่างๆ รวมทั้งตรวจสอบและแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆในการวิจัยมาด้วยดีตลอด ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต อาจารย์ที่ปรึกษาร่วมที่กรุณาให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาที่ดีในการวิจัย

ขอขอบพระคุณ รศ.นพ.ประสงค์ ศิริวิริยะกุล ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์, ผศ.ยุพา อ่อนท้วม กรรมการสอบวิทยานิพนธ์และอาจารย์ที่ปรึกษานิสิตแพทยศาสตร์ ที่กรุณาใช้เวลาและให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ คุณย่า และคุณอาทุกท่านที่คอยให้กำลังใจ ติดตาม ช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกตลอดระยะเวลาในการเรียนและทำวิทยานิพนธ์ ขอขอบคุณน้องชายทั้งสองที่คอยเป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือในการทำวิจัยตลอดมา

ขอขอบพระคุณคุณวิไล ดำวงศ์, ว่าเป็นที่ร้อยตรีกิตติ บรรณโสภิษฐ์, คุมานจารย์สำนักงานประถมศึกษาอำเภอเฉลิมพระเกียรติ จ.นครศรีธรรมราช, คุณมาลี ลีลาศิริวงศ์ บริษัท ฟาร์อีสต์ ดีตีบี จำกัด(มหาชน), คุณจินตนา เฉลิมชัยกิจ บริษัท ไอ.ซี.ซี อินเตอร์ชั่นแนล จำกัด (มหาชน), คุณกิติพงษ์ ทองวิไล, พี่ๆและเพื่อนๆพยาบาลมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, เพื่อนๆและน้องๆนิสิตแพทยศาสตร์ และเจ้าหน้าที่สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทุกท่าน ที่ให้ความสะดวกในการประสานงานและเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณรศ.ดร.พรพรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, ผศ.นพ.พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์, นพ.สุกมล วิชาวิพลกุล ที่กรุณาให้คำแนะนำและตรวจสอบแบบสอบถามให้แก่ผู้วิจัย

ในการจัดทำวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยได้อาศัยความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาในหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาแพทยศาสตร์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ต่างๆ

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญแผนภาพ.....	ฎ
บทที่ 1. บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	5
1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมการสื่อสาร.....	5
2. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศ.....	9
3. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารและประสิทธิภาพในการสื่อสาร	
ระหว่างคู่สมรส.....	14
4. แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	17
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ.....	30
6. แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ.....	33
7. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารทางเพศ.....	50
8. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	53
9. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจทางเพศ.....	55
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	63
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	63
สมมติฐานการวิจัย.....	63
ขอบเขตของการวิจัย.....	64
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	64
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	65
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	65

บทที่ 2. วิธีดำเนินการวิจัย.....	67
กลุ่มตัวอย่าง.....	67
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	68
การพัฒนาเครื่องมือและการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....	68
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	88
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	89
บทที่ 3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	90
บทที่ 4. อภิปรายผลการวิจัย.....	95
บทที่ 5. สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	99
รายการอ้างอิง.....	102
ภาคผนวก.....	110
ภาคผนวก ก.....	111
ภาคผนวก ข.....	112
ภาคผนวก ค.....	113
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	122

สารบัญตาราง

ณ

ตาราง	หน้า
1. ความแตกต่างในพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ.....	22
2. การตอบสนองทางเพศ 4 ระยะตามวิธีของมาสเตอร์และจอห์นสัน.....	35
3. มาตรฐานที่วัดการมีเพศสัมพันธ์ของสตรีกำลังสมรสที่สมรสเพียง 1 ครั้ง จำแนกตามระยะเวลาสมรส.....	48
4. การแบ่งตัวอย่างเป็น 4 กลุ่มตามเกณฑ์การแปลผลคะแนน.....	68
5. ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน ของแบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=40).....	71
6. ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน ของแบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=55).....	73
7. ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน ของแบบวัดระดับการสื่อสารทางเพศ (n=40).....	77
8. ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทง แต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน ของแบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=40).....	83
9. ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อกระทง แต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน ของแบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=55).....	85
10. เกณฑ์คะแนนที่ใช้ในการแบ่งระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศ (n=200).....	87
11. สถานภาพและข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง (n=200).....	91
12. ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของตัวแปรคะแนนการสื่อสาร ทางเพศการเห็นคุณค่าในตนเอง และความพึงพอใจทางเพศ (n=200).....	92
13. ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่มที่มีระดับ คะแนนการสื่อสารทางเพศ และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูง ต่ำ (n=99).....	93

ตาราง

หน้า

14. ผลการทดสอบสมมติฐานโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนจำแนกสองทาง
(Two-way ANOVA) การเห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสารทางเพศ และความ
พึงพอใจทางเพศ.....94



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญแผนภาพ

๘

แผนภาพ	หน้า
1. แบบจำลองกระบวนการสื่อสารแบบสองทาง.....	6
2. กระบวนการตัดสินใจเห็นคุณค่าในตนเอง.....	17
3. กระบวนการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	24
4. การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมตามลักษณะต่างๆ.....	27
5. ลำดับขั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง.....	28



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ชีวิตสมรสเป็นความสัมพันธ์แบบใกล้ชิดระหว่างคู่สมรส และเป็นชีวิตแห่งการปรับตัวเข้าหากัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นการปรับตัวเพื่อจะสร้างความผูกพันใกล้ชิดกันระหว่างคู่สมรส ในคู่ที่ปรับตัวเข้าหากันได้ก็จะอยู่กินกันอย่างมีความสุข มีความเจริญรุ่งเรือง แต่บางคู่อาจจะอยู่กินกันอย่างไม่มีความสุขเพราะปรับตัวเข้าหากันไม่ได้จึงอยู่ไปโดยไม่มีความพึงพอใจในสัมพันธภาพระหว่างกัน (Guerin , Fay, Burden & Kautto , 1987 อ้างถึงใน ไชยยันต์ สุขบาล, 2538) ดังเช่นอุมาพร ตรังคสมบัติ (2545) กล่าวว่าความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคู่สมรสเป็นพื้นฐานที่สำคัญของครอบครัว หากคู่สมรสมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันแล้วทั้งคู่ย่อมสร้างครอบครัวที่มีความสุขได้ แต่หากความสัมพันธ์ร้าวฉานผลกระทบที่เกิดขึ้นจะกว้างขวางมากทั้งคู่สมรสเอง ต่อลูกและต่อสังคมโดยรวม ซึ่งผลกระทบดังกล่าวที่มีให้เห็นได้แก่ ปัญหาการติดสุราและยาเสพติด อาการซึมเศร้า การพยายามฆ่าตัวตาย ความรุนแรงก้าวร้าวในครอบครัว การกระทำผิดทางเพศ การนอกใจคู่สมรส การติดเชื้ทางเพศสัมพันธ์และสิ่งที่น่ากลัวอย่างยิ่งในปัจจุบันคือการติดเชื้เอชไอวี

พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2543) อธิบายว่าในชีวิตคู่ไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงความรักและกามารมณ์ได้ ความรักและกามารมณ์เป็นสิ่งที่เกิดมาคู่กับมวลมนุษยชาติ กามารมณ์เป็นพื้นฐานของชีวิตคู่และเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติในการเจริญพันธุ์เพื่อเป็นการดำรงเผ่าพันธุ์ของมวลมนุษย์ กามารมณ์ถือเป็นสีสันของความรักในการใช้ชีวิตคู่ ถ้ากามารมณ์มีความสุขสมและสอดคล้องกันทั้งสองฝ่าย สิ่งที่ร้ายจะกลับกลายเป็นสิ่งดีมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน ในความต้องการตามธรรมชาติย่อมทำให้เกิดความผูกพันกันขึ้น ซึ่งสัมพันธ์กับที่อุมาพร ตรังคสมบัติ (2545) อธิบายว่าเพศและชีวิตคู่เป็นสิ่งที่แยกกันไม่ได้ หากคู่สมรสมีเพศสัมพันธ์ที่น่าพึงพอใจ ความรู้สึกรักใคร่ผูกพันกันก็จะมีพลังซึ่งยิ่งขึ้น แต่หากเพศสัมพันธ์มีปัญหา ความสัมพันธ์ด้านอื่นก็มักจะมีปัญหาไปด้วย

สุชาติ โสมประยูร และวรรณี โสมประยูร (2541) เสนอว่าเพศสัมพันธ์ในชีวิตสมรสจะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง นอกเหนือไปจากปัจจัยทางชีวภาพ เช่นสุขภาพทั่วไป ความสามารถในการทำงานของอวัยวะเพศ ระบบประสาทอัตโนมัติ ฯลฯ ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่น ๆ ในด้านความสัมพันธ์เช่นการสื่อสารกันอย่างตรงไปตรงมา การแก้ไขความขัดแย้งระหว่างกันได้ การมีทัศนคติที่ตรงกันในเรื่องเพศ ความเชื่อมั่นในความสามารถทางเพศของตนและเชื่อว่าตนสามารถให้ความสุขทางเพศกับคู่ของตนได้

โดยทั่วไปแล้วหากคู่สมรสมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันแม้จะมีปัญหาเพศสัมพันธ์บ้างแต่ก็มักจะไม่น่ารุนแรงและมักแก้ไขไปได้ แต่หากความสัมพันธ์ด้านอื่นไม่ดี ปัญหาเพศสัมพันธ์เพียงเล็กน้อยก็อาจกลายเป็นปัญหาใหญ่ได้ ในความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส เพศสัมพันธ์เป็นสัญลักษณ์ของหลายสิ่งหลายอย่าง เช่นเป็นความรู้สึกของความรักใคร่และความรู้สึกมีค่า ภรรยาอาจต้องการมีเพศสัมพันธ์เพราะรู้สึกอยากใกล้ชิดกับสามี เพศสัมพันธ์ทำให้บุคคลมีความรู้สึกดีเกี่ยวกับตนเองรู้สึกดีกว่าตนเองเป็นหญิงหรือชายที่สมบูรณ์ การที่ถูกฝ่ายหนึ่งปฏิเสธไม่ยอมมีเพศสัมพันธ์ด้วยหรือหมดความต้องการทางเพศลงไป ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งมีความรู้สึกสงสัยในตนเองและรู้สึกที่ตัวเองบกพร่องได้ (ธิดาพร อดทน, 2542)

การปรับตัวเรื่องเพศที่เป็นปัญหา นอกจากทำให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ทางเพศในชีวิตสมรสขึ้นแล้วยังอาจนำไปสู่ปัญหาต่างๆได้อีก เช่นปัญหาความเบื่อหน่ายในคู่สมรส การไม่มีความสุขในชีวิตสมรสโดยทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะแต่เรื่องความสัมพันธ์ทางเพศ การปฏิบัติตนไม่สมบทบาทในการเป็นสามีภรรยา การแยกกันอยู่และอาจเลยไปถึงการหย่าร้างซึ่งมีเกิดขึ้นเสมอ (มานพ คณะโต, 2541) ซึ่งในปัจจุบันการหย่าร้างกำลังกลายเป็นปัญหาสังคมที่สำคัญ ในประเทศไทยพบว่าการหย่าร้างเพิ่มขึ้นในทุกปีคือ ในปี 2537 จำนวน 36,823 ราย ปี 2538 จำนวน 43,882 ราย ปี 2539 จำนวน 46,679 ราย ปี 2540 จำนวน 33,139 รายและปี 2541 จำนวน 117,972 ราย (กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต, 2544) ซึ่งสาเหตุความขัดแย้งที่ส่งผลให้เกิดการหย่าร้างได้แก่ ความขัดแย้งทางส่วนตัวและความขัดแย้งทางสังคม ซึ่งสาเหตุความขัดแย้งทางส่วนตัวพบว่าเป็นการขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศ การมีทัศนคติในเรื่องเพศที่แตกต่างกัน รวมถึงการไม่ยอมมีเพศสัมพันธ์ ส่งผลให้เกิดการหย่าร้างกันได้ (ณัฐไชย ตันดิสุข, 2531) ส่วนปัญหาความสัมพันธ์นอกสมรสหรือปัญหาการนอกใจที่พบในประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นกรณีสามีนอกใจภรรยาโดยสามีอาจไปมีความสัมพันธ์กับผู้หญิงคนเดียวจริงจั่งต่อเนื่อง หรือมีความสัมพันธ์กับผู้หญิงหลายคนแบบเป็นครั้งคราว สาเหตุของการนอกใจเพื่อความสนุกสนานหรือความแปลกใหม่และเพื่อประสบการณ์ทางเพศที่แตกต่างไปจากที่เคยมีกับภรรยา นับว่าเป็นสาเหตุที่พบได้ค่อนข้างบ่อย (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545) นอกจากนี้สุพัทธรา สุภาพ (2540 อ้างถึงใน ธิดาพร อดทน, 2542) ศึกษาพบว่าความไม่พึงพอใจเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ของคู่สมรสเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ราบรื่น นำไปสู่การหย่าร้างหรือการที่สามีนอกใจภรรยาได้ ซึ่งแนวคิดดังกล่าวนำไปสู่สมมติฐานที่ว่าผู้ที่ไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ทางเพศกับคู่สมรสมีโอกาสจะมีภรรยาน้อยมากกว่าผู้ที่พึงพอใจ

ชีวิตสมรสจะมีความสุขและราบรื่นหรือไม่ สำคัญที่การสื่อสาร ในทางจิตวิทยาถือว่าการสื่อสารเป็นเรื่องสำคัญอันดับหนึ่งของชีวิตคู่ เพราะการสื่อสารเป็นการใช้ภาษา ไม่ว่าจะภาษา

พูด ภาษาเขียน หรือภาษากาย เพื่อให้อีกฝ่ายเข้าใจความคิด ความรู้สึกและความต้องการของกัน และกันแต่ในความเป็นจริงที่พบในชีวิตคือ สามีมักรรยาไม่ค่อยจะสื่อสารกัน ยิ่งอยู่ด้วยกันมานาน ก็ยิ่งสื่อสารกันน้อยลงและเหมาเอาเองว่าอีกฝ่ายน่าจะรู้ว่าตนคิดอะไร ต้องการอะไร ปัญหาก็คือ หากสามารถแปลความหมายได้ถูกต้องก็เป็นสิ่งดี แต่ถ้าแปลความหมายผิดพลาดอาจทำให้ครอบครัวเกิดปัญหาได้เช่นกัน (กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต, ม.ป.ป.)

Markman (1981 อ้างถึงใน อุมพร ตรังคสมบัติ, 2545) กล่าวว่า การสื่อสารเป็นทักษะที่สำคัญของชีวิตคู่เป็นปัจจัยที่ช่วยให้คู่สมรสเกิดความผูกพันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แก้ไขความขัดแย้งระหว่างกันได้ และปรับตัวในความตึงเครียดในชีวิตคู่ได้ การสื่อสารที่ดีจะทำให้ชีวิตสมรสเป็นประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจและมีความสุข การสื่อสารเป็นภารกิจทางพัฒนาการที่สำคัญยิ่งของคู่สมรส การสื่อสารที่ไม่ดีเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ความสัมพันธ์ของคู่สมรสไม่ดีและแก้ไขความขัดแย้งระหว่างกันไม่ได้ เมื่อไม่สามารถแก้ไขความขัดแย้งได้ ความสัมพันธ์ก็ยังมีปัญหามากขึ้น การวิจัยพบว่าคุณภาพของการสื่อสารเป็นตัวชี้ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรส คู่สมรสที่มีการสื่อสารดีจะมีความพึงพอใจในชีวิตคู่ในระดับสูง โสภา ซิปลมันต์ (2536) ศึกษาพบว่า การปรับตัวเรื่องเพศเป็นปัจจัยหนึ่งในการพิจารณาชีวิตสมรสที่ประสบความสำเร็จ และอธิบายว่าหากคู่สมรสปรับตัวเข้าหากันได้ในเรื่องต่อไปนี้ได้แก่ ตกลงกันได้ในเรื่องความถี่ของการร่วมเพศ มีความปรารถนาเสมอกันในเรื่องเพศ ภรรยาบรรลุจุดสุดยอดในการร่วมเพศ สามีมักรรยาไม่ร่วมเพศหรือไม่ปรารถนาจะร่วมเพศกับคนอื่นซึ่งไม่ใช่สามีมักรรยาของตน ฝ่ายหนึ่งไม่เคยหรือน้อยครั้งที่จะขัดแย้งเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งต้องการร่วมเพศ ฝ่ายหนึ่งเห็นใจอีกฝ่ายหนึ่งหรือไม่รู้สึกไม่พอใจเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งปฏิเสธการร่วมเพศ ต่างฝ่ายไม่เคยบ่นหรือไม่พอใจเมื่อร่วมเพศกับคู่สมรสของตน ซึ่งจากการปรับตัวในเรื่องเหล่านี้จำเป็นต้องมีการสื่อสารระหว่างกันของคู่สมรส ดังนั้นจึงเห็นได้ว่าในชีวิตสมรสนอกจากการสื่อสารในเรื่องทั่วไปในชีวิตประจำวันจะมีความสำคัญแล้ว การสื่อสารทางเพศย่อมมีความสำคัญเช่นกัน นอกจากการสื่อสารทางเพศจะมีความสำคัญต่อความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสแล้ว การเห็นคุณค่าในตนเองก็มีความสำคัญมากเช่นกัน Maslow (1970) ได้จัดอันดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ชั้น การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในชั้นที่ 4 รองลงมาจากความต้องการชั้นที่ 5 ซึ่งเป็นชั้นสูงสุด ซึ่งความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความปรารถนาของบุคคลที่ตนจะได้มีความเข้มแข็ง มีอิสระ มีความสามารถที่เพียงพอ มีความเชี่ยวชาญและมีความมั่นใจในการเผชิญหน้าเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นได้ (นิราศศิริ โรจนธรรมกุล, 2535) การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทั่วไปในชีวิตซึ่งน่าจะรวมถึงความพึงพอใจทางเพศด้วย เนื่องจากความพึงพอใจเป็นส่วนที่เอื้อให้เกิดประสิทธิภาพในตนเองที่จะประสบความสำเร็จ ผลจากความพึงพอใจของบุคคลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นรางวัลและ

ทัศนคติทางบวกของชีวิต ซึ่งถ้าไม่มีการเห็นคุณค่าในตนเองแล้วจะนำไปสู่ภาวะที่ถูกคุกคาม วิตกกังวลซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิต ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างไปจากคนทั่วไป ไม่กล้ากระทำในสิ่งที่อาจได้รับการปฏิเสธหรือได้รับคำตำหนิ กลัวการทำให้ผู้อื่นโกรธ กังวลต่อคำพิพากษาวิจารณ์ (นิภาวรรณ กิริยา, 2534) ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับการสื่อสารทางเพศโดยตรง คือ หากบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองย่อมมีความสามารถในการสื่อสารทางเพศได้อย่างเหมาะสม เนื่องจากมีความเชื่อมั่นในตนเองและมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสม

จากการศึกษางานวิจัยในประเทศไทยตั้งแต่ปี 2526 – 2542 พบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสทั้งหมด 8 เรื่อง เช่น การศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของผู้ที่มีเอกลักษณ์บทบาททางเพศแตกต่างกัน (กรรณิกา เฉลิมเผ่า, 2535) การเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่มีการจับคู่ของบทบาททางเพศต่างกัน (ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับความไว้วางใจคู่สมรส (นันทกานต์ วงษ์ปัญญา, 2542) เป็นต้น แต่ไม่มีการศึกษาเฉพาะเจาะจงในเรื่องความพึงพอใจทางเพศ และยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศ แต่ในงานวิจัยต่างประเทศได้มีการศึกษาไว้เป็นจำนวนมาก จากการค้นคว้าพบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศที่เกี่ยวข้องตั้งแต่ปี 1980-2002 มีทั้งหมด 10 เรื่อง เช่น การศึกษาเรื่องรูปแบบการสื่อสารในคู่รักที่ผู้หญิงไม่บรรลุนิติภาวะ (Kelly, 1990) การให้สัตยาบันการยินยอมทางเพศ (Hickman & Muehlenhard, 1999) การสื่อสารเรื่องเพศกับเพื่อนในวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลงสู่วัยผู้ใหญ่ (Lefkowitz, 2002) เป็นต้น และงานวิจัยต่างประเทศที่ศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศที่เกี่ยวข้องตั้งแต่ปี 1980 - 2002 มีทั้งหมด 23 เรื่องเช่น การศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของจิตใจและความพึงพอใจในกลุ่มรักต่างเพศที่สมรสแล้ว (Landry, 2002) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว (Meadow, 1981) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจทางเพศ (Maison, 1981) เป็นต้น ส่วนงานวิจัยต่างประเทศเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ ตั้งแต่ปี 1982-1998 มีทั้งหมด 6 เรื่อง (Kall, 1982; Amamot, 1987; McIntyre, 1988; Keihani, 1998; Walker-Hill, 1998; Meston, Heiman, Trapnell, & Paulhus, 1998) แต่ยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารทางเพศและความพึงพอใจทางเพศ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว ทั้งนี้เนื่องจากผู้หญิงมีความจำกัดในการแสดงออกเรื่องเพศและเกิดความพึงพอใจทางเพศได้น้อยกว่าผู้ชาย (พันธุ์ศักดิ์ ศุภระฤกษ์, 2546) การศึกษาจะทำให้ทราบ

ระดับความสามารถในการสื่อสารทางเพศ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และระดับความพึงพอใจทางเพศ รวมทั้งความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองต่อความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่และเป็นแนวทางในการนำองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยไปส่งเสริมและพัฒนาการสื่อสารทางเพศ การเพิ่มคุณค่าในตนเองของผู้หญิงรวมทั้งคู่สมรส ซึ่งจะเป็นการลดปัญหาที่เกิดจากเพศสัมพันธ์ในชีวิตสมรสและเป็นการส่งเสริมให้คู่สมรสได้รับความสุขและมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่อไป

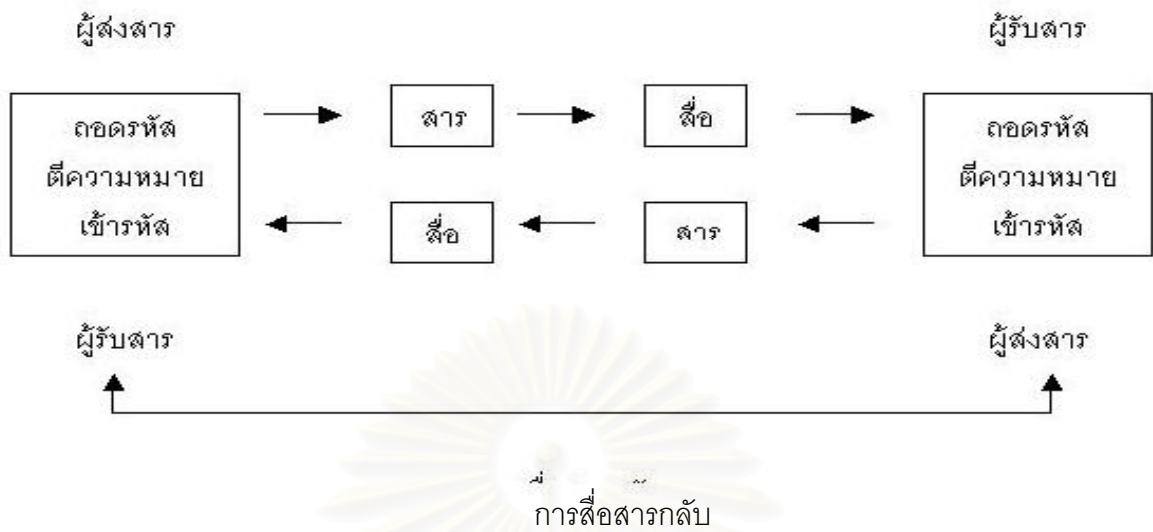
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงที่สมรสแล้ว ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาศึกษาเพื่อประกอบการสร้างแบบสอบถามและการอภิปรายผลดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการสื่อสาร
2. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศ
3. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารและประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
4. แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ
6. แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการสื่อสาร

อรรถวรรณ ปีลันธนโอบวาท (2542) ให้ความหมายของการสื่อสารว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลหนึ่งถ่ายทอดสารไปยังอีกบุคคลหนึ่ง โดยบุคคลหลังมีปฏิกิริยาโต้ตอบหรือเรียกว่าการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ซึ่งผู้ส่งสารและผู้รับสารจะมีการใช้สัญลักษณ์ คือ เครื่องหมายที่เป็นภาษาพูดและไม่ใช้ภาษาพูดตอบโต้กัน ซึ่งจุฑาทิพย์ อัครวิเชียร (2542) อธิบายว่าพฤติกรรมกรรมการสื่อสารเป็นการกระทำหรือแสดงสัญลักษณ์ที่มีความหมาย โดยผ่านกระบวนการถ่ายทอด เพื่อแลกเปลี่ยนข่าวสาร ความรู้สึกนึกคิด ทศนคติ และประสบการณ์ร่วมกัน เพื่อให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน ซึ่งการโต้ตอบระหว่างกันของผู้รับสารและผู้ส่งสารเรียกว่ากระบวนการสื่อสารแบบสองทาง (Two-way communication) ซึ่งเป็นกระบวนการสื่อสารที่มีการสื่อสารกลับ (Feedback) สามารถเขียนแบบจำลองกระบวนการสื่อสารสองทางได้ดังนี้



แผนภาพที่ 1 แบบจำลองกระบวนการสื่อสารแบบสองทาง (จุฑาทิพย์ อัครวิเชียร, 2542)

จากแบบจำลองอธิบายว่าผู้ทำการสื่อสารทั้งสองฝ่ายจะเป็นทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสารในขณะเดียวกัน คือ เมื่อเป็นผู้ส่งสารจะต้องทำหน้าที่เข้ารหัส และเมื่อเป็นผู้รับสารจะต้องทำหน้าที่ถอดรหัสและตีความหมายสารของอีกฝ่ายหนึ่ง และกระบวนการสื่อสารแบบสองทางมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 องค์ประกอบ คือ ผู้ส่งสาร สาร สื่อ และผู้รับสาร การสื่อสารกลับเป็นปฏิกริยาของผู้รับสารที่แสดงออกต่อสารของผู้ส่งสารและแสดงให้เห็นลักษณะโต้ตอบกันระหว่างผู้ส่งสารไปยังผู้รับสาร และจากผู้รับสารไปยังผู้ส่งสารที่มีองค์ประกอบของผู้ส่งสาร สาร สื่อและผู้รับสารเช่นเดียวกัน และประโยชน์ของการสื่อสารกลับมี 2 ประการคือ

1. ทำให้ผู้ส่งสารทราบผลของการสื่อสารว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของตนหรือไม่ เพียงใด ผู้รับสารตีความหมายตรงกับความหมายที่ผู้ส่งสารตั้งใจหรือไม่

2. ควบคุมพฤติกรรมกรรมการสื่อสารในเวลาต่อมาของผู้ส่งสาร กล่าวคือ ผู้ส่งสารสามารถใช้การสื่อสารกลับเพื่อปรับปรุง ดัดแปลง แก้ไข หรือคงไว้ซึ่งเนื้อหา สาระ และวิธีการในการสื่อสารของตน

ประเภทของการสื่อสารกลับแบ่งตามความเร็วหรือช้าของการรับทราบ การสื่อสารกลับแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทคือ

1. การสื่อสารกลับทันทีทันใด (Immediate Feedback) คือการสื่อสารกลับที่ผู้ส่งสารสามารถทราบปฏิกริยาของผู้รับสารได้รวดเร็ว เช่นในการพูดคุยที่เห็นหน้าเห็นตากันหรือไม่เห็นหน้าเห็นตากันระหว่างสองคน ผู้ส่งสารสามารถทราบการสื่อสารกลับ ได้ทันทีทั้งจากคำตอบโต้ตอบ น้ำเสียง และกิริยาท่าทางของผู้รับสาร

2. การสื่อสารกลับที่ล่าช้า (Delay Feedback) คือการสื่อสารกลับที่ผู้ส่งสารสามารถทราบปฏิกิริยาของผู้รับสารได้ช้า

ชนิดของการสื่อสารกลับ ที่เป็นปฏิกิริยาของผู้รับสารที่มีต่อสารของผู้ส่งนั้นแบ่งออกเป็น 2 ชนิด ตามลักษณะของผลที่เกิดขึ้นจากการสื่อสาร

1. การสื่อสารกลับชนิดบวก (Positive Feedback) คือการสื่อสารกลับที่ทำให้ผู้ส่งสารพอใจในผลของการสื่อสาร

2. การสื่อสารกลับเชิงลบ (Negative Feedback) คือการสื่อสารกลับที่ทำให้ผู้ส่งสารไม่พอใจในผลของการสื่อสาร เช่นเราชวนบางคนคุยด้วย แต่เขาไม่ยอมคุยกับเรา

นอกจากนั้นความแตกต่างของบุคคลย่อมมีผลต่อการรับส่งสารที่ต่างกันซึ่งจุฑาทิพย์ อัครวิเชียร (2542) อธิบายทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Difference Theory) ว่าบุคคลมีความแตกต่างกันในด้านบุคลิกภาพและสภาพทางจิตวิทยา เนื่องจากการเรียนรู้จากสังคมและสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน จึงมีความสนใจข่าวสารที่แตกต่างกัน ผู้รับสารจะมีกระบวนการเลือกสรร (Selective Process) ที่แตกต่างกันตามประสบการณ์ ความเชื่อ ทัศนคติ ความรู้สึกนึกคิดที่ต่างกัน และสามารถแยกพฤติกรรมในการรับรู้สารของมนุษย์เป็น 3 แบบ คือ

1. การเลือกเปิดรับสาร (Selective Exposure) คือ ผู้รับสารมีแนวโน้มที่จะเลือกเปิดรับสารที่สนับสนุนทัศนคติเดิมของตนและหลีกเลี่ยงในสิ่งที่ไม่สอดคล้องกับความคิดเห็น ความสนใจของตนเพราะจะทำให้เกิดภาวะที่ไม่มีความสบายใจที่เรียกว่า ความไม่สอดคล้องกับด้านความไม่เข้าใจ (Cognitive Dissonance) การหลีกเลี่ยงภาวะนี้ทำได้โดยการเลือกสรรเฉพาะข่าวสารที่ตรงกับความคิดเห็นของตน ซึ่งความตั้งใจและประสบการณ์เดิมจะทำให้บุคคลรับรู้ข่าวสารได้ดีกว่าดังคำกล่าวที่ว่าเราเห็นในสิ่งที่อยากเห็นและได้ยินในสิ่งที่ต้องการได้ยิน

2. การเลือกรับรู้สาร (Selective Perception) คือ ผู้รับสารมีแนวโน้มการตีความของสารให้เป็นไปตามความคิดเห็นและความสนใจของตน โดยบิดเบือนสารให้มีทิศทางเป็นไปตาม ความคาดหวังและความพึงพอใจของตนเอง ซึ่งความคาดหวังเป็นความรู้สึกที่สะท้อนให้เห็นถึงความต้องการของคนในการที่จะตีความต่อสภาพแวดล้อม เพื่อที่จะให้ได้มาในสิ่งที่ตนต้องการ ส่วนความพึงพอใจเป็นความพึงพอใจในข่าวสารที่ได้รับ (Information Satisfaction) เพราะข่าวสารต่างๆที่ได้รับนั้น ผู้รับสารสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจ และการปฏิบัติงานต่างๆให้สำเร็จลุล่วงไปได้

3. การเลือกจดจำสาร (Selective Retention) คือผู้รับสารจะเลือกรับสารเฉพาะส่วนที่ตนเองเข้าใจ จึงจดจำข่าวสารในส่วนที่ตรงกับความสนใจ ความต้องการ ทัศนคติของตนเอง และลืมส่วนที่ตนไม่สนใจหรือไม่เห็นด้วยได้ง่าย

นอกจากนั้นจุฑาทิพย์ อัครวิเชียร (2542) ได้อธิบายความแตกต่างของผู้รับสารในด้านอายุ เพศ การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจสังคมดังนี้

1. อายุ เป็นตัวกำหนดทัศนคติ พฤติกรรมการเปิดรับข่าวสาร และความพึงพอใจ

ในการติดต่อสื่อสารที่แตกต่างกัน เนื่องจากบุคคลที่มีอายุมากจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่อการติดต่อสื่อสารต่างจากบุคคลที่อายุน้อยคือ โดยทั่วไปแล้วคนที่มีอายุน้อยมักจะมีความคิดเห็นนิยม (Liberal) ยึดถืออุดมการณ์ (Idealistic) ใจร้อน (Impatient) และมองโลกในแง่ดี (Optimistic) มากกว่าคนที่อายุมาก สำหรับคนที่มีอายุมากจะมีความคิดอนุรักษ์นิยม (Conservation) ยึดถือการปฏิบัติ (Pracmatic) ระมัดระวัง (Cautious) และมองโลกในแง่ร้าย (Pessimistic) มากกว่าคนที่มีอายุน้อย สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เนื่องมาจากคนที่มีอายุมากมักจะมีประสบการณ์ในชีวิต ซึ่งเคยผ่านยุคปัญหาต่างๆ ตลอดจนมีความผูกพันที่ยาวนาน และมีประโยชน์ทางสังคมมากกว่าคนที่มีอายุน้อย นอกจากนี้โดยปกติแล้วคนที่วัยต่างกัน มักมีความต้องการในสิ่งต่างๆแตกต่างกัน มีความสนใจข่าวสารที่แตกต่างกันด้วย

2. เพศ ความแตกต่างทางเพศทำให้บุคคลมีพฤติกรรมของการติดต่อสื่อสารที่แตกต่างกันคือเพศหญิงมีแนวโน้มและมีความต้องการที่จะส่งและรับข่าวสารมากกว่าเพศชาย ในขณะที่เพศชายไม่ได้มีความต้องการที่จะส่งและรับข่าวสารเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่มีความต้องการที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นจากการรับและส่งข่าวสารนั้นด้วย ความแตกต่างกันอย่างมากในเรื่องความคิด ค่านิยม และทัศนคติของผู้หญิงและผู้ชายเกิดจาก วัฒนธรรมและสังคมกำหนดบทบาทและกิจกรรมของคนทั้งสองเพศไว้แตกต่างกัน ผู้หญิงมักเป็นคนที่มีจิตใจอ่อนไหวหรือเจ้าอารมณ์ ถูกชักจูงได้ง่าย และหยิ่งถึงจิตใจของคนได้ดีกว่าผู้ชาย ในขณะที่ผู้ชายใช้เหตุผลและจดจำข่าวสารได้มากกว่าผู้หญิง

3. ฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจ หมายความว่า อาชีพ (Occupation) รายได้ (Income) เชื้อชาติและชาติพันธุ์ (Race and Ethnic Group) ตลอดจนภูมิหลังของครอบครัว (Family Background) ทำให้คนมีวัฒนธรรมที่แตกต่างกันมีประสบการณ์แตกต่างกัน มีทัศนคติ ค่านิยม และเป้าหมายที่ต่างกัน พฤติกรรมของผู้รับสารจึงต่างกัน

4. การศึกษา เป็นลักษณะอีกประการหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อผู้รับสาร คนที่ได้รับการศึกษาที่แตกต่างกันในด้านระดับการศึกษา ยุคสมัย ระบบการศึกษา และสาขาวิชา ย่อมมีความรู้สึกนึกคิด อุดมการณ์ และความต้องการที่แตกต่างกันออกไป คนที่มีการศึกษาสูงหรือมีความรู้ดีจะได้เปรียบอย่างมากในการที่จะเป็นผู้รับสารที่ดี ทั้งนี้เพราะคนเหล่านี้มีความรู้กว้างขวางในหลายเรื่อง สามารถเข้าใจสารได้ดี แต่คนเหล่านี้มักจะเป็นคนที่ไม่เชื่ออะไรง่ายๆ สารที่ไม่มีหลักฐาน หรือเหตุ

ผลสนับสนุนเพียงพอมักจะถูกโต้แย้งจากคนเหล่านี้ ผู้ส่งสารจึงต้องตระหนักถึงระดับการศึกษาของผู้รับสาร เพื่อสามารถบริการ เสนอข่าวสารได้ตามความเหมาะสมกับผู้รับสาร

2. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศ

การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาความเข้าใจและความชัดเจนเรื่องเพศของมนุษย์ ขณะที่มนุษย์ มีการเจริญเติบโต มนุษย์ใช้การสื่อสารเพื่อการเรียนรู้เรื่องเพศและสำรวจเอกลักษณ์ทางเพศของตนเอง ในการพัฒนาสัมพันธภาพอย่างใกล้ชิด มนุษย์ใช้การสื่อสารในการแสดงออกถึงความสนใจ การใส่ใจ เพื่อเป็นการสื่อความเข้าใจในการพัฒนาความสัมพันธ์ ในชีวิตคู่จะมีการพูดคุยกันถึงสัมพันธภาพและสื่อถึงความรู้สึกเกี่ยวกับการใช้ชีวิตคู่ที่ทั้งสองได้เผชิญร่วมกัน สื่อถึงความรู้สึกถึงกันและกันต่อการแสดงออกทางเพศ (Metts & Cupach, 1989 อ้างถึงใน Turner & Robinsen, 1993) และ Neller and Fitzpatrick (1991 อ้างถึงใน Strong, DeVault, Sayad & Yaber, 2001) อธิบายว่าการสื่อสารเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่ก่อให้เกิดความสัมพันธ์และความผูกพัน การสื่อสารที่มีคุณภาพ ส่งผลให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและสัมพันธภาพที่ดีในเรื่องทั่วไปก็จะส่งผลให้เกิดความสัมพันธ์ทางเพศที่ดีด้วย ซึ่งจะมีความสำคัญต่อการพัฒนาและการคงไว้ซึ่งความพึงพอใจทางเพศ

ความสามารถในการสื่อสารมีความสำคัญต่อพัฒนาการและการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดี หากคู่รักมีความพึงพอใจในการสื่อสารทางเพศก็จะส่งผลมาสู่ความพึงพอใจในสัมพันธภาพโดยรวม

การสื่อสารทางเพศเป็นกระบวนการที่ใช้สัญลักษณ์ได้แก่ คำพูด ท่าทางการเคลื่อนไหว เป็นตัวกำหนดการเปลี่ยนแปลงเปลี่ยนแปลงข้อมูลข่าวสาร และการแลกเปลี่ยนทัศนคติ ทั้งนี้พฤติกรรมการสื่อสาร มีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่สำคัญคือ ปัจจัยด้านวัฒนธรรม ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านจิตวิทยา (Strong et al., 2001) ปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อความสามารถในการทำความเข้าใจและกำหนดบทบาทหรือกฎในการสื่อสารทุกๆเรื่อง รวมทั้งประเด็นในเรื่องการสื่อสารทางเพศ ดังนี้คือ

- ปัจจัยด้านวัฒนธรรมจะกล่าวถึงการใช้ภาษา ซึ่งจะสัมพันธ์กับค่านิยม ความเชื่อและธรรมเนียมปฏิบัติของสังคม ซึ่งในแต่ละกลุ่มวัฒนธรรมก็จะมี การสื่อสารเรื่องเพศที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการใช้ภาษาและค่านิยมของวัฒนธรรมนั้น เช่น บางวัฒนธรรมจะมองเรื่องเพศในแง่ลบ ประเด็นเรื่องเพศเป็นสิ่งต้องห้าม เรื่องเพศจะไม่สามารถเผยแพร่ได้ทางสื่อมวลชน และในบางวัฒนธรรมจะใช้เฉพาะภาษาท่าทางในการสื่อสารทางเพศเท่านั้น

- ปัจจัยด้านสังคม จะกล่าวถึงบทบาทในสังคมที่มีอิทธิพลต่อการสื่อสารทางเพศ เช่น บทบาทความเป็นชาย (Masculine) และบทบาทความเป็นหญิง (Femenine) ซึ่งบทบาทจะมีความสัมพันธ์กับเรื่องเพศในประเด็นของเพศสภาพ (Gender) เช่น ผู้ชายสามารถพูดถึงเรื่องเพศในที่สาธารณะได้ ในขณะที่การกล่าวถึงเรื่องเพศในที่สาธารณะของผู้หญิงเป็นสิ่งต้องห้าม

- ปัจจัยด้านจิตวิทยา จะกล่าวถึงความสำคัญของการแสดงลักษณะเฉพาะของบุคคลที่มีความแตกต่างกัน ได้แก่การแสดงออกถึงความเด็ดเดี่ยว การคล้อยตาม การข่มขู่หรือยึดหยุ่น การรับรู้ความรู้สึกได้ง่ายหรือรับรู้ต่อความรู้สึกได้ยาก ตัวอย่างเช่นคนที่มีความข่มขู่สูง ไร้ความยึดหยุ่น จะส่งผลให้คุณภาพการสื่อสารลดลง หรือคนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ก็จะมีการเปิดใจยอมรับสิ่งอื่น ๆ สูง

เมื่อกล่าวถึงลักษณะของการสื่อสารแล้ว โดยทั่วไปการสื่อสารมี 2 รูปแบบดังนี้คือ

1. การสื่อสารโดยใช้คำพูด (Verbal Communication) เป็นการสื่อสารโดยใช้คำพูดในการแลกเปลี่ยนหรือบอกความต้องการต่างๆของผู้ส่งสารให้ผู้รับสารรับทราบ

2. การสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูด (Nonverbal Communication) เป็นการสื่อสารที่ไม่ชัดเจนเท่าแบบแรก Strong et al. (2001) ได้แบ่งรูปแบบของการสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูดออกเป็น 3 รูปแบบที่สำคัญได้แก่ความใกล้ชิด (Proximity) การสื่อสารด้วยสายตา (Eye contact) และการสัมผัส (Touching) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้คือ

2.1 ความใกล้ชิด (Proximity)

ความใกล้ชิด (Proximity) เป็นการอธิบายถึงระดับความสัมพันธ์ของบุคคลซึ่งใช้ระยะเวลาและความใกล้ชิดทางด้านร่างกายเป็นตัวบ่งชี้ เช่น ระยะห่างของการนั่งหรือยืนจะสามารถอธิบายได้ว่า ชายหญิงคู่หนึ่งมีความสัมพันธ์แบบคู่รัก หรือไม่ใช่คู่รัก

2.2 การสื่อสารด้วยสายตา (Eye contact)

การสื่อสารด้วยสายตาสามารถทำให้ผู้รับสารรับรู้ความต้องการของผู้ส่งสารได้ ทั้งนี้เนื่องจากอารมณ์ ความรู้สึกเช่น โกรธ ดีใจ เสียใจ กลัว สามารถสื่อสารได้ด้วยสายตา ทำให้รับรู้ได้ถึงความขัดแย้ง การปฏิเสธ การมีความเห็นคล้อยตามในการสื่อสาร

2.3 การสัมผัส (Touching)

การสัมผัสเป็นพื้นฐานของความรู้สึกที่รับรู้ได้โดยผิวหนังเช่น การรับรู้ความเจ็บปวด ร้อน เย็น ความเรียบ ขรุขระ และการสัมผัสยังมีความสำคัญต่อพัฒนาการ สุขภาพ และความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เช่นทารกแรกคลอดที่ได้รับการสัมผัสอย่างทะนุถนอมจากมารดา

เช่นการอุ้ม กอด จะทำให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีกว่าเด็กแรกคลอดที่ไม่ได้รับการสัมผัสจากมารดา หรือการโอบกอดจากสามีส่งผลให้ภรรยาารู้สึกว่าตนมีคุณค่าและได้รับการเอาใจจากสามี

การสื่อสารทางเพศเป็นกระบวนการใช้ทักษะการสื่อสารที่เหมือนกับการสื่อสารเรื่องทั่วไปในชีวิตประจำวัน แต่จะมีลักษณะบางอย่างที่แตกต่างจากการสื่อสารเรื่องอื่นคือ การสื่อสารทางเพศนั้นบุคคลจะคำนึงถึงรูปแบบเฉพาะของตัวเอง ซึ่งบุคคลแต่ละคนก็จะมีกรวางรูปแบบเกี่ยวกับเรื่องเพศที่แตกต่างกัน (Sexual scripts) การสร้างสัมพันธภาพทางเพศจึงเป็นการดำเนินไปตามรูปแบบเฉพาะของที่แต่ละคนได้กำหนดไว้ Strong et al. (2001) ได้กล่าวถึงลักษณะของการสื่อสารทางเพศไว้ดังนี้

1. The halo effect

เป็นลักษณะทางกายหรือรูปร่างภายนอกที่ปรากฏให้เห็น ซึ่งมีความสำคัญในการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพ เช่นผู้ชายหลงใหลในรูปลักษณ์ภายนอกของผู้หญิง จนทำให้อยากเข้าไปทำความรู้จักเพิ่มขึ้นเพื่อสัมพันธภาพในขั้นต่อไป

2. Interest and opening lines

เป็นลักษณะความสัมพันธที่ชายหญิงมีความสนิทสนมกันมากขึ้น จากการที่ได้เริ่มทำความรู้จักกัน ส่วนใหญ่แล้วผู้ชายจะเป็นผู้เริ่มต้นสนทนาโดยการใช้คำถามเปิดทาง เมื่อเขามั่นใจว่าผู้หญิงเริ่มสนใจในตัวเขา

3. The first move and beyond

เป็นการพัฒนาความสัมพันธที่ใกล้ชิดสนิทสนมเพิ่มมากขึ้น และมีการแสดงออกโดยทำทางเช่นการสัมผัส หรือการสื่อสารที่ไม่ใช่คำพูดอื่นๆ

4. Direct sexual activity

เป็นความสัมพันธถึงขั้นการมีเพศสัมพันธ์ โดยจะมีการสื่อสารด้วยคำพูด เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย เรียนรู้ถึงวิธีการคุมกำเนิด รวมทั้งการสื่อสารกันถึงความรู้สึกในความสัมพันธ์ทางเพศ

เนื่องจากการสื่อสารทางเพศมีความจำเป็นสำหรับชีวิตคู่ สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541) อธิบายว่าความสัมพันธ์ทางเพศที่เกิดขึ้นอย่างสมดุลงจะนำความพึงพอใจมาสู่ทั้งสามีและภรรยา และเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้ชีวิตสมรสราบรื่น มีความสุข มีความพึงพอใจ และมั่นคงถาวร และมีหลายท่านที่อธิบายถึงความสำคัญของการสื่อสารทางเพศไว้ดังนี้

พันธ์ศักดิ์ สุกระฤกษ์ (2546) กล่าวว่า การพูดคุยกันระหว่างสามีภรรยาถึงความต้องการทางเพศ ความสุขสม การตอบสนองทางเพศ การแสดงออกทางเพศที่พึงพอใจ เป็นการขจัดความเข้าใจผิดระหว่างกัน เป็นผลให้มีการใช้ชีวิตคู่ได้อย่างมีความสุข การพูดคุยถึงการป้องกันที่ตั้ง

กรรมและการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ก็เป็นสิ่งจำเป็น ที่จะต้องทำก่อนที่จะมีเพศสัมพันธ์ การพูดคุยทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน และความเข้าใจก็นำมาซึ่งความรักความอบอุ่นของทุกคนในครอบครัวและทำให้มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น

นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ (2540) กล่าวว่าความสามารถในการติดต่อสื่อสารกันเรื่องเพศ หรือสามารถพูดคุยกันได้ในเรื่องกิจกรรมทางเพศของสามีภรรยา เป็นปัจจัยที่ทำให้คู่สมรสปรับตัวได้ดีในเรื่องเพศ สาเหตุหนึ่งของการไม่พูดคุยเรื่องเพศระหว่างกัน เกิดจากการมีทัศนคติและความเชื่อเรื่องเพศเป็นของต่ำ การไม่พูดคุยกันเรื่องเพศจะทำให้แต่ละฝ่ายไม่ทราบความต้องการหรือความปรารถนาของอีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งอาจนำมาสู่ความสัมพันธ์ที่ไม่ดีระหว่างสามีภรรยาได้ คืออาจทำให้คู่สมรสรู้สึกไม่ไว้วางใจหรือไม่จริงใจต่อกันและส่งผลให้ไม่กล้าพูดคุยในเรื่องต่างๆอย่างตรงไปตรงมาและเปิดเผยด้วยเช่นกัน

Yaffee and Fenwick (1988b อ้างถึงใน Turner & Robinsen, 1993) อธิบายว่าในปัจจุบันคนส่วนใหญ่พบว่าการพูดคุยเรื่องเพศกับคู่รักของตนนั้นเป็นเรื่องยากเนื่องจากกลัวว่าจะส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของคู่รัก รวมทั้งจะก่อให้เกิดความรู้สึกอึดอัดใจและความละอาย ปัญหาในการสื่อสารทางเพศส่วนหนึ่งเกิดจากความแตกต่างระหว่างชายหญิง ในเรื่องความคิดและการแสดงออกซึ่งถือเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งต่อการสื่อสารทางเพศของคู่รัก สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2542) อธิบายว่าสาเหตุของการปรับตัวในเรื่องเพศสัมพันธ์ได้ไม่ดีนั้น อาจเกิดจากความบกพร่อง หรือความผิดปกติทางด้านร่างกายหรืออาจจะเกิดจากสุขภาพ โรคภัยไข้เจ็บ แต่ส่วนใหญ่มักเกิดจากการขาดความรู้ด้านจิตวิทยาและชีววิทยาเรื่องเพศ ฉะนั้นก่อนสมรสชายและหญิงควรศึกษาหาความรู้ได้แก่ ศึกษาด้านพื้นฐานธรรมชาติความต้องการทางเพศของหญิงและชายซึ่งแตกต่างกัน ซึ่งกระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2544) ได้อธิบายเกี่ยวกับพื้นฐานเรื่องเพศในชีวิตคู่ที่คู่สมรสจำเป็นต้องอาศัยการเรียนรู้ ทำความเข้าใจซึ่งกันและกันในเรื่องต่อไปนี้ เพื่อให้คู่สมรสสามารถสื่อสารทางเพศกันได้ดีขึ้น ได้แก่

- การเรียนรู้ความแตกต่างระหว่างเพศชายเพศหญิงในส่วนของร่างกาย ได้แก่ การรู้จักอวัยวะเพศหญิงทั้งภายในและภายนอก การรู้จักอวัยวะเพศชาย ซึ่งเป็นรายละเอียดของหน้าที่และการทำงาน

- การเรียนรู้ธรรมชาติทางเพศของฝ่ายหญิงและฝ่ายชาย เช่น ผู้หญิงส่วนใหญ่มักต้องการเพศสัมพันธ์ที่ประกอบด้วย ความรัก ความเอื้ออาทร ผู้ชายจะเกิดอารมณ์ทางเพศจากการสัมผัสทางร่างกายได้ง่ายกว่าผู้หญิง และมีการแสดงออกทางเพศมากกว่าผู้หญิง ในผู้ชายจะเกิดความรู้สึกและมีความต้องการทางเพศได้รวดเร็วกว่าผู้หญิง และเมื่อฝ่ายชายได้รับการตอบสนองทางเพศคือบรรลุนิยามแล้วก็จะหมดความรู้สึกต้องการทางเพศลงทันที ส่วนฝ่ายหญิงนั้นอารมณ์

ความรู้สึกต้องการทางเพศเกิดขึ้นได้ช้ากว่าผู้ชายและเมื่อสำเร็จมีความสุขแล้วความรู้สึกต้องการทางเพศยังคงมีอีก และเมื่อมีความเครียดผู้ชายบางคนอาจจะมีความต้องการทางเพศในขณะที่ผู้หญิงกลับไม่มีความต้องการทางเพศ

- การเรียนรู้ถึงอารมณ์ความต้องการทางเพศ ซึ่งกล่าวถึงการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ คือเมื่อมีการกระตุ้นจากสิ่งที่ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น หรือความรู้สึกนึกคิด สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวกระตุ้นอารมณ์ทางเพศและจะส่งต่อไปที่อวัยวะรับสัมผัสได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น ภาย และหากอวัยวะรับความรู้สึกรับการกระตุ้นแล้วเกิดความพอใจ ก็จะเกิดอารมณ์ความรู้สึกทางเพศตามมา หากจิตใจไม่เบิกบาน มีความวิตกกังวล ความรู้สึกทางเพศก็จะเกิดได้ยาก

Mckag et al. (1983 อ้างถึงใน Turner & Robinsen, 1993), Strong et al. (2001) และ สุชาติ โสมประยูร (2541) อธิบายสาเหตุที่ทำให้คูรักรับไม่มีการสื่อสารทางเพศร่วมกันซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. คูรักรับไม่จำเป็นต้องพูดคุยเรื่องเพศต่อกัน เนื่องจากเรื่องเพศจะดำเนินไปได้เองตามธรรมชาติของชีวิตคู่
 2. คูรักรับมีความมั่นใจว่าสามารถปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวกับเรื่องเพศได้ดีและทำให้คูของตัวเองมีความพึงพอใจได้
 3. คูรักรับเชื่อว่าหากมีการพูดคุยกันจะต้องเกิดความขัดแย้งขึ้น สัมพันธภาพจะเปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดี ดังนั้นการหลีกเลี่ยงที่จะไม่คุยกันจึงเป็นสิ่งที่ดีกว่า จึงทำให้ไม่สามารถกล่าวถึงความรู้สึก ความต้องการหรือจินตนาการทางเพศของตนได้
 4. คูรักรับขาดรูปแบบที่จะเป็นตัวอย่งในการสื่อสารเรื่องเพศกัน ขณะอยู่ในช่วงวัยเด็กหรือวัยรุ่น ไม่ได้พูดคุยเรื่องเพศกับพ่อแม่ หรือเป็นเพียงผู้ฟังฝ่ายเดียว เพราะหากเด็กหรือวัยรุ่นร่วมสนทนาเรื่องเพศด้วยก็จะถูกห้าม ทำให้เด็กรับรู้ว่าเป็นเรื่องเพศเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม
 5. การพูดคุยเรื่องเพศทำให้ถูกประเมินว่ามีความฝักใฝ่หรือหมกมุ่น ไร้ศีลธรรม กลัวคูของตัวเองตนคิดว่าเป็นคนมีความต้องการทางเพศสูง กลัวคูรักรับจะเกียจหรือคิดว่าคู่อื่นๆเขาไม่ปฏิบัติกัน
 6. คูรักรับคิดว่าไม่ใช่หน้าที่ของตน ที่สอบถามเรื่องเพศกับคูรักรับ เช่น ผู้ชายหลายคนไม่เคยถามภรรยาว่าบรรลุจุดสุดยอดหรือไม่ และผู้หญิงหลายคนก็ไม่กล้าถามสามีว่ามีความสุขหรือไม่
- อย่างไรก็ตามถึงแม้จะเชื่อว่าการพูดคุยเรื่องเพศเป็นสิ่งที่ยาก แต่ก็สามารถปรับปรุงการสื่อสารทางเพศได้ ดังคำอธิบายของ Master and Johnson (1986) ดังนี้คือ

1. ปรึกษากับคูรักรับถึงวิธีการและเวลาที่เหมาะสม ที่ทั้งคู่สามารถสื่อสารเรื่องเพศกันได้อย่างสะดวกใจ หากคูรักรับรู้สึกไม่แน่ใจหรือลังเลในหัวข้อที่จะสนทนา ควรกำหนดหัวข้อที่จะสนทนาร่วมกัน ซึ่งถือเป็นโอกาสที่ดีและสามารถลดความตึงเครียดได้ และการพูดคุยหลังเสร็จสิ้นการมีเพศ

สัมพันธ์ถือว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสม ทั้งนี้คู่รักจะได้แสดงความรู้สึกใส่ใจและสนใจต่อการมีกิจกรรมทางเพศร่วมกัน

2. ใช้หนังสือหรือสื่ออื่นๆ เป็นสิ่งเริ่มต้นในการสนทนา วิธีนี้จะทำให้คู่รักรับรู้ได้ถึงความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายหนึ่งว่าชอบหรือไม่ชอบสิ่งนั้น และสามารถกำหนดกิจกรรมที่ทั้งคู่พอใจร่วมกันได้

3. ในการสนทนาเรื่องเพศร่วมกันควรใช้การสื่อสารที่ใช้คำพูดที่สื่อถึงความคิดความรู้สึกของตน (I language) ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

4. ต้องตระหนักว่าความรู้สึกพึงพอใจทางเพศสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ในการทำกิจกรรมทางเพศรูปแบบซ้ำๆ อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ดังนั้นจึงควรมีการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมใหม่ๆ และในการพูดคุยจำเป็นต้องอาศัยความอ่อนโยน

5. ในการสื่อสารควรใช้ทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง จะทำให้อีกฝ่ายรับรู้ความต้องการของตนได้ดีขึ้น เช่นการสัมผัสโดยการนวด หากรู้สึกไม่พึงพอใจ ควรสาธิตให้อีกฝ่ายดูเป็นตัวอย่าง

6. ไม่ควรตั้งความคาดหวังมากเกินไปว่าสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่จะสมบูรณ์แบบ เนื่องจากประสบการณ์เรื่องเพศมีลักษณะเช่นเดียวกับอารมณ์คือไม่มีความสม่ำเสมอ อาจเกิดความพอใจได้ในระดับสูงสุดหรืออาจไม่พึงพอใจเลยก็ได้ ดังนั้นการพูดคุยเรื่องเพศไม่ใช่เป็นการพูดเพียงครั้งเดียว แต่คู่รักจะต้องพยายามเรียนรู้ซึ่งกันและกันตลอดเวลา เพื่อแก้ไขความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในสัมพันธ์ภาพ

3. แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารและประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างคู่สมรส

จัสมิน สุวรรณชีพ (2544) อธิบายความหมายของประสิทธิภาพของการสื่อสาร (Effective Communication) ว่าเป็นปัจจัยหลักที่สำคัญมากในการรักษาความสัมพันธ์ของคู่สมรสให้ดำเนินและพัฒนาต่อไปด้วยดี ซึ่งประสิทธิภาพของการสื่อสารหมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนความคิด อารมณ์ และความเชื่อ โดยใช้วัจนภาษาและอวัจนภาษา ซึ่งฝ่ายหนึ่งสามารถเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดและทำให้อีกฝ่ายหนึ่งพึงพอใจ ส่วนการสื่อสารระหว่างคู่สมรส (Marital Communication) หมายถึงกระบวนการแลกเปลี่ยนภาวะเชิงจิตวิสัย เช่น ความรู้สึกนึกคิด อารมณ์และความคาดหวัง โดยอาศัยวัจนภาษาและอวัจนภาษา รวมทั้งมีสัญลักษณ์ร่วมกัน รับรู้และเข้าใจในความหมายเดียวกัน ซึ่งถือได้ว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญของการรักษาความสัมพันธ์ให้คงไว้อย่างต่อเนื่องและยังช่วยสร้างความเป็นเอกภาพ และศึกษาพบว่า การสื่อสารในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจและความมั่นคงในชีวิตสมรส และปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่เป็นอุปสรรคในการสื่อสาร คือ การสื่อสารทางอ้อม (Indirect Communication) ซึ่งวิธีการสื่อสารทางอ้อมนี้ใช้กันมากระหว่างสามีภรรยาในสังคมปัจจุบัน เนื่องจากเมื่อคู่สมรสขาดความไว้วางใจ หรือไม่สามารถเรียนรู้บทบาทของอีกฝ่ายหนึ่งได้ถูกต้อง หรือไม่ทราบความคาดหวังของอีกฝ่ายหนึ่ง ทำให้ผู้ส่งสารเกิดความ

สงสัย กลัวถูกปฏิเสธ และกลัวจะเสียหน้า ดังนั้นจึงใช้การสื่อสารทางอ้อมแทน แต่วิธีนี้อาจเป็นสาเหตุนำไปสู่ความไม่พึงพอใจในชีวิตสมรส หรือสร้างความขัดแย้งขึ้นได้ และได้อธิบายถึงองค์ประกอบของประสิทธิภาพของการสื่อสารระหว่างคู่สมรสดังนี้

1. การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ การที่คู่สมรสต่างพูดคุย ปรีกษาหารือกันในเรื่องต่างๆ อยู่เสมอ เปิดโอกาสให้แต่ละฝ่ายได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น หรือความต้องการของตน
2. การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน ได้แก่ การแสดงให้เห็นถึงตัวตนที่แท้จริงของตนต่อคู่สมรส รวมถึง การเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการที่ชัดเจนตรงตามความรู้สึกที่แท้จริง
3. การเป็นผู้ฟังที่ดี ได้แก่ การพร้อมที่จะรับฟังปัญหา ยินดีรับฟังความคิดเห็นของกันและกันโดยไม่ขัดหรือไม่แสดงความสนใจ รวมทั้งไม่พยายามประเมินอีกฝ่ายหนึ่งว่าผิดหรือถูก
4. ความเข้าใจความหมายตรงกัน ได้แก่ การที่ทั้งสองฝ่ายต่างรับรู้และเข้าใจความหมายที่ต้องการสื่อสารกันได้อย่างถูกต้องและชัดเจน
5. ความเห็นอกเห็นใจและให้กำลังใจกัน ได้แก่ การพุดจาหรือแสดงออกให้คู่สมรสอีกฝ่ายรับรู้ถึงความรักและความเข้าใจ สนับสนุนและเป็นกำลังใจที่ดีต่อกัน

การศึกษาของฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์ (2541) สนับสนุนว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสนั้นต้องประกอบด้วยสัมพันธภาพที่มีพื้นฐานของเสรีภาพระหว่างคู่สมรส การรับรู้ต่อดีของกันและกัน การร่วมมือร่วมใจกันของคู่สมรส และการติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งประสบการณ์ต่างๆ ที่สนับสนุนให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส นอกจากนี้ จัสมิน สุวรรณชีพ (2544) ได้ศึกษาการสื่อสารในชีวิตสมรสที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส คุณภาพชีวิตสมรสและการปรับตัวในชีวิตสมรสดังนี้

1. ความพึงพอใจในชีวิตสมรส

การสื่อสารที่ดีในชีวิตสมรสจะมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส คู่สมรสที่มีการปรับตัวหากันได้ดีจะมีพฤติกรรมการสื่อสารดังนี้

- 1.1 พร้อมที่จะสื่อสารกันตลอดเวลา โดยเฉพาะการพูดคุยเรื่องส่วนตัวกันอยู่เสมอ
- 1.2 แสดงความเข้าใจในคำพูดและมีการสื่อสารโดยใช้ถ้อยคำที่เข้าใจกันทั้งการแสดงความรัก ความพอใจ สนับสนุนและให้กำลังใจกันอยู่เสมอ
- 1.3 ไวต่อการรับรู้ความรู้สึกของคู่สมรส มีการขัดจังหวะการสื่อสารของคู่สมรสอีกฝ่ายน้อยและพยายามหลีกเลี่ยงความขัดแย้งโดยเปลี่ยนหัวข้อการสนทนา
- 1.4 มีการสื่อสารอย่างเปิดเผย สำหรับคู่สมรสที่ไม่มีความสุขพบว่า มีพฤติกรรมการสื่อสารแบบ แสดงพฤติกรรมในเชิงลบต่ออีกฝ่ายและ มีการสื่อสารไม่สอดคล้องกัน

ทั้งในคำพูดและน้ำเสียง และการแสดงออกทางสีหน้าและท่าทาง คือ แสดงความไม่สอดคล้องกัน ระหว่างการแสดงออกและน้ำเสียงอย่างชัดเจน

2. คุณภาพชีวิตสมรส

คุณภาพชีวิตสมรสที่ดีเกี่ยวข้องกับการปรับตัวที่ดี เนื่องจากการสื่อสารระหว่างคู่สมรสที่ดี ส่งผลให้เกิดความสุขในชีวิตสมรสสูง มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน การมีความขัดแย้งต่ำ มีการประสานกันระหว่างคู่สมรสเป็นอย่างดี และจะสัมพันธ์กับการเกิดครอบครัวที่มีคุณภาพตามมา ซึ่งครอบครัวที่มีคุณภาพจะมีวิธีการติดต่อสื่อสารระหว่างกันที่ดีมากกว่าครอบครัวทั่วไป ที่มักมีปัญหาจากการไม่มีเวลาพูดคุยกัน แต่ในครอบครัวที่มีคุณภาพจะติดต่อสื่อสารกันโดยตรง มีเวลาสำหรับพูดคุยปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ สมาชิกในครอบครัวต่างเป็นผู้ฟังที่ดี และมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้น ก็จะนำความขัดแย้งมาพูดคุยกันไม่ปกปิดไม่เก็บไว้ในใจ แต่พยายามร่วมกันรับรู้ความรู้สึกของกันและกัน และพยายามเลือกวิธีแก้ไขที่ดีที่สุดสำหรับทุกคน

3. การปรับตัวในชีวิตสมรส

การปรับตัวในชีวิตสมรสนั้นในแง่ของการประเมินจากประสบการณ์ชีวิตโดยทั่วไปประกอบด้วย

- 3.1 ความเห็นที่สอดคล้องกันระหว่างคู่สมรส เกี่ยวกับเรื่องต่างๆ
- 3.2 การมีส่วนร่วมในกิจกรรม และมีความสนใจร่วมกัน
- 3.3 การแสดงออกถึงความรัก ความเชื่อถือและไว้วางใจต่อกัน
- 3.4 การมีเรื่องที่ต้องบ่นหรือมีเรื่องคับข้องใจกันน้อย
- 3.5 การมีความรู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง หรือมีความทุกข์ใจน้อย

ในส่วนของการปรับตัวในชีวิตสมรสจำเป็นต้องมีการปรับตัวในเรื่องเพศสัมพันธ์ (วารภรณ์ ตระกูลสถิตย์, 2545) เนื่องจากความสัมพันธ์ทางเพศที่เพียงพออย่างเหมาะสม ซึ่งทั้งสองฝ่ายพึงพอใจจะช่วยให้ชีวิตสมรสมีความสุข หากคู่สมรสไม่ได้รับความสุขในเรื่องของเพศสัมพันธ์ก่อให้เกิดปัญหาความเครียด ความขัดแย้ง อาจนำไปสู่ความไม่เข้าใจกันรวมทั้งอาจเกิดปัญหาการนอกใจและเกิดปัญหาการหย่าร้างกัน การปรับตัวในเรื่องเพศสัมพันธ์ให้เป็นที่พึงพอใจของทั้งสองฝ่าย คู่สมรสต้องพยายามเรียนรู้เพื่อที่จะเข้าใจความต้องการ ความชอบหรือความไม่ชอบในเรื่องเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ ซึ่งทั้งคู่ควรปรับตัวอยู่เสมอ ลักษณะของคู่สมรสที่ช่วยให้มีเพศสัมพันธ์อย่างมีความสุขคือ การให้ความร่วมมือในการช่วยให้คู่สมรสของตนเองมีความสุขและพึงพอใจ โดยมีความเข้าใจปฏิบัติการของคู่สมรส ในบางครั้งคู่สมรสของเราอาจไม่กล้าบอกถึงความรู้สึกและความต้องการทางเพศของตนได้ ถ้าคู่สมรสอีกฝ่ายมีการสังเกตและพยายามเรียนรู้เพื่อเข้าใจความ

ต้องการและจากปฏิภิกิริยานั้นๆทำให้สามารถช่วยตอบสนองความต้องการทางเพศตามที่คู่ของตนต้องการได้ เพื่อความสุขและความราบรื่นในชีวิตครอบครัว

4. แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

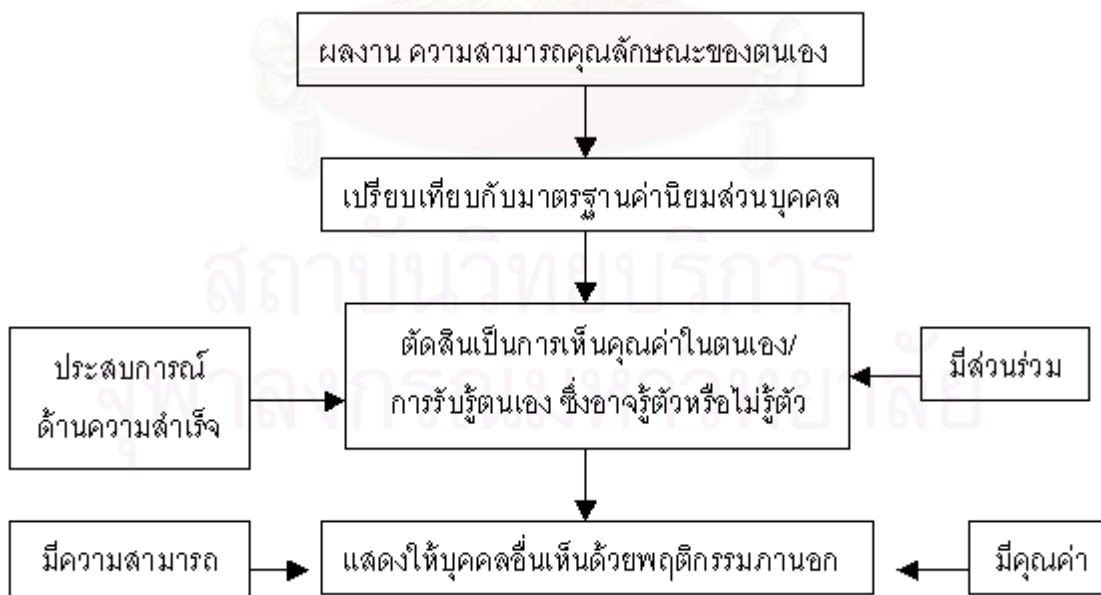
ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเอง

ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองได้มีผู้ให้คำจำกัดความไว้หลายความหมายซึ่งสามารถสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความพึงพอใจที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการประเมินค่าตนเองตามที่ตนคิด รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีการยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความสามารถเพียงพอในการทำสิ่งต่างๆและเป็นกระบวนการประเมินที่ฝังลึกอยู่ในกระบวนการทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคล

Coopersmith (1981) กล่าวถึงความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่า หมายถึงการประเมินค่า การพิจารณาตนเองของบุคคล ซึ่งจะเป็นการแสดงถึงการยอมรับตนเอง ความเชื่อต่อตนเอง เกี่ยวกับความสามารถ การมีความสำคัญต่อผู้อื่น การประสบความสำเร็จในชีวิต การยอมรับนับถือจากผู้อื่น ทั้งนี้เป็นอิทธิพลมาจากประสบการณ์ส่วนตัว และจะถ่ายทอดให้บุคคลอื่นรับรู้ได้โดยคำพูดหรือการแสดงพฤติกรรม

กระบวนการตัดสินใจการเห็นคุณค่าในตนเอง

กระบวนการตัดสินใจการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถสรุปได้ดังนี้



แผนภาพที่ 2 กระบวนการตัดสินใจการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากแผนภาพสามารถอธิบายได้ว่าในกระบวนการตัดสินใจเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการนำเอาคุณสมบัติด้านผลงาน ความสามารถและคุณลักษณะต่างๆมาเปรียบเทียบกับมาตรฐานและค่านิยมส่วนบุคคล และตัดสินใจออกมาเป็นการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งบุคคลอาจรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวและแสดงให้บุคคลอื่นเห็น ด้วยลักษณะท่าทางหรือพฤติกรรมภายนอก การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นจากการประสบความสำเร็จ หรือการทำสิ่งต่างๆได้บรรลุตามเป้าหมาย ส่งผลให้ได้รับคำชมเชยจากครอบครัว เพื่อนฝูง หรือบุคคลอื่น นับเป็นการค่อยๆสะสมความพึงพอใจไว้ จนกลายเป็นความรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถของคุณค่าของตน หากทำได้สำเร็จบุคคลจะเกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จึงหมายถึงการให้คุณค่าและความนับถือต่อตนเองสูงนั่นเอง (Branden, 1981 อ้างถึงใน นิภาวรรณ กิริยา, 2534) นอกจากจากนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลเป็นผลมาจากการพัฒนาความรู้สึก 3 เรื่องดังนี้

1. ความรู้สึกมีส่วนร่วม (Belonging) คือการที่บุคคลมีส่วนร่วมในกลุ่มและได้รับการยอมรับจากสมาชิกในกลุ่มว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่า

2. ความรู้สึกมีความสามารถ (Feeling competent) เนื่องจากบุคคลจะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้อย่างสมบูรณ์ต่อเมื่อบุคคลนั้นได้กระทำเป้าหมายที่ตั้งไว้สำเร็จ ด้วยความสามารถของตนเอง บุคคลจะประเมินว่าตนมีความสามารถเพียงใดที่ทำให้งานนั้นสำเร็จ หากสามารถทำงานได้สำเร็จบุคคลจะประเมินตนเองไปในทางบวก

3. ความรู้สึกมีคุณค่า (Feeling worthwhile) คือการที่บุคคลมองตนเองเป็นผู้ที่มีคุณค่าหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับผลการประเมินจากสมาชิกในกลุ่มว่าเป็นไปในทางบวกหรือลบ รวมทั้งการเปรียบเทียบการกระทำของตนเองกับสมาชิกในกลุ่มด้วย หากทั้งสองอย่างที่กล่าวมาแล้วได้รับการประเมินในทางบวก บุคคลจะรับรู้ว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าคนหนึ่ง

จากกระบวนการตัดสินใจเห็นคุณค่าที่ได้มาจากการประเมินจากสิ่งที่ทำให้ตนสำเร็จ ส่งผลให้บุคคลสามารถประเมินคุณค่าความสำเร็จระหว่างความสามารถที่บุคคลรับรู้ตนเองกับความสามารถที่บุคคลปฏิบัติได้จริง ว่าแตกต่างกันอย่างไร ระหว่างผลสำเร็จที่ทำได้กับมาตรฐานที่คาดหวังไว้ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปรับความสอดคล้องกับความเป็นจริงและป้องกันตนเองจากความล้มเหลวอันจะเกิดขึ้น

นิภาวรรณ กิริยา (2534) กล่าวถึงองค์ประกอบที่จำเป็นต่อกระบวนการเห็นคุณค่าในตนเองดังนี้

1. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนเป็นผู้มีประสบการณ์และเป็นจุดศูนย์กลางของความสนใจ ทั้งที่อยู่ในกลุ่มและนอกกลุ่ม

2. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมเมื่อตนประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวในเป้าหมายที่ตั้งไว้

3. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถปฏิบัติตนได้ เหมาะสมกับสภาพการณ์เมื่อประเมินตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าหรือไร้คุณค่า

ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

นิภาวรรณ กิริยา (2534) ได้อธิบายการจัดลำดับความต้องการของมนุษย์ 5 ชั้นของ Maslow ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในขั้นที่ 4 รองมาจากความต้องการขั้นสูงสุดอันได้แก่ ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Self-actualization) การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดจากการยอมรับจากผู้อื่นจากการตอบสนองของพ่อแม่ ครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนรุ่นเดียวกัน อีกทั้งต้องอาศัยความเชี่ยวชาญหรือความสามารถบางอย่างของบุคคลนั้นมาประกอบด้วย การประเมินจะออกมาในรูปของทัศนคติหรือความเชื่อว่าจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการทำสิ่งต่างๆ จะต้องใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด จะเสียใจหรือไม่หากล้มเหลว หากประเมินแล้วอยู่ในด้านบวก บุคคลจะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม ในทำนองกลับกัน หากการประเมินอยู่ในด้านลบ บุคคลจะรู้สึกมีปมด้อย อ่อนแอ ช่วยตัวเองไม่ได้

โดยปกติแล้วคนทั่วไปย่อมปรารถนาที่จะมีความมั่นคง มีการประเมินตนเองในระดับสูง มีความนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง รวมทั้งได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น ในทางจิตวิทยา การเห็นคุณค่าในตนเองนับเป็นสิ่งที่ดี เนื่องจากคุณลักษณะดังกล่าวจะช่วยเตรียมสภาวะทางจิตให้มีความสอดคล้องกับความคาดหวังในความสำเร็จ การได้รับการยอมรับและความเข้มแข็งทางจิตใจจะส่งผลให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมได้ดียิ่งขึ้น การประเมินตนเองของบุคคลว่าตนเป็นอย่างไร ถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นบุคคลที่ไร้ค่า จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ในขณะที่บุคคลใดได้แสดงความภาคภูมิใจในตนเอง จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง นอกจากนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานในการประเมินตนเองที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินคุณค่าของตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากความรู้สึกที่ตนเองเป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีความภาคภูมิใจในตนเอง บุคคลจะมีความพึงพอใจกับมาตรฐานการกระทำของตนเองที่ได้ตั้งไว้ ในขณะที่บุคคลใดก็ตามเมื่อประเมินตนเองแล้วพบว่าตนเองล้มเหลว หรือกระทำกิจกรรมใดๆไม่ได้ตามมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้ บุคคลจะรู้สึกขาดความพึงพอใจต่อตนเองไป ซึ่งการตัดสินจากสังคม (Social Judgement) มีอิทธิพลต่อการรับรู้ของบุคคลว่าจะประเมินตนเองออกมาในลักษณะเช่นใด เช่น จะพบอยู่เสมอๆว่าบุคคลจะรู้สึกไม่พึงพอใจและไม่

ยอมรับต่อคำติเตียนที่บุคคลอื่นมีต่อความคิดเห็นและการกระทำของตนเอง นอกเหนือจากนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองยังเกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองในด้านการมีคุณค่า ซึ่งจะขึ้นกับวัฒนธรรมประเพณีของสังคมนั้นๆว่าให้คุณค่ากับบุคคลนั้นอย่างไรและบุคคลนั้นได้มีพฤติกรรมการตอบสนองต่อคุณค่าทางสังคมได้อย่างเหมาะสมตามมาตรฐานของสังคมนั้นได้ดีเพียงใดอีกด้วยและการประเมินผลการกระทำของบุคคลจะส่งผลถึงการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลด้วย และในชีวิตประจำวันของบุคคลโดยทั่วไป การกระทำหรือกิจกรรมที่เกิดขึ้นในแต่ละวันก็เป็นผลมาจากการรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองในการกระทำนั้นๆมากขึ้นเรื่อยๆมากขึ้นเรื่อยๆ

นิราศศิริ โจรนธรรมกุล (2535) อธิบายการเห็นคุณค่าในตนเองต่อประสิทธิภาพของงานและความพึงพอใจดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเองและประสิทธิผลของงาน (Self- esteem and productive work)

การเห็นคุณค่าในตนเองมีส่วนสัมพันธ์กับประสิทธิผลของงาน และความมั่งคั่งทางด้านจิตใจ งาน คือความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับสิ่งแวดล้อม ถ้าสามารถจัดการได้มากก็จะผูกพันกับการเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น และการจัดการกับสิ่งแวดล้อมนั้นก็ต้องการมีสติปัญญาที่จะแก้ไขได้ บุคคลสามารถเรียนรู้ ในการฝึกทักษะ พยายามหาวิธีเพื่อก่อให้เกิดประสิทธิผลของงาน เมื่อบุคคลขาดการนับถือตนเอง มีความกลัวที่จะต้องทำงานนอกกรอบที่ตั้งไว้ หรือ ถ้าคิดว่าเพียงพอแล้วในการดำเนินชีวิต ไม่ต้องการทำอะไรเพิ่มขึ้น หยุดกับที่มีชีวิตที่พอแล้ว จะทำให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำได้ อันจะมีผลต่อประสิทธิผลของงานได้ ดังนั้นบุคคลควรต้องพิจารณาตนเองอย่างมีคุณค่า และมีความสุขในการดำเนินชีวิต ซึ่งบุคคลสามารถสร้างคุณค่าให้กับชีวิตได้ โดยการดำรงชีวิตให้อยู่ในสภาพความเป็นจริงและถูกต้อง มีความคิด ความรับผิดชอบ มีเหตุผลและประพฤติอยู่ในศีลธรรมและจริยธรรม

2. การเห็นคุณค่าในตนเองและความพึงพอใจ (Self -esteem and pleasure)

ความพึงพอใจของบุคคล ไม่ใช่อยู่ที่มีทรัพย์สินสมบัติแต่เป็นความต้องการของจิตใจในระดับที่ลึกซึ้ง ความพึงพอใจเป็นภาวะที่เกิดขึ้นพร้อมกับชีวิต เป็นรางวัลและเป็นผลมาจากความสำเร็จ เหมือนกับความเจ็บปวดที่มาจากความล้มเหลว บุคคลเรียนรู้คุณค่าของชีวิต รู้สึกว่าชีวิตมีค่าขณะมีชีวิตอยู่ ดิ้นรนเพื่อรักษาชีวิตไว้ ในการดำรงชีวิตนั้นต้องมีการกระทำเพื่อให้ได้บรรลุการเห็นคุณค่าในตนเอง และเป็นแรงจูงใจให้เกิดการกระทำต่อไป

ความพึงพอใจจะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ตรง ได้เรียนรู้ประสิทธิภาพของตนเองโดยตรง ในความสามารถที่จะอยู่กับความเป็นจริงและบรรลุคุณค่าของตนเอง จะรู้สึกว่าสามารถควบคุมชีวิตของตน ตรงกันข้ามกับการเรียนรู้ความเจ็บปวดว่าตนเองไม่มีประโยชน์ ฉะนั้น บุคคลได้

เรียนรู้ความรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า และตัวเองมีค่าด้วยตัวเอง เป็นความพึงพอใจให้เกิดความมีชีวิตอยู่ ถ้าบุคคลเกิดการผิดพลาดในการเลือกในคุณค่าต่างๆจะนำไปสู่ความรู้สึกสูญเสีย ย้อนกลับทำร้ายตนเอง เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ แต่บุคคลจะสามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยการให้คุณค่าตัวของเขาเอง คุณค่าพื้นฐานบุคคลเกิดจากภาวะที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ที่ตนเองให้ความหมายกับต่างๆที่มีอยู่รอบตัวมี 2 ตัวซึ่งเลือก คือ ภาวะการเห็นคุณค่าในตนเอง และความเข้าใจในการกระทำที่ยอมรับ ไม่ยอมรับในการเรียนรู้ต่อสิ่งต่างๆ

ขอบเขตของการเรียนรู้ที่ทำให้เกิดความพึงพอใจมี 5 ประการคือ

1. การทำงานที่สร้างสรรค์ เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีประสิทธิภาพในการใช้ระดับสติปัญญาและสามัญสำนึกด้วยตัวเอง ซึ่งเกิดจากความชอบและความต้องการในสิ่งที่จะกระทำให้สำเร็จอยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีความกลัวหรือต้องการหลีกเลี่ยง

2. ทางด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นความพึงพอใจที่เป็นตัวเอง ไม่ว่าจะอยู่กับบุคคล หรือในสถานการณ์ใดๆเพื่อความต้องการประสบความสำเร็จที่จะควบคุมด้วยตัวเอง

3. ความพึงพอใจที่สามารถมองเห็นความแตกต่าง มีการตระหนักรู้และการตัดสินใจด้วยตนเองทุกครั้ง

4. ศิลปะ เป็นศักยภาพสูงสุดของบุคคลที่จะสะท้อนให้เห็นสิ่งที่เขาน่าจะเป็นและควรจะเป็น เป็นการแสดงออกถึงศักยภาพและเป็นการให้คุณค่าอันมาจากการที่เขาให้คุณค่า เป็นตัวของตัวเองให้มากที่สุด

5. การมีความรัก เป็นความรู้สึกที่ผูกพันอย่างมากของบุคคล เป็นความรู้สึกภาคภูมิใจ ชื่นชมซึ่งกันและกัน

ลักษณะของผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

ความแตกต่างของพฤติกรรมการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำของบุคคลจำแนก

ได้ดังตารางที่ 1

สถาบันนวัตกรรมการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 ความแตกต่างในพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง	ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ
มีความคล่องแคล่วว่องไว กระตือรือร้น	มีความรู้สึกถูกกดดันจากสังคม ขาดพลัง ความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆให้สำเร็จ
ชอบแสดงความคิดเห็น	ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างจาก คนอื่น
พูดชักนำผู้อื่นมากกว่าเป็นผู้ตาม	ชอบเป็นผู้ฟังมากกว่าผู้แสดงบทบาท
มองสิ่งต่างๆในด้านดี มีทัศนคติที่ดี	พร้อมจะเชื่อคนอื่นว่ามองตนในแง่ไม่ดี
ไม่พะวงแต่เรื่องของตน	ยึดมั่นในความด้อยของตนเอง พะวงกับ เรื่องของตน
เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน	ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คิดว่าตนมีบท บาทน้อยในสังคม
มีความมั่นใจในการกระทำของตน	กลัวการกระทำที่อาจได้รับการปฏิเสธหรือ ตำหนิ กลัวทำให้ผู้อื่นโกรธ
กล้าแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสม	เก็บกด ซ้ำอาย
ยอมให้สังคมกำหนดพฤติกรรมของ ตนน้อย	พยายามทำสิ่งที่สังคมยอมรับ
แก้ปัญหาต่างๆได้ดี มีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์	คิดว่าตนไม่มีความสามารถเพียงพอ
มีความวิตกกังวลต่ำ	มีความวิตกกังวลสูง
เป็นผู้นำกลุ่ม	ชอบเป็นสมาชิกกลุ่มแบบไม่แสดงตัว

ด้วยเหตุดังนี้การเห็นคุณค่าในตนเองจึงสามารถบอกลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลได้
รวมทั้งมีความสำคัญต่อการที่บุคคลจะมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความสามารถรับแรงกดดันใน
สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนอกจากมันจะช่วยปรับปรุงโครงสร้างบุคลิกภาพเฉพาะตัว และ
คุณภาพของบุคคลแล้ว มันยังช่วยก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลอีกด้วย (นิภาวรรณ
กิริยา, 2534)

พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง

วิมลพรรณ นิธิพงษ์ (2535) อธิบายพัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคลนั้น ถูกสร้างขึ้นตั้งแต่วัยทารก โดยมารดาจะเป็นแบบอย่างโครงสร้างต่อความรู้สึกมีคุณค่าในเด็ก มารดาที่แสดงความรักและพึงพอใจบุตร จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สำหรับเด็กที่ไม่ได้รับความรักและความเอาใจใส่จากมารดา จะรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่ำ และรวมถึงภูมิหลังและทัศนคติของบิดามารดาก็มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กคือ บิดามารดาที่เอาใจใส่ต่อบุตรจะส่งผลให้เด็กมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และจากการศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองที่เกี่ยวกับบุคคลในครอบครัว (Family Dynamics) สรุปได้ว่า ตัวแปรในด้านความใกล้ชิด การปฏิบัติต่อกัน และความสัมพันธ์กันในครอบครัวมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง และบุคคลสามารถสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองได้ โดยเปรียบเทียบกับบุคคลในครอบครัวที่มีความใกล้ชิด ซึ่งมีผลการกระทำที่ดีกว่า เนื่องจากรากฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะพัฒนาขึ้นมาจากรัก ความเอาใจใส่ ตลอดจนความสำเร็จและการได้รับการตอบสนองว่าตนเองมีคุณค่า ก็จะขยายออกจากครอบครัวสู่บุคคลอื่น เช่น กลุ่มเพื่อนและสังคม หรืออาจกล่าวได้ว่า พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความต่อเนื่องมาจากประสบการณ์ตั้งแต่วัยเด็ก และจะพัฒนาได้เรื่อยไปจนกระทั่งถึงวัยกลางคน จึงจะมีความคงที่หรือเสื่อมถอยลง

นอกจากนั้นยังพบว่ากระบวนการที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองประกอบด้วย

1. ประเมินตนจากการยอมรับในสังคม คือ การเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งประเมินจากการยอมรับของผู้อื่นหรือ “Outer-self esteem”
2. ความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับผลสำเร็จของตนเอง ซึ่งประเมินตนจากผลของการกระทำและความสำเร็จ เป็นการเห็นคุณค่าในตนเองแบบ “Inter-self esteem”
3. ความมีเสน่ห์ด้านรูปร่าง (Physical Attractiveness) ความประทับใจในตนเอง หรือการเห็นคุณค่าในตนเองมาจากความคิดของบุคคลอื่น ผลของความมีเสน่ห์ด้านรูปร่างนั้นเริ่มมีมาตั้งแต่วัยเด็ก และต่อเนื่องมาจนถึงวัยผู้ใหญ่ จึงทำให้รูปร่างส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กระบวนการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง

Bradshaw (1981 อ้างถึงใน วิมลพรรณ นิธิพงศ์, 2535) ได้กล่าวถึงกระบวนการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังแผนภาพ



แผนภาพที่ 3 กระบวนการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากแผนภูมิข้างต้นนี้อธิบายได้ว่า การที่จะพัฒนาบุคคลให้มีความภาคภูมิใจเพิ่มขึ้นได้จะต้องหาวิธีการที่ทำให้บุคคลนั้นได้รับประสบการณ์ในด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งด้านจากแหล่งสำคัญทั้ง 4 คือ

1. การได้รับผลสำเร็จด้านวิชาการ และการประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายและความคาดหวังต่างๆซึ่งแรกเริ่มความคาดหวังเหล่านี้จะถูกกำหนดโดยบุคคลอื่น ต่อมาเป้าหมายและความคาดหวังจะเป็นของตนเอง
2. ประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกได้รับการยอมรับ การเห็นคุณค่า และความเอาใจใส่จากบุคคลที่มีความสำคัญและมีความหมายต่อตนเอง

3. การได้รับโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมส่วนตัวที่มีความสำคัญต่อบุคคลนั้น

4. ประสบการณ์ที่จะเพิ่มอำนาจส่วนบุคคล หรือการมีอิทธิพลเหนือเหตุการณ์และบุคคลที่มีความสำคัญต่อเรา เช่น เสียงของทารกที่ร้องเมื่อต้องการอาหาร หรือความอบอุ่น เป็นอำนาจส่วนบุคคลที่สามารถเรียกร้องความเอาใจใส่จากแม่ได้ ในวัยผู้ใหญ่สิ่งเหล่านี้อาจจะเป็นการได้รับตำแหน่งในกลุ่มองค์กร หรือการมีตำแหน่งทางการเมือง เป็นต้น

เมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์เหล่านี้ โดยอาจจะเป็นด้านใดด้านหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งด้านก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอัตมโนทัศน์ก็จะเป็นบวกมากขึ้น อันจะส่งผลทางบวกต่อลักษณะต่างๆของบุคคลคือ การยอมรับข้อผูกพัน(Commitment) ความมอกงามส่วนบุคคล (Growth) ความใจกว้าง (Openness) ความไว้วางใจ (Trust) การเผชิญหน้า (Confrontation) การสร้างสรรค์ (Creativity) ความเอาใจใส่ (Caring) การแสดงออก (Expressiveness) ความกล้า (Courage) ปราศจากอคติ (Condor) การอุทิศตน (Dedication) การเสี่ยงเพื่อชีวิตที่ดี (Risk taking) การทดลอง (Experimentation) ความเป็นหนึ่งเดียว (Uniqueness) ซึ่งลักษณะเหล่านี้ส่งผลให้เกิดการพัฒนาของบุคคลและองค์กร ละประสบการณ์ในแต่ละวันที่บุคคลได้รับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเสริมสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการพัฒนาความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

Bruno (1983 อ้างถึงใน วิมลพรรณ นิธิพงศ์, 2535) กล่าวถึงวิธีการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ 4 ประการ คือ

1. ใช้การเสนอแนะหรือให้ข้อคิดโดยตรง (Direct Suggestion) อาจจะเป็นการให้ข้อคิดหรือข้อเสนอแนะโดยผู้อื่นหรือโดยตนเอง (Autosuggestion) ก็ได้ วิธีการนี้เป็นการให้ข้อมูล (input) ที่จะมีผลกระทบให้เกิดกำลังใจ และสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง แต่จะต้องได้รับการเสริมแรงโดยเหตุการณ์ทางบวกที่ต่อเนื่องด้วยกันคือ จะต้องดำเนินการในข้อต่อไปด้วย

2. สร้างผลสำเร็จให้กับตนเองมากขึ้น

3. ลดความคาดหวังลง เป็นการลดความอยากได้ หรือความคาดหวังต่างๆลง ซึ่งเป็นวิธีการลดความทุกข์ที่ตรงกับหลักการและปรัชญาของชาวตะวันออก เป็นวิถีทางของชาวพุทธ

4. การยุติการประเมินค่าตนเอง ซึ่งอธิบายได้โดยใช้หลักทฤษฎีว่าด้วยเหตุผลและอารมณ์ (Rational-Emotive Therapy) ของ Albert Ellis ที่เห็นว่ามนุษย์เรานั้นเพียงแต่มีชีวิตอยู่ก็มีคุณค่าแล้ว จึงไม่จำเป็นต้องประเมินค่าของตนเองต่อไปอีก ด้วยเหตุเชื่อว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจะเพิ่มขึ้นได้ถ้าบุคคลนั้นเลิกพิจารณาตัดสินค่าของตนเอง

จากแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่กล่าวมาข้างต้นนั้น จะกล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองโดยทั่วไป (Global self – esteem) โดยที่บุคคลประเมินความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองทั้งในเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม Fox (1988) ได้เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยรวมเช่น การประเมินตนเองของบุคคลว่ารู้สึกดีกับชีวิตที่เป็นอยู่ ซึ่งการสรุปว่าดีนั้นจะต้องประเมินจากหลายด้านของชีวิต ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองจึงสามารถแบ่งการรับรู้ได้เป็นหลายด้านซึ่งจะกล่าวต่อไปในเรื่อง รูปแบบการแบ่งลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง

อย่างไรก็ตาม Fox (1988) ได้อธิบายลักษณะทั่วไปของการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ 3 ลักษณะดังนี้คือ

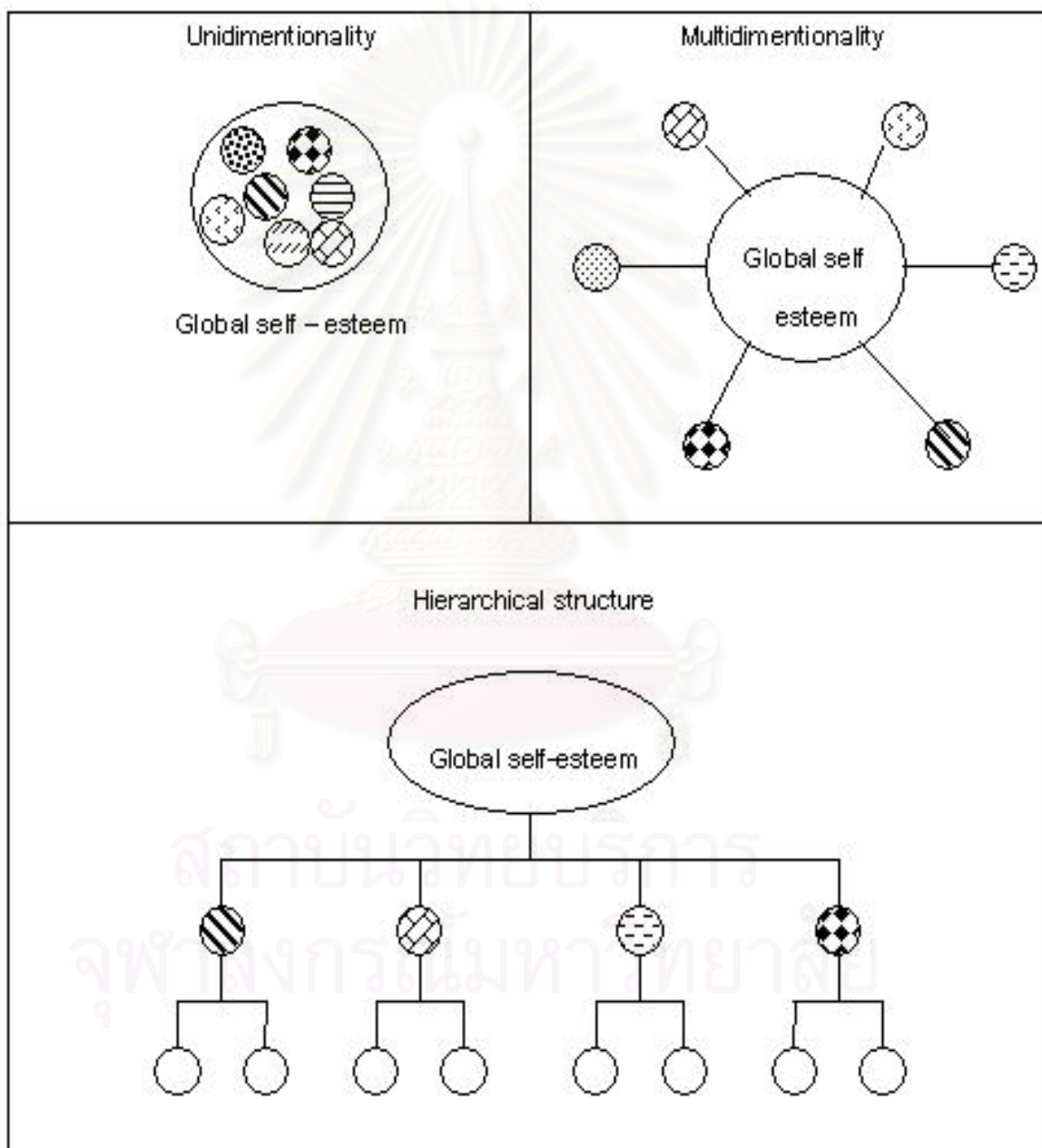
1. การเห็นคุณค่าในตนเองที่มีมิติเดียว (Unidimensionality) เป็นการเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องทั่วไป (Global self – esteem) ได้แก่การประเมินตนเองว่าถูกต้องหรือผิด ในการปฏิบัติตนในเรื่องทั่วไปหรือในสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจง ซึ่งแบบวัดที่นิยมใช้เกี่ยวกับ การเห็นคุณค่าในตนเองมิตินี้ ได้แก่แบบวัด Rosenberg self-esteem scale ซึ่งพัฒนาโดย Rosenberg ในปี 1965 และแบบวัด Coopersmith (1967) self-esteem inventory ซึ่งพัฒนาโดย Coopersmith ในปี 1967 โดยแบบวัดดังกล่าวนี้สามารถวัดได้เพียงการรับรู้สถานภาพทางสังคมของตนเอง การมีชื่อเสียงหรือเป็นที่นิยมชื่นชอบโดยรวม ซึ่งเป็นการรับรู้การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมไม่ได้จำเพาะเจาะจงที่ความสัมพันธ์กับบุคคลเฉพาะกลุ่ม

2. การเห็นคุณค่าในตนเองที่มีหลายมิติ (Multidimensionality) เป็นการให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปเพิ่มเติมหลังจากศึกษาพบว่า การประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะให้ความหมายที่แตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสัมพันธ์ภาพทางสังคม, ความสามารถทางด้านการศึกษา และลักษณะทางกายภาพของบุคคล ซึ่งแบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ใช้สำหรับวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองหลายมิติได้แก่ แบบวัด Coopersmith (1975) self-esteem inventory ซึ่งพัฒนาโดย Coopersmith ในปี 1975 ซึ่งพัฒนาเพิ่มเติมจากแบบวัด Coopersmith (1967) self-esteem inventory ซึ่งเป็นลักษณะแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีมิติเดียว (Unidimensionality) และจากการวิเคราะห์แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีมิติเดียว (Unidimensionality) พบว่าสามารถแยกออกเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองได้หลายด้าน เช่นในด้านความสัมพันธ์กับบุคคลวัยเดียวกัน เพื่อนร่วมงานและครอบครัว ซึ่งเป็นการศึกษาเพิ่มเติมได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม (Global self – esteem) เกิดจากการประเมินตนเองจากหลายด้าน แต่แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองชนิดนี้ไม่สามารถวัดรายละเอียดเฉพาะด้านได้

3. การเห็นคุณค่าในตนเองหลายมิติที่แบ่งเป็นลำดับชั้น (Hierarchical structure) เป็นการอธิบายความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ให้รายละเอียดเพิ่มขึ้น สามารถให้ความ

หมายของการเห็นคุณค่าในตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น คือ การเห็นคุณค่าในตนเองจะมีองค์ประกอบย่อยในหลายๆด้าน โดยแบ่งได้เป็นลำดับชั้นซึ่งผู้คิดค้นแนวคิดนี้ได้แก่ Shavelson et.al (1976) ซึ่งจะอธิบายรายละเอียดต่อไปใน หัวข้อทฤษฎีลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง (The multifacted, hierarchical)

ลักษณะทั่วไปของการเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 3 ลักษณะ แสดงในแผนภาพที่ 4



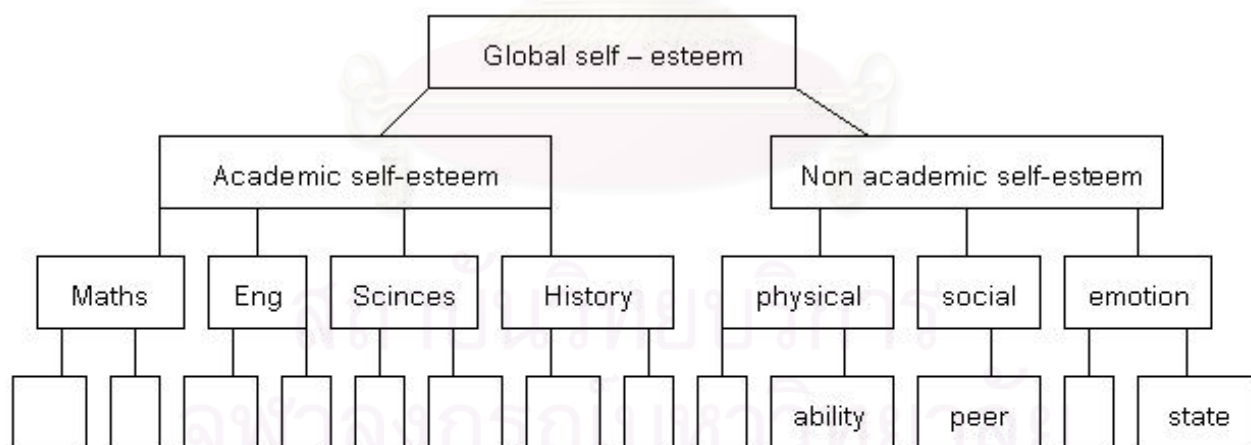
แผนภาพที่ 4 การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมตามลักษณะต่างๆ

ทฤษฎีลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง (The multifacted, hierarchical model)

ทฤษฎีลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง พัฒนาขึ้นโดย Shavelson et. al. (1976 อ้างถึงใน Koumi and Meadow, 1997) ซึ่งอธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง หลายมิติมีองค์ประกอบที่กล่าวถึงรายละเอียดของการเห็นคุณค่าในตนเองได้ชัดเจนกว่าการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีเพียงมิติเดียว ซึ่งลักษณะที่สำคัญของรูปแบบการเห็นคุณค่าในตนเองที่เป็นลำดับชั้น คือ

1. เป็นการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีโครงสร้างเป็นลำดับชั้น ยอดบนสุดของชั้นเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม(Global/general self-esteem)
2. เป็นการเห็นคุณค่าในตนเองที่ประกอบด้วยโครงสร้างต่างๆหลายด้าน
3. ลักษณะโครงสร้างหลายมิติของการเห็นคุณค่าในตนเองนี้ ส่วนสำคัญอยู่ที่ระดับชั้นล่างของโครงสร้าง
4. การเพิ่มขึ้นของอายุของบุคคลที่ประเมินจะมีผลต่อองค์ประกอบของโครงสร้างมากขึ้น
5. ข้อเท็จจริงต่างๆที่เกิดขึ้นได้เกิดจากการประเมินความรู้สึกและการรับรู้ของบุคคล

ทฤษฎีลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเองอธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถแยกได้เป็น 2 ด้านคือ ด้านวิชาการ (Academic self-esteem) กับด้านที่ไม่เกี่ยวข้องกับวิชาการ (Non academic self-esteem) ซึ่งแต่ละด้านจะมีองค์ประกอบย่อยดังแสดงในแผนภาพที่ 5



แผนภาพที่ 5 ลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากแผนภาพสามารถอธิบายได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม (Global/general self-esteem) เปรียบเสมือนยอดพีระมิด และในระดับชั้นที่ต่ำลงมาจะประกอบด้วย องค์ประกอบที่เป็นการรับรู้ตนเองเฉพาะด้าน โดย Shavelson (1976 อ้างถึงใน Koumi and Meadow, 1997) แบ่งการรับรู้ตนเองออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่ด้านวิชาการ (Academic self-esteem) กับด้านที่ไม่

เกี่ยวข้องกับวิชาการ (Non academic self - esteem) ซึ่งในระดับขั้นนี้ก็สามารถแบ่งเป็นองค์ประกอบย่อยที่กล่าวถึงรายละเอียดของการเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละด้านเพิ่มขึ้น ซึ่งอยู่ในระดับขั้นถัดลงมา ได้แก่ ด้านวิชาการ (Academic self - esteem) สามารถศึกษาเฉพาะเจาะจงลงไปเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าตนเองในวิชาต่างๆเช่น คณิตศาสตร์ สังคม ภาษาอังกฤษ วิทยาศาสตร์ เป็นต้น และในด้านที่ไม่เกี่ยวข้องกับวิชาการ (Non academic self - esteem) ก็ยังสามารถศึกษาเฉพาะเจาะจงลงไปเกี่ยวกับด้านกายภาพ (Physical) ด้านสังคม (Social) และด้านอารมณ์ความรู้สึก (Emotion) และในขั้นนี้ก็สามารถศึกษาเฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับองค์ประกอบย่อยของการเห็นคุณค่าในตนเองด้านกายภาพเช่น การเห็นคุณค่าในตนเองตามความสามารถของร่างกาย การเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา การศึกษาเฉพาะเจาะจงองค์ประกอบย่อยของการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม เช่น การเห็นคุณค่าในตนเองในความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน เป็นต้น นอกจากนี้ Shavelson (1976 อ้างถึงใน Koumi and Meadow, 1997) ได้อธิบายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละขั้น จะมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในโครงสร้างของขั้นที่ถัดขึ้นไป และรวมถึงการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม ตัวอย่างเช่น ในโครงสร้างลำดับขั้นที่มี 3 ขั้น โดยที่การเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับสัมพันธ์ภาพภายในครอบครัวหรือเพื่อนร่วมงานเป็นระดับขั้นต่ำสุด การเห็นคุณค่าในตนเองในระดับขั้นนี้จะมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองในสังคม และมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมเช่นกัน

จากทฤษฎีลำดับขั้นของการเห็นคุณค่าในตนเองของ Shavelson ได้มีผู้นำแนวคิดการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านนี้ไปใช้ในงานวิจัยซึ่งผลการวิจัยที่น่าสนใจได้แก่ Fox (1988) ศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความพึงพอใจต่อผลของการออกกำลังกาย จะเห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและส่งผลทำให้มีความพึงพอใจโดยรวมตามมา การศึกษาของ Yu Wei Chu (1991) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในด้านวิชาการ พบว่านักเรียนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้าน ซึ่งเกี่ยวกับด้านวิชาการจะส่งผลให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมเพิ่มขึ้น Koumi & Meadows (1997) มีข้อเสนอแนะจากการศึกษาการเห็นคุณค่าด้านวิชาการว่าการศึกษารับรู้เห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องใดก็ควรวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านนั้นๆมากกว่าการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม นอกจากนี้มีผลการศึกษาบางเรื่องที่ศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองจะไม่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม ดังเช่นการศึกษาของ Miller (n.d.) ซึ่งทำการศึกษาเรื่องการประสบความสำเร็จในด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมตอนปลาย พบว่านักเรียนที่รับรู้ในตนเองว่าตนประสบความสำเร็จในการด้านเรียนในชั้นเรียนจะมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองด้านวิชาการ แต่จะไม่มีสัมพันธ์กับด้านที่ไม่เกี่ยวข้องกับการวิชาการเช่นด้านสังคม ร่างกายและอารมณ์ รวมทั้งไม่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ในเรื่องที่ว่าๆไปด้วย Yeh & Evans (n.d.) ศึกษาพบว่านักเรียนที่มีความพิการจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านวิชาการและด้านสังคมต่ำกว่าแต่กลับมีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมสูงกว่าเด็กทั่วๆไป ทั้งนี้สืบเนื่องมาจากการได้รับการสนับสนุนจากสังคม

อย่างไรก็ตาม Fox (1988) ได้อธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านนั้นยังขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมของแต่ละที่ด้วยว่าให้ความสำคัญกับเรื่องใด เช่นอยู่ในวัฒนธรรมหรือสังคมที่ให้ความสำคัญกับรูปร่างหน้าตา คนอ้วน ก็จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองด้านร่างกายต่ำ เนื่องจากวัฒนธรรมที่ตนอยู่ให้การยอมรับและให้คุณค่าความสำคัญต่อคนที่รูปร่างผอม และในกรณีที่อยู่ในวัฒนธรรมหรือสังคมที่ให้ความสำคัญกับการดำรงบทบาทในสังคม คนที่สามารถเข้ากับผู้ร่วมงานได้ดี เป็นที่รักชื่นชอบของเพื่อนบุคคลใกล้ชิด หรือเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น บุคคลดังกล่าวก็จะมีความพึงพอใจทางด้านสังคมสูง โดยที่ไม่คำนึงว่าตนเองจะเป็นคนมีรูปร่างอย่างไร

5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ

ในปัจจุบันทฤษฎีที่เกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศโดยตรงนั้นยังไม่มีการศึกษาที่ชัดเจน ส่วนใหญ่จะเป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในสัมพันธภาพเรื่องทั่วๆไป แต่ทฤษฎีเหล่านี้จะช่วยให้เกิดความเข้าใจถึงปัจจัยต่างๆที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจทางเพศได้ ซึ่งทฤษฎีสำคัญที่สามารถอธิบายเกี่ยวกับเรื่องเพศได้ดีคือ ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม (Social exchange theory)

ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม (Social exchange theory)

Sprecher (1998) อธิบายว่าทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม จะกล่าวถึงสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสองฝ่ายที่มีการแลกเปลี่ยนทรัพยากร (Resource) ซึ่งกันและกัน โดยทรัพยากรดังกล่าวเป็นไปได้ทั้งในรูปแบบและนามธรรม และจะมีการเปรียบเทียบระหว่างทรัพยากรที่ใช้ไป (Input) และกับทรัพยากรที่เป็นผลที่ได้รับตอบแทน (Outcome) ในรูปของ 2 ลักษณะต่อไปนี้คือ

- รางวัล (Rewards) หมายถึงสิ่งตอบแทนที่ได้รับจากการแลกเปลี่ยนที่มีผลทำให้บุคคลมีความพึงพอใจ มีความสุขใจที่ได้รับแลกเปลี่ยน

- การสูญเสีย (Costs) หมายถึงสิ่งตอบแทนที่ได้รับจากการแลกเปลี่ยนที่นำมาซึ่งการสูญเสียหรือถูกลงโทษ (Punishment) รวมทั้งการสูญเสียสัมพันธภาพที่ดีเช่นไม่ได้รับความไว้วางใจ การถูกปฏิเสธ เป็นต้น

ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับประเด็นเรื่องเพศประกอบด้วยสองแนวคิดคือทฤษฎีความเสมอภาค (Equality theory) และแนวคิดความพึงพอใจทางเพศ (The model of sexual satisfaction) ซึ่งเป็นประเด็นเรื่องเพศที่เกี่ยวข้องกับ การเลือกคู่ การเริ่มต้นมีกิจกรรมทาง

เพศ ความพึงพอใจทางเพศ การเชื่อเชิญและการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ และพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์นอกสมรส สำหรับงานวิจัยชิ้นนี้จะกล่าวเฉพาะความพึงพอใจทางเพศเท่านั้น

ทฤษฎีความเสมอภาค (Equality theory)

ทฤษฎีความเสมอภาค เป็นทฤษฎีที่สามารถอธิบายการเกิดความพึงพอใจได้ว่า บุคคลที่ไม่ได้รับความเสมอภาคในสัมพันธภาพ บุคคลนั้นจะพยายามกอบกู้สถานการณ์เพื่อให้เกิดความเสมอภาคขึ้นแก่ตนเอง และหากบุคคลไม่สามารถกอบกู้สถานการณ์ความเสมอภาคได้ ก็จะทำการยุติสัมพันธภาพนั้นไป สำหรับทฤษฎีความเสมอภาคนอกจากจะกล่าวถึงรางวัล (Rewards) และการสูญเสีย (Costs) แล้ว ยังมีองค์ประกอบที่สำคัญอีกสองประการคือ

- ระดับการเปรียบเทียบ (Comparison level)

หมายถึงมาตรฐานที่บุคคลใช้ประเมินสิ่งที่ได้รับกลับคืนมา ว่าเป็นรางวัลหรือการสูญเสียจากความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและ ประเมินว่าอยู่เหนือหรือต่ำกว่าระดับการเปรียบเทียบ ถ้าบุคคลรับรู้ว่ามีผลที่ได้รับจากความสัมพันธ์อยู่เหนือระดับการเปรียบเทียบ บุคคลจะพึงพอใจ แต่ถ้าบุคคลรับรู้ว่ามีผลที่ได้รับจากความสัมพันธ์อยู่ต่ำกว่าระดับการเปรียบเทียบ บุคคลก็จะรู้สึกไม่พึงพอใจ ซึ่งระดับการเปรียบเทียบของบุคคลจะพัฒนามาจากประสบการณ์ในอดีตของตนเองหรือจากประสบการณ์ของผู้อื่น

- ระดับการเปรียบเทียบเพื่อทางเลือก (Comparison level for alternative)

หมายถึงมาตรฐานที่บุคคลใช้ประเมินว่าผลจากความสัมพันธ์กับบุคคลเป็นรางวัลหรือการสูญเสีย และควรคงสัมพันธภาพไว้ต่อไป หรือควรยุติความสัมพันธ์ หากพอใจในผลที่ได้รับจากความสัมพันธ์กับบุคคลเดิมและเปรียบเทียบแล้วคิดว่าดีกว่าการยุติความสัมพันธ์หรือไปสร้างสัมพันธภาพใหม่กับคนอื่น บุคคลนั้นก็ยังคงสัมพันธภาพนั้นเอาไว้

Hally and Carolyn (1988) อธิบายว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสและการได้รับความเสมอภาคในสัมพันธภาพ จะมีผลทำให้เกิดความพึงพอใจทางเพศตามมา หากคู่สมรสรู้สึกว่าตนได้รับความเสมอภาคในเรื่องเพศ ความสัมพันธ์ก็จะดำรงต่อไป แต่หากคู่สมรสรู้สึกว่าตนไม่ได้รับความเสมอภาค จะทำให้ตอบสนองทางเพศได้ไม่ดี Susan (1998) อธิบายว่าคู่รักที่รู้สึกว่าตนไม่ได้รับความเสมอภาคในสัมพันธภาพ จะทำให้เกิดความทุกข์และความเครียด ซึ่งความไม่เสมอภาคสามารถแบ่งได้ 2 ลักษณะคือ ความไม่เสมอภาคที่สูญเสียผลประโยชน์ กับความไม่เสมอภาคที่ได้รับผลประโยชน์ และพบว่าคนที่ไม่ได้รับความเสมอภาคและสูญเสียผลประโยชน์จะมีอารมณ์โกรธและหงุดหงิดเป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อการเสียผลประโยชน์ มากกว่าคนที่ไม่ได้รับความเสมอภาคแต่ได้รับผลประโยชน์ ในขณะที่เดียวกันคนที่ไม่ได้รับความเสมอภาคจะมีการกอบกู้สถานการณ์

การเกิดความเสมอภาค เพื่อลดความทุกข์และความเครียด โดยวิธีการกอบกู้สถานการณ์เพื่อให้ ความเสมอภาคมี 2 วิธีคือ

1. การกอบกู้สถานการณ์เพื่อให้ได้ความเสมอภาคแท้จริง (Actual equity) หมายถึง การที่บุคคลกอบกู้สถานการณ์ความไม่เสมอภาคโดยการลดความเชื่อถือและไว้วางใจในตัวคู่สมรส และจะนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงตัวเอง เช่น เมื่อทราบว่าสามีนอกใจ ตนก็จะนอกใจสามี ด้วยเพื่อกอบกู้สถานการณ์ที่ตนสูญเสียผลประโยชน์

2. การกอบกู้สถานการณ์เพื่อให้ได้ความเสมอภาคทางจิตใจ (Psychological equity) หมายถึง การที่บุคคลกอบกู้สถานการณ์ความไม่เสมอภาคโดยการใช้กลไกป้องกันทางจิต (Defense mechanism) เช่น การปฏิเสธสถานการณ์ที่ไม่ได้รับความเสมอภาคหรือปฏิเสธพฤติกรรมทางเพศของตน

แนวคิดความพึงพอใจทางเพศ (The interpersonal of sexual satisfaction)

แนวคิดความพึงพอใจทางเพศ เป็นแนวคิดที่ใช้อธิบายลักษณะของการเกิดความพึงพอใจทางเพศของบุคคลโดยประเมินจากรางวัล (Rewards) การสูญเสีย (Costs) ระดับการเปรียบเทียบ (Comparison level) และระดับการเปรียบเทียบเพื่อทางเลือก (Comparison level for alternative) เช่นเดียวกับทฤษฎีความเสมอภาคดังที่กล่าวมาข้างต้น Lawrance and Byers (1995, อ้างถึงใน Susan, 1998) อธิบายว่าแนวคิดความพึงพอใจทางเพศ เป็นการแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศโดยตรง และผลที่ได้ตามมาคือความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งได้เสนอเกี่ยวกับรูปแบบของความพึงพอใจทางเพศไว้ดังนี้คือ

$$\begin{aligned} \text{ความพึงพอใจทางเพศ} = & [(รางวัล - \text{การสูญเสีย}) + (\text{ระดับการเปรียบเทียบ} \\ & \text{รางวัล} - \text{ระดับการเปรียบเทียบการสูญเสีย}) + \\ & (\text{ความเสมอภาคของรางวัล, ความเสมอ} - \\ & \text{ภาคของการสูญเสีย})] \end{aligned}$$

จากรูปแบบความพึงพอใจทางเพศอธิบายได้ว่า ระดับความพึงพอใจทางเพศเกิดขึ้นได้จากองค์ประกอบ 3 อย่างคือ

1. ในความสัมพันธ์ทางเพศนั้นจะต้องได้รับรางวัลสูง และเกิดการสูญเสียต่ำและจะต้องได้รางวัลมากกว่าการสูญเสีย
2. รางวัลและการสูญเสียที่ได้จากความสัมพันธ์ทางเพศจะต้องอยู่เหนือระดับการเปรียบเทียบ
3. คู่รักทั้งสองต้องมีความเสมอภาคเท่าเทียมกันในการได้รางวัลและการสูญเสีย

จากแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศสามารถสรุปได้ว่า ความเสมอภาคมีความสำคัญต่อการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพต่างๆรวมทั้งสัมพันธภาพทางเพศ เนื่องจากความพึงพอใจทางเพศจะเกิดขึ้นและคงไว้ได้ต่อไปเมื่อคู่สมรสรู้สึกว่าตนได้รับรางวัลสูงและมีการสูญเสียต่ำ และมีความเท่าเทียมกันในการได้รางวัลและการสูญเสีย ดังนั้นคู่สมรสต้องมีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติตนเพื่อให้ได้รางวัลและลดการสูญเสียในสัมพันธภาพทางเพศและสัมพันธภาพเรื่องต่างๆไปในชีวิตคู่

6. แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ

สุชาติ โสภประยูร และวรรณิโสภประยูร (2541) ได้อธิบายความหมายของความพึงพอใจทางเพศว่า ความพึงพอใจทางเพศคือความพอใจพอใจหลงใหลในสิ่งที่เกิดขึ้น จากความสนใจใน รูป รส กลิ่นเสียง ของเพศตรงกันข้ามซึ่งส่วนมากมักจะตรงกับเกณฑ์ในใจของตน ความพึงพอใจดังกล่าวจะมีการเปลี่ยนแปลงได้ง่ายเกิดขึ้นได้บ่อยครั้ง ซึ่งความหมายดังกล่าวสามารถใช้ในความสัมพันธ์ของหนุ่มสาว และกล่าวว่าการศึกษาทำความเข้าใจในเรื่องความรู้สึกทางเพศและกามารมณ์และเรื่องการสืบพันธุ์ของมนุษย์เป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งเพราะเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องที่จำเป็นในชีวิตสมรส เนื่องจากทุกคนมีความต้องการทางเพศซึ่งทั้งสองฝ่ายพึงพอใจและเป็นทางหนึ่งที่สามารถจะช่วยให้ชีวิตสมรสสมบูรณ์แบบและมีความสุขได้อย่างแท้จริง

เพศสัมพันธ์เป็นสิ่งหนึ่งในชีวิตสมรสและมีความสุขสดชื่นในด้านอื่นๆของชีวิตครอบครัว จะช่วยให้การปรับตัวในเรื่องเพศสัมพันธ์กระทำได้ง่ายขึ้นก็ตาม แต่ปัญหาข้อขัดแย้งต่างๆภายในครอบครัวก็อาจส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ทางเพศได้ ในปัจจุบันยังมีคู่สมรสจำนวนไม่น้อยมีปัญหาและอุปสรรคทางด้านเพศรส รวมทั้งมีผู้หญิงบางคนซึ่งเกิดมาอย่างไม่เคยได้รับความสุขถึงขีดสุดยอด (Climax หรือ Orgasm) อย่างแท้จริงจากความสัมพันธ์ทางเพศ เป็นผลให้ชีวิตสมรสไม่มีความสุข อยู่กินกันอย่างไม่ราบรื่น บางครั้งก็อารมณ์เสียหรือหงุดหงิดโดยไม่มีเหตุผล ใจน้อย ขี้บ่น เป็นคนก้าวร้าว หรือชอบมีสันทนากการนอกบ้านโดยเจ้าตัวและคู่สมรสไม่ทราบว่าการเหล่านี้มีสาเหตุมาจากความผิดหวังในเรื่องความสัมพันธ์ทางเพศนั่นเองซึ่งคู่สมรสจำเป็นต้องปรับตัวในเรื่องความสัมพันธ์ทางเพศให้เป็นที่พึงพอใจของทั้งสองฝ่าย

ชุมพร ยงกิตติกุล (2545) อธิบายว่าความไม่พึงพอใจทางด้านเพศของสามีภรรยาเป็นปัญหาใหญ่และสำคัญมากที่จะนำไปสู่การนอกใจ และก่อปัญหายุ่งเหยิงในเรื่องต่างๆตามมาอีกมากมาย ดังนั้นการให้ความสุขทางด้านเพศแก่กันจึงถือเป็นการให้ยอดความสุข ในชีวิตสมรสที่สามีภรรยาต้องปฏิบัติต่อกันและกัน รวมทั้งให้ความสำคัญกับเรื่องนี้อยู่เสมอไม่ว่าจะมีอายุในวัยใดก็ตาม

พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2545) กล่าวว่าประโยชน์ของการมีความสุขสมหรือความพึงพอใจทางเพศคือ

1. การตั้งครรรภ์ พบว่าชายหญิงที่มีความสุขสมในเพศสัมพันธ์นั้น มีโอกาสที่ฝ่ายหญิงจะเกิดการตั้งครรรภ์สูงเป็น 3 เท่าของผู้สมรสที่มีเพศสัมพันธ์แต่ไม่มีความสุขสม

2. คลายความเครียด กล้ามเนื้อไม่ตึงตัวช่วยให้อ่อนหลับฝันดี หน้าตาผ่องใส เพราะเมื่อหลับสนิท กระบวนการสร้างฮอร์โมนเพศจะทำงานเป็นปกติ ทำให้ผิวพรรณเปล่งปลั่ง อวัยวะที่ควบคุมโดยฮอร์โมนเพศทำงานได้เป็นอย่างดี

3. ระบบหมุนเวียนของโลหิตดี ผั่งเส้นเลือดยืดหยุ่นได้ดี ทำให้อวัยวะต่างๆ ในร่างกายได้รับปริมาณออกซิเจนอย่างเพียงพอ จึงไม่เสื่อมสภาพก่อนวัย มีเลือดไปเลี้ยงสมองดีขึ้น

4. ระบบต่างๆของร่างกายทำงานเป็นปกติโดยเฉพาะระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งมีหน้าที่ป้องกันอันตรายจากโรคร้ายภายนอกและทำลายเซลล์เนื้อเยื่อที่เริ่มก่อตัวขึ้น เป็นการลดโอกาสในการเป็นโรคต่างๆรวมทั้งโรคมะเร็ง

5. การหลั่งสารแห่งความสุขที่เรียกว่าเอ็นโดฟินออกมา สารดังกล่าว นอกจากจะทำให้ผ่อนคลายความเครียดแล้วยังช่วยลดอาการปวดเช่น ปวดไมเกรน ปวดประจำเดือนหรือปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ

6. ช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มองโลกในแง่ดี

7. เป็นรากฐานของการใช้ชีวิตคู่ เปรียบเสมือนสายใยผูกพันความรักของคู่รัก ทำให้ชีวิตคู่ดำเนินไปอย่างราบรื่น มีความสุขสมหวังและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2546) กล่าวว่าความพึงพอใจและความสุขสมทางเพศ (Sexual Satisfaction) จะเกิดตามมาเมื่อถึงจุดสุดยอด ตามกระบวนการตอบสนองทางเพศ ซึ่ง สุวีทนา อารีพรรค (2528) ได้แบ่งการตอบสนองทางเพศออกเป็น 4 ระยะตามวิธีของมาสเตอร์และจอห์นสัน ดังตารางที่ 2

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 การตอบสนองทางเพศ 4 ระยะตามวิธีของมาสเตอร์และจอห์นสัน

ระยะที่	ผู้ชาย	ผู้หญิง
<p>1.ระยะตื่นตัวทางเพศ (Exitment phase) เป็นระยะที่เริ่มเกิดความรู้สึกทางเพศ ร่างกายทั่วไปจะเกิดความเครียด เห็นได้จากการมีการคั่งของโลหิตดำและการตั้งตัวของกล้ามเนื้อลดลง มีการหายใจหนักถี่ ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น</p> <p>- ระยะนี้กินเวลาดั้งแต่หลายนาที่จนถึงชั่วโมง</p>	<p>- เมื่อได้รับการกระตุ้นทางเพศ จะโดยความคิดฝันหรือการสัมผัสก็ตาม องคชาตจะขยายใหญ่และต้งแข็ง เนื่องจากมีการคั่งของโลหิตดำภายในองคชาต ผิวหนังที่หุ้มลูกอัณฑะจะหนาขึ้นและลูกอัณฑะจะเคลื่อนสูงกว่าระดับปกติเพราะมีการหดตัวของกล้ามเนื้อที่ยึดมันอยู่</p>	<p>- ภายใน 30 วินาทีของการกระตุ้นทางเพศ น้ำหล่อลื่นจะปรากฏขึ้นตามผนังของช่องคลอดเป็นเม็ดๆคล้ายเหงื่อ ทำให้ช่องคลอดชื้นและไม่ฝืด คลิตอริสจะขยายตัวใหญ่และต้งขึ้นเพราะมีการคั่งของโลหิตดำ แคมเล็กและแคมใหญ่จะบวมและขยายตัวออกไปข้างๆ ช่องคลอดขยายตัวพร้อมกับมดลูกยกสูงขึ้นทำให้ 2 ใน 3 ส่วนบนของช่องคลอดเป็นโพรง หัวนมจะต้งและขยายตัวพร้อมเต้านม ผิวหนังจะเป็นสีแดงที่บริเวณหน้าอกและคออยู่กระจายไปทั่วร่างกาย ความรวดเร็วและปริมาณของการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลและวิธีการกระตุ้นทางเพศ</p>
<p>2.ระยะพลาโต (Plateau phase) เป็นระยะที่การตื่นตัวทางเพศอยู่ในระดับสูงจนใกล้จะถึงจุดสุดยอด การคั่งของโลหิตดำจะถึงขีดสุด กล้ามเนื้อจะเกร็งมาก</p>	<p>- องคชาตจะขยายตัวเต็มที่ลูกอัณฑะจะขยายใหญ่ขึ้น ประมาณเท่าครึ่งของขนาดปกติ มีการหดตัวของกล้ามเนื้อที่ถุงอัณฑะและกล้ามเนื้อที่ยึดลูกอัณฑะ</p>	<p>- ผิวหนังจะเป็นจุดแดงๆเพราะมีการคั่งของโลหิตดำโดยทั่วไป การคั่งของโลหิตดำที่อวัยวะเพศจะมากที่สุด แคมใหญ่จะบวมและเปลี่ยนสีตั้งแต่สีแดงจนถึงสีม่วงแดง คลิตอริสจะยกตัวสูงขึ้นห่างออกไปจาก</p>

ตารางที่ 2 (ต่อ) การตอบสนองทางเพศ 4 ระยะตามวิธีของมาสเตอร์และจอห์นสัน

ระยะที่	ผู้ชาย	ผู้หญิง
- ระยะนี้กินเวลาประมาณ 30 วินาที 3 นาที	ทำให้พวงอณฑะยกสูงขึ้น อาจมีน้ำเมือก 2-3 หยดจากต่อมคาวเปอร์ไหลออกมาและอาจมีตัวอสุจิปนอยู่ด้วย	ช่องคลอด 1 ใน 3 ส่วนล่างของปากช่องคลอดจะหนาและแคบลงประมาณครึ่งหนึ่งของขนาดเดิมจึงช่วยรัดองคชาติไว้เป็นการกระตุ้นฝ่ายชายให้มีความสุขมากขึ้นและมดลูกถูกยกสูงขึ้นไปจากฐานของเชิงกราน
3.ระยะสุขสุดยอดทางเพศ (Orgasm phase) เป็นระยะที่มีความสุขมากที่สุด ซีพีจะเร่งเร็วขึ้นเป็น 110 -180 ครั้ง ต่อนาที อัตราการหายใจเร็วขึ้นถึง 40 ครั้งต่อนาทีและความดันโลหิตก็สูงขึ้น - ระยะนี้กินเวลาประมาณ 3 - 15 วินาที	- การเปลี่ยนแปลงในระยะนี้อาจแบ่งได้เป็น 2 ตอนคือ ก.ระยะที่มีความรู้สึกเหมือนจะกลั้นการหลั่งน้ำกามไว้ไม่ได้แล้ว เพราะน้ำจากต่อมต่างๆ ของระบบสืบพันธุ์ชายเช่นจากต่อมลูกหมากและจากท่อส่งอสุจิไหลไปอยู่ที่ท่อปัสสาวะส่วนต้น ทำให้เกิดความรู้สึกอยากหลั่งน้ำกามความรู้สึกนี้จะเกิดอยู่ราว 4 วินาทีแล้วก็กลั้นไม่ได้ ระยะนี้ผู้ชายอาจส่งเสียงออกมาด้วย ข.ระยะที่มีการหลั่งน้ำกามจริงๆ เนื่องจากมีการหดตัวของกล้ามเนื้อของท่อปัสสาวะทำให้อสุจิพุ่งออกมาและร่างกายจะสิ้น ความรุนแรงของการพุ่งนี้ขึ้นอยู่กับอายุ ถ้าอายุ	- มีการรัดตัวของช่องคลอดและกล้ามเนื้อพีเย็บ (Perineal muscles) เป็นระยะๆ ทั่วทั้งประมาณ 0.8 วินาทีเช่นกัน การรัดตัวมีตั้งแต่ 3-12 ครั้ง แล้วก็หยุดไป

ตารางที่ 2 (ต่อ) การตอบสนองทางเพศ 4 ระยะตามวิธีของมาสเตอร์และจอห์นสัน

ระยะที่	ผู้ชาย	ผู้หญิง
	น้อยจะพุ่งได้ไกลถึงถึง 12-24 เซนติเมตร แต่ถ้าอายุมากน้ำอสุจิแค้ไหลซึมออกมา	
4. ระยะกลับคืน (Resolution phase) เป็นระยะสุดท้ายของการตอบสนองทางเพศ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายโดยทั่วไปและที่อวัยวะเพศจะกลับสู่ปกติ เลือดจะไหลกลับออกไปจากอวัยวะเพศและการคั่งของโลหิตดำก็ลดลง - ระยะนี้กินเวลาดั้งแต่ 10 นาทีจนถึงเป็นวันๆ	- องคชาตจะค่อยๆอ่อนตัวและขนาดเล็กลงเพราะการคั่งของโลหิตดำลดลง ขนาดขององคชาตจะเล็กลงเร็วขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้นเช่นกัน การอ่อนตัวขององคชาตจะต้องเกิดอยู่ระยะหนึ่งก่อนที่จะสามารถแข็งตัวได้ใหม่ ระยะนี้เรียกระยะพักฟื้น (refractory period) ซึ่งจะยาวขึ้นเมื่ออายุมากขึ้นเช่น	- คลิตอริสจะกลับมามีขนาดเดิมภายในเวลา 5-10 วินาที ช่องคลอดจะคลายตัว ปากมดลูกจะอ้าออกในระยะเวลา 20-30 นาทีหลังจากมีความสุขสุดยอดมดลูกจะกลับมามีท่าปกติ ปากมดลูกเลื่อนต่ำลง สีของแคมใหญ่จะกลับมาเป็นสีเดิมเพราะการคั่งของโลหิตดำลดลง

นอกจากนี้สุวัทนา อารีพรรค (2528) ได้อธิบายถึงความสุขสุดยอดทางเพศของผู้หญิงและผู้ชายไว้ดังนี้

ความสุขสุดยอดทางเพศของผู้หญิง

ความสุขสุดยอดทางเพศของผู้หญิงเป็นเรื่องซับซ้อนแต่อาจอธิบายง่าย ๆ ว่าเป็นการตอบสนองทางเพศที่สูงสุดต่อการกระตุ้นทางเพศและเป็นประสบการณ์ส่วนตัวของแต่ละคน ผู้หญิงแต่ละคนต้องการสิ่งกระตุ้นต่างกัน ระยะเวลาที่ใช้กระตุ้นทางเพศเพื่อให้ถึงจุดสุดยอดก็ต่างกัน รวมทั้งสภาวะทางอารมณ์และจิตใจก็มีผลต่อความสุขสุดยอดทางเพศ โดยทั่วไปความสุขสุดยอดทางเพศจะเพิ่มขึ้นถ้ามีการทดลองเปลี่ยนท่าร่วมเพศ ยืดเวลาการประเล้าประโลมให้ยาวนานขึ้น ร่วมเพศในสถานที่ที่สบายและอารมณ์ของผู้หญิงไม่ตึงเครียด วิตกกังวลหรือเศร้า นอกจากนี้ระยะกลางๆของรอบเดือนความสุขสุดยอดของผู้หญิงมักจะรุนแรง

ผู้ชายบางคนมีความเชื่อว่าการร่วมเพศที่ดีจะต้องให้ผู้หญิงมีความสุขสุดยอดพร้อมกับตนซึ่งเป็นเรื่องยากและเป็นการตั้งเป้าหมายของการร่วมเพศสูงเกินไป ผู้ชายบางคนคิดว่าการที่ตนไม่สามารถทำให้ฝ่ายหญิงบรรลุความสุขสุดยอดได้พร้อมกับตนแสดงว่าตนไม่มีความสามารถ

ทางเพศ ซึ่งการคิดเช่นนี้ทำให้เขาวิตกกังวลและตั้งเครียดเพราะกลัวว่าจะทำอะไรไม่ได้ แต่อย่างไรก็ตามก็มีวิธีที่อาจช่วยให้ระยะที่มีความสุขสุดยอดของทั้งคู่มาอยู่ในเวลาที่ใกล้เคียงเช่น การจัดเวลาประเล้าประโลมทางเพศให้พอเหมาะ การใช้ท่าบางท่าช่วย เป็นต้น แต่ตามความจริงแล้วเป็นไปได้ยากเพราะผู้หญิงส่วนใหญ่ถึงจุดสุดยอดช้ากว่าผู้ชายและความสุขจากการร่วมเพศก็ไม่ได้เกิดจากบรรลุความสุขสุดยอดเสมอไป การร่วมเพศโดยไม่บรรลุจุดสุดยอดยังเป็นความสุขของผู้หญิงหลายคนเพราะการร่วมเพศทำให้เธอเกิดความรู้สึกว่าเธอเป็นที่ต้องการของสามีหรือคู่ร่วมเพศ

ความสุขสุดยอดทางเพศของผู้ชาย

การบรรลุความสุขสุดยอดจากการร่วมเพศของผู้ชายเกิดง่ายกว่าของผู้หญิง คนที่ๆไปมักคิดว่าการมีความสุขสุดยอด (orgasm) การหลั่งน้ำอสุจิ (ejaculation) เป็นสิ่งเดียวกันแต่ความจริงไม่ใช่เพราะความสุขสุดยอดอาจเกิดขึ้นโดยไม่มี การหลั่งน้ำอสุจิก็ได้

ความสุขและความพึงพอใจทางเพศนั้นสามารถเสริมปัจจัยที่ช่วยกระตุ้นให้เกิดอารมณ์เพศได้จะช่วยให้มีการตอบสนองทางเพศได้ดีขึ้น สุวัตนา อารีพรรค (2528) ได้กล่าวถึงสิ่งที่ช่วยกระตุ้นให้เกิดอารมณ์เพศดังนี้

- ลักษณะรูปร่างและการแต่งกาย ซึ่งจะแตกต่างจากความชอบของแต่ละคน แต่ทั้งนี้พันท์ คักดี ศุภระฤกษ์ (2543) กล่าวว่า การรักษารูปร่างได้สัดส่วน มีความสมส่วน สมวัยจะก่อให้เกิดอารมณ์เพศได้ ส่วนการแต่งกายจะเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของผู้หญิงซึ่งสามารถสร้างความพึงพอใจให้ผู้ชายได้

- กลิ่น มีความสำคัญในการกระตุ้นอารมณ์เพศได้พอๆกับลักษณะรูปร่างที่มองเห็น สรีระวิทยา ระหว่างประสาทรับกลิ่นกับอวัยวะเพศมีความสัมพันธ์กัน กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2544) อธิบายว่ากลิ่นกายที่หอมสะอาดสดชื่นจะช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีของการมีเพศสัมพันธ์ ทั้งคู่ควรสังเกตหรือถามไถ่กันว่าแต่ละฝ่ายชอบกลิ่นแบบไหนเป็นต้น

- ความสะอาดและเรียบร้อยของร่างกายเป็นสิ่งสำคัญมากต่อความสัมพันธ์ทางเพศ คนส่วนใหญ่จะมีอารมณ์เพศกับคู่ที่มีร่างกายสะอาดหรือมีกลิ่นหอมเล็กน้อย

ลักษณะอื่นๆเช่น ความสุภาพเรียบร้อย ความใจดี ความเห็นอกเห็นใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่นก็เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อความสัมพันธ์ทางเพศ

นอกจากนั้น กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย (2544) กล่าวถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจทางเพศได้ดังนี้

- การเปลี่ยนบรรยากาศซึ่งจะก่อให้เกิดความแปลกใหม่ในชีวิตไม่ก่อให้เกิดความซ้ำซากจำเจ

- การทดลองเรียนรู้สิ่งใหม่ๆในชีวิต โดยการร่วมกันแสวงหาและทดลองสิ่งใหม่ๆที่ช่วยเสริมสร้างบรรยากาศของการมีเพศสัมพันธ์ที่ดีมีความสุขเช่นการค้นหาหนังสือเรื่องเพศศึกษาอ่านด้วยกัน เปลี่ยนแปลงเทคนิคการมีเพศสัมพันธ์และสุ่วทนา อารีพรอค (2528) กล่าวว่าปัจจัยทางด้านเวลาที่ใช้และเทคนิคของการร่วมเพศจะทำให้เกิดความสุขและความพอใจของทั้งสองฝ่าย ดังนั้นคูรักรจึงไม่ควรเร่งร้อนในการกระทำกิจกรรม และการกระตุ้นบริเวณของร่างกายที่ไวต่อความรู้สึกทางเพศจะก่อให้เกิดการได้รับความสุขทางเพศ

- การสื่อรักด้วยคำพูดโดยการพูดเปิดเผยและจริงใจบอกคูรักรในสิ่งที่ชอบหรือไม่ชอบ พูดเปิดอกโดยไม่ตระหนี่จะสื่อได้ถึงความจริงใจทำให้เกิดการยอมรับและปรับตัว

- การสร้างความเข้าใจให้ตรงกันโดยไม่คาดหวังเพื่อความสำเร็จในการมีเพศสัมพันธ์เพียงอย่างเดียวแต่ควรให้การมีเพศสัมพันธ์มีความหมายรวมไปถึงการหยอกเย้า สัมผัส เล้าโลมรวมไปถึงความรู้สึกรักซึ่งตรงใจ

สุ่วทนา อารีพรอค (2528) อธิบายว่าการเปิดเผยความรู้สึกหรือความต้องการทางเพศของตน การยอมรับวิธีให้ความสุขหรือความต้องการทางเพศโดยการสื่อสารถึงความรู้สึกทางเพศของตนและการยอมรับวิธีที่ให้ความสุขแก่อีกฝ่ายหนึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญอันหนึ่งสำหรับความสุขในชีวิตทางเพศ นอกจากนั้นการวางแผนถึงวิธีการคุมกำเนิดที่มีผลต่อการป้องกันการตั้งครรภ์ ป้องกันการติดต่อโรคทางเพศสัมพันธ์ จะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศได้เช่นกัน

จากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารทางเพศและความพึงพอใจทางเพศ ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่าเรื่องเพศเป็นสัจธาตุญาณพื้นฐานของมนุษย์ เป็นเรื่องละเอียดอ่อนต้องอาศัยความเข้าใจร่วมกันของคูรักร เรื่องเพศหรือความสัมพันธ์ทางเพศเป็นสิ่งหนึ่งในชีวิตสมรสที่ก่อให้เกิดความสุขสดชื่นด้านอื่นๆของชีวิตครอบครัว ในขณะที่เดียวกันปัญหาความขัดแย้งเรื่องเพศสัมพันธ์หรือความไม่พึงพอใจทางเพศก็จะมีผลกระทบต่อปัญหาอื่นๆในชีวิตสมรสได้เช่นกัน และความรักก็ถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในชีวิตคู่หรือชีวิตสมรส เมื่อคูรักรมีความสนิทสนมกันจะมีการแสดงความรู้สึกทางเพศต่อกันและมีความสัมพันธ์ทางเพศเป็นระยะสุดท้าย ชีวิตสมรสที่มีความมั่นคงของความรักไม่ว่ารูปแบบใดส่งผลให้คูรักรมีความสัมพันธ์ที่ยืนยาว มีความเชื่อมั่น เอาใจใส่ต่อกัน มีความอดทนจะลดปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้รวมทั้งปัญหาเกี่ยวข้องกับเพศของคู่สมรส การสื่อสารมีความสำคัญอย่างยิ่งในการใช้ชีวิตคู่ ความเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคลจะส่งผลให้มีการสื่อสารกันได้อย่างเข้าใจ สามารถสื่อสารกลับได้ทันที ประสิทธิภาพของการสื่อสารที่ดีเป็นปัจจัยสำคัญในการรักษาความสัมพันธ์ของคู่สมรสให้ดำเนินและพัฒนาต่อไปด้วยดี การสื่อสารในชีวิตสมรสยังรวมถึงการสื่อสารทางเพศคือพื้นฐานเรื่องเพศที่สำคัญที่คู่สมรสจำเป็นต้องเรียนรู้และสื่อสารกันอย่างถูกต้อง หลีกเลี่ยงความขัดแย้ง มีทัศนคติที่ดีในเรื่องการสื่อสารทางเพศ

รวมทั้งปรับปรุงการสื่อสารทางเพศให้เหมาะสม ใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางในการสื่อสาร สามารถร่วมกันแก้ปัญหาความขัดแย้งเรื่องเพศสัมพันธ์และความไม่พึงพอใจทางเพศ การเรียนรู้ การตอบสนองทางเพศและการบรรลุจุดสุดยอดของแต่ละฝ่าย ทำให้คู่สมรสมีความเข้าใจถึงความ ต้องการที่แตกต่างกันและเรียนรู้ที่จะส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมที่เพิ่มระดับความพึงพอใจทางเพศ เมื่อเกิดความพึงพอใจทางเพศแล้วก็จะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่อไป

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิง

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยสามารถรวบรวมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดความพึงพอใจทางเพศได้ดังนี้

1. การสื่อสารทางเพศ

รัจรี นพเกตุ (2542) อธิบายว่าการสื่อสารที่ดีนำไปสู่พลานามัยที่สมบูรณ์ ให้ความรู้สึก สนิทสนมและความพึงพอใจในสัมพันธภาพทางเพศได้มากกว่า และปัจจัยที่มีความสำคัญที่สามารถระบุได้ถึงความพึงพอใจทางเพศได้มากที่สุดคือความสามารถในการพูดคุยเรื่องเพศกับคู่รักและจากการศึกษาพบว่าผู้หญิงที่พูดคุยเรื่องเพศกับสามีอย่างสม่ำเสมอจะมีความสุขในเพศสัมพันธ์ได้สูงในชีวิตสมรส ซึ่งในการพูดคุยกันเรื่องเพศจะทำให้คู่รักเข้าใจความต้องการที่แตกต่างกันเช่นความถี่ในการมีเพศสัมพันธ์ การใช้เทคนิคการกระตุ้น ช่วงเวลาที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ เป็นต้นซึ่ง Pazak (1998) ได้ศึกษาการทำนายความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสในผู้หญิงพบว่า การสื่อสารอย่างเปิดเผยต่อกันจะมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจทางเพศแต่การสื่อสารเพื่อหลีกเลี่ยงความขัดแย้งจะมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนี้ Timm (1999) ได้ศึกษาผลกระทบของการจำแนกความแตกต่างในตนเอง ลักษณะความเป็นผู้ใหญ่และการสื่อสารทางเพศกับความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรส จากการศึกษพบว่า การสื่อสารทางเพศมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญซึ่งสัมพันธ์กับ Socher (1999) ที่ศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงซึ่งพบว่าความพึงพอใจทางเพศมีความสัมพันธ์กับการสื่อสารเกี่ยวกับความต้องการทางเพศของตนอย่างตรงไปตรงมาและสัมพันธ์กับการศึกษาของ Bridges (1999) ซึ่งศึกษาการทำนายความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงพบว่าการเริ่มต้นของคู่รักและการสื่อสารเป็นตัวทำนายความพึงพอใจทางเพศได้ดีที่สุด จึงสามารถสรุปได้ว่าการสื่อสารทางเพศที่ดีจะส่งผลให้มีความพึงพอใจทางเพศเพิ่มขึ้น

2. การเห็นคุณค่าในตนเอง

นิภาวรรณ กิริยา (2534) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองจัดเป็นคุณสมบัติสำคัญที่พบในกลุ่มบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรสและได้สรุปผลการวิจัยว่าคนที่มี การเห็นคุณค่าในตนเองสูงมีแนวโน้มที่จะได้รับการยอมรับและมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตสมรสมากกว่าคนที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำและจากการศึกษาของนิภาวรรณ กิริยา (2534) ศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีโสดและสตรีที่สมรสแล้วที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป ส่วนหนึ่งของการศึกษาพบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีช่วงอายุน้อยจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีอยู่ในช่วงอายุมากและคะแนนเฉลี่ยในแต่ละช่วงอายุของสตรีที่สมรสแล้วมีค่าสูงที่สุดในช่วงอายุ 30-40 ปีและลดลงตามลำดับช่วงอายุที่เพิ่มขึ้น

ในส่วนของการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศนั้นพบว่า ได้มีผู้ศึกษาได้แก่ Hally (1988) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศและสุขภาพทางเพศที่ดี การศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงจะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศในระดับสูงเช่นกัน ซึ่งสัมพันธ์กับการศึกษาของ White (1985) ที่ ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความพึงพอใจในตนเองและความพึงพอใจทางเพศของคู่สมรส ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจในตนเองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิง จึงสามารถสรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองส่งผลให้มีความพึงพอใจทางเพศเพิ่มขึ้น

3. อายุ

สุวัทนา อารีพรรค (2528) ได้อธิบายถึงระยะแต่งงานใหม่ๆ ในอายุ 20 ปีว่าการร่วมเพศจะบ่อยที่สุด ซึ่งคินเซย์รายงานโดยเฉลี่ยจะร่วมเพศประมาณ 2-6 ครั้งต่อสัปดาห์ แต่อย่างไรก็ตาม การร่วมเพศมักเริ่มต้นโดยฝ่ายชาย ผู้ชายในวัยนี้จะมีความต้องการร่วมเพศมากถูกกระตุ้นเร็วและถึงจุดสุดยอดเร็วด้วยเพราะฉะนั้นบางครั้งภรรยาจะไม่บรรลุจุดสุดยอด จากการศึกษามาสเตอร์และจอห์นสันในหญิงอเมริกันพบว่า หญิงจะมีการตอบสนองทางเพศเร็วและรุนแรงที่สุดในระหว่างปลายอายุ 30 ถึงต้น 40 โดยเฉพาะหญิงที่เคยมีลูกแล้ว น้ำหล่อลื่นจากช่องคลอดจะเกิดขึ้นที่ที่ถูกกระตุ้นทางเพศและการมีความสุขสุดยอดติดต่อกันหลายๆครั้งก็สามารถพบได้ในระยะนี้ จากประสบการณ์ของแคปแพลน (Kaplan) พบว่าหญิงในวัยนี้ก็จะสนใจกิจกรรมทางเพศเพิ่มขึ้นและบรรลุจุดสุดยอดจากการร่วมเพศง่ายเมื่อเปรียบเทียบกับวัยอื่น เหตุผลที่อธิบายคือความเปลี่ยนแปลงทางเพศของผู้หญิงไม่ขึ้นกับชีววิทยาของร่างกายแต่ขึ้นกับปัจจัย 2 ประการคือผู้หญิงเก็บกดเรื่องเพศน้อยลงและมีความมั่นใจในชีวิตสมรสมากขึ้นเพราะเป็นที่ยอมรับของสามี ในระยะนี้ผู้หญิงจะมีความเป็นตัวของตัวเองเกี่ยวกับเรื่องเพศและกล้าพูดคุยกับสามีถึงความรู้สึกทางเพศ

ของตนมากขึ้น จากการศึกษาพฤติกรรมทางเพศของหญิงวัยครองเรือนที่สมรสแล้วของ สมพร บุษราภิจและคณะ (2524) พบว่าผู้ที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีมีอัตราการถึงจุดสุดยอดสูงสุดคือร้อยละ 50 เปรียบเทียบกับผู้ที่มีอายุต่ำกว่า 35 ปีจะพบว่ากลุ่มที่อายุน้อยจะถึงจุดสุดยอดมากกว่ากลุ่มที่อายุมากโดยมีนัยสำคัญทางสถิติและจากการศึกษาของนภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) พบว่าผลของการวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมทางเพศมีความสอดคล้องกันมากที่สุด โดยไม่คำนึงถึงว่าเป็นการศึกษาในประเทศใดคือความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์จะลดลงตามอายุ ซึ่งในสตรีไทยพบว่าทั้งความถี่และการล่าช้าของการมีเพศสัมพันธ์ลดลงอย่างสม่ำเสมอตามอายุที่เพิ่มขึ้น

อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่าอายุสมรสมีความสัมพันธ์กับภาวะเจริญพันธุ์และความสัมพันธ์ทางเพศ ศุภวัลย์ พลายน้อย และเนาวรัตน์ พลายน้อย (ม.ป.ป.) กล่าวว่าอายุแรกสมรสในสังคมต่ำ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนอยู่ร่วมกันเร็วขึ้น ระยะเวลาของการอยู่ร่วมกันนานจึงมีโอกาสที่มีภาวะเจริญพันธุ์สูง สังคมใดที่ประชากรมีอายุแรกสมรสต่ำก็มีโอกาสที่มีภาวะเจริญพันธุ์ได้สูงกว่าสังคมที่ประชากรมีอายุแรกสมรสสูง เพราะทำให้ช่วงระยะเวลาของการสมรสนานกว่าผู้ที่มีอายุแรกสมรสสูง จึงสามารถสรุปได้ว่าอายุที่เพิ่มขึ้นจะส่งผลให้ความพึงพอใจทางเพศลดลง

4. เพศ

สุวิทนา อารีพรรค (2528) อธิบายว่าความสุขสุดยอดของเพศหญิงและเพศชายจะมีลักษณะที่แตกต่างกัน ความสุขสุดยอดของเพศหญิงเป็นเรื่องซับซ้อนแต่สามารถอธิบายได้ว่าเป็นการตอบสนองทางเพศที่สูงสุดต่อการกระตุ้นทางเพศและเป็นประสบการณ์ส่วนตัวของแต่ละคน ผู้หญิงแต่ละคนต้องการสิ่งกระตุ้นต่างกัน ระยะเวลาที่ใช้กระตุ้นเพศเพื่อให้ถึงจุดสุดยอดก็ต่างกัน รวมทั้งสภาวะอารมณ์และจิตใจก็ส่งผลต่อความสุขสุดยอดทางเพศ โดยทั่วไปความสุขสุดยอดทางเพศจะเพิ่มขึ้นถ้ามีการทดลองเปลี่ยนท่าร่วมเพศ ยืดระยะเวลาการประเล้าประโลม และอารมณ์ของผู้หญิงไม่ตึงเครียด วิตกกังวลหรือเศร้า นอกจากนี้ในระยะเวลาต่างๆของรอบเดือนความสุขสุดยอดของผู้หญิงมีกฏแรง ซึ่งผู้ชายบางคนเชื่อว่าการร่วมเพศที่ดีจะต้องให้หญิงมีความสุขสุดยอดพร้อมๆกับตนซึ่งเป็นเรื่องลำบากและเป็นการตั้งเป้าหมายของการร่วมเพศสูงเกินไป ซึ่งตามความเป็นจริงแล้วเป็นไปได้ยาก เพราะผู้หญิงส่วนใหญ่ถึงจุดสุดยอดช้ากว่าผู้ชายและความสุขจากการร่วมเพศก็ไม่ได้เกิดจากการบรรลุจุดสุดยอดเสมอไป การร่วมเพศโดยไม่บรรลุจุดสุดยอดเป็นความสุขของหญิงหลายคนเพราะการร่วมเพศทำให้เธอเกิดความรู้สึกว่าเธอเป็นที่ต้องการของสามีหรือของคู่ร่วมเพศ

สำหรับการบรรลุความสุขสุดยอดจากการร่วมเพศของผู้ชายเกิดง่ายกว่าของผู้หญิงและความสุขสุดยอดอาจเกิดขึ้นโดยไม่มีอาการหลังน้ำกามก็ได้เช่น ในเด็กก่อนวัยแตกหน่อม (prepubertal period) เมื่อต่อมลูกหมากยังพัฒนาไม่เต็มที่และถุงผลิตน้ำหล่อเลี้ยงอสุจียังไม่เจริญพอ หรือการ

หลังน้ำท่วมอาจเกิดขึ้นโดยไม่มีความสุขสุดยอดก็ได้เช่นการหลังน้ำท่วมขณะหลับที่เรียกว่าฝันเปียก

เนื่องจากความแตกต่างทางสรีระ สารเคมีในร่างกายและการอบรมเลี้ยงดู ผู้ชายกับผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะคิดถึงธรรมชาติของเพศสัมพันธ์ต่างกันและมักเพิกเฉยไปคนละด้าน นักจิตวิทยา กล่าวว่าผู้ชายส่วนใหญ่ถูกกระตุ้นให้ตื่นตัวได้ง่ายและใส่ใจกับพฤติกรรมทางกายก่อน แม้ความรู้สึกรักใคร่ต่อภรรยาจะมีส่วนแต่ก็ไม่สำคัญกับเรื่องทางกาย ตรงกันข้ามผู้หญิงมีแนวโน้มต้องการเวลาเพื่อให้พร้อมที่จะมีเพศสัมพันธ์ทั้งกายและใจมากกว่า ผู้หญิงมักต้องการความรู้สึกผูกพันทางอารมณ์และความใกล้ชิดกับคู่ของตนมากกว่าด้วย ความรู้สึกของผู้หญิงที่มีต่อคู่ของตนไม่ว่าจะฐานะของสามีและพ่อของลูกจึงอาจมีผลต่อความต้องการทางเพศของภรรยา (รีดเดอร์สไคเจสท์, 2543)

นอกจากนั้นบทบาททางเพศยังมีส่วนสำคัญต่อความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งการศึกษาของ Varga (1997) พบว่าบทบาททางเพศมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศคือผู้หญิงที่มีลักษณะบทบาททางเพศที่เป็นผู้หญิงและผู้ชายรวมกันจะมีความพึงพอใจทางเพศมากกว่าผู้หญิงที่มีบทบาทเฉพาะและสัมพันธ์กับการศึกษาของ Gross (1981) ซึ่งศึกษาพบว่าผู้หญิงที่มีลักษณะความเป็นหญิงและชายรวมกันจะมีระดับความพึงพอใจทางเพศเพิ่มมากขึ้น รัจรี นพเกตุ (2542) กล่าวว่าคนที่มีลักษณะชาย-หญิง (Anderogynous) จะมีคะแนนสูงทางด้านความเป็นผู้หญิงและด้านความเป็นผู้ชายซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามบทบาททางเพศของ Bem (Bem Sex Role Inventory) ซึ่งลักษณะดังกล่าวคือ เป็นคนที่มีลักษณะเด็ดเดี่ยว กล้าตัดสินใจ มีความเห็นอกเห็นใจ มีเหตุผลและมีพฤติกรรมทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับสถานการณ์

5. การตั้งครรรภ์และการมีบุตร

การมีบุตรจะส่งผลต่อกิจกรรมทางเพศและความพึงพอใจทางเพศซึ่งจะรวมถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วยเช่นกัน การมีบุตรส่งผลให้คู่สมรสมีการปรับตัวในบทบาทของบิดามารดาซึ่งถือว่าเป็นพัฒนาการการปรับตัวในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จากการศึกษาเอกสารและตำราผู้วิจัยได้แยกความสัมพันธ์ของการมีบุตรกับกิจกรรมทางเพศออกเป็น 2 ลักษณะคือ

1. กรณีที่มีบุตร การมีบุตรแบ่งเป็นระยะการตั้งครรรภ์และระยะการเลี้ยงดูบุตร
 - ระยะการตั้งครรรภ์และหลังการคลอด

จากการศึกษาของนภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) ถึงความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางเพศและระยะเวลาตั้งครรรภ์ พบว่าความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ลดลงอย่างสม่ำเสมอตามระยะเวลาการตั้งครรรภ์และจะเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอตามระยะเวลาหลังคลอดและ

ในเดือนสุดท้ายของการตั้งครรภ์และระยะสองสามเดือนแรกหลังคลอดบุตร คู่สมรสมีกิจกรรมทางเพศน้อยมาก

วัฒนา ศรีพจนารถ (2543) กล่าวว่าในระยะตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์มีความต้องการใหญ่ๆอยู่ 2 ประการคือ (1) ต้องการให้สามีรักและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (2) ทารกในครรภ์ได้รับการยอมรับจากสามีว่าเป็นบุคคลที่มีความสำคัญสำหรับครอบครัว หญิงตั้งครรภ์ที่มีสัมพันธภาพที่ดีมาก่อนจะมีความสนิทสนมต่อกันมากขึ้น เพื่อร่วมมือกันวางแผนในการเตรียมตัวเป็นบิดามารดาที่ดีให้แก่บุตร ยอมรับซึ่งกันและกันว่าแต่ละคนมีคุณค่าและศักดิ์ศรีในตนเอง ร่วมมือกันในการปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของผู้ที่มีประสบการณ์หรือบุคลากรในที่มีสุขภาพ รวมทั้งมีความพึงพอใจทางเพศ

ในระยะตั้งครรภ์ หญิงตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศสัมพันธ์ในแต่ละไตรมาสดังนี้

ในไตรมาสที่ 1 หญิงตั้งครรภ์จะมีความรู้สึกทางเพศเพิ่มขึ้นหรือลดลงจากก่อนตั้งครรภ์ การรู้สึกทางเพศมากขึ้นอาจเนื่องมาจากอิทธิพลของฮอร์โมนโปรเจสเทอโรนที่มากกระตุ้น ทำให้หญิงตั้งครรภ์มีความรู้สึกทางเพศเพิ่มขึ้นได้จากการที่อวัยวะเพศมีเส้นเลือดมาหล่อเลี้ยงมาก จะทำให้หญิงตั้งครรภ์ไวต่อความรู้สึกทางเพศ หญิงตั้งครรภ์บางคนอาจมีความรู้สึกถึงจุดสุดยอดได้เร็วกว่าก่อนมีการตั้งครรภ์ ส่วนหญิงตั้งครรภ์ที่มีความรู้สึกทางเพศลดลงอาจเนื่องมาจากอาการคลื่นไส้อาเจียนจากอาการแพ้ท้อง บางคนรู้สึกไม่อยากจะให้สามีเข้ามาอยู่ใกล้ๆ โดยให้เหตุผลว่าเวลาสามีอยู่ใกล้จะรู้สึกไม่สบายเหมือนกลืนตัวสามี บางรายไม่กล้าที่จะมีเพศสัมพันธ์เพราะกลัวว่าทารกในครรภ์จะได้รับอันตรายจากการมีเพศสัมพันธ์

ในระยะไตรมาสที่ 2 หญิงตั้งครรภ์จะมีการยอมรับการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างมากขึ้น เต้านมที่ขยายใหญ่ขึ้นจะช่วยดึงดูดให้สามีมีอารมณ์ทางเพศมากขึ้น หญิงตั้งครรภ์จะให้ความสนใจเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์มากขึ้น

ในระยะไตรมาสที่ 3 หญิงตั้งครรภ์จะมีเพศสัมพันธ์ลดลง เนื่องจากขนาดของมดลูกที่ขยายใหญ่ขึ้นมากทำให้หญิงตั้งครรภ์รู้สึกแน่นอึดอัด การเคลื่อนไหวกระทำไม่ค่อยสะดวก เกิดความรู้สึกว่ารูปร่างของตนน่าเกลียดไม่เป็นที่ต้องการของสามีทำให้ไม่ต้องการที่จะมีเพศสัมพันธ์กับสามี คู่รักบางคู่งดการมีเพศสัมพันธ์ในไตรมาสนี้เพราะกลัวว่าทารกจะได้รับอันตรายจากการมีเพศสัมพันธ์

- ระยะเวลาเลี้ยงดูบุตร

สำหรับช่วงการให้นมมารดาและช่วงหลังคลอด จากการศึกษาของ นภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดิล (2535) พบว่าการเลี้ยงทารกจะมีอิทธิพลขัดขวางกิจกรรมทางเพศ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยของการให้นมมารดาแก่บุตรในเวลากลางคืน และกิจกรรมทางเพศจะเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอในช่วง 2-3 เดือนแรกหลังคลอด และปราณี พงศ์ไพบุลย์ (ม.ป.ป.) อธิบายว่าเนื่องจากหลังคลอดและให้น้ำนมตนเองแก่บุตรจะมีประจำเดือนครั้งแรกหลังคลอดแบบไม่มีไขตกและประจำเดือนจะมาช้ากว่าหญิงที่ไม่ได้เลี้ยงบุตรด้วยน้ำนมตนเอง การให้บุตรดูดนมมารดาอย่างสม่ำเสมอก็จะช่วยเว้นระยะการตั้งครรภ์ จัดเป็นการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติวิธีหนึ่ง ซึ่งส่งผลให้คู่สมรสไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

จากการศึกษาของภัสสร ลิมานนท์, เกื้อ วงษ์บุญสิน, สุวัฒนา วิบูลเศรษฐ์ และ วิพรรณ ประจวบเหมาะ รุฟโฟโล (2538) เกี่ยวกับโครงการศึกษาครอบครัวไทยพบว่าผู้หญิงไทยในเขตชนบทและเขตเมือง เป็นผู้ดูแลบุตรเป็นหลักในครอบครัวซึ่งจะดูแลบุตรในช่วงอายุ 0 -10 ปี ด้วยตนเอง จากการศึกษาดังกล่าวสัมพันธ์กับพัฒนาการการปรับตัวของพ่อแม่ ซึ่งวารภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) อธิบายว่าในระยะเลี้ยงดูบุตรจนถึงระยะมีบุตรวัยเรียนคู่สมรสจะมีการเปลี่ยนแปลงและปรับตนเองให้เข้ากับความปลอดภัยเปลี่ยนแปลงพัฒนาการของครอบครัวในระยะต่างๆ ดังนี้

- ระยะเริ่มเลี้ยงดูบุตร เป็นระยะที่บุตรคนแรกเกิดจนอายุ 2 ขวบ 6 เดือน และศิริรัตน์ คุปติวุฒิ (2545) กล่าวว่าคู่สมรสจะมีบทบาทใหม่เพิ่มขึ้นจากเดิมคือจากบทบาทสามีภรรยา มาเป็นบทบาทพ่อแม่และหากคู่สมรสทำเฉพาะบทบาทพ่อแม่อย่างเดียวโดยละทิ้งบทบาทสามีภรณาก็อาจมีปัญหาครอบครัวเกิดขึ้นได้เช่นสามีอาจไปหาผู้หญิงอีกคนมาทำบทบาทภรรยาที่ขาดหายไป

- ระยะมีบุตรวัยก่อนเรียน ระยะนี้เป็นช่วงที่บุตรคนแรกอายุ 2 ขวบ 6 เดือน ถึง 5 ปี ซึ่งระยะนี้พ่อแม่ต้องทำหน้าที่อบรมเลี้ยงดู ฝึกนิสัยที่ดีและเหมาะสมในการดำรงชีวิตในสังคม รวมทั้งอาจมีบุตรคนใหม่ต่อไป ระยะนี้คู่สมรสขาดความเป็นส่วนตัวและเหน็ดเหนื่อยมากขึ้น (กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 2545)

- ระยะมีบุตรวัยรุ่น ระยะนี้บุตรคนแรกอายุ 6-13 ปี ครอบครัวจะมีการติดต่อกับสังคมภายนอกเพิ่มมากขึ้นคือโรงเรียนของลูก

- ระยะมีบุตรวัยเรียน ระยะนี้บุตรคนแรกวัย 13-20 ปีครอบครัวลดภาระในการดูแลบุตรลงช่วงนี้พ่อกับแม่เริ่มย้อนกลับมาใส่ใจกับอาชีพและชีวิตคู่มากขึ้น(กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ , 2545)

ศิริรงค์ ทับสายทอง (2530) กล่าวว่าความเป็นพ่อเป็นแม่เป็นสถานการณ์ที่มีทั้งความกดดันและเป็นประสบการณ์ที่ให้ผลตอบแทนที่คุ้มค่าในขณะเดียวกัน มีทั้งความกดดันในชีวิตส่วนตัว ความกดดันในชีวิตส่วนตัวจะมาจากการขาดอิสรภาพในการแสวงหาความสุขส่วนตัวและทางเศรษฐกิจรวมทั้งการขัดขวางต่อความสัมพันธ์อันใกล้ชิดระหว่างคู่สมรส ส่วนความกดดันที่สังคมมีต่อครอบครัวจะเน้นที่บทบาทของแม่มากกว่าบทบาทของพ่อกล่าวคือสังคมมอบหมายให้แม่เป็นหลักในการดูแลเลี้ยงดูให้ความอบอุ่นแก่ลูกและตอบสนองต่อความต้องการในชีวิตประจำวันของเด็ก ซึ่งสัมพันธ์กับการศึกษาของสมพร บุษราคิม และคณะ (2524) พบว่าความพึงพอใจทางเพศเช่นความต้องการถึงจุดสุดยอด 28 ใน 79 รายมีมากกว่าก่อนมีลูก เมื่อมีลูกแล้วจะลดลง นอกจากนี้พบว่าความรู้สึกทางเพศจะขึ้นอยู่กับอารมณ์คือถ้าบรรยากาศไม่เอื้ออำนวยเช่นกลัวลูกตื่นจะทำให้ความรู้สึกลดลงไป

2.กรณีไม่มีบุตร

จากการศึกษาของนภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) พบว่าสตรีที่ต้องการตั้งครรภ์จะรู้สึกดีใจที่ตั้งครรภ์จะมีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าและความล่าช้าของการมีเพศสัมพันธ์สั้นกว่าเฉลี่ย นั่นคือความต้องการมีบุตรกับกิจกรรมทางเพศมีความสัมพันธ์กันสูงและหากคู่สมรสใช้วิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพก็จะลดความวิตกกังวลว่าเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการซึ่งอาจส่งผลให้คู่สมรสมีเพศสัมพันธ์กันถี่ขึ้น

นอกจากนี้การเลือกเพศบุตรก็จะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศต่างกันซึ่งพันธ์ศักดิ์ ศุภระฤกษ์ (2546) กล่าวว่าความพยายามของมนุษย์ที่จะเลือกเพศเกิดให้ทารกมีมานานแล้ว แม้ว่าจะมีวิทยาการก้าวหน้ามากมายก็ตาม วิถีธรรมชาติในการเพิ่มโอกาสของการมีบุตรในเพศที่ต้องการก็ยังเป็นหัวข้อที่ได้รับการสอบถามและปรึกษาแพทย์เสมอ การบรรลุจุดสุดยอดหรือความพึงพอใจทางเพศนั้นมีความสัมพันธ์กับวิธีการหรือเทคนิคในการมีเพศสัมพันธ์เพื่อกำหนดเพศบุตรเช่นกันซึ่งเทคนิคในการมีเพศสัมพันธ์เพื่อกำหนดเพศบุตรผู้หญิงเช่นฝ่ายหญิงต้องพยายามกลั้นอารมณ์และความรู้สึกสุดยอดเอาไว้เพื่อให้ฝ่ายชายหลังน้ำอสุจีก่อนที่ผู้หญิงจะถึงจุดสุดยอดรวมทั้งมีการกำหนดวันที่จะสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้หรืองดการมีเพศสัมพันธ์ สำหรับการกำหนดเพศบุตรผู้ชายต้องพยายามทำให้ฝ่ายหญิงมีอารมณ์มากๆและถึงจุดสุดยอดก่อนหรือพร้อมกับฝ่ายชายเพื่อที่จะได้หลังน้ำเมือกที่เป็นด่างออกมารวมทั้งการกำหนดวันที่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้เป็นต้น ซึ่งกล่าวได้ว่าความต้องการมีบุตรอาจมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ

การไม่มีบุตรหรือความพยายามที่จะกำหนดเพศบุตรจึงส่งผลต่อความพึงพอใจทางเพศเช่นกันนอกจากนี้จำนวนบุตรหรือการวางแผนการมีบุตรจะเกี่ยวข้องกับการคุมกำเนิด นภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) ศึกษาพบว่าโดยรวมสตรีที่ใช้การคุมกำเนิด มีความถี่

ของการมีเพศสัมพันธ์และร้อยละที่มีเพศสัมพันธ์สูงกว่าสตรีที่ไม่ใช้พอลิเมอร์ สตรีที่ทำหมันหญิงหรือสามีทำหมันมีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์สูงขึ้น ผู้ใช้วิธีคุมกำเนิดเมื่อมีเพศสัมพันธ์วิธีต่างๆ มักเป็นผู้มีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่า และการล่าสุดของการมีเพศสัมพันธ์สั้นกว่ากลุ่มอื่น และสตรีที่มีโอกาสการตั้งครรภ์ก็จะลดความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์หรือหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ไปเลย

6. ระยะเวลาสมรส

ระยะเวลาสมรสมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศซึ่ง นภาพร ชโยวรรณ และ จอห์น โนเดล (2535) กล่าวว่าความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์จะลดลงตามระยะเวลาสมรสที่เพิ่มขึ้น อิทธิพลของระยะเวลาสมรส (หรือที่เรียกว่าอิทธิพลช่วงดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์ซึ่งหมายถึงการมีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ที่สูงกว่าปกติในกลุ่มที่เพิ่งสมรส) ซึ่งพบโดยทั่วไปรวมทั้งในกลุ่มสตรีไทย กิจกรรมทางเพศกับระยะเวลาสมรสมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบ โดยจะเห็นถึงอิทธิพลช่วงดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์อย่างชัดเจนคือทั้งค่าความถี่เฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์และร้อยละที่มีเพศสัมพันธ์ของสตรีที่สมรสปีแรกจะสูงกว่าสตรีที่สมรสนานกว่านั้น สตรีที่มีระยะเวลาสมรสนานมีความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์ที่ต่ำ ความล่าสุดของการมีเพศสัมพันธ์นานและความไม่กระฉับกระเฉงทางเพศสูง

จากการศึกษาของ Pakinson (1987) ซึ่งศึกษาความพึงพอใจทางเพศในคู่สมรสใหม่ซึ่งวัดระดับความพึงพอใจทางเพศในช่วง 2 เดือนแรกของการแต่งงาน และในระยะเวลา 1 ปีหลังจากแต่งงานพบว่าระยะเวลาที่เปลี่ยนไปทำให้ความพึงพอใจทางเพศลดลง ซึ่งผลของความพึงพอใจทางเพศที่เปลี่ยนแปลงซึ่งจะส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วย

จากการศึกษาของนภาพร ชโยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) ได้แสดงมาตรวัดการมีเพศสัมพันธ์ของสตรีที่กำลังสมรสและสมรสเพียง 1 ครั้งจำแนกตามระยะเวลาสมรสดังตารางที่ 3

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3 มาตรการต่างๆที่วัดการมีเพศสัมพันธ์ของสตรีกำลังสมรสที่สมรสเพียง 1 ครั้ง
จำแนกตาม ระยะเวลาสมรส

จำนวนปีตั้งแต่สมรส	ความถี่เฉลี่ยของการมีเพศสัมพันธ์ ในช่วง 4 สัปดาห์ก่อนสำรวจ	% ที่มีเพศสัมพันธ์ ในช่วง 3 วันก่อนสำรวจ
0	6.0	56
1	4.2	40
2-4	3.7	37
5-9	3.8	34
10-14	3.2	30
15-19	2.7	26
20-24	2.0	18
25	1.4	14

จากการศึกษาของ Jayne (1983) ซึ่งศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการบรรลุจุดสุดยอดในพฤติกรรมทางเพศของผู้หญิงพบว่าความพึงพอใจทางเพศมีความสัมพันธ์กับความสม่ำเสมอในการมีเพศสัมพันธ์

Benson (1971 อ้างถึงใน นิภาวรรณ กิริยา, 2534) ได้กล่าวถึงหน้าที่ที่บุคคลต้องประสบและปฏิบัติต่อคู่ครองของตนเมื่อเข้าสู่การสมรสข้อหนึ่งว่าคู่สมรสจะมีความคาดหวังในความพึงพอใจทางเพศสัมพันธ์ต่อกันซึ่งเชื่อว่าความพึงพอใจทางเพศเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตแต่งงานและได้ศึกษาพบว่าคู่แต่งงานที่อยู่ร่วมกันเป็นเวลานานจะมีความพึงพอใจด้านเพศสัมพันธ์ลดลง

7. สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม

จุฑาทิพย์ อัครวิเชียร (2542) กล่าวถึงความหมายของสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมคือหมายถึง อาชีพ รายได้ เชื้อชาติและชาติพันธุ์ตลอดจนภูมิหลังของครอบครัว จากการศึกษาของ นภาพร ชัยวรรณ และจอห์น โนเดล (2535) ศึกษาพบว่าความล่าช้าของการมีเพศสัมพันธ์มีความแตกต่างกันสูงตามกลุ่มทางเศรษฐกิจและสังคม ลักษณะภูมิหลังมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมทางเพศอย่างมาก คือสตรีที่ไม่ได้อยู่กับคู่สมรสจะมีความถี่ของเพศสัมพันธ์ต่ำ มีความล่าช้าของการมีเพศสัมพันธ์นานและมีร้อยละที่ไม่กระฉับกระเฉงทางเพศสูง ส่วนความแตกต่างในกิจกรรมทางเพศตามกลุ่มชาติพันธุ์พบว่า สตรีมุสลิมไม่ว่าจะพูดภาษาไทยหรือภาษามลายูมีความถี่ของเพศสัมพันธ์ค่อนข้างต่ำและความล่าช้าของการมีเพศสัมพันธ์น้อย

ศุภวัณณ์ พลายน้อย และเนาวรัตน์ พลายน้อย (ม.ป.ป.) กล่าวว่า ภาวะสมรสเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อภาวะเจริญพันธุ์ รูปแบบสมรสในแต่ละสังคมแตกต่างกัน จึงมีผลให้ภาวะเจริญพันธุ์แตกต่างกันด้วยซึ่งเพศสัมพันธ์ในชีวิตสมรสจะมีความสัมพันธ์กับภาวะเจริญพันธุ์เช่นกัน กล่าวคือภาวะเจริญพันธุ์จะเป็นปฏิภาคกลับกับระดับชนชั้นคือผู้ที่อยู่ในชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคมสูง จะมีภาวะเจริญพันธุ์ต่ำ และผู้ที่อยู่ในชนชั้นทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำจะมีภาวะเจริญพันธุ์สูง

ศรีเวื่อน แก้วกังวาล (2545) กล่าวถึงหญิงที่แต่งงานแล้วกับอาชีพและครอบครัวว่า หญิงที่แต่งงานแล้วยังคงประกอบอาชีพต่อไปจะเป็นผู้มีความภาคภูมิใจในตนเอง มีความสามารถในการเข้าสังคม มีความรู้รอบตัวเกี่ยวกับเศรษฐกิจสังคมดี เป็นคู่คิดคู่ปรึกษาของคู่สมรสได้ดี รู้สึกมีอิสระในการใช้จ่าย มีความรู้สึกว่าคุณค่าสูงกว่าหญิงที่แต่งงาน แล้วเป็นแม่บ้านอย่างเดียวและ มีการรายงานการศึกษาว่าหญิงแต่งงานที่ไม่ประกอบอาชีพมีความรู้สึกว่าคุณค่าต่ำกว่า ขาดความกระตือรือร้นในชีวิต ขาดความภูมิใจในตนเอง ไม่ทันต่อความเปลี่ยนแปลงของสังคม ดังนั้นความสำเร็จมากน้อยในการประกอบอาชีพมีอิทธิพลต่อความสุข ความทุกข์ ความเจริญก้าวหน้าของชีวิต สุภาพทางเศรษฐกิจส่วนบุคคล ทั้งยังมีผลต่อความสงบราบรื่นในครอบครัวและชีวิตสมรส

วรารณณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) อธิบายว่าการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดามีอิทธิพลต่อการปรับตัวเรื่องเพศสัมพันธ์มาก หากมีการสอนที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศเป็นเรื่องต้องห้ามเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องต่ำช้าเลวทรามน่าละอายต้องปกปิดเป็นความลับเมื่อโตขึ้นอาจทำให้มีเจตคติเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ไม่ถูกต้อง คู่สมรสที่ได้รับความรักความอบอุ่นจากบิดามารดาตั้งแต่เด็กจะเติบโตขึ้นมีอารมณ์ทางเพศปกติ แต่เด็กที่ขาดความรักความอบอุ่นเอาใจใส่จากบิดามารดา อาจทำให้มีอารมณ์เพศวิปริตได้ซึ่งเป็นผลมาจากการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก จากการศึกษาอิทธิพลของระดับการศึกษาต่อความพึงพอใจทางเพศของ สมพร บุษราคัม และคณะ (2524) ซึ่งทำการศึกษาพฤติกรรมทางเพศของหญิงไทยในการศึกษาระดับของการศึกษา และพฤติกรรมทางเพศพบว่าผู้ที่มีการศึกษาสูงมีความต้องการทางเพศ ได้ร่วมเพศและถึงจุดสุดยอดบ่อยกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำ

นอกจากนั้นศุภวัณณ์ พลายน้อย และเนาวรัตน์ พลายน้อย (ม.ป.ป.) กล่าวว่าการศึกษาจะช่วยให้บุคคลมีความรู้กว้างขวางยิ่งขึ้น มีความทันสมัยต่อเหตุการณ์ สภาพแวดล้อม การศึกษาช่วยให้คนตระหนักและพัฒนาความคิด รู้จักคิดและตัดสินใจอย่างมีเหตุผลต่อภาวะการต่างๆ และมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจในการมีบุตร ระดับการศึกษาที่สูงขึ้นทำให้ภาวะเจริญพันธุ์ต่ำลงและการศึกษาที่สูงขึ้นทำให้คนมีโอกาสเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพสูงขึ้น และจากการศึกษาของ Jayne (1983) ซึ่งศึกษาถึงความพึงพอใจทางเพศและชีวิตสมรสในนักจิต

บำบัดหญิงที่กำลังเรียนหลักสูตรปริญญาเอกพบว่านักจิตบำบัดหญิงส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจทางเพศสูง

ดังนั้นระดับการศึกษามีความสัมพันธ์กับการสื่อสารเพื่อที่จะนำมาซึ่งความพึงพอใจทางเพศเนื่องจากผู้ที่มีการศึกษาสูงจะมีความสามารถในการทักษะการสื่อสารได้ดีและเรียนรู้ถึงวิธีการที่จะนำมาซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ที่เกิดความพึงพอใจ

7. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารทางเพศ

จากการศึกษางานวิจัยในต่างที่เกี่ยวข้อง มีงานวิจัยตั้งแต่ปี 1980 – 2002 ซึ่งสามารถแบ่งการศึกษาได้เป็น 2 กลุ่มคือ การศึกษาในกลุ่มนักศึกษาชายหญิงและการศึกษาในกลุ่มคู่สมรสสำหรับการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาชายหญิงนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาการสื่อสารทางเพศโดยการใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทาง ในการยินยอมมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งผลการศึกษามีดังนี้

Byer (1980 อ้างถึงใน Hickman & Muehlenhard, 1999) การยินยอมทางเพศ กล่าวถึงพฤติกรรมที่แสดงถึงการยินยอมหรือปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์ของผู้หญิง ผลการศึกษาพบว่า ผู้หญิงมีการใช้การสื่อสารทางเพศ 2 รูปแบบที่สำคัญในการยินยอมมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย ได้แก่ การสัมผัส โดยที่ผู้หญิงจะเป็นฝ่ายสัมผัสผู้ชายเพื่อแสดงถึงการยินยอมการมีเพศสัมพันธ์ และการศึกษาค้นพบว่า การสัมผัสมีเปอร์เซ็นต์สูงสุดที่แสดงถึงการยินยอมมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย และพบว่าการสื่อสารด้วยคำพูดที่ชัดเจนเป็นการแสดงความยินยอมการมีเพศสัมพันธ์รองลงมาจาก การสัมผัส และผลการศึกษาครั้งนี้สรุปได้ว่า การสื่อสารทางเพศโดยการใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางเป็นสิ่งสำคัญที่แสดงถึงการยินยอมมีเพศสัมพันธ์ ต่อมาในปี 1989 มีการศึกษาถึงพฤติกรรมการตอบสนองทางเพศต่อการเริ่มต้นมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งทำการศึกษาในกลุ่มผู้หญิงและผู้ชาย ซึ่ง Byers and Heinlen's (1989 อ้างถึงใน Hickman & Muehlenhard, 1999) ศึกษาพบว่าในการเริ่มต้นมีเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาชายและหญิงนั้น จะมีการตอบสนองโดยใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางมากที่สุด โดยการใช้ภาษาพูดจะใช้เพื่อแสดงความยินยอมและสอบถามความชัดเจนหรือข้อตกลงในการมีเพศสัมพันธ์ร่วมกัน ในขณะที่ภาษาท่าทางนั้นจะใช้ในปฏิสัมพันธ์ทางเพศอื่นๆที่ไม่ใช่การมีเพศสัมพันธ์ตลอดไปจนถึงการมีเพศสัมพันธ์ และในการศึกษาของ O' Sullivan and Byer (1992 อ้างถึงใน Hickman & Muehlenhard, 1999) ซึ่งทำการศึกษาเกี่ยวกับ ปฏิสัมพันธ์ทางเพศของนักศึกษาชายและหญิง ซึ่งการศึกษาค้นคว้านี้แตกต่างกับการศึกษาที่ผ่านมาเนื่องจากศึกษาในสัมพันธ์ภาพแบบนัดเที่ยว (Dating situation) ในระยะเวลา 2 สัปดาห์ ผลการศึกษาค้นพบว่าในการมีปฏิสัมพันธ์ทางเพศในช่วง 2 สัปดาห์ของความสัมพันธ์แบบนัดเที่ยวทั้งเพศหญิงและเพศชายส่วนใหญ่จะมีการสื่อสารทางเพศโดยการใช้ภาษาท่าทางในการมีปฏิสัมพันธ์ นอกจากนั้นพบว่าในการตอบสนองด้วยภาษาท่าทางมีความแตกต่างกันของเพศสภาพอย่างมีนัย

สำคัญ และต่อมา Hall (1995 อ้างถึงใน Hickman & Muehhlenhard, 1999) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับลักษณะการสื่อสารที่แสดงความยินยอมมีเพศสัมพันธ์ของนักศึกษาชายและหญิงที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัย ผลการศึกษาที่ได้ไม่แตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมาของ Byers and Heinlen's ในปี 1989 คือการยินยอมในการมีเพศสัมพันธ์นั้นจะต้องใช้การสื่อสารทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางร่วมกันคิดเป็นร้อยละ 60.8 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด มีการใช้ภาษาพูดอย่างเดียวคิดเป็นร้อยละ 11 และมีการใช้ภาษาท่าทางเพียงอย่างเดียวคิดเป็นร้อยละ 28.2 นอกจากนี้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แบ่งประเภทของการสื่อสารที่แสดงถึงการยินยอมมีเพศสัมพันธ์โดยใช้ภาษาท่าทางมากที่สุด 3 รูปแบบดังนี้คือ 75% ของผู้หญิงและ 72% ของผู้ชายคือการจูบ 70.8% ของผู้หญิงและ 69.5% ของผู้ชายคือการโอบกอดและ 62% ของผู้หญิงและ 69.5% ของผู้ชายคือการสัมผัสอย่างใกล้ชิดและนอกจากนี้พบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญถึงบทบาททางเพศและผู้หญิงจะต้องการการโอบกอดมากกว่าผู้ชายอย่างมีนัยสำคัญ ใน 2 ปีต่อมา Barrow (1997 อ้างถึงใน Hickman & Muehhlenhard, 1999) ได้ศึกษาถึงการรับรู้มีเพศสัมพันธ์ที่แบ่งตามเพศสภาพ การศึกษาพบว่า ผู้ชายสามารถรับรู้พฤติกรรมโดยการใช้ภาษาพูดอย่างมีนัยสำคัญมากกว่าผู้หญิงในการยินยอมที่จะมีเพศสัมพันธ์ และการศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศที่แบ่งตามเพศสภาพนั้น ได้มีการศึกษาอีกครั้งโดย Hickman and Muehlenhard (1999) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารทางเพศของผู้ชายและผู้หญิงในการยินยอมมีเพศสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 378 คน ซึ่งตอบแบบสอบถามถึงวิธีการอธิบายให้คู่ของตนและตนเองรับรู้ถึงสัญลักษณ์ของการยินยอมมีเพศสัมพันธ์และการสื่อสารในการยินยอมต่อคู่อีก ผลการศึกษาพบว่าผู้ชายและผู้หญิงที่ใช้สัญลักษณ์ในการยินยอมมีเพศสัมพันธ์เหมือนกัน จะให้ความหมายต่อสัญลักษณ์นั้นๆ ต่างกัน ซึ่งผลจากศึกษาเรื่องนี้ทำให้เห็นความแตกต่างของเพศสภาพต่อการสื่อสารทางเพศชัดเจนขึ้น และสามารถเห็นได้ชัดจากการศึกษาของ Lefkowitz (2002) ซึ่งศึกษาการสื่อสารหัวข้อเกี่ยวกับเพศในวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลงไปสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งศึกษากับนักศึกษาหญิงจำนวน 124 คนและนักศึกษาชายจำนวน 81 คน มีอายุระหว่าง 18-25 ปีที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยโดยการทำแบบสอบถาม จากการศึกษาพบว่าผู้หญิงจะมีการพูดคุยเรื่องเพศและหัวข้อต่างๆ ที่เกี่ยวกับเรื่องเพศกับเพื่อนสนิทมากกว่าผู้ชายซึ่งผู้หญิงจะมีการพูดคุยถึงเรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ความรู้สึกทางเพศ การคุมกำเนิด การข่มขืน การตั้งครรรภ์และรอบประจำเดือน ในขณะที่ผู้ชายจะพูดคุยกับเพื่อนในเรื่องการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองมากกว่าผู้หญิง และผู้หญิงจะมีความรู้สึกสะอึกใจที่จะพูดเรื่องเพศกับเพื่อนมากกว่าผู้ชาย

สำหรับการศึกษาในคู่สมรส เป็นการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบของการสื่อสารที่สัมพันธ์กับสุขภาพทางเพศ การป้องกันสุขภาพทางเพศ และการเพิ่มคุณค่าทางเพศของคู่สมรส จากการศึกษา

ดังกล่าวทำให้เห็นถึงความสำคัญของการสื่อสารในคู่สมรส เนื่องจากเพศสัมพันธ์กับชีวิตสมรสเป็น สิ่งที่ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ โดยเฉพาะเรื่องสุขภาพทางเพศ และการศึกษารูปแบบการสื่อสารทางเพศในคู่สมรส จะทำให้สามารถรับรู้ถึงการใช้ทักษะการสื่อสารและนำมาสู่การพัฒนา รูปแบบการสื่อสารในชีวิตสมรสทั้งในเรื่องเพศและเรื่องทั่วไป ดังเช่นการศึกษาของ Kelly (1990) ซึ่ง ศึกษาเรื่องรูปแบบการสื่อสารในคูรักรที่ผู้หญิงไม่บรรลุนิติภาวะซึ่งทำการศึกษาเกี่ยวกับการสื่อสารในคู่สมรส 3 กลุ่มคือกลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มที่ไม่บรรลุนิติภาวะคือคู่สมรสที่มีสุขภาพดีแต่ผู้หญิงไม่ บรรลุนิติภาวะจำนวน 14 คู่ กลุ่มที่ 2 คือกลุ่มที่ไม่มีปัญหาใดๆ คือทั้งคู่มีสุขภาพดีและการทำ หน้าที่ของสุขภาพทางเพศเป็นปกติจำนวน 16 คนและกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มเจ็บป่วยเรื้อรังคือคนใดคน หนึ่งป่วยเป็นโรคเรื้อรังแต่ทั้งคู่มีสุขภาพทางเพศที่ดีจำนวน 17 คนทำการวิเคราะห์การสื่อสารโดย ให้คูรักรทั้ง 3 กลุ่มได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในประเด็นของการมีเพศสัมพันธ์ การ กระตุ้นอารมณ์ทางเพศและความเจ็บป่วย โดยมีการบันทึกวิดีโอเทป นำมาวิเคราะห์ความชัดเจน การกล่าวโทษ และการรับรู้ความคิดได้ดีในการสื่อสารกับคูรักร รวมทั้งคูรักรตอบแบบสอบถาม ประเมินกิจกรรมทางเพศของคูรักรโดย Communication Comfort การรับรู้ถึงความชอบทางเพศ โดย Perceptual Accuracy และประสิทธิภาพการสื่อสารทางเพศโดย Sexual Communication Inventory ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มที่ผู้หญิงไม่บรรลุนิติภาวะ มีประสิทธิภาพการสื่อสารได้น้อย กว่ากลุ่มอื่น และมีความสะดวกในการสื่อสาร และรับรู้ความคิดได้น้อยกว่ากลุ่มอื่นอย่างมีนัย สำคัญและในกลุ่มที่ 1 ผู้ชายจะมีการรับรู้เกี่ยวกับความชอบทางเพศของคูรักรและมีการโทษผู้อื่น มากกว่าผู้ชายในกลุ่มอื่นๆอย่างมีนัยสำคัญ จากการศึกษาพบว่าสุขภาพทางเพศส่งผลต่อรูปแบบ การสื่อสารในคู่สมรส และจากการศึกษาของ Perlman (2001) ซึ่งศึกษาเรื่องตัวคาดการณ์ของการ สื่อสารในการป้องกันสุขภาพทางเพศของชายหญิงผิวดำ เป็นการศึกษาในขอบเขตระดับบุคคล วัฒนธรรมและจิตสังคมในการกล่าวถึงการสื่อสารเพื่อป้องกันสุขภาพทางเพศกลุ่มตัวอย่างเป็นคน ผิวดำจากรัฐจอร์เจีย มิชิแกนและนิวยอร์ก จำนวน 96 คน วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อศึกษา บทบาททางเพศ ทฤษฎีความเป็นหญิงและเป็นชาย มาตรฐานช้อนเรื่องเพศ ความสำคัญของ ความสัมพันธ์แบบโรแมนติก การควบคุม การไว้วางใจและการแสดงความเป็นเจ้าของ ในการสื่อ สารเพื่อป้องกันสุขภาพทางเพศของผู้ชายและผู้หญิงผิวดำ การศึกษาพบว่าบทบาททางเพศเป็นตัว คาดการณ์การสื่อสารเพื่อป้องกันสุขภาพทางเพศอย่างมีนัยสำคัญ และในผู้หญิงจะมีการสื่อสาร ได้ดีกว่าผู้ชาย รวมทั้งการยึดปฏิบัติในมาตรฐานช้อนเรื่องเพศและการถูกควบคุมเป็นตัวคาดการณ์ เชิงบวกต่อการสื่อสาร เพื่อป้องกันสุขภาพทางเพศ ในการศึกษาเรื่องนี้เป็นข้อสังเกตได้ว่ามาตร ฐานช้อนกับการสื่อสารเรื่องเพศของผู้หญิงมีความสัมพันธ์กัน ทั้งนี้เนื่องจากผู้หญิงถูกจำกัดในการ พูดเรื่องเพศมากกว่าผู้ชาย ส่งผลให้ผู้หญิงไม่กล้าสื่อสารกับคูรักรถึงเรื่องความพึงพอใจทางเพศที่ได้

รับจากคู่มือ หรือการสื่อสารให้คู่มือปฏิบัติต่อตนเองเพื่อก่อให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ ดังนั้นการสร้างทัศนคติและความรู้เรื่องเพศที่ถูกต้องจึงมีความจำเป็นต่อคู่สมรส ซึ่งสัมพันธ์กับการศึกษาของ Kalin (1982) ซึ่งศึกษาเรื่องการเพิ่มคุณค่าทางเพศของคู่สมรสโดยการพัฒนาและประเมินรูปแบบเชิงปฏิบัติการ 1 สัปดาห์ การจัดประชุมเชิงปฏิบัติการในการเพิ่มคุณค่าทางเพศพัฒนาขึ้นให้กับคู่สมรสที่มีภาวะปกติ เพื่อปรับปรุงสัมพันธภาพทางเพศ กลุ่มตัวอย่างเป็นคู่สมรส 36 คู่ ที่เข้าร่วมโปรแกรมทั้งหมด 3 สัปดาห์ เพื่อก่อให้เกิดความรู้ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ การฝึกทักษะ ปรับปรุงการสื่อสารทางเพศ เพื่อช่วยให้คู่สมรสพัฒนาความสามารถทางการสื่อสาร และคงไว้ซึ่งการมีพฤติกรรมทางเพศที่พึงพอใจ คู่สมรสตอบแบบสอบถามประเมินปฏิสัมพันธ์ทางเพศ ซึ่งการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติความรู้เรื่องเพศ การสื่อสารเรื่องเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

จากงานวิจัยที่ศึกษาทั้งหมดสามารถสรุปได้ว่าการสื่อสารทางเพศนั้นมีความสำคัญต่อชีวิตคู่ การสื่อสารทางเพศจะนำมาซึ่งความพึงพอใจทางเพศได้ และจำเป็นที่จะต้องใช้ทั้งการสื่อสารด้วยภาษาพูดและภาษาท่าทาง นอกจากนี้เพศสภาพก็มีผลต่อการสื่อสารเช่นกันคู่มือจึงควรทำความเข้าใจในธรรมชาติของแต่ละฝ่ายและเรียนรู้ร่วมกันเพื่อลดปัญหาความขัดแย้งในการสื่อสาร

8. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องมีงานวิจัยตั้งแต่ปี 1982 - 1998 ซึ่งการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองส่วนใหญ่เป็นการกล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น โดยเฉพาะเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพคือรูปลักษณ์ภายนอก ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการเพิ่มหรือลดการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น การเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเพิ่มความมั่นใจให้เกิดพฤติกรรมและพัฒนาการทางเพศที่เหมาะสม จากงานวิจัยสามารถแบ่งกลุ่มที่ศึกษาได้เป็น 2 กลุ่มคือ การศึกษาเฉพาะกลุ่มนักศึกษาหญิงและกลุ่มนักศึกษาทั้งหญิงและชายรวมกัน

จากการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาหญิงพบว่า สังคมหรือกลุ่มเพื่อนมีส่วนในการกำหนดการเห็นคุณค่าในตนเองเช่นการศึกษาของ Kallen (1982) ซึ่งศึกษาพฤติกรรมทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองในนักศึกษามหาวิทยาลัยผู้หญิง ซึ่งเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเอง และการเปิดเผยพฤติกรรมทางเพศ ในการรับรู้เกี่ยวกับทัศนคติเรื่องเพศของพ่อแม่และกิจกรรมทางเพศของเพื่อน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาตรีจำนวน 402 คน ใน Michigan State University ซึ่งตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการศึกษาพบว่ากิจกรรมทางเพศของวัยรุ่นเกิดจากการมีค่านิยมจากภายนอกมากกว่าการเห็นด้วยของพ่อแม่ รวมทั้งอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจะมีผลต่อกิจกรรมทางเพศของกลุ่มตัวอย่าง และแนวโน้มการเห็นคุณค่าใน

ตนเองลดลง เมื่อมีกิจกรรมทางเพศน้อยกว่ากลุ่มเพื่อน กลุ่มที่เคยมีเพศสัมพันธ์จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์ กลุ่มที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นจากความใกล้ชิดพ่อแม่และเพื่อน ซึ่งผลการศึกษาเรื่องนี้สัมพันธ์กับการศึกษาของ Keihani (1998) ซึ่งศึกษาบทบาทของสื่อลามกที่มีส่วนให้ผู้หญิงได้เรียนรู้เรื่องเพศอย่างเหมาะสมสัมพันธ์กับการเรียนรู้ทางสังคม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงในวัยผู้ใหญ่จำนวน 134 คน ซึ่งอาศัยอยู่ใน northern California Bay Area ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับประสบการณ์ทางเพศ การประเมินระดับบุคลิกภาพภายนอก ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการศึกษาพบว่าในวัยเด็กหรือวัยรุ่นที่เคยชมสื่อลามกจะไม่มีผลต่อความคาดหวังของผู้หญิงในเรื่องเพศ การลดลงของความพึงพอใจของบุคลิกภาพ หรือการลดลงของการเห็นคุณค่าในตนเอง นอกจากนั้นอาจเกิดจากการที่มาตรฐานของวัฒนธรรมส่งผลให้ผู้หญิงไม่สามารถระบุได้ชัดเจนถึงอิทธิพลของสื่อลามกต่อตนเอง จากการศึกษาทั้งสองเรื่องอาจตั้งข้อสังเกตได้ว่าอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนหรือสังคมมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้หญิง

สำหรับกลุ่มที่ทำการศึกษาทั้งในผู้หญิงและผู้ชาย พบว่าทั้งสองเพศจะให้ความสำคัญของบุคลิกภาพภายนอก ดังเช่นการศึกษาของ McIntyre (1988) ซึ่งศึกษาความแตกต่างของเพศในส่วนของการเห็นคุณค่าในตนเองและการให้ความสำคัญต่อรูปร่างภายนอกซึ่งในความแตกต่างนี้จะนำมาซึ่งการกำหนดมาตรฐานของรูปร่าง การอดอาหารและการออกกำลังกายในนักศึกษาหญิงและชาย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาเพศชายจำนวน 121 คนและเป็นผู้หญิง 109 คน ที่กำลังศึกษาอยู่ใน University of Pennsylvania และ Villanova University จากการศึกษาพบว่าทั้งในเพศชายและเพศหญิงจะให้ความสำคัญหรือเห็นคุณค่าต่อรูปร่างสูงและจะสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองยังมีผลต่อการปรับตัวเรื่องเพศได้เช่นกัน ซึ่งพบได้จากการศึกษาของ Meston et al. (1998) ที่ศึกษาเรื่องการตอบสนองของความต้องการของสังคมกับการกล่าวถึงเรื่องเพศของตน ซึ่งประเมินรูปแบบที่แตกต่างกันของความต้องการทางสังคม โดยการเพิ่มคุณค่าจากการเข้าใจผิดและสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ผู้ตอบแบบสอบถามมีจำนวน 504 คน ผลการศึกษพบว่า การเพิ่มคุณค่าในตัวเอง มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวทางเพศของทั้ง 2 เพศ อย่างมีนัยสำคัญ และการสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง มีความสัมพันธ์เชิงลบกับลักษณะการควบคุมในตัวเอง บุคคล เช่น การมีอิสระ การจินตนาการทางเพศ และแรงขับเคลื่นทางเพศอย่างมีนัยสำคัญ และผลของการปรับตัวเรื่องเพศพบได้จากการศึกษาของ Walker-Hill (1998) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ของการเรียนรู้เรื่องเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองและบุคลิกภาพภายนอกต่อความพึงพอใจทางเพศ ในนักศึกษามหาวิทยาลัยซึ่งวัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อประเมินความสัมพันธ์ของความพึงพอใจทางเพศกับระดับความรู้เรื่องเพศศึกษา ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและการรับรู้เกี่ยวกับรูป

ลักษณะภายนอกของนักศึกษามหาวิทยาลัย Tennessee Knoxville กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 201 คน ตอบแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองและทัศนคติต่อรูปลักษณะภายนอก ผลการศึกษาพบว่า บทบาททางเพศ รูปลักษณะภายนอกและการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ จากการศึกษาเกี่ยวกับบทบาททางเพศดังกล่าวทำให้เห็นข้อแตกต่างของเพศต่อการเห็นคุณค่าในตนเองซึ่งสัมพันธ์กับการศึกษาของ Amamoto (1987) ซึ่งศึกษาเรื่องทัศนคติของวัยรุ่นเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศในความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามซึ่งวัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อศึกษาทัศนคติของผู้หญิงและผู้ชายในช่วงวัยรุ่นตอนปลายต่อปัจจัยทางสังคม 5 ประการคือการเห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสาร การให้นิยามของความรัก การนัดเที่ยวและค่านิยมส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศกับเพศตรงข้าม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยชั้นปีที่ 1 ที่ศึกษาอยู่ที่ South Dakota State University อายุ 17-19 ปี เป็นผู้หญิงจำนวน 103 คนและผู้ชาย 66 คน ผลการศึกษาในส่วนของ การเห็นคุณค่าในตนเองพบว่าผู้ชายมีความเชื่ออย่างแน่นอนว่า ผู้หญิงที่ไม่มีผู้ชายหรือคนรักจะเป็นผู้หญิงที่ไม่มีความสุขในชีวิต ในขณะที่ผู้หญิงไม่เห็นด้วยในเรื่องดังกล่าว และผู้ชายจะให้ความสำคัญหรือเห็นคุณค่าต่อรูปร่างภายนอกของตนสูงสุด ในขณะที่ผู้หญิงจะให้ความสำคัญหรือเห็นคุณค่าทางด้านจิตใจสูงสุด

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศพบว่าการศึกษาส่วนใหญ่ทำในวัยรุ่น ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองที่สัมพันธ์กับเรื่องเพศจะเป็นลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองที่สัมพันธ์กับรูปลักษณะภายนอกซึ่งไม่แตกต่างกันทั้งในเพศหญิงและเพศชาย แต่สำหรับความพึงพอใจทางเพศนั้นพบว่าผู้หญิงที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะมีความพึงพอใจทางเพศ ในขณะที่ในผู้ชายการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศไม่มีความสัมพันธ์กัน

9. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจทางเพศ

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องมีงานวิจัยตั้งแต่ปี 1980 - 2002 ซึ่งเป็นการศึกษาเพื่อหาปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่แต่งงานแล้วกับกลุ่มบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้ระบุถึงการสมรส ในกลุ่มที่แต่งงานแล้วสามารถแบ่งการศึกษาได้เป็น 2 กลุ่มย่อยคือ ศึกษาในกลุ่มที่เป็นคู่สมรสและศึกษาเฉพาะกลุ่มที่เป็นผู้หญิง ส่วนกลุ่มบุคคลทั่วไปที่ไม่ระบุถึงการสมรสแบ่งการศึกษาได้เป็น 2 กลุ่มย่อยเช่นกันคือ ศึกษาในผู้หญิงและผู้ชายรวมกันและศึกษาเฉพาะในกลุ่มผู้หญิง

การศึกษาในคู่สมรสเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ดังเช่นในการศึกษาของ Landry (2002) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของจิตใจและความพึงพอใจทางเพศในกลุ่มรักต่างเพศที่แต่งงานแล้ว ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึง

ลักษณะด้านจิตใจของผู้นับถือศาสนาคริสต์ การปฏิบัติตามหลักศาสนาอย่างเคร่งครัดและสัมพันธ์ภาพที่นำไปสู่ความพึงพอใจทางเพศ กลุ่มตัวอย่างเป็นคริสต์ศาสนิกชน จำนวน 254 คน อายุระหว่าง 30-59 ปีแต่งงานมาแล้วอย่างน้อย 1 ปีและอาศัยอยู่ในบริเวณ Temple Baptist Church ใน Hattiesburg, Mississippi ตอบแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ ลักษณะด้านจิตใจที่ดีงาม ชนิดและความถี่ของการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจทางเพศกับแรงกระตุ้นด้านจิตใจ การได้ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาและลักษณะจิตใจที่ดีงามจากการวิเคราะห์ Multiple regression analysis ผลการศึกษาพบว่าความเป็นอยู่ที่ดี การยึดมั่นในหลักของศาสนา การร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา เช่นการสวดมนต์และการศึกษาคัมภีร์ของกลุ่มสมรสจะมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศในเชิงบวก และจะเป็นการช่วยยกระดับความพึงพอใจทางเพศเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ Hally (1988) ศึกษาผลของการเห็นคุณค่าในตนเอง การมีประสบการณ์ทางเพศที่หลากหลาย การฝังใจเรื่องเพศสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจทางเพศในคู่รักต่างเพศ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นคู่สมรสที่มีสุขภาพทางเพศเป็นปกติเป็นผู้ชาย 100 คน และผู้หญิง 100 คนที่ศึกษาใน University of Georgia โดยทำแบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ระดับการมีประสบการณ์ทางเพศ ความคิดเห็นเกี่ยวกับเพศและระดับความพึงพอใจทางเพศ ผลการศึกษาพบว่าผู้ที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและมีประสบการณ์ทางเพศสูง จะมีความพึงพอใจทางเพศสูงและผู้ที่มีความฝังใจเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้ที่มีความกลัวการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนี้ปัจจัยอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ พบได้จากการศึกษาของ Timm (1999) ศึกษาเรื่องผลกระทบของความแตกต่างในตนเอง ลักษณะความเป็นผู้ใหญ่และการสื่อสารทางเพศกับความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือผู้ที่แต่งงานแล้ว 205 คน ตอบแบบสอบถามในการประเมินความแตกต่างของตนเองและลักษณะความเป็นผู้ใหญ่ การสื่อสารทางเพศ ความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรส จากการวิเคราะห์ Path analysis ผลของการศึกษาพบว่า การสื่อสารทางเพศและลักษณะความเป็นผู้ใหญ่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญ แต่ความแตกต่างของตนเองไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรส และดังเช่นในการศึกษาของ Pazak (1998) ศึกษาเรื่องการคาดการณ์ความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสในประเด็นความใกล้ชิด การเอาใจใส่และความไว้วางใจ ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่แต่งงานแล้วจำนวน 85 คน ผลการศึกษาพบว่าในผู้หญิงการได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด การมีเวลาอยู่ร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจทางเพศและในผู้หญิงและผู้ชายความพึง

พอใจรูปลักษณะภายนอก การสื่อสารอย่างเปิดเผย การเปิดเผยตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจทางเพศและการดูแลอย่างใกล้ชิด การแสดงความเป็นเจ้าของ ความไว้วางใจและความพึงพอใจทางเพศ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสซึ่งมีค่าความแปรปรวนร้อยละ 71 รวมทั้งการศึกษาของ Maison (1981) ซึ่งศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจทางเพศ ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างเป็นคู่สมรส 62 คู่มีอายุ 31 - 40 ปี และเป็นอาสาสมัครเข้ารับบริการในโปรแกรมเพศศึกษาของ University of Minnesota Medical School ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจทางเพศมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือคู่สมรสที่มีความพึงพอใจทางเพศ เป็นพื้นฐานทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส นอกจากนั้นปัจจัยต่างๆ ได้แก่ อารมณ์ความรู้สึก องค์ประกอบทางด้านสังคม การใช้เหตุผลและความผ่อนคลายจะเป็นสิ่งที่ช่วยยกระดับความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตสมรส และจะเป็นตัวเพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรส จากการศึกษาของ Timm , Pazak และ Maison สามารถสังเกตได้ว่า ความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์แบบตอบโต้ (Reciprocal) คือ ความพึงพอใจทางเพศมีอิทธิพลต่อการเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส ในขณะที่เดียวกันความพึงพอใจในชีวิตสมรสก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนั้นระยะเวลาสมรสก็มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศเช่นกัน ดังเช่นการศึกษาของ Pakinson (1987) ซึ่งศึกษาความพึงพอใจทางเพศในคู่สมรสที่เพิ่งแต่งงานใหม่ วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อค้นหาสาเหตุที่ทำให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ การเปลี่ยนระดับความพึงพอใจทางเพศ และความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจทางเพศและความพึงพอใจในชีวิตสมรส กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นสามีภรรยา 125 คู่ ที่อยู่ในช่วงของการสมรส 2 เดือนแรกจนถึงระยะเวลาสมรส 1 ปีเป็นต้นไป ผลของการศึกษาพบว่า การเปลี่ยนแปลงระดับความพึงพอใจทางเพศจะลดลง เมื่อระยะเวลาเปลี่ยนไปและพบว่าความพึงพอใจทางเพศมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ผลของการศึกษาเรื่องนี้เป็นการสนับสนุนความสัมพันธ์แบบตอบโต้ระหว่างความพึงพอใจทางเพศกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส และในการศึกษาของ Kotin (1984) ซึ่งศึกษาเรื่องปฏิสัมพันธ์ทางเพศ การปรับตัวในชีวิตสมรสและบุคลิกภาพส่วนบุคคลในช่วงเริ่มต้นการเป็นบิดามารดา วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจทางเพศและการปฏิบัติหน้าที่ของคู่สมรสในช่วงเริ่มต้นการเป็นบิดามารดา ซึ่งอยู่ในช่วงของการตั้งครรภ์ไตรมาสที่ 3 และหาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจทางเพศ และการปฏิบัติหน้าที่ที่คู่สมรส การปรับตัวในชีวิตสมรสและบุคลิกลักษณะส่วนบุคคลเกี่ยวกับการใช้อำนาจ การปรับตัวเข้ากับสังคม ความรับผิดชอบและบทบาททางเพศของคู่สมรส ระหว่างการเริ่มต้นเป็นบิดามารดา (ช่วง 1 ปีแรกของการเป็นบิดามารดาของบุตรคนแรก) โดยใช้แบบวัดความพึงพอใจทางเพศและ

การทำหน้าที่ของคู่สมรส กลุ่มตัวอย่างเป็นคู่สมรสทั้งหมด 60 คู่ซึ่งอาศัยอยู่ในเมือง San Diego จากการศึกษาความสัมพันธ์ผลการศึกษาพบว่าในช่วงเริ่มต้นการเป็นบิดามารดา การปฏิสัมพันธ์ทางเพศ การปรับตัวในชีวิตสมรสและบุคลิกภาพส่วนบุคคลไม่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศ จากการศึกษาเรื่องนี้พบว่าบทบาทของบิดามารดาตั้งแต่ระยะตั้งครรภ์จนถึงบุตรอายุ 1 ปี ไม่มีผลต่อการปรับตัวในชีวิตสมรสจึงไม่มีผลกระทบต่อความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนั้นบทบาทแนวโน้มมนำทางเพศก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ดังเช่นการศึกษาของ Horton (1982) ศึกษาเรื่องบทบาทแนวโน้มมนำทางเพศ พฤติกรรมทางเพศและความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิง วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบของทัศนคติและพฤติกรรม บทบาทแนวโน้มมนำทางเพศ ต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นคู่รัก 100 คู่ทำแบบสอบถามวัดระดับพฤติกรรมทางเพศ ปฏิสัมพันธ์ทางเพศ การเพิ่มข้อมูลเรื่องเพศ จากการวิเคราะห์ ข้อมูลทางสถิติแบบ Chi-square ผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมบทบาทแนวโน้มมนำทางเพศมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนั้นบทบาททางเพศที่ต่างกันยังมีผลต่อความพึงพอใจทางเพศ เช่นการศึกษาของ White (1985) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความพึงพอใจในตนเองและความพึงพอใจทางเพศในผู้ชายและผู้หญิงที่สมรสแล้ว กลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้ชายและผู้หญิงที่สมรสแล้วโดยแบ่งเป็นผู้ชาย 103 คนและผู้หญิง 110 คนที่กำลังศึกษาอยู่ที่ College of Education at East Texas State University กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ ความพึงพอใจในชีวิตสมรสและระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการศึกษาพบว่าทั้งในผู้ชายและผู้หญิง ความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจในตนเองจะนำมาซึ่งการเกิดความพึงพอใจทางเพศที่ระดับนัยสำคัญ .01 สำหรับผู้หญิงความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจในตนเองมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความพึงพอใจทางเพศ สำหรับผู้ชายความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความพึงพอใจในตนเองและสุขภาพร่างกายมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศอย่างมีนัยสำคัญ

สำหรับการศึกษาเฉพาะกลุ่มผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว เกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งจากการศึกษาของ Means (2000) ได้ศึกษาสิ่งที่ผู้หญิงต้องการในความพึงพอใจทางเพศวัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อประเมินผลของการเป็นบิดามารดาและสถานภาพสมรสต่อความพึงพอใจทางเพศ ประเมินความสัมพันธ์ระหว่างการผูกมัด ความใกล้ชิดสนิทสนม การบรรลุจุดสุดยอด และสาเหตุของการเกิดความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิง 105 คนอายุ 19-65 ปี ทำแบบวัดคะแนนความรัก แบบวัดความพึงพอใจทางเพศและแบบวัดการบรรลุจุดสุดยอด ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจทางเพศมีผลต่อการเป็นบิดามารดาและสถานภาพสมรสอย่างมีนัยสำคัญและการมีบุตรส่งผลให้มีความพึงพอใจ

ทางเพศลดลง ความรู้สึกรักใคร่และการบรรลุจุดสุดยอดมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ อย่างมีนัยสำคัญ มีความแตกต่างกับการศึกษาของ Kotin (1984) เนื่องจากการศึกษาของ Mean แสดงให้เห็นว่าการมีบุตรทำให้เกิดความพึงพอใจทางเพศลดลง แต่ในส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบรรลุจุดสุดยอดพบว่า ผลการศึกษาของ Meadow (1982) และ Warren (2000) สนับสนุนผลการศึกษาของ Mean ซึ่ง Meadow (1982) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์ของอายุ แนวคิดในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความสม่ำเสมอในสัมพันธภาพ ความถี่ในการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองและขนาดน้ำหนักร่วมกับการบรรลุจุดสุดยอดและความพึงพอใจทางเพศ กลุ่มตัวอย่างคือผู้หญิงที่สมรสแล้วจำนวน 95 คนซึ่งเป็นนักศึกษาใน Meta Community College และ Scottsdale Community College กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเพื่อวัดข้อมูลทางเพศ ระดับการปรับตัวในชีวิตสมรส ระดับความพึงพอใจทางเพศและแนวคิดในตนเอง จากการวิเคราะห์ Multiple regression analysis ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสมีค่าความแปรปรวนร้อยละ 11 ที่ระดับนัยสำคัญ .01 ซึ่งตัวคาดการณ์ที่ดีที่สุดคือการบรรลุจุดสุดยอด และ Warren (2000) ซึ่งศึกษาความพึงพอใจทางเพศและชีวิตสมรสในนักจิตบำบัดหญิง วัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ลักษณะภายในบุคคลและทักษะต่างๆ ที่ช่วยให้นักจิตบำบัดสามารถวางสัมพันธภาพในชีวิตสมรสของตน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือนักจิตบำบัดผู้หญิงที่เรียนหลักสูตรปริญญาเอกในรัฐแคลิฟอร์เนีย 77 คน ซึ่งทำแบบวัดความพึงพอใจทางเพศและระดับการปรับตัวในชีวิตสมรส ผลการศึกษาพบว่านักจิตบำบัดหญิงมีระดับความพึงพอใจทางเพศสูงอย่างมีนัยสำคัญซึ่งสูงกว่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ และความพึงพอใจทางเพศในผู้ที่มีปัญหาทางเพศมีระดับต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่มีปัญหาทางเพศ และจากผลการศึกษาของ Warren ให้ข้อสังเกตว่าระดับการศึกษาและสาขาวิชาที่มีผลต่อการปรับตัวในชีวิตสมรสได้ และจากการศึกษาของ Gross (1981) ซึ่งศึกษาเรื่องการระบุบทบาททางเพศของผู้หญิงกับความพึงพอใจทางเพศวัตถุประสงค์เพื่อค้นหาความสัมพันธ์ระหว่างการระบุบทบาททางเพศที่ชัดเจนของผู้หญิงกับความพึงพอใจทางเพศ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงที่แต่งงานแล้วจำนวน 133 คนซึ่งเป็นนักศึกษาใน University of Maryland ทำแบบสอบถามวัดเพศสภาพ ความรู้เรื่องเพศ ภาพลักษณ์ภายนอกของตนเอง ทักษะคติของการมีจินตนาการทางเพศ การกระตุ้นทางเพศและความพึงพอใจทางเพศ ผลการศึกษาพบว่าผู้หญิงที่มีลักษณะเป็นหญิงและชายรวมกันจะมีระดับความพึงพอใจทางเพศเพิ่มขึ้น มากกว่าการได้รับข้อมูลข่าวสารหรือความรู้เรื่องเพศ การกระตุ้นทางเพศ การมองภาพลักษณ์ภายนอกของตนในทางบวก และการมีทัศนคติที่ดีในเรื่องเพศ ผลการศึกษาเรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่าลักษณะบทบาททางเพศมีผลต่อความพึงพอใจทางเพศ

สำหรับกลุ่มบุคคลทั่วไปที่ไม่ระบุถึงการสมรสที่มีทั้งเพศหญิงและเพศชายเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศได้แก่การศึกษาของ Perlman (1980) ซึ่งศึกษาเรื่องความพึงพอใจทางเพศในคู่สมรสและคู่ที่อยู่ด้วยกันโดยไม่ได้แต่งงาน วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศในคู่สมรสและคู่ที่อยู่ด้วยกันโดยไม่ได้แต่งงาน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 148 คนเป็นผู้หญิงจำนวน 91 คนและผู้ชายจำนวน 57 คน ทำแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ ผลการศึกษาพบว่าความพอใจผลิตเพลินทางเพศกับคู่วัยมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศมากที่สุด ในส่วนของความเครียด ความละเอียดหรือรู้สึกผิดในเรื่องเพศ ประสบการณ์ทางเพศในอดีตไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ และการศึกษาที่สนับสนุนการศึกษาของ Perlman คือการศึกษาของ Suchman (1988) ซึ่งศึกษาเรื่ององค์ประกอบทางด้านจิตวิทยา เกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศในนักศึกษา มหาวิทยาลัยผู้ชายและผู้หญิงที่มีความรู้สึกละเอียดทางเพศในระดับสูงและระดับต่ำ วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อประเมินความแตกต่างของพื้นฐานของเพศสภาพและระดับความรู้สึกละเอียดทางเพศในการรับรู้ของนักศึกษา University of Florida กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักศึกษาผู้ชายและผู้หญิงจำนวน 80 คนมีอายุระหว่าง 18 - 25 ปี เคยผ่านการมีความสัมพันธ์ทางเพศหรือกำลังมีความสัมพันธ์ทางเพศ กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามวัดระดับความรู้สึกละเอียดทางเพศ การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดย Chi - square ผลการศึกษาพบว่าทั้งในผู้ชายและผู้หญิงการรับรู้ถึงลักษณะองค์ประกอบหรือโครงสร้างภายในบุคคลเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศ มีความคล้ายคลึงกันในเรื่องประสบการณ์ทางเพศ แต่ความละเอียดเรื่องเพศไม่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันกับลักษณะภายในบุคคลที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจทางเพศ ในส่วนการศึกษาเรื่องความละเอียดเรื่องเพศนอกจาก Suchman ได้แก่การศึกษาของ Haavio and Kontula (1997) ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของความพึงพอใจทางเพศที่เพิ่มขึ้นซึ่งศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนอายุ 18 - 74 ปี จำนวน 2,250 คน วัตถุประสงค์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานทางสังคม ความคิดเห็นเรื่องเพศ ความหนักแน่นเด็ดเดี่ยว การเลือกใช้ความสัมพันธ์ การฝึกปฏิบัติทางเพศ การบรรลุจุดสุดยอดและความพึงพอใจที่ได้รับจากการมีเพศสัมพันธ์โดยใช้เทคนิค จากการศึกษาวิเคราะห์ Path analysis ผลการศึกษาพบว่าการมีอายุน้อย การไม่ได้รับการถูกควบคุมเรื่องเพศ ความไม่เคร่งครัดในศาสนาในวัยเด็ก การเริ่มต้นเรียนรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ ระดับการศึกษาที่สูง ความหนักแน่นมั่นคงทางเพศ การพิจารณาความสัมพันธ์เรื่องเพศต่อชีวิต การแสดงอารมณ์ความรู้สึกต่อกันในเรื่องเพศ การใช้อุปกรณ์ช่วยในเรื่องเพศ ความถี่ในการมีเพศสัมพันธ์ ความสามารถในการใช้เทคนิคทางเพศ และความถี่ในการบรรลุจุดสุดยอด มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งพบว่าในผู้ชายความสำคัญของความพึงพอใจทางเพศในชีวิต ความรักและการใช้อุปกรณ์

ช่วยจะมีความสัมพันธ์กันโดยตรงกับความพึงพอใจทางเพศด้านร่างกาย สำหรับผู้หญิงที่มีอายุน้อยและการเริ่มต้นเรียนรู้เรื่องเพศสัมพันธ์มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศในด้านความสนุกสนาน และในผู้หญิงพบว่ามีความพึงพอใจทางเพศน้อยกว่าผู้ชายทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแนวคิดอนุรักษนิยม การไม่เห็นความสำคัญของเรื่องเพศ การขาดความมั่นคงหนักแน่นเรื่องเพศและการมีความจำกัดในการใช้เทคนิคทางเพศ ซึ่งผลการศึกษาในเรื่องนี้ยังมีความสัมพันธ์กับการศึกษาของ Varga (1997) ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของเพศสภาพ บทบาททางเพศกับความรัก 3 รูปแบบ คือ ความใกล้ชิด ความดื่มด่ำหลงใหล การผูกมัดและความพึงพอใจทางเพศ วัตถุประสงค์ของการศึกษาเป็นการเปรียบเทียบในความเหมือนและความแตกต่างของความรู้สึกใกล้ชิด ความดื่มด่ำหลงใหล การผูกมัดและความพึงพอใจทางเพศในผู้ชายและผู้หญิง รวมทั้งผลของบทบาททางเพศ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 303 คนที่ศึกษาอยู่ใน 2 มหาวิทยาลัยแถบตะวันตกเฉียงใต้ ทำแบบสอบถามวัดระดับความรัก ลักษณะนิสัยส่วนตัวและระดับความพึงพอใจทางเพศ จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์พบว่า ในผู้หญิงความพึงพอใจทางเพศมีความสัมพันธ์กับความรักชนิดดื่มด่ำหลงใหล แต่ไม่สัมพันธ์กับความรักชนิดใกล้ชิดและมีการผูกมัด ผู้หญิงที่มีลักษณะบทบาททั้งผู้หญิงและผู้ชายรวมกันจะมีความพึงพอใจทางเพศมากกว่าผู้หญิงที่มีบทบาททางเพศบทบาทเดียว สำหรับผู้ชายพบว่าความรักทั้ง 3 รูปแบบมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศและสัมพันธ์กับการศึกษาของ Manheim (1990) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับเรื่องจิตวิทยา ความสัมพันธ์ของบทบาทแนวโน้มทางเพศในชายหญิงที่สมรสแล้วในด้านความพึงพอใจทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองและความวิตกกังวล วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อหาปัจจัยด้านจิตวิทยา 3 ด้านที่สัมพันธ์กับบทบาทแนวโน้มทางเพศในหญิงชายที่แต่งงานแล้ว โดยเป็นผู้ชาย 80 คนและผู้หญิง 80 คน อายุระหว่าง 23-49 ปี อาศัยอยู่ในเขต Metropolitan ซึ่งกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเองวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองและความวิตกกังวล จากการวิเคราะห์ข้อมูลผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองและความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับบทบาทแนวโน้มทางเพศของชายและหญิง ซึ่งผลการศึกษาเหล่านี้ชี้ให้เห็นปัจจัยทางด้านที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ

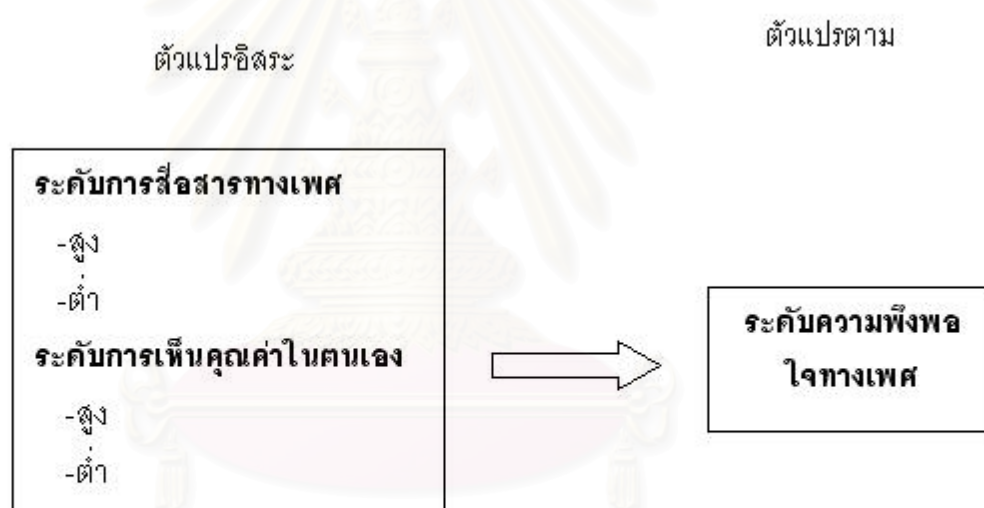
สำหรับการศึกษาเฉพาะผู้หญิงที่ไม่ได้ระบุถึงการสมรสเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ได้แก่การศึกษาของ Jayne (1983) ศึกษาความพึงพอใจทางเพศ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการบรรลุจุดสุดยอดในพฤติกรรมทางเพศของผู้หญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงที่รักต่างเพศจำนวน 65 คนและเข้ารับการตรวจที่แผนกสูติ-นรีเวชและทำแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึกและพฤติกรรมทางเพศ ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจทางเพศและความสนุกสนานเพลิดเพลินมีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญกับความสม่ำเสมอในพฤติ

กรรมทางเพศ และตัวคาดการณ์ที่ดีต่อความพึงพอใจทางเพศคือปัจจัยที่ก่อให้เกิดการบรรลุจุดสุดยอดและไม่บรรลุจุดสุดยอดของผู้หญิง และการศึกษาของ Bridges(1999) ซึ่งศึกษาเรื่องการคาดการณ์และบรรยายถึงความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิง วัตถุประสงค์การศึกษาคือหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงและหาความจำกัดของระดับความพึงพอใจทางเพศ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นผู้หญิงจำนวน 2,632 คนซึ่งเป็นผู้สมัครใจที่จะตอบแบบสอบถามการสำรวจข้อมูลทางเพศของผู้หญิง ผลการศึกษาพบว่า การเริ่มต้นของคูรัักและการสื่อสารเป็นส่วนสำคัญที่สามารถทำนายได้ ถึงความพึงพอใจทางเพศ และการมีทัศนคติที่ดีจากครอบครัวต้นกำเนิดจะสามารถคาดการณ์ถึงความพึงพอใจทางเพศได้ ซึ่งสัมพันธ์กับการศึกษาของ Socher (1999) ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงซึ่งวัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อศึกษาถึงผลด้านจิตวิทยา สิ่งแวดล้อม และอิทธิพลของวัฒนธรรมที่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นผู้หญิงทั้งหมด 2,632 คน ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจทางเพศนั้นมีความสัมพันธ์และเกี่ยวเนื่องกับการยอมรับเรื่องเพศของตนเอง การสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา และการคำนึงถึงความต้องการเรื่องเพศของตนเอง แต่อย่างไรก็ตามอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม อาจไม่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศทั้งนี้อาจเนื่องจากความแตกต่างด้านวัฒนธรรม เช่นการศึกษาของ Rowe (1987) ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเนื้อหาและรูปแบบของการสื่อสารทางเพศของบิดามารดากับความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงเชื้อสายอัฟริกา-อเมริกัน วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อศึกษาลักษณะความต้องการทางสังคมเรื่องเพศของผู้หญิงเชื้อสายอัฟริกา-อเมริกัน และผลกระทบของกระบวนการทางสังคมต่อความพึงพอใจทางเพศในวัยผู้ใหญ่ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นผู้หญิงเชื้อสายอัฟริกา-อเมริกันจำนวน 126 คน โดยการสัมภาษณ์รายบุคคล ผลการศึกษาพบว่าความพึงพอใจทางเพศจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับพื้นฐาน 3 เรื่องได้แก่ การตอบสนองทางเพศ กิจกรรมหรือการแสดงออกทางเพศและความสนใจในเรื่องเพศ ซึ่งการได้รับข้อมูลความรู้เรื่องเพศจากบิดามารดาไม่มีผลกระทบอย่างมีนัยสำคัญต่อความพึงพอใจทางเพศ ทั้งในส่วนของ การตอบสนองทางเพศ กิจกรรมหรือการแสดงออกทางเพศและความสนใจในเรื่องเพศ สำหรับปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศพบได้จากการศึกษาของ Lilo (1983) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างจินตนาการทางเพศของผู้หญิงในช่วงของการมีสัมพันธ์ภาพทางเพศกับคูรััก กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาทั้งหมดเป็นผู้หญิงจำนวน 109 คน ตอบแบบสอบถามเป็นแบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศและการจินตนาการทางเพศ ผลการศึกษาพบว่าในช่วงของการมีสัมพันธ์ภาพทางเพศกับคูรััก ความถี่และชนิดของการจินตนาการทางเพศ การยินยอม ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศอย่างมีนัยสำคัญ

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดพบว่า ไม่ว่าจะในกลุ่มที่แต่งงานแล้ว กลุ่มบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้ระบุถึงการสมรสและไม่ว่าจะเป็นการศึกษาในคู่สมรส เฉพาะกลุ่มผู้หญิง และกลุ่มหญิงชายรวมกัน พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลหรือมีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจทางเพศกับทุกกลุ่มจะมีความคล้ายคลึงกัน ที่สำคัญได้แก่ บทบาททางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเอง ระดับการสื่อสารทางเพศ พฤติกรรมทางเพศ ความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็นต้น

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศพบว่า การสื่อสารทางเพศการแสดงความรู้สึกซึ่งกันและกันและการมีเวลาร่วมกันมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนี้พบว่าคู่สมรสที่มีความพึงพอใจทางเพศจะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วยเช่นกัน

กรอบแนวคิดการวิจัย



วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

สมมติฐานการวิจัย

ผู้หญิงที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความพึงพอใจทางเพศสูงที่สุดเมื่อเทียบกับผู้หญิงกลุ่มอื่น

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือผู้หญิงที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 25-35 ปี มีระยะเวลาสมรสอยู่ในช่วง 2- 4 ปี ยังไม่มีบุตรหรืออยู่ในช่วงของการตั้งครรภ์ มีการศึกษาตั้งแต่ระดับอนุปริญญาขึ้นไป รายได้ส่วนบุคคลเดือนละ 7,000 บาทหรือมากกว่า

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระคือ

2.1.1 ระดับการสื่อสารทางเพศ

2.1.2 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.2 ตัวแปรตามคือ ระดับความพึงพอใจทางเพศ

ข้อจำกัดของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างมีการควบคุมคุณสมบัติเพื่อให้ความคล้ายคลึงกันมากที่สุดในด้าน

1. อายุ ระหว่าง 25-35 ปี เนื่องจากอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีพัฒนาการทางกายอย่างเต็มที่และสมบูรณ์ เป็นวัยแห่งการเสริมสร้างหลักฐานในชีวิต หาแนวทางในชีวิตที่ตนพอใจใช้เวลาส่วนใหญ่กับการทำงาน คู่รักและครอบครัว และงานตามพัฒนาการคือการเลือกคู่ครอง การแต่งงานการเริ่มชีวิตครอบครัว (Erickson, 1963) และจำกัดอายุไม่เกิน 35 ปีเพราะในช่วงปลายอายุ 30 ถึงต้น 40 ผู้หญิงจะสนใจกิจกรรมทางเพศเพิ่มขึ้นและสามารถบรรลุจุดสุดยอดจากการร่วมเพศได้ง่ายเมื่อเปรียบเทียบกับวัยอื่น (สุวิทนา อารีพรรค, 2528)

2. เพศหญิงเนื่องจากในธรรมชาติเกี่ยวกับความพึงพอใจทางเพศของผู้ชายสามารถเกิดได้ง่ายกว่าผู้หญิงเพราะความแตกต่างทางสรีระศาสตร์เคมีในร่างกายและการอบรมเลี้ยงดู ผู้ชายมักตื่นตัวได้ง่ายเมื่อถูกกระตุ้นและใส่ใจกับพฤติกรรมทางกาย (ริดเดอร์สไคเจสท์, 2543) และสุวิทนา อารีพรรค (2528) อธิบายว่า การบรรลุความสุขสุดยอดจากการร่วมเพศของผู้ชายเกิดง่ายกว่าของผู้หญิงจึงมุ่งศึกษาที่การเกิดความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่มีความซับซ้อนมากกว่าผู้ชาย

3. สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นชนชั้นกลางคือจบการศึกษาระดับอนุปริญญาขึ้นไป ประกอบอาชีพด้านงานวิชาชีพหรือวิชาการและรายได้หลักเป็นรายได้ที่มาจากเงินเดือนประจำรายได้ส่วนบุคคลเดือนละ 7,000 บาท ขึ้นไป (พินิจ ลาภธนานนท์, 2538)

4. ไม่มีบุตร เนื่องจากการตั้งครรภ์และการมีบุตรอาจส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศลดลง วัฒนา ศรีพจนารถ (2543) อธิบายว่าหญิงตั้งครรภ์จะมีความสุขทางเพศลดลงและไม่กล้ามีเพศสัมพันธ์เนื่องจากกลัวทารกจะได้รับอันตรายจากการมีเพศสัมพันธ์ และสมพร บุษราคิจ, สมศรี

ณ ระนอง, วันเพ็ญ บุญประกอบ และจิระ สีตะสุวรรณ (2524) อธิบายว่าความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงจะลดลงเมื่อมีบุตรแล้ว

5. ระยะเวลาสมรส จำกัดอยู่ที่ 2-4 ปี ซึ่งเป็นการจำกัดความถี่ของการมีเพศสัมพันธ์เนื่องมาจากในช่วง 2 ปีแรกของการสมรส คู่สมรสจะมีกิจกรรมทางเพศที่ถี่กว่าปกติและจะลดลงในช่วงหลังปีที่ 2 (นภาพร ชัยวรรณ และ จอห์น โนเดล , 2535)

6. ในการเก็บรวบรวมแบบสอบถาม ผู้วิจัยไม่สามารถเก็บได้ด้วยตนเอง ส่งผลให้ต้องตัดแบบสอบถามที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติไม่ครบดังที่กล่าวมาในข้อ 1-5 เช่นกลุ่มตัวอย่างกำลังตั้งครรภ์ ระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับอนุปริญญา เป็นต้น รวมทั้งผู้วิจัยไม่สามารถตรวจสอบได้ว่าผู้ตอบแบบสอบถามตอบทุกข้อหรือไม่จึงจำเป็นต้องตัดแบบสอบถามที่ตอบไม่ครบทุกข้อออกไป

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. การสื่อสารทางเพศหมายถึง การประเมินระดับการใช้การสื่อสารทางเพศ คือการใช้ทักษะการสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ ได้แก่การตอบสนองทางเพศในระยะต่างๆและการสื่อสารในเรื่องการเสริมสร้างปัจจัยที่ทำให้เกิดความพึงพอใจทางเพศที่บุคคลใช้กับคู่รัก จากแบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศที่พัฒนาขึ้นโดยผู้วิจัย

2. การเห็นคุณค่าในตนเองหมายถึง การประเมินระดับการเห็นคุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นการแสดงถึงการยอมรับตนเอง ความเชื่อต่อตนเองเกี่ยวกับความสามารถ การมีความสำคัญต่อผู้อื่น ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากแบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1981)

3. ความพึงพอใจทางเพศหมายถึง การประเมินระดับความพึงพอใจทางเพศที่บุคคลรายงานว่าได้รับจากคู่รักเกี่ยวกับความรู้สึกพอใจ การได้รับความสุข การมีทัศนคติเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งวัดได้จากแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากแบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศของ Hudson (1990)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศที่ทำการศึกษาในประเทศไทย

2. สามารถนำผลที่ได้จากการวิจัยมาใช้ในการสร้างองค์ความรู้ใหม่ นำมาส่งเสริมคู่รักให้มีการใช้การสื่อสารทางเพศเพื่อนำมาสู่การมีชีวิตคู่ที่มีความสุขมีความพึงพอใจทางเพศ

3. ลดปัญหาในเรื่องเพศที่เกิดจากการขาดการสื่อสารที่ดีและส่งผลให้เกิดปัญหาอื่นๆตามมา
4. นำผลที่ได้จากการวิจัยมาเป็นแนวทางในการสร้างมาตรฐานการสื่อสารทางเพศและความพึงพอใจทางเพศให้เหมาะสมกับสังคมไทย
5. การศึกษาต่อเนื่องในเรื่องการสื่อสารทางเพศในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆต่อไป เช่น เรื่องการสื่อสารทางเพศภายในครอบครัว การสื่อสารทางเพศกับลูกวัยต่างๆ เป็นต้น
6. การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กซึ่งจะเป็นการส่งเสริมความสามารถในการสื่อสารและการดำเนินชีวิตในสังคมเมื่อโตขึ้น



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ

1. เพศหญิง
2. มีอายุระหว่าง 25 - 35 ปี
3. มีระยะเวลาสมรสอยู่ในช่วง 2-4 ปีโดยมีการจดทะเบียนสมรสหรือไม่ก็ได้
4. การศึกษาระดับอนุปริญญาขึ้นไป และรายได้ส่วนบุคคลเดือนละ 7,000 บาทขึ้นไป
5. ไม่มีบุตรหรือไม่อยู่ในช่วงของการตั้งครรภ์

ทั้งนี้เหตุผลในการกำหนดคุณสมบัติกลุ่มตัวอย่างครั้งนี้ ได้มีการกล่าวไว้แล้วในบทที่ 1

ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยมีขั้นตอนดังนี้

1. ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) และ Snowball Sampling เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างตามลักษณะที่ต้องการ

2. นำกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 200 คน ที่มีคุณสมบัติตรงตามลักษณะที่ต้องการมาเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้เกณฑ์การแปลผลคะแนนจากการตอบแบบสอบถาม (ดังรายละเอียดหน้า 87- 88) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 99 คน ที่มีคะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดนำไปใช้ในการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

3. นำกลุ่มตัวอย่างที่ได้ทั้งหมด 99 คน จัดเข้ากลุ่มได้เป็น 4 กลุ่มดังนี้คือ

กลุ่มที่ 1 คือ กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จำนวน 43 คน

กลุ่มที่ 2 คือ กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จำนวน 13 คน

กลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศต่ำและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จำนวน 14 คน

กลุ่มที่ 4 คือ กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศต่ำและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จำนวน 29 คน

ตารางที่ 4 การแบ่งตัวอย่างเป็น 4 กลุ่มตามเกณฑ์การแปลผลคะแนน

	การเห็นคุณค่าในตนเอง		
		สูง	ต่ำ
การสื่อสารทางเพศ			
	สูง	1 (n = 43)	2 (n = 13)
	ต่ำ	3 (n = 14)	4 (n = 29)

จากตารางที่ 4 รายละเอียดของการกำหนดระดับคะแนนสูง-ต่ำจะอธิบายในหัวข้อเกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนสูงต่ำ ดังรายละเอียดหน้า 88

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่

- 1.แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 7 ข้อ
- 2.แบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 25 ข้อ
- 3.แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ จำนวน 29 ข้อ
- 4.แบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ จำนวน 25 ข้อ

การพัฒนาเครื่องมือและการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

เป็นเครื่องมือที่ใช้รายงานข้อมูลทั่วไปที่ตรงกับความจริงของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามให้มีความครอบคลุมกับเนื้อหาได้แก่ อายุ ระยะเวลาการสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้ส่วนบุคคล การตั้งครรรภ์ และการมีบุตร และแบบสอบถามมีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด

2 แบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

เป็นแบบสอบถามสำหรับวัดระดับความรู้สึกต่อตนเองในปัจจุบัน โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างแสดงความคิดเห็นต่อข้อความนั้นๆ ว่าตรง หรือไม่ตรงกับตนเองในปัจจุบัน โดยมีจำนวนข้อกระทง 25 ข้อ

2.1 ขั้นตอนการพัฒนาแบบสอบถาม

2.1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดนิยามและตัวแปรที่จะวัด โดยกำหนดคำจำกัดความที่ใช้ในแบบสอบถาม ซึ่งคำจำกัดความของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ใช้ในแบบสอบถามคือ การประเมินค่า การพิจารณาตนเอง ของบุคคล ซึ่งจะเป็นการแสดงถึงการยอมรับตนเอง ความเชื่อต่อตนเอง เกี่ยวกับความสามารถ การมีความสำคัญต่อผู้อื่น การประสบความสำเร็จในชีวิต การยอมรับนับถือจากผู้อื่น ทั้งนี้เป็นอิทธิพลมาจากประสบการณ์ส่วนตัว และจะถ่ายทอดให้บุคคลอื่นรับรู้ได้โดยคำพูดหรือการแสดงพฤติกรรม (Coopersmith, 1981)

2.1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเพื่อใช้วัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยศึกษาจากแบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem Inventory) ของ Coopersmith (1981) ซึ่งมีงานวิจัยต่างประเทศที่ได้้นำแบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่พัฒนาขึ้นโดย Coopersmith ไปใช้ เมื่อนำแบบสอบถามมาทดสอบหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยการทดสอบซ้ำ (Test and retest method) การแบ่งครึ่ง (Split-halves methods) และการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal consistency methods) พบว่ามีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง 0.64 – 0.90 (Spatz, 1973; Kimball, 1972; Fullerton, 1972 & Reitz, 1968 อ้างถึงใน Coopersmith, 1981) และแบบสอบถามมีความถูกต้องของการวัดทั้งตามความถูกต้องในเนื้อหา (Content validity) และความถูกต้องตามโครงสร้าง (Construct validity) (Simon, 1975; Kokenes, 1974 & Kimball, 1972 อ้างถึงใน Coopersmith, 1981) และผู้วิจัยได้ดัดแปลงแบบสอบถาม โดยแปลและปรับภาษาเพื่อให้สอดคล้องครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการศึกษา แบบสอบถามมีข้อกระทงทั้งหมด 25 ข้อ แบ่งเป็น 2 ลักษณะดังนี้คือ

2.1.2.1 ข้อกระทงเชิงบวกมีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ข้อ

1,4,5,8,9,14,19 และ 20

2.1.2.2 ข้อกระทงเชิงลบ มีจำนวน 17 ข้อ ได้แก่ข้อ

2,3,6,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22,23,24 และ 25

2.1.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่สร้างขึ้น ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไขในขั้นต้น และให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านคือนักจิตวิทยา 1 ท่าน สูติแพทย์ 1 ท่าน และจิตแพทย์ 1 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยใช้เกณฑ์การเห็นพ้องของผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ใน 3 โดยผู้วิจัยได้แสดงรายชื่อของผู้ทรงคุณวุฒิ ไว้ในภาคผนวก ก.

2.1.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามจำนวน 25 ข้อที่ได้ปรับปรุงและแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน

2.1.5 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้รับจากการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 ชุดมาวิเคราะห์ข้อกระทง (Item analysis) โดยคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในแบบสอบถาม (Corrected item-total correlation) และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของภายใน (Cronbach's Coefficient of Internal Consistency) ผลการคำนวณเมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่าจากข้อกระทงทั้งหมด 25 ข้อ มีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในแบบสอบถามต่ำกว่า 0.27 (df = 38) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จำนวน 11 ข้อคือข้อ 1,2,4,5,8,9,10,14,19,20 และ 25 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของภายในพบว่ามีความเท่ากับ 0.67 ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายชื่อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
1.โดยปกติแล้วไม่ค่อยมีเรื่องอะไรมารบกวนจิตใจฉันได้	- 0.23
2.การพูดต่อหน้าคนหมู่มาก เป็นเรื่องยากมากสำหรับฉัน	0.04
3. หากเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนแปลงตัวเองในหลายๆ ด้าน	0.33*
4. ฉันสามารถตัดสินใจ ในเรื่องต่างๆ ได้เอง โดยไม่รู้สึกลำบากใจ	- 0.28
5. ฉันเป็นคนที่ไม่ใครอยู่ด้วยแล้วมีความสุข	- 0.09
6. ฉันเป็นคนหงุดหงิดง่ายเวลาอยู่บ้าน	0.34*
7. ฉันต้องใช้เวลาอย่างมากในการสร้างความคุ้นเคยกับสิ่งใหม่ๆ ในชีวิต	0.46*
8. ฉันเป็นที่ชื่นชอบของคนวัยเดียวกัน	0.08
9. ครอบครัวของฉันมักจะใส่ใจต่อความรู้สึกของฉัน	- 0.30
10. ฉันยอมจำนนกับสิ่งต่างๆ ได้ง่าย	0.17
11. ครอบครัวของฉันตั้งความคาดหวังกับฉันมากเกินไป	0.41*
12. มันยากที่จะมีชีวิตแบบฉัน	0.32*
13. ทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตฉันดูจะสับสนวุ่นวาย	0.46*
14. คนอื่นๆ มักเห็นด้วยกับความคิดเห็นของฉัน	0.02
15. ฉันรู้สึกว่าตัวเองไม่มีอะไรดี	0.50*
16. มีหลายครั้งที่ฉันรู้สึกอยากจะหนีไปให้พ้นๆ	0.40*
17. ฉันมักจะรู้สึกหงุดหงิดกับงานที่ทำ	0.51*
18. ฉันไม่ได้ดูดีเหมือนคนอื่นๆ	0.39*
19. ถ้าฉันคิดจะพูดอะไร ฉันก็จะพูดอย่างที่คิด	0.18
20. ทุกคนในครอบครัวเข้าใจฉัน	- 0.33

*p<0.5

ตารางที่ 5 (ต่อ) ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
21. ใครๆ ก็ได้รับการชื่นชมมากกว่าฉัน	0.50*
22. ฉันรู้สึกว่าการคบใครสร้างความคิดดีให้ฉัน	0.55*
23. ฉันมักจะท้อแท้ใจกับสิ่งที่ฉันทำอยู่	0.60*
24. ฉันชอบคิดว่าอยากเป็นคนนั้นคนนี้อยู่บ่อยๆ	0.61*
25. ฉันเป็นคนที่ฟุ้งฟิงไม่ค่อยได้	0.00
ค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน	0.67

*p<0.5

2.1.6 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างเพิ่มอีก 20 คนรวมเป็นทั้งหมด 60 คน พบว่าจากข้อกระทง 25 ข้อยังมีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถาม ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 จำนวน 9 ข้อ และมีค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในเท่ากับ 0.56 ผู้วิจัยจึงนำแบบสอบถามข้อกระทงที่ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 มาปรับเปลี่ยนภาษาที่เหมาะสมและง่ายต่อการทำความเข้าใจของผู้ตอบแบบสอบถาม และนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 55 คน นำแบบสอบถามมาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถาม (Corrected item-total correlation) และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน (Cronbach's Coefficient of Internal Consistency) ผลการคำนวณเมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่าไม่มีข้อกระทงติดลบ และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในพบว่า มีค่าเท่ากับ 0.81 และสามารถนำแบบสอบถามไปใช้เป็นแบบสอบถามจริงในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจริง อย่างไรก็ตามมีข้อกระทงจำนวน 4 ข้อได้แก่ ข้อ 2,5,9 และข้อ 19 ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถามต่ำ

กว่า 0.23 (df = 53) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 แต่ไม่สามารถตัดข้อกระทงเหล่านี้นี้ออกได้ เนื่องจากเป็นเนื้อหาที่มีความสำคัญและครอบคลุมที่ต้องใช้วัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=55)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
1.ฉันเป็นคนที่ไม่หวั่นไหวกับปัญหาที่เข้ามาในชีวิต	0.27*
2.ฉันไม่มั่นใจถ้าจะต้องพูดต่อหน้ากลุ่มคน	0.11
3.มีหลายอย่างในตัวฉันที่ฉันไม่ชอบและอยากจะเปลี่ยน	0.39*
4.ฉันมั่นใจในการตัดสินใจของฉัน	0.25*
5.ฉันเป็นคนที่ไม่ใครๆก็อยากอยู่ด้วย	0.22
6.เวลาอยู่บ้านฉันเป็นคนเจ้าอารมณ์	0.33*
7.ฉันต้องใช้เวลานานมากในการปรับตัวยอมรับกับสิ่งใหม่ๆในชีวิต	0.53*
8.ฉันเป็นที่ชื่นชอบของเพื่อนวัยเดียวกัน	0.29*
9.ครอบครัวของฉันจะคำนึงถึงความรู้สึกของฉันเสมอ	0.19
10.ฉันล้มเลิกความตั้งใจได้ง่าย	0.31*
11.ครอบครัวของฉันตั้งความคาดหวังที่สูงเกินไปสำหรับฉัน	0.56*
12.ชีวิตฉันมีแต่ความยากลำบาก	0.38*
13.ชีวิตฉันมีแต่ความยุ่งเหยิงวุ่นวาย	0.56*
14.ฉันมักจะมีความคิดดีๆที่ทำให้ผู้อื่นคล้อยตามได้	0.26*
15.ฉันรู้สึกว่าคุณเองไม่มีอะไรดี	0.32*
16.มีหลายครั้งที่ฉันรู้สึกอยากจะหนีไปให้พ้นๆ	0.37*
17.ฉันรู้สึกว่าฉันทำงานได้ไม่ดีพอ	0.47*
18.เปรียบเทียบกับคนทั่วไปแล้ว ฉันเป็นคนหน้าตาไม่ดี	0.50*

*p < .05

ตารางที่ 6 (ต่อ) ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง (n=55)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
19. ฉันสามารถพูดในสิ่งที่ฉันอยากจะพูดได้	0.21
20. ครอบครัวของฉันเข้าใจฉัน	0.28*
21. ใครๆ ก็พากันชื่นชมคนอื่น แต่ไม่เคยเห็นฉันอยู่ในสายตา	0.28*
22. ฉันรู้สึกว่าการครอบครัวสร้างความกดดันให้ฉัน	0.30*
23. ฉันมักจะท้อแท้ใจกับสิ่งที่ฉันทำอยู่	0.48*
24. ฉันไม่ชอบตัวเอง ฉันอยากเป็นคนอื่น	0.27*
25. ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้	0.33*
ค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน	0.81

*p < .05

2.2. เกณฑ์การให้คะแนน

เนื่องจากกำหนดให้ข้อกระทงมีทั้งข้อความเชิงบวกและข้อความเชิงลบ ดังนั้นการคำนวณให้คะแนนแต่ละข้อซึ่งมีการกำหนดดังในตาราง

คำตอบ	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
ใช่	1	0
ไม่ใช่	0	1

3.แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ

เป็นแบบสอบถามสำหรับวัดระดับพฤติกรรมการสื่อสารทางเพศที่บุคคลใช้กับคู่รักซึ่งแบบสอบถามจะครอบคลุมองค์ประกอบของการสื่อสารทางเพศในเรื่องการใช้ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพเกี่ยวกับเรื่องต่างๆไปในชีวิตประจำวัน และการใช้ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพเกี่ยวกับเรื่องเพศโดยให้ผู้ตอบรายงานว่าข้อความในแต่ละข้อกระทงเป็นจริงกับสิ่งที่ตนปฏิบัติพฤติกรรมการสื่อสารทางเพศ โดยแบ่งมาตราประเมินค่าออกเป็น 5 ระดับคือ จริงที่สุดจริงส่วนมาก จริงบ้าง จริงน้อยมาก ไม่จริงเลย ซึ่งมีข้อกระทงทั้งหมด 35 ข้อ

3.1 ขั้นตอนการพัฒนาแบบสอบถาม

3.1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดนิยามและตัวแปรที่จะวัด โดยกำหนดคำจำกัดความที่ใช้ในแบบสอบถามไว้ดังนี้

- ทักษะการสื่อสาร หมายถึง การใช้การสื่อสารที่ใช้คำพูด (Verbal Communication) และการสื่อสารที่ไม่ใช้คำพูด (Nonverbal Communication) ซึ่งเป็น การแสดงพฤติกรรมต่างๆที่ไม่ใช้คำพูด แต่สื่อความหมายโดยสีหน้าท่าทาง น้ำเสียง กิริยาเคลื่อนไหว การประสานสายตา เป็นต้น

การใช้ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ หมายถึง การใช้ทักษะการสื่อสารที่มีความชัดเจนในเนื้อหาและมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ 2 ประการคือ (อุมาพร ตรังสมบัติ, 2545)

1. การสื่อสารเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ ได้แก่การพูดคุยในเรื่องที่แต่ละคนสนใจ การเล่าเรื่องของตนเองหรือเปิดเผยเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิด
2. การสื่อสารเพื่อแก้ปัญหา หมายถึงการพูดคุยกันเพื่อหาข้อสรุปเกี่ยวกับปัญหา ความขัดแย้งและหาวิธีที่ทั้งสองฝ่ายพอใจ

นอกจากนั้น การใช้ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพยังรวมถึงการใช้ทักษะการสื่อสารที่เหมาะสม ได้แก่การที่ทั้งสองฝ่ายพูดคุยร่วมกัน ไม่ใช้การสื่อสารผ่านบุคคลที่สาม ไม่ใช้คำพูดตำหนิ วิพากษ์วิจารณ์ หรือหลีกเลี่ยงที่จะพูดคุยกัน ไม่ใช้ความเงียบในการหลีกเลี่ยงปัญหา การใช้คำถามเปิด การแสดงความใส่ใจด้วยการรับฟัง การสังเกตกิริยาท่าทางของคู่สนทนา (จิ้น แบร์, 2540)

- การใช้ทักษะสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องต่างๆไป หมายถึง การสนทนาในหัวข้อเรื่องต่างๆไปในชีวิตประจำวันที่ไม่เกี่ยวกับเรื่องเพศ

- การใช้ทักษะสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ ได้แก่ การสื่อสารเกี่ยวกับการตอบสนองทางเพศในระยะต่างๆ ได้แก่ ระยะตื่นตัวทางเพศ (Excitement phase) ระยะที่มีการตื่นตัวทางเพศในระดับสูง (Plateau phase) ระยะสุขสุดยอดทางเพศ (Orgasm phase) และระยะกลับคืน (Resolution phase) รวมทั้งการสื่อสารในเรื่องการเสริมสร้างปัจจัยที่ทำให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ (กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย, 2544)

3.1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามที่ใช้วัดระดับการสื่อสารทางเพศขึ้นมาใหม่ โดยศึกษาจากแบบวัดการสื่อสารทางเพศ ได้แก่ แบบประเมินการสื่อสารทางเพศ (An Assessment of Sexual Communication) ของ Byer and Shainberge (1999) จำนวน 16 ข้อ การประเมินรูปแบบการสื่อสารทางเพศของตน (Rating Your Sexual Communication) ของ Turner and Robinsen (1993) จำนวน 9 ข้อ แบบวัดการสื่อสารทางเพศด้วยตนเอง (Sexual intimacy communication homework) ของ Hatfield, R. W. (n.d.) จำนวน 6 ข้อ โดยมีการแปลปรับภาษา และสร้างข้อกระทงเพิ่มเติม 4 ข้อ ได้ข้อกระทงทั้งหมด 35 ข้อ แบ่งเป็น 2 ลักษณะดังนี้ คือ

3.1.2.1 ข้อกระทงเชิงบวกมีจำนวน 27 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 และ 35

3.1.2.2 ข้อกระทงเชิงลบมีจำนวน 8 ข้อ ได้แก่ ข้อ 6, 7, 8, 16, 18, 20, 24 และ 25

3.1.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศที่สร้างขึ้น ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไขในขั้นต้น และให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน คือนักจิตวิทยา 1 ท่าน สูติแพทย์ 1 ท่าน และจิตแพทย์ 1 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยใช้เกณฑ์การเห็นพ้องของผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ใน 3 โดยผู้วิจัยได้แสดงรายชื่อของผู้ทรงคุณวุฒิ ไว้ในภาคผนวก ก.

3.1.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามจำนวน 35 ข้อ ที่ได้ปรับปรุงและแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน

3.1.5 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้รับจากการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 ชุด มาวิเคราะห์ข้อกระทง (Item analysis) โดยคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถาม (Corrected item-total correlation) และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และคำนวณหาค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน (Cronbach's Coefficient of Internal Consistency)

ผลการคำนวณเมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่า จากข้อกระทงทั้งหมด 35 ข้อ มีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแบบสอบถามต่ำกว่า 0.27 ($df = 38$) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จำนวน 6 ข้อคือข้อ 6,16,20,24,25 และ 29 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ค้ำองภายในพบว่า มีค่าเท่ากับ 0.83

3.1.6 ผู้วิจัยตัดข้อกระทงที่ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และข้อกระทงติดลบออก เหลือข้อกระทง 29 ข้อ คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้อที่เหลืออีกครั้งหนึ่ง เมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่า ข้อกระทงทั้งหมด 29 ข้อไม่มีข้อกระทงที่ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยเป็นข้อความเชิงบวก 26 ข้อ และเป็นข้อความเชิงลบ 3 ข้อ และมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ค้ำองภายในเท่ากับ 0.84 และสามารถนำแบบสอบถามไปใช้เป็นแบบสอบถามจริงในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริงดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ค้ำองภายในของ แบบวัดระดับการสื่อสารทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อ กระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ	
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
1. ฉันสามารถแสดงความต้องการ และความรู้สึกที่แท้จริงของฉันให้สามีรับรู้ได้	0.55*	0.54*
2. ฉันเป็นคนไวต่อความรู้สึกและความต้องการของสามี โดยเฉพาะในการแสดงออกที่ไม่ใช้คำพูด	0.59*	0.58*
3. ความสัมพันธ์ของฉันกับสามีเป็นไปอย่างราบรื่นและมีความสุข	0.45*	0.47*
4. ความขัดแย้งใดๆที่เกิดขึ้นระหว่างฉันและสามี ได้รับการแก้ไขให้ลุล่วงและผ่านไปได้อย่างดี	0.50*	0.51*
5. ฉันสามารถเลือกคำพูดที่สื่อถึงความคิดของฉันได้ดี	0.41*	0.47*

* $p < .05$

ตารางที่ 7(ต่อ) ผลการวิเคราะห์ห้ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการสื่อสารทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อ กระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
6. ฉันต้องพยายามอย่างมากที่จะไม่ขัดจังหวะสามี ในเวลาที่เขาพูดกับฉัน	- 0.18	-
7. ฉันต้องพยายามอย่างมากที่จะไม่แสดงความรู้สึกของตน ในลักษณะที่ด่วนตัดสินใจในตอนที่เขากำลังออกความเห็นและกำลังแสดงความรู้สึก	0.51*	0.48*
8. ในการสนทนาเรื่องที่ทำให้ฉันรู้สึกอึดอัดใจ ฉันพยายามอย่างยิ่งที่จะคงพูดคุยถึงเรื่องนั้นต่อไปโดยไม่เปลี่ยนเรื่องพูดหรือนั่งเงียบ	0.32*	0.27*
9. ในการสนทนากับสามีฉันไม่ใช้การตั้งคำถามแบบ “ใช่”/ “ไม่ใช่” แต่จะใช้ในลักษณะของคำถามนำเพื่อช่วยให้สามีสามารถพูดถึงเรื่องนั้นๆ ได้ง่ายขึ้น	0.42*	0.43*
10. เมื่อฉันต้องการแสดงความรู้สึก ฉันสามารถพูดได้จากมุมมองของตนเองอย่างเต็มที่	0.73*	0.73*
11. ฉันสามารถแสดงออกอย่างชัดเจนในการที่จะไม่ยอมให้ผู้อื่นมารุกรานสิทธิของฉัน	0.34*	0.34*
12. ฉันบอกให้สามีทราบเมื่อเขาไม่เคารพสิทธิหรือความรู้สึกของฉัน	0.52*	0.52*
13. เมื่อฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์กับสามี ฉันสามารถปฏิเสธเขาได้โดยไม่ต้องฝืนใจตัวเอง	0.43*	0.46*
14. ฉันสามารถพูดกับสามีได้โดยไม่รู้สึกลำบากใจ ในการขอให้สามีใช้วิธีการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ขณะมีเพศสัมพันธ์กับฉัน	0.36*	0.38*
15. เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างฉันกับสามี ฉันพยายามหาบทสรุปที่ทำให้เราเกิดความพอใจทั้งสองฝ่าย	0.51*	0.52*

*p < .05

ตารางที่ 7(ต่อ) ผลการวิเคราะห์ห้ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับการสื่อสารทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อ กระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ	
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
16. เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างฉันกับสามี ฉันจะเป็นฝ่ายยอมเพื่อให้ปัญหานั้นหมดไป	0.13	-
17. ฉันสามารถถามสามีได้ว่า มีอะไรบ้างที่เขาชอบหรือไม่ชอบให้ฉันทำ ในขณะที่เรามีเพศสัมพันธ์	0.74*	0.73*
18. ฉันไม่กล้าบอกสามีว่า มีอะไรบ้างที่ฉันชอบหรือไม่ชอบให้เขาทำ ในขณะที่เรามีเพศสัมพันธ์	0.28*	0.27*
19. ฉันสามารถบอกปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับสามีโดยไม่ทำให้เขาเสียความรู้สึก	0.54*	0.55*
20. ฉันมักจะแกล้งทำเป็นพอใจหรือเสแสร้งว่าบรรลุนัดสุดยอดเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับสามี แทนที่จะบอกเขาตรงๆว่าฉันอยาก让他ปฏิบัติต่อฉันอย่างไร	0.05	-
21. เมื่อฉันมีอาการหงุดหงิด ฉันสามารถที่จะอธิบายให้สามีเข้าใจได้ว่า ฉันไม่มีอารมณ์ทางเพศและไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ในขณะนั้น	0.54*	0.53*
22. ฉันกล้าที่จะเป็นผู้เริ่มต้นในการเชิญชวนสามีให้มีเพศสัมพันธ์	0.50*	0.53*
23. ฉันสามารถเล่าให้สามีฟังได้โดยไม่รู้สึกรัดเงิน ถึงจินตนาการทางเพศที่ฉันมีต่อเขา	0.47*	0.42*
24. ฉันไม่กล้าที่จะวิพากษ์วิจารณ์สามีในเรื่องใดๆเพราะกลัวว่าจะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเราเกิดปัญหา	0.24	-
25. เวลาที่ฉันโกรธสามี ฉันจะทะเลาะกับเขาเป็นเวลานาน และในที่สุดเราต่างก็รู้สึกแค้นด้วยกันทั้งสองฝ่าย	0.10	-

*p < .05

ตารางที่ 7(ต่อ) ผลการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อ
 กระทบแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน
 ของ แบบวัดระดับการสื่อสารทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างข้อ กระทบแต่ละ ข้อกับคะแนนรวมของข้อ อื่นๆ	
	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2
26. เมื่อเราเริ่มต้นเล่าโลมกันและกัน สามีของฉันรู้ว่าฉันอยากให้สามี เริ่มต้นแบบใดที่จะทำให้ฉันพอใจและมีอารมณ์ทางเพศ	0.65*	0.62*
27. เมื่อเริ่มต้นเล่าโลมกันและกัน สามีของฉันรู้ว่าจะต้องระมัดระวัง อะไรบ้างที่อาจจะทำให้ฉันเสียอารมณ์ได้	0.52*	0.51*
28. ในช่วงของการเล่าโลม สามีของฉันรู้ว่าเขาต้องใช้เวลานานสัก เท่าไรในการกระตุ้นให้ฉันเกิดอารมณ์ทางเพศเต็มที่	0.33*	0.33*
29. สามีของฉันรู้ว่าฉันชอบมีเพศสัมพันธ์ในเวลาใดของวัน	0.07	-
30. สามีของฉันรู้ว่าการกระทำอะไรของเขาขณะร่วมเพศ ที่อาจจะทำ ให้ฉันหมดอารมณ์ทางเพศได้	0.38*	0.37*
31. สามีของฉันรู้ว่าหลังจากที่ฉันบรรลุจุดสุดยอด ฉันต้องการทำ อะไร	0.28*	0.34*
32. เมื่อฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ ฉันกล้าบอกสามีว่าฉันต้องการ เพียงแค่การโอบกอดหรือสัมผัส	0.53*	0.55*
33. ฉันกล้าบอกสามีให้มีการเปลี่ยนแปลงบรรยากาศหรือสถานที่ใน การมีเพศสัมพันธ์	0.62*	0.62*
34. ฉันกล้าบอกสามีให้แสวงหาวิธีการที่นำมาสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ แปลกใหม่หรือเพิ่มความสุขแก่กัน	0.61*	0.58*
35. ฉันบอกรักสามีอยู่เสมอ	0.44*	0.46*
ค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน	0.83	0.84

* p<.05

3.2 เกณฑ์การให้คะแนน

เนื่องจากกำหนดให้ข้อกระทงมีทั้งข้อความเชิงบวกและข้อความเชิงลบ ดังนั้นการคำนวณให้คะแนนแต่ละข้อจึงมีการกำหนดดังในตาราง

คำตอบ	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
จริงที่สุด	5	1
จริงส่วนมาก	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อยมาก	2	4
ไม่จริงเลย	1	5

4. แบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ

เป็นแบบสอบถามสำหรับวัดระดับความพึงพอใจทางเพศที่มีต่อพฤติกรรมด้านเพศสัมพันธ์และทัศนคติการมีเพศสัมพันธ์ของคู่รัก ซึ่งแบบสอบถามจะครอบคลุมองค์ประกอบของความพึงพอใจทางเพศในเรื่องพฤติกรรม ความรู้สึกและทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องเพศและการมีเพศสัมพันธ์ โดยให้ผู้ตอบแสดงความพึงพอใจกับข้อความในแต่ละข้อกระทงโดยแบ่งมาตราประเมินออกเป็น 5 ระดับ คือ จริงที่สุด จริงส่วนมาก จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยมาก ซึ่งมีข้อกระทงทั้งหมด 25

4.1 การสร้างเครื่องมือ

4.1.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดนิยามและตัวแปรที่จะวัด โดยกำหนดคำจำกัดความที่ใช้ในแบบสอบถาม ซึ่งคำจำกัดความของความพึงพอใจทางเพศหมายถึง ความรู้สึกพอใจพอใจ การได้รับความสุข มีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศและการมีเพศสัมพันธ์ (สุชาติ โสมประยูร และวรรณี โสมประยูร (2541)

4.1.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเพื่อใช้วัดระดับความพึงพอใจทางเพศ โดยศึกษาจากแบบประเมินความพึงพอใจทางเพศ (Sexual Satisfaction Inventory) ของ Hudson (1990) ซึ่งมีงานวิจัยต่างประเทศที่ได้นำแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศที่พัฒนาขึ้นโดย Hudson ไปใช้ เมื่อนำแบบสอบถามมาทดสอบหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยการทดสอบซ้ำ (Test and retest method) และการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal consistency methods) พบว่ามีค่าความเที่ยงอยู่ในช่วง 0.91 – 0.93 และแบบสอบถามมีความถูกต้องของการวัดตามโครงสร้าง (Construct validity) ซึ่งทุกข้อกระทงมีความครอบคลุมในเรื่อง

องค์ประกอบของความพึงพอใจทางเพศในคู่สมรส (Hally, 1988) และผู้วิจัยได้ดัดแปลงแบบสอบถามโดยการแปล ปรับภาษา เพื่อให้สอดคล้องครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการศึกษา ซึ่งจำนวนข้อกระทงทั้งหมดมี 25 ข้อ แบ่งเป็น 2 ลักษณะดังนี้

4.1.2.1 ข้อกระทงเชิงบวกมีจำนวน 12 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 9, 10, 12, 16, 17, 19, 21, 22 และ 23

4.1.2.2 ข้อกระทงเชิงลบมีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 5, 6, 7, 8, 11, 13, 14, 15, 18, 20, 24 และ 25

4.1.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไขในขั้นต้น และให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านคือนักจิตวิทยา 1 ท่าน สูติแพทย์ 1 ท่าน และจิตแพทย์ 1 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) โดยใช้เกณฑ์การเห็นพ้องของผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ใน 3 โดยผู้วิจัยได้แสดงรายชื่อของผู้ทรงคุณวุฒิ ไว้ในภาคผนวก ก.

4.1.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามจำนวน 25 ข้อที่ได้ปรับปรุงและแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน

4.1.5 ผู้วิจัย นำแบบสอบถามที่ได้รับจากการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 ชุดมาวิเคราะห์ข้อกระทง (Item analysis) โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในแบบสอบถาม (Corrected item-total correlation) และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และคำนวณค่าความเที่ยง (Reliability) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน (Cronbach's Coefficient of Internal Consistency) ผลการคำนวณเมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่าจากข้อกระทงทั้งหมด 25 ข้อ มีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในแบบสอบถามต่ำกว่า 0.27 (df = 38) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จำนวน 16 ข้อคือข้อ 4,5,6,7,8,11,14,15,17,18,19,20,22,23,24, และ 25 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในพบว่าค่าเท่ากับ 0.61 ดังแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อ กระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
1. ฉันรู้สึกว่ามีมีความสุขจากการมีเพศสัมพันธ์ของเรา	0.44*
2. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องน่าตื่นเต้น	0.63*
3. ฉันและสามีรู้สึกสนุกในการมีเพศสัมพันธ์	0.35*
4. การมีเพศสัมพันธ์กับสามีเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่ายสำหรับฉัน	- 0.16
5. ฉันรู้สึกว่าเรามีเพศสัมพันธ์กับสามีเป็นเรื่องสกปรกและน่ารังเกียจ	0.23
6. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องเรียบง่ายไม่มีชีวิตชีวา	0.03
7. การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องที่รีบร้อนและจบเร็วเกินไป	0.23
8. ฉันรู้สึกไม่พึงพอใจจากการมีเพศสัมพันธ์	- 0.16
9. สามีของฉันมีความเข้าใจทางเพศสูง	0.42*
10. ฉันรู้สึกพอใจกับเทคนิคต่างๆที่สามีใช้ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ของเรา	0.37*
11. ฉันรู้สึกว่าสามีมีความต้องการที่จะมีเพศสัมพันธ์กับฉันบ่อยเกินไป	0.17
12. ฉันรู้สึกว่าเพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องที่ดีมาก	0.45*
13. สามีของฉันหมกมุ่นอยู่กับเรื่องเพศมากเกินไป	0.34*
14. ฉันพยายามหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับสามี	0.11
15. สามีของฉันมักจะรุนแรงและหยาบคายขณะมีเพศสัมพันธ์	- 0.03
16. สามีของฉันเป็นนักรักชั้นยอด	0.51*
17. ฉันรู้สึกว่าเพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องปกติของชีวิตคู่	0.18

*p < .05

ตารางที่ 8 (ต่อ) ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=40)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
18. สามีของฉันไม่มีอารมณ์ร่วม เมื่อฉันมีความต้องการทางเพศ	0.22
19. ฉันรู้สึกว่าการมีเพศสัมพันธ์ระหว่างเราช่วยเติมเต็มสิ่งดีๆ ให้กับความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ของเรายิ่งขึ้น	- 0.12
20. สามีของฉันพยายามที่จะหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับฉัน	- 0.11
21. สามีกระตุ้นให้ฉันเกิดอารมณ์เพศได้ง่าย	0.49*
22. ฉันรู้สึกว่าการมีพึงพอใจในการมีเพศสัมพันธ์กับฉัน	0.13
23. สามีของฉันเป็นคนละเอียดอ่อนและเข้าใจในอารมณ์และความต้องการทางเพศของฉันเป็นอย่างดี	0.24
24. สามีของฉันไม่สามารถทำให้ฉันมีความสุขทางเพศได้	- 0.11
25. ฉันรู้สึกว่าการมีเพศสัมพันธ์ในชีวิตฉันเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่าย	- 0.27
ค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน	0.61

*p < .05

4.1.6 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างเพิ่มอีก 20 คนรวมเป็นทั้งหมด 60 คน พบว่าจากข้อกระทง 25 ข้อยังมีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถามต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 จำนวน 14 ข้อ และมีค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในเท่ากับ 0.63 ผู้วิจัยจึงนำแบบสอบถามข้อกระทงที่ต่ำกว่าระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 มาปรับเปลี่ยนภาษาที่เหมาะสมและง่ายต่อการทำความเข้าใจของผู้ตอบแบบสอบถาม และนำไปศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 55 คน นำมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในแบบสอบถาม (Corrected item-total correlation) และกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และคำนวณหาความเที่ยง (Reliability) ด้วยการหา

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายใน (Cronbach's Coefficient of Internal Consistency) ผลการคำนวณเมื่อเทียบกับเกณฑ์จากตารางของ Herzberg (1983) พบว่า ไม่มีข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ในแบบสอบถามต่ำกว่า 0.23 ($df = 53$) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 และคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในพบว่า มีค่าเท่ากับ 0.79 และสามารถนำแบบสอบถามไปใช้เป็นแบบสอบถามจริงในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริง ดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของ แบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=55)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ
1.ฉันรู้สึกว่าคุณมีความสุขจากการมีเพศสัมพันธ์ของเรา	0.28*
2. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องน่าตื่นเต้น	0.37*
3.ฉันและสามีรู้สึกสนุกในการมีเพศสัมพันธ์	0.26*
4. ฉันรู้สึกฉันทัดใจที่ต้องมีเพศสัมพันธ์กับสามี	0.35*
5. ฉันรู้สึกว่าเรามีเพศสัมพันธ์กับสามีเป็นเรื่องสนุกและน่าขบขัน	0.43*
6. เพศสัมพันธ์ระหว่างฉันกับสามีเป็นไปอย่างฉืดฉืด ไร้รสชาติ	0.25*
7. เรามีเพศสัมพันธ์กันอย่างรีบๆเพื่อให้มันเสร็จๆไป	0.39*
8. ฉันรู้สึกว่าเพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นไปอย่างแข็งๆ	0.30*
9. สามีของฉันมีความร่าเริงทางเพศสูง	0.23*
10. ฉันรู้สึกพอใจกับเทคนิคต่างๆที่สามีใช้ ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ของเรา	0.45*
11. ฉันรู้สึกว่าสามีเรียกร้องที่จะร่วมเพศกับฉันมากเกินไป จนฉันทนไม่ไหว	0.25*
12. ฉันรู้สึกว่าเพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องที่ดีมาก	0.33*

* $p < .05$

ตารางที่ 9 (ต่อ) ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ และค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายในของ แบบวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ (n=55)

ข้อความ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ
13. สามีของฉันวันนี้ไม่ทำอะไร เขาแต่หมกมุ่นกับเรื่องเพศอย่างมาก จนฉันรับไม่ไหว	0.31*
14. ฉันพยายามทุกหนทางที่จะไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์กับสามี	0.30*
15. สามีมีเพศสัมพันธ์กับฉันอย่างทารุณ	0.24*
16. สามีของฉันเป็นนักรักชั้นยอด	0.33*
17. ฉันรู้สึกว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องสำคัญของชีวิตคู่	0.23*
18. เวลาที่ฉันมีความต้องการทางเพศ สามีกลับเมินเฉย	0.43*
19. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราช่วยเพิ่มความสนุกให้กับชีวิตคู่เป็นอย่างดี	0.34*
20. ฉันรู้สึกว่าการมีข้ออ้างต่างๆ เพื่อที่จะไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์กับฉัน	0.40*
21. สามีกระตุ้นให้ฉันเกิดอารมณ์เพศได้ง่าย	0.29*
22. ฉันให้ความสุขทางเพศกับสามีได้อย่างเต็มที่	0.45*
23. สามีของฉันเป็นคนละเอียดอ่อนและเข้าใจในอารมณ์และความต้องการทางเพศของฉันเป็นอย่างดี	0.34*
24. สามีให้ความสุขในเรื่องเพศกับฉันไม่ได้	0.23*
25. เพศสัมพันธ์ของเราทำให้ฉันรู้สึกหงุดหงิดและแข็งในชีวิต	0.35*
ค่าสัมประสิทธิ์สอดคล้องภายใน	0.79

*p<.05

4.2 เกณฑ์การให้คะแนน

เนื่องจากกำหนดให้ข้อกระทงมีทั้งข้อความเชิงบวกและข้อความเชิงลบ ดังนั้นการคำนวณให้คะแนนแต่ละข้อ จึงมีการกำหนดดังในตาราง

คำตอบ	คะแนนข้อความเชิงบวก	คะแนนข้อความเชิงลบ
จริงที่สุด	5	1
จริงส่วนมาก	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยมาก	1	5

5 เกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนสูงและต่ำ

สำหรับเกณฑ์คะแนนที่ใช้ในการแบ่งระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและระดับการสื่อสารทางเพศเป็นคะแนนสูงต่ำ คิดจากคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและคะแนนการสื่อสารทางเพศที่เก็บจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตรงตามต้องการ จำนวน 200 คนโดยนำคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและคะแนนการสื่อสารทางเพศที่ได้ มาคำนวณหาคะแนนเฉลี่ย(Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และนำค่าทั้งสองมาใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งคะแนน โดยงานวิจัยครั้งนี้ใช้เกณฑ์ผลรวมและผลต่างระหว่างค่าเฉลี่ยกับ 0.5 SD (Mean \pm 0.5 SD) ในการแบ่งระดับคะแนนสูงต่ำของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองและคะแนนการสื่อสารทางเพศ ดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 เกณฑ์คะแนนที่ใช้ในการแบ่งระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศ

(n =200)

ระดับคะแนน	M	0.5 (SD)	เกณฑ์การแบ่งระดับคะแนน	
			สูง	ต่ำ
การเห็นคุณค่าในตนเอง	74.48	9.03	84	65
การสื่อสารทางเพศ	104.56	7.89	112	97

จากตารางที่ 10 สรุปได้ว่าเกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนที่ใช้ในงานวิจัยนี้คือ

1. การเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีคะแนนระหว่าง Mean +0.5 SD คือ 84 คะแนนและมากกว่า
 2. การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีคะแนนระหว่าง Mean - 0.5 SD คือ 65 คะแนนและน้อยกว่า
 3. การสื่อสารทางเพศสูง มีคะแนนระหว่าง Mean +0.5 SD คือ 112 คะแนน และมากกว่า
 4. การสื่อสารทางเพศต่ำ มีคะแนนระหว่าง Mean - 0.5 SD คือ 97 คะแนนและน้อยกว่า
- สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่าง 64 - 83 คะแนนและมีคะแนนการสื่อสารทางเพศระหว่าง 96 - 111 คะแนน ซึ่งไม่อยู่ในช่วงเกณฑ์ที่กำหนด จึงไม่นำเข้ามาเป็นตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

ดังนั้นจากกลุ่มตัวอย่าง 200 คนมีจำนวน 99 คนที่มีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ที่กำหนดและสามารถนำมาใช้วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ต่อไปในบทที่ 3 ซึ่งการจัดกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่มได้แสดงไว้แล้วในบทที่ 2 หัวข้อการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างหน้า 67

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ครั้ง โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 115 คน เพื่อวิเคราะห์คุณภาพของแบบสอบถาม และการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งที่ 2 มีจุดมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานที่กำหนดไว้โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้คือ

1. ผู้วิจัยติดต่อผู้ประสานงานเพื่อขอความร่วมมือในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่ต้องการ โดยการอธิบายคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างอย่างละเอียด การชี้แจงลักษณะแบบสอบถามและมอบตัวอย่างแบบสอบถามให้ผู้ประสานงานพิจารณา อธิบาย วิธีการตอบแบบสอบถาม การปิดผนึกแบบสอบถามก่อนส่ง การแจกซองที่ระมัดระวังให้ผู้ตอบแบบสอบถาม และกำหนดระยะเวลาในการเก็บแบบสอบถามคืน ให้แก่ผู้ทำหน้าที่ประสานงาน

2. ติดต่อทำหนังสือเพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจาก บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอไปยังบริษัทต่างๆ ตามที่ได้ติดต่อกับผู้ประสานงานไว้

3. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แจกให้ผู้ประสานงานในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำแบบสอบถามไปให้ผู้ประสานงาน และให้ผู้ประสานงานเป็นผู้รวบรวมแบบสอบถามที่แจกให้กลุ่มตัวอย่างไว้ โดยผู้วิจัยจะมาเก็บแบบสอบถามคืนจากผู้ประสานงานตามระยะเวลาที่กำหนด สำหรับผู้ประสานงานที่อยู่ต่างจังหวัด ผู้วิจัยใช้การติดต่อผ่านทางโทรศัพท์และส่งแบบ

สอบถามผ่านทางไปรษณีย์ และกำหนดระยะเวลาในการเก็บตัวอย่างคืนแก่ผู้ประสานงานโดยที่ผู้ประสานงานในต่างจังหวัดจะส่งแบบสอบถามที่รวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างส่งคืนผ่านทางไปรษณีย์

4. นำแบบสอบถามที่ได้คืนมา คัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์คือ คุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างถูกต้องตามต้องการ และมีการตอบแบบสอบถามทุกตอน ทุกข้อ

5. คิดคะแนนการตอบแบบสอบถามทั้ง 200 ชุดเพื่อหาเกณฑ์คะแนนสูงต่ำ มาใช้ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่มเพื่อใช้ในการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์

ผู้วิจัยเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 15 มีนาคม 2547 ถึงวันที่ 15 กรกฎาคม 2547 โดยสามารถเก็บรวบรวมแบบสอบถามที่สมบูรณ์คืนได้ 200 ชุดจากแบบสอบถามที่แจกไปทั้งสิ้น 480 ชุด ดังนั้นแบบสอบถามที่เก็บคืนได้คิดเป็นร้อยละ 42.67

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 2 ตอนดังนี้

1. ใช้สถิติร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (M) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม

2. การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA)

บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตารางประกอบคำบรรยายเป็นลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 เสนอค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษาได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุดและสูงสุดของตัวแปร ได้แก่ อายุ ระยะเวลาสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ระดับการสื่อสารทางเพศ และระดับความพึงพอใจทางเพศ

ตอนที่ 2 เสนอค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับคะแนนการสื่อสารทางเพศ และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง สูง ต่ำ (n = 99)

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองต่อความพึงพอใจทางเพศ

ตอนที่ 1 เสนอค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษาได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนสูงสุดต่ำสุดของตัวแปรที่ศึกษาซึ่งได้แก่ อายุ ระยะเวลาสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ ระดับการสื่อสารทางเพศ ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง และระดับความพึงพอใจทางเพศซึ่งการนำเสนอข้อมูลส่วนนี้จะแสดงในตารางที่ 11 - 12

ตารางที่ 11 สถานภาพและข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง (n =200)

ด้าน	รายละเอียด	ร้อยละ
1. อายุ	25 ปี	30.5
	26 ปี	9.5
	27 ปี	7.0
	28 ปี	9.5
	29 ปี	3.5
	30 ปี	8.0
	31 ปี	6.5
	32 ปี	7.5
	33 ปี	3.0
	34 ปี	5.5
	35 ปี	9.5
2. ระยะเวลาสมรส	2 ปี	46.5
	3 ปี	20.0
	4 ปี	33.0
	5 ปี	0.5
3. ระดับการศึกษา	ปวส./อนุปริญญา	44.0
	ปริญญาตรี	49.5
	สูงกว่าปริญญาตรี	6.5
4. อาชีพ	ข้าราชการ	12.5
	พนักงานของรัฐ	10.0
	ลูกจ้างเอกชน	63.0
	อื่นๆ	14.0
5. รายได้ส่วนบุคคล ต่อเดือน	7,000-10,000 บาท	52.5
	10,001-13,000 บาท	20.0
	13,001-16,000 บาท	8.0
	16,000 บาทขึ้นไป	19.5

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของตัวแปรคะแนนการสื่อสารทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเอง และความพึงพอใจทางเพศ (n = 200)

ตัวแปร	M	SD
ระดับการสื่อสารทางเพศ	104.56	15.77
ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง	74.48	18.06
ระดับความพึงพอใจทางเพศ	102.10	13.22

จากตารางที่ 11 และ 12 จะเห็นได้ว่า ผู้หญิงที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 25 ปี (ร้อยละ 30.5) มีระยะเวลาสมรส 2 ปี (ร้อยละ 46.5) ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 49.5) และประกอบอาชีพเป็นลูกจ้างเอกชน (ร้อยละ 63) มีรายได้ส่วนบุคคลต่อเดือนอยู่ในช่วง 7,000 -10,000 บาท (ร้อยละ 52.5) สำหรับคะแนนการตอบแบบสอบถามพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเฉลี่ย 74.48 คะแนน (คะแนนสูงสุด 100 คะแนน คะแนนต่ำสุด 20 คะแนน) มีระดับคะแนนการสื่อสารทางเพศเฉลี่ย 104.56 คะแนน (คะแนนสูงสุด 141 คะแนน คะแนนต่ำสุด 70 คะแนน) และมีระดับคะแนนความพึงพอใจทางเพศเฉลี่ย 102.10 คะแนน (คะแนนสูงสุด 125 คะแนน คะแนนต่ำสุด 66 คะแนน)

ตอนที่ 2 เสนอค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับคะแนนการสื่อสารทางเพศ และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง สูง ต่ำ (n = 99)

จำนวนกลุ่มที่ได้ทั้งหมด 99 คนสามารถอธิบายได้เป็น 2 กลุ่มดังนี้คือ

กลุ่มที่ 1 แยกตามความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

- 1.1 กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีจำนวน 43 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 112.44 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 6.39
- 1.2 กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีจำนวน 13 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 108.15 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.27
- 1.3 กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศต่ำและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีจำนวน 14 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 90.50 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 13.55
- 1.4 กลุ่มที่มีระดับการสื่อสารทางเพศต่ำและระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีจำนวน 29 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 89.48 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 12.40

กลุ่มที่ 2 แยกตามคะแนนสูงต่ำเฉลี่ย (Weighted Mean) ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 กลุ่มที่มีคะแนนการสื่อสารทางเพศสูง มีจำนวน 56 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 111.45 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.59

2.2 กลุ่มที่มีคะแนนการสื่อสารทางเพศต่ำมีจำนวน 43คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 89.81และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 12.63

2.3 กลุ่มที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูง มีจำนวน 57 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 107.05 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 12.81

2.4 กลุ่มที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีจำนวน 42 คน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 95.26และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.57

จำนวนกลุ่มที่ได้ทั้งหมด 99 คนสามารถอธิบายได้เป็น 2 กลุ่มแสดงในตารางที่13

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่มที่มีระดับคะแนนการสื่อสารทางเพศ และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง สูง ต่ำ (n = 99)

การสื่อสารทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเอง	การสื่อสารทางเพศ		รวม
	การสื่อสารทางเพศสูง	การสื่อสารทางเพศต่ำ	
การเห็นคุณค่า ในตนเองสูง	n = 43 M =112.4 SD=6.39	n = 14 M =90.5 SD=13.55	n = 57 M = 107.05 SD =12.81
การเห็นคุณค่า ในตนเองต่ำ	n = 13 M =108.15 SD=10.27	n = 29 M =89.48 SD=12.4	n = 42 M = 95.26 SD=14.57
รวม	n = 56 M =111.45 SD=7.59	n = 43 M = 89.81 SD=12.63	n = 99 M = 102.05 SD = 14.73

ตอนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way ANOVA) ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อความพึงพอใจทางเพศ

ตารางที่ 14 ผลการทดสอบสมมติฐานโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-Way ANOVA) การเห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสารทางเพศและความพึงพอใจทางเพศ

แหล่ง ความแปรปรวน	ผลรวมของ กำลังสอง (SS)	องศา อิสระ (df)	ค่าเฉลี่ย ของผลรวม (MS)	F	ระดับนัย สำคัญ
การสื่อสารทางเพศ	8003.35	1	8003.35	78.57	0.00*
การเห็นคุณค่าในตนเอง	136.57	1	136.57	1.34	0.25
ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทาง เพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง	51.91	1	51.91	0.51	0.477
ความคลาดเคลื่อน	9677.04	95	101.86		

*p < 0.01

จากตาราง ที่ 14 ผลการทดสอบความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศด้วยค่าสถิติ F-test โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-Way ANOVA) ที่ระดับนัยสำคัญ 0.01 พบว่าการสื่อสารทางเพศเท่านั้นที่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศ คือผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการสื่อสารทางเพศสูง จะมีระดับความพึงพอใจทางเพศสูงกว่าคนที่มีการสื่อสารทางเพศต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศ และทั้งนี้ไม่พบความสัมพันธ์ร่วมระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการสื่อสารทางเพศที่มีต่อความพึงพอใจทางเพศ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงที่สมรสแล้ววัยผู้ใหญ่ตอนต้น จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถอธิบายผลการวิจัยตามสมมติฐานที่เสนอไว้ดังนี้

สมมติฐาน ผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีระดับการสื่อสารทางเพศสูงและเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความพึงพอใจทางเพศสูงที่สุดเมื่อเทียบกับผู้หญิงกลุ่มอื่น

ผลการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานเพียงบางส่วน คือพบว่าเฉพาะการสื่อสารทางเพศเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ แต่ไม่พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองหรือความสัมพันธ์ร่วมระหว่างการสื่อสารทางเพศกับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศแต่อย่างใด

ผลการวิจัยพบว่า ผู้หญิงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่สมรสแล้วที่มีการสื่อสารทางเพศสูงจะมีความพึงพอใจทางเพศสูงกว่าผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่มีการสื่อสารทางเพศต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับคำอธิบายของสุวัทนา อารีพรรค (2528), รัชนี นพเกตุ (2542), กระทรวงสาธาณสุข กรมอนามัย (2544) และพันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์ (2546) ซึ่งอธิบายว่าการสื่อสารระหว่างสามีภรรยา เกี่ยวกับความรู้สึก ความต้องการทางเพศของตน ในสิ่งที่ชอบหรือไม่ชอบให้อีกฝ่ายหนึ่งรับรู้จะส่งผลให้เกิดความเข้าใจ ยอมรับ และปรับตัวในเรื่องเพศเข้าหากัน การสื่อสารจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญมาก ที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ นอกจากนั้นผลการวิจัยที่ได้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kelly (1990), Pazak (1998), Bridges (1999), Socher (1999) ซึ่งพบว่า คู่รักที่สามารถสื่อสารเรื่องเพศได้อย่างเปิดเผยไม่ว่าจะเป็นภาษากายหรือภาษาท่าทาง จะมีความพึงพอใจทางเพศ และมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงกว่าคู่รักที่ไม่มีการสื่อสารระหว่างกัน นอกจากนี้ยังศึกษาพบว่า ผู้หญิงที่มีความพึงพอใจทางเพศน้อยมักจะมีความสามารถในการสื่อสารน้อยกว่า ผู้ที่มีความพึงพอใจทางเพศสูง

จากผลการวิจัยสามารถอธิบายได้ว่า เนื่องจากการสื่อสารเป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนข่าวสาร ความรู้สึกนึกคิด ทศนคติ และประสบการณ์ร่วมกันระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร เพื่อให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน และเรียกกระบวนการโต้ตอบระหว่างกันของผู้ส่งสารและผู้รับสารว่า กระบวนการสื่อสารแบบสองทาง (Two-Way Communication) ซึ่งเป็นกระบวนการสื่อสารที่มีการสื่อสารกลับ (Feedback) และประโยชน์ของการสื่อสารกลับมีสองประการ ประการแรกคือ ทำให้ผู้ส่งสารทราบผลของการสื่อสารว่า บรรลุวัตถุประสงค์ของตนหรือไม่เพียงใด ผู้รับสารตีความตรงกับ

ที่ผู้ส่งสารตั้งใจหรือไม่ และประโยชน์ประการที่สอง คือ การสื่อสารกลับสามารถควบคุมพฤติกรรมการสื่อสารในเวลาต่อมาของผู้ส่งสาร คือผู้ส่งสารสามารถนำการสื่อสารกลับมาปรับปรุง ดัดแปลง แก้ไขหรือคงไว้ซึ่งเนื้อหา สาร และวิธีการสื่อสารของตน (จุฑาทิพย์ อัครวิเชียร, 2542) จากแนวคิดการสื่อสารดังกล่าวสามารถอธิบายผลการวิจัยได้ว่าความสามารถในการสื่อสารทางเพศสูงส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศสูง ถ้าภรรยาสื่อสารอย่างชัดเจนให้สามีรับรู้ ว่า ตนรู้สึกชอบหรือไม่ชอบในประสบการณ์ร่วมกันในการตอบสนองทางเพศในระยะต่างๆ ต้องการให้มีการป้องกัน การตั้งครรภ์ ต้องการที่จะศึกษาสื่อต่างๆร่วมกับสามี หรือต้องการเปลี่ยนแปลงบรรยากาศของสถานที่พักผ่อน สามีก็จะรับรู้วัตถุประสงค์ของภรรยา ปัญหาและความขัดแย้งต่างๆก็สามารถแก้ไขได้ สามีสามารถตอบสนองความต้องการของภรรยา ทำให้สามีภรรยาทั้งคู่เกิดความพึงพอใจทางเพศมากกว่าคู่สามีภรรยาที่ไม่มีการสื่อสารต่อกัน

อย่างไรก็ตามผลการศึกษาค้นคว้าพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองไม่มีผลต่อความพึงพอใจทางเพศ ทั้งนี้ น่าจะเป็นเพราะตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม (Global self-esteem) ที่หมายถึง การประเมินค่า การพิจารณาตนเองของบุคคล ซึ่งจะเป็นการแสดงถึงการยอมรับตนเอง ความเชื่อต่อตนเองเกี่ยวกับความสามารถ การมีความสำคัญต่อผู้อื่น การประสบความสำเร็จในชีวิต การยอมรับนับถือจากผู้อื่นเกี่ยวกับเรื่องต่างๆไปในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่เฉพาะในเรื่องของชีวิตคู่ ดังเช่นสังคมไทย ผู้หญิงที่มีความสามารถในการทำงานนอกบ้าน มีสังคมที่กว้างขวาง มีความมั่นใจในตนเองเรื่องการทำงาน อาจจะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตคู่หรือเรื่องเพศ หรือมีการเห็นคุณค่าในตนเองในฐานะคู่รักหรือภรรยาต่ำ ในขณะที่เดียวกันคนที่รู้สึกว่าคุณค่าไม่ใช่คนสวยหรือคนเก่งในการทำงานและมีการเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับเรื่องต่างๆไปในชีวิตประจำวันในระดับกลางๆก็อาจจะเป็นผู้ที่มีความสุข และพึงพอใจในเรื่องเพศและมีการเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องชีวิตคู่สูงได้ ดังนั้นการประเมินตนเองเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้หญิงในสังคมไทย อาจแบ่งได้ 2 ด้านคือการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมในเรื่องการทำงาน การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่น และการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านคือในเรื่องความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ ซึ่งตัวแปรที่ใช้ศึกษาในครั้งนี้ไม่ได้ครอบคลุมเรื่องความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ นอกจากนั้นผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีลำดับชั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง (The multifaceted, hierarchical model) ซึ่งพัฒนาโดย Shavelson et. al. (1976 อ้างถึงใน Koumi and Meadow, 1997) ซึ่งอธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีลักษณะเป็นโครงสร้างเป็นลำดับชั้น ซึ่งประกอบด้วย การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม (Global/general self-esteem) และมีองค์ประกอบย่อยที่สามารถแบ่งได้เป็น 2 ด้านคือด้านวิชาการ (Academic self-esteem) กับด้านที่ไม่เกี่ยวข้องกับวิชาการ (Non academic self-esteem) ซึ่งแต่ละด้านจะมีองค์ประกอบย่อยที่เฉพาะเจาะจงมาก

ขึ้นอยู่กับลำดับขั้นถัดไป โดยที่ด้านที่ไม่เกี่ยวข้องกับวิชาการ (Non academic self-esteem) สามารถศึกษาเฉพาะเจาะจงการเห็นคุณค่าในตนเองด้านกายภาพ (Physical) ด้านสังคม (Social) และด้านอารมณ์ความรู้สึก (Emotion)

อย่างไรก็ตามการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยต่างประเทศที่ศึกษาพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องต่างๆไป (Global self – esteem) มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจทางเพศ ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้ได้ทำการศึกษาโดย Hally (1988) ศึกษาในปีค.ศ. 1988 ในประเทศสหรัฐอเมริกา โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักศึกษาที่เรียนวิชาจิตวิทยา เป็นเพศหญิง 100 คน และเพศชาย 100 คน มีอายุระหว่าง 18 – 25 ปี และมีเพศสัมพันธ์อย่างน้อย 4 ครั้งต่อสัปดาห์ ซึ่งผลการวิจัยรายงานว่าพบความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องต่างๆไป (Global self – esteem) กับความพึงพอใจทางเพศ โดยเป็นการรายงานผลรวมของทั้งในเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งผลที่ได้แตกต่างกับงานวิจัยในครั้งนี้อย่างมากเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 25 – 35 ปี แต่งงานแล้ว 2 – 4 ปียังไม่มีบุตรหรือตั้งครรภ์ จบการศึกษาระดับอนุปริญญาเป็นต้นไป และมีรายได้ส่วนบุคคล 7,000 บาท ต่อเดือน และเป็นการศึกษาในสังคมไทยซึ่งมีวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน

สำหรับการวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองในครั้งนี้อย่างไร ไม่ได้ศึกษาเฉพาะเจาะจงในเรื่องเพศหรือความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ ซึ่งเป็นองค์ประกอบย่อยของด้านการเห็นคุณค่าในตนเองที่ว่าด้วยความสัมพันธ์ทางด้านสังคม (Social) และด้านความรักหรืออารมณ์ความรู้สึก (Emotion) ตามที่ทฤษฎีลำดับขั้นของการเห็นคุณค่าในตนเอง (The multifacted, hierarchical model) ได้กล่าวไว้ข้างต้น ดังนั้นในการวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจทางเพศ หรือความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ ที่จะศึกษาต่อไปในอนาคต ควรมีการพัฒนาแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่เฉพาะเจาะจง ว่าด้วยเรื่องเพศหรือความสัมพันธ์ในชีวิตคู่โดยตรง ซึ่งการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านจะสามารถอธิบายการเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องนั้นๆได้เฉพาะเจาะจงกว่าการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Koumi & Meadows (1997) ที่มีข้อเสนอแนะจากการวิจัยว่า ในการศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเรื่องใด ควรวัดจากระดับการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านในเรื่องนั้นๆ ซึ่งจะได้ผลการวัดที่เฉพาะเจาะจงกว่าการวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวม นอกจากนี้งานวิจัยของ Miller (n.d.) และ Yeh & Evans (n.d.) โดยศึกษาพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้าน ไม่มีความสัมพันธ์ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมเสมอไป นอกจากนั้น Fox (1988) ได้อธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้านนั้นยังขึ้นอยู่กับแต่ละวัฒนธรรมว่าให้ความสำคัญกับเรื่องใด เช่นอยู่ในวัฒนธรรมหรือ

สังคมที่ให้ความสำคัญกับรูปร่างหน้าตา คนอ้วน ก็จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองด้านร่างกายต่ำ เนื่องจากแต่ละวัฒนธรรมที่ตนอยู่ให้การยอมรับและให้คุณค่าความสำคัญต่อคนที่มรูปร่างผอม และในกรณีที่อยู่ในวัฒนธรรมหรือสังคมที่ให้ความสำคัญกับการดำรงบทบาทในสังคม คนที่สามารถเข้ากับผู้ร่วมงานได้ดี เป็นที่รักชื่นชอบของเพื่อนบุคคลใกล้ชิด หรือเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น บุคคลดังกล่าวก็จะมีคามพึงพอใจทางด้านสังคมสูง โดยที่ไม่คำนึงว่าตนเองจะเป็นคนมีรูปร่างอย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับคำอธิบายของนิภาวรรณ กิริยา (2534) ซึ่งอธิบายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนอกจากจะเกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองแล้วยังขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม ประเพณี ของสังคมนั้นๆ ว่าให้คุณค่ากับบุคคลนั้นไว้อย่างไร และบุคคลนั้นมีพฤติกรรมตอบสนองได้เหมาะสมตามความคาดหวังของสังคมได้ดีเพียงใด นอกจากนี้การเห็นคุณค่าในตนเองจะเพิ่มขึ้นเมื่อได้รับการยอมรับหรือชื่นชมจากผู้อื่นว่าตนเองเป็นคนมีความสามารถ ทำสิ่งใดๆ ได้สำเร็จ และ จากแนวคิดดังกล่าวเชื่อมโยงกับผลการวิจัยได้ว่า เนื่องจากสังคมไทย ผู้หญิงถูกจำกัดในการแสดงออกเรื่องเพศ การมีความคิดว่าเป็นเรื่องน่าอายสำหรับผู้หญิงที่จะบ่งบอกถึงความต้องการและรูปแบบการมีความสัมพันธ์ทางเพศที่ตนต้องการ ทำให้ผู้หญิงหลายรายไม่มีความสุขทางเพศที่ได้รับจากฝ่ายชาย ซึ่งนำไปสู่ความเบื่อหน่ายจากความซ้ำซากจำเจของรูปแบบเดิมๆ จากการมีเพศสัมพันธ์ ส่วนผู้ชายจะมีบทบาทเป็นผู้นำในเรื่องเพศ ผู้หญิงส่วนใหญ่จึงมีบทบาทเป็นผู้ตาม และหากสามีไม่เคยแสดงการยอมรับ หรือชื่นชมภรรยาถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสและความพึงพอใจทางเพศที่ได้รับจากภรรยา ทำให้ภรรยาประเมินคุณค่าในตนเองในเรื่องเพศต่ำ จึงส่งผลให้ภรรยามีความพึงพอใจทางเพศน้อย

จากการวิจัยสามารถสรุปได้ว่าการสื่อสารทางเพศเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นเกิดความพึงพอใจทางเพศเนื่องจาก การสื่อสารที่เปิดเผยจะทำให้สามี เข้าใจความคิด ความรู้สึกและทัศนคติเกี่ยวกับเรื่องเพศของภรรยา สามีสามารถตอบสนองความต้องการของภรรยาได้ถูกต้อง ทำให้ปัญหาและข้อขัดแย้งต่างๆ ได้รับการแก้ไขจึงส่งผลให้เกิดความพึงพอใจทางเพศ และการส่งเสริมให้เกิดการสื่อสารทางเพศที่ดีนั้นเกิดได้จากการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเนื่องจากคนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นคนที่มีความมั่นใจในตัวเอง กล้าคิด และแสดงออกในพฤติกรรมที่เหมาะสม นอกจากนี้ยังเป็นผู้ที่มีมองโลกในแง่ดี เปิดใจกว้างยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นได้ดี คนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจึงมีความสามารถในการสื่อสารที่ดี ส่งผลให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพได้รับการตอบสนองตามต้องการของตนเอง

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีต่อความพึงพอใจทางเพศในผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย

1. ตัวแปรอิสระคือ
 - 1.1 ระดับการสื่อสารทางเพศ
 - 1.2 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. ตัวแปรตามคือ ระดับความพึงพอใจทางเพศ

สมมติฐานการวิจัย

ผู้หญิงที่มีการสื่อสารทางเพศสูงและเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความพึงพอใจทางเพศสูงที่สุดเมื่อเทียบกับผู้หญิงกลุ่มอื่น

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้หญิงที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมด 200 คน ส่วนใหญ่มีอายุประมาณ 25 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.5 มีระยะเวลาสมรส 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.5 มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 49.5 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพลูกจ้างเกษน คิดเป็นร้อยละ 63 มีรายได้ส่วนบุคคลต่อเดือนประมาณ 7,000 - 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 52 และกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่ศึกษาไม่อยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์และไม่มีบุตร

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยประกอบด้วย

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 7 ข้อ
2. แบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 25 ข้อ
3. แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ จำนวน 29 ข้อ
4. แบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ จำนวน 25 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ครั้ง โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งที่ 1 ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากผู้หญิงอายุ 25-35 ปี ซึ่งสมรสแล้วที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 115 คน เพื่อวิเคราะห์คุณภาพของแบบสอบถาม และการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งที่ 2 มีจุดมุ่งหมายเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานที่กำหนดไว้โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้คือ

1. ผู้วิจัยติดต่อผู้ประสานงานเพื่อขอความร่วมมือในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามที่ต้องการ โดยการอธิบายคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างอย่างละเอียด การชี้แจงลักษณะแบบสอบถามและมอบตัวอย่างแบบสอบถามให้ผู้ประสานงานพิจารณา อธิบาย วิธีการตอบแบบสอบถาม การปิดผนึกแบบสอบถามก่อนส่ง การแจกของที่ระลึกให้แก่ผู้ตอบแบบสอบถาม และกำหนดระยะเวลาในการเก็บแบบสอบถามคืน ให้แก่ผู้ทำหน้าที่ประสานงาน

2. ติดต่อทำหนังสือเพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจาก บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอไปยังบริษัทต่างๆ ตามที่ได้ติดต่อกับผู้ประสานงานไว้

3. นำแบบสอบถามที่สมบูรณ์แจกให้ผู้ประสานงานในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำแบบสอบถามไปให้ผู้ประสานงาน และให้ผู้ประสานงานเป็นผู้รวบรวมแบบสอบถามที่แจกให้กลุ่มตัวอย่างไว้ โดยผู้วิจัยจะมาเก็บแบบสอบถามคืนจากผู้ประสานงานตามระยะเวลาที่กำหนด สำหรับผู้ประสานงานที่อยู่ต่างจังหวัด ผู้วิจัยใช้การติดต่อผ่านทางโทรศัพท์และส่งแบบสอบถามผ่านทางไปรษณีย์ และกำหนดระยะเวลาในการเก็บตัวอย่างคืนแก่ผู้ประสานงานโดยที่ผู้ประสานงานในต่างจังหวัดจะส่งแบบสอบถามที่รวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างส่งคืนผ่านทางไปรษณีย์

4. นำแบบสอบถามที่ได้คืนมา คัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์คือ คุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างถูกต้องตามต้องการ และมีการตอบแบบสอบถามทุกตอน ทุกข้อ

5. คิดคะแนนการตอบแบบสอบถามทั้ง 200 ชุดเพื่อหาเกณฑ์คะแนนสูงต่ำ มาใช้ในการแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่มเพื่อใช้ในการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์

ผู้วิจัยเริ่มเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 15 มีนาคม 2547 ถึงวันที่ 15 กรกฎาคม 2547 โดยสามารถเก็บรวบรวมแบบสอบถามที่สมบูรณ์คืนได้ 200 ชุดจากแบบสอบถามที่แจกไปทั้งสิ้น 480 ชุด ดังนั้นแบบสอบถามที่เก็บคืนได้คิดเป็นร้อยละ 42.67

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้คือ

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้ทราบลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติพรรณนา ได้แก่การหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและค่าต่ำสุดของตัวแปร

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับคะแนนการสื่อสารทางเพศ และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง สูง ต่ำ ได้แก่ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางระหว่างการสื่อสารทางเพศ (Two-Way ANOVA) และการเห็นคุณค่าในตนเองต่อความพึงพอใจทางเพศ

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าผู้หญิงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่สมรสแล้วที่มีการสื่อสารทางเพศสูงจะมีความพึงพอใจทางเพศสูงกว่าผู้หญิงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่สมรสแล้วที่มีการสื่อสารทางเพศต่ำอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

- 1.หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำผลการวิจัยไปใช้ในการจัดทำเอกสารเผยแพร่หรือมีการอบรมเชิงปฏิบัติการ เกี่ยวกับการสื่อสารในชีวิตคู่ รวมทั้งการสื่อสารทางเพศ เพื่อให้คู่สมรสมีการใช้ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ เพื่อให้เกิดความรักความเข้าใจและลดปัญหาการขัดแย้งในชีวิตคู่
- 2.การพัฒนาแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศหรือชีวิตคู่เพื่อใช้ในการศึกษาความพึงพอใจทางเพศในเมืองไทยและทำการศึกษาต่อเนื่องในระยะยาว (Longitudinal study) เพื่อใช้เปรียบเทียบกับผลการวิจัยในครั้งนี้
- 3.การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมความสามารถในการสื่อสารและการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม
- 4.การพัฒนารูปแบบการสื่อสารเรื่องเพศภายในครอบครัว เพื่อให้เด็กหรือวัยรุ่นมีความเข้าใจเรื่องเพศที่ถูกต้อง มีทัศนคติที่ดีในเรื่องเพศซึ่งจะมีผลต่อการสื่อสารทางเพศต่อไปในอนาคต
- 5.ในการศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ควรมีการวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมและการเห็นคุณค่าในตนเองเฉพาะด้าน

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรรณิกา เฉลิมเผ่า. (2535). การเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของผู้ที่มีเอกลักษณ์บทบาททางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาคจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์. (2545). ประมวลสาระชุดทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. (2544). สถิติการสมรส การหย่าร้างและอัตราการทำหย่าร้าง ปี พ.ศ. 2537-2543. แหล่งที่มา : <http://www.dmh.go.th/report/asp>.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. (ม.ป.ป.). คู่มือการส่งเสริมคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวสำหรับประชาชน. กรุงเทพมหานคร : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- กระทรวงสาธารณสุข กรมอนามัย. (2544). เพศนารีในชีวิตคู่. กรุงเทพมหานคร : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. (2544). การวิเคราะห์สถิติ: สถิติเพื่อการตัดสินใจ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จันทร์รัตน์ เจริญสันติ. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ บทบาททางเพศ ความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับการปรับตัวในบิดามารดาที่มีต่อบุตรคนแรก. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล. (2533). ตัวแบบสมมุติฐานความพึงพอใจในชีวิตสมรส : การทดสอบเฉพาะข้าราชการกระทรวงอุตสาหกรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จัสมิน สุวรรณชีพ. (2544). การศึกษาพฤติกรรมการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งของคู่สมรส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาคศึกษาวาทวิทยาและการสื่อสารการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุฑาทิพย์ อัครวิเชียร. (2542). ทักษะการสื่อสาร ความคาดหวัง และการใช้ประโยชน์ของผู้ฟังจากการฟังรายการเนชั่นจูนีร์อินเตอร์แอ็คทีฟ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์. (2541). การเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่มีการจับคู่ของบทบาททางเพศต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชุมพร ยงกิตติกุล. (2545). จิตวิทยาเพื่อคุณ : บทสารคดีทางวิทยุเล่ม. ความสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยา, 95-96. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไชยันต์ สุขบาล. (2538). การรับรู้ถึงความรักความห่วงใยจากสามีกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาในสังคมชนบท อ.หนองจิก จ.ร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐไชย ต้นติสุข. (2531). การหย่าร้างในประเทศไทย.วารสารพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย. 13: 26.
- ธิดำพร อุดทน. (2542). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีภรรยาบ่อยของผู้ชาย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์. (2540). ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเพศศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นภาพร ชัยวรรณ และจอห์น โนเดล. (2535). เพศสัมพันธ์ของสตรีไทยที่สมรส: หลักฐานจากการสำรวจประชากรและการอนามัยปี 2530.สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นันทกานต์ วงษ์ปัญญา. (2542). ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตสมรสกับความไว้วางใจคู่สมรส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภาวรรณ กิริยา. (2534). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีโสดและสตรีที่สมรสแล้วที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไปในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิราศศิริ โรจนธรรมกุล. (2535). ผลการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปราณี พงศ์ไพบูลย์. (ม.ป.ป.). การพยาบาลระยะหลังคลอด. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ.
- พันธ์ศักดิ์ สุกระฤกษ์. (2543). คลีนิกรัก. กรุงเทพมหานคร: เอช.เอ็น.กรุ๊ป จำกัด.
- พันธ์ศักดิ์ สุกระฤกษ์. (2546). เรียนรู้เรื่องเพศ. หมอชาวบ้าน 25: 32.
- พันธ์ศักดิ์ สุกระฤกษ์. (2546). เรียนรู้เรื่องเพศ. หมอชาวบ้าน 25: 16.

- พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์. (2546). เรียนรู้เรื่องเพศ. หมอชาวบ้าน 25: 29.
- พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์. (2545). เรื่องอย่างว่าประสารัก. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์พรินติ้ง เซ็นเตอร์จำกัด.
- พินิจ ลาภานานนท์. (2538). การศึกษาตัวบ่งชี้สถานภาพเศรษฐกิจสังคมในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญญา แพทย์พันธุ์. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะบุคลิกภาพของคู่สมรสกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส.วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภัสสร ลิมานนท์, เกื้อ วงษ์บุญสิน, สุวัฒนา วิบูลเสรษฐ์ และ วิพรรณ ประจวบเหมาะะ รูปโฟโล. (2538). โครงการศึกษาครอบครัวไทย: สรุปผลวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มณฑล ไบบัว. (2536). หลักและทฤษฎีการสื่อสาร. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พรินติ้งแฮาส์.
- มานพ คณะโต. (2541). พฤติกรรมทางเพศ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- ยุทธ ไทยวรรณ. (2546). สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี จำกัด.
- ยุทธพงษ์ กัยวรรณ. (2543). พื้นฐานวิจัย. กรุงเทพมหานคร : สุวีริยาสาส์น.
- รัชนี นพเกตุ. (2542). มนุษย์: จิตวิทยาทางเพศ. กรุงเทพมหานคร: ยงพลเทรตติ้ง.
- รีดเดอร์ไคเจสท์ บริษัท. (2543). อัศจรรย์จิตมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.พ.
- วรภรณ์ ตระกูลสุษดี. (2545). จิตวิทยาการปรับตัว. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วัฒนา ศรีพจนารถ. (2543). การพยาบาลหญิงตั้งครรภ์: แบบแผนสุขภาพ. สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- วิมลพรรณ นิธิพงษ์. (2535). ผลของการมีส่วนร่วมในกลุ่มช่วยเหลือตนเองต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล. บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2545). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัยเล่ม 2 วัยรุ่น-วัยสูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริวงศ์ ทับสายทอง. (2530). จิตวิทยาผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริรัตน์ คุปติวุฒิ. (2545). จิตวิทยาครอบครัวให้การปรึกษาครอบครัวและครอบครัวบำบัดเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.

- ศุภวัณณ์ พลายน้อย และเนาวรัตน์ พลายน้อย. (ม.ป.ป.). สารศึกษาประชากร. กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต.
- สมพร บุษราทิจ, สมศรี ณ ระนอง, วันเพ็ญ บุญประกอบ และ จิระ สีตะสุวรรณ. (2524).
พฤติกรรมทางเพศของหญิงไทยวัยครองเรือน. สารศิริราช 33: 84
- สมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์. (2524). กรุงเทพมหานคร: ม.ป.พ.
- สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร. (2541). เพศศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยวัฒนา.
- สุวิทนา อารีพรรค. (2528). สมรรถภาพทางเพศและความบกพร่องทางเพศ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสภา ขปิลมันน์และคณะ. (2536). ครอบครัว: พื้นฐานปัญหาสังคมที่น่าเป็นห่วงในปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร: สมาคมสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย.
- อรวรรณ ปิลาพันธ์โอวาท. (2542). การสื่อสารเพื่อให้นมน้ำใจ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. (2531). คุณภาพชีวิตสมรส. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2545). จิตวิทยาชีวิตคู่และการบำบัดคู่สมรส. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาษาอังกฤษ

- Amamot, M. E. (1987). Adolescent attitudes about human sexuality in developing heterosexual relationship. Dissertation Abstracts International.
- Bridges, S. P. (1999). Predicting and describing sexual satisfaction in women : physical affection in family of origin, sexual initiation and communication, and masturbatory practices. Dissertation Abstracts International.
- Byer, O. C., & Shainberg, W. L. (1999). Dimensions of human sexuality. NY : Quebecor World Veraille.
- Coopersmith, S. (1981). Self-esteem inventories. CA : Consulting Psychologists Press.
- Erickson, E. H. (1963). Identity, youth and crisis. NY: Norton.
- Forttes, M., Delignieres, D., & Ninot, G. (2004). The dynamics of self-esteem and Physical self: between preservation and adaptation. Nonlinear dynamics in psychology and life sciences 8: 480.
- Fox, K. R. (1988). The self-esteem complex and youth fitness. Quest. 40: 232.
- Gross, M. W. (1981). Female sex role identity and female sexual satisfaction. Dissertation Abstracts International.
- Hally, C. R. (1988). The effect of self-esteem, variety of sexual experience, and erotophilia on sexual satisfaction in sexual active in heterosexuals. Dissertation Abstracts International.
- Hatfield, R. W. (n.d.). Sexual intimacy communication homework. Available from : <http://www.psc.uc.edu/RS/RS%20Form.html>[2003, June 30]
- Havavio, M. E., & Kontula, O. (1997). Correlates of increased sexual satisfaction. Social Science Abstracts Full Text.
- Hearn, K. D. (2001). Predictors of health protective sexual communication among black women and men. Dissertation Abstracts International.
- Herzberg, P. A. (1983). Principles of statistic. NY : John Wiley & sons.
- Hickman, S. E., & Muehlenhard, L. C. (1999). "By the Semi-Mystical Appearance of a Condom" : how young women and men communicate sexual consent in heterosexual situation. The Journal of Sex Research. 36 : 260-261.

- Horton, D. J. (1982). Sex-role orientation, sexual behavior and sexual satisfaction in women. Dissertation Abstracts International.
- Hudson, W. W. (1990). The WALMYR assessment scale scoring manual. AZ : WALMYR Publishing.
- Jayne, C. E. (1983). Sexual satisfaction, relationship factor and orgasm in female sexual behavior :an evaluation of a two dimensional model of female heterosexual responsiveness. Dissertation Abstracts International.
- Kalin, T. C. (1982). Sexual enhancement for couples : the development and evaluation of a weekly format workshop. Dissertation Abstracts International.
- Kallen, S. L. (1982). Sexual behavior and self-esteem in college women. Dissertation Abstracts International.
- Keihani, K. (1998). Pornography and female sexual socialization (women). Dissertation Abstracts International.
- Kelly, M. P. (1990). Communication patterns in couples with an inorgasmic female partner (sexual dysfunction). Dissertation Abstracts International.
- Koumi, I. & Meadows, S. (1997). The multidimensional, hierachical model of academic Self-concept: the case of Greek secondary school pupils. Evaluation and research In education. 11: 164 -173.
- Kotin, E. H. (1984). Sexual interaction, marital and adjustment, and personality characteristics during initial parenthood. Dissertation Abstracts International.
- Landry, R. L. (2002). The relationship between spirituality and sexual satisfaction among selected heterosexual married couples. Dissertation Abstracts International.
- Lelfkowitz, E. S. (2002). Women talk about sex more than men do. Available from : http://www.psu.edu/dr/2002_sextalk.html
- Lilu, Y. (1983). The relationship between female sexual fantasies during sexual relations with a partner and reported. Dissertation Abstracts International.
- Maison, S. (1981). Factors affecting the relationship between sexual and marital satisfaction. Dissertation Abstracts International.

- Manheim, M. B. (1990). A study of psychological correlates of sex-role orientation in married males and females : sexual satisfaction, self-esteem, and anxiety. Dissertation Abstracts International.
- McIntyre, P. K. (1988). Sex differences in the interaction of self-esteem and body esteem at two universities. Dissertation Abstracts International.
- Meadow, R. M. (1982). Factor contributing to the sexual satisfaction of married women : a multiple regression analysis. Dissertation Abstracts International.
- Means, M. C. (2000). An integrative approach to what women really want :sexual satisfaction. Dissertation Abstracts International.
- Meston, M. C., Heiman, J. R., Trapnell, P. D., & Paulhus, D. L. (1998). Socially desirable responding and sexuality self-report. The Journal of SexResearch. 35: 148.
- Pakinson, B. (1987). Sexual satisfaction in early marriage. Dissertation Abstracts International.
- Pazak, S. J. (1998). Predicting sexual satisfaction and marital satisfaction (closeness-caregiving, communication intrusiveness). Dissertation Abstracts International.
- Perlman, S. D. (1980). Sexual satisfaction in married and cohabiting couples. Dissertation Abstracts International.
- Rowe, S. L. (1987). The relationship between the content and form of parental sexual communication and the sexual satisfaction of Afro-American women. Dissertation Abstracts International.
- Socher, S. (1999). Correlates of sexual satisfaction in women (sexuality). Dissertation Abstracts International.
- Sprecher, S. (1998). Social exchange theories and sexuality. The Journal of SexResearch. 35: 32-43.
- Strong, B., DeVault, C., Sayad, B. W., & Yaber, W. L. (2001). Humansexuality. NY:The McGraw - Hill.
- Suchman, A. R. (1988). Psychological construction of sexual satisfaction among high and low sex guilt male and female university. Dissertation Abstracts International.

- Timm, T. M. (1999). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction : a path analysis. Dissertation Abstracts International.
- Turner, J. S., & Robinsen, L. (1993). Contemporary human sexuality. NJ : Brentice Hall.
- Varga, T. A. (1997). Gender and gender role as related to intimacy, passion, commitment and sexual satisfaction in married females and males. Dissertation Abstracts International.
- Yeh, L. & Evans, D. (n.d.). Self - concept of student with learning disabilities: Does educational placement make any difference. Available from : [http://www.commu.net/scb/Preconference/Ed.%20Reform2%20\[2004,Jan 30\]](http://www.commu.net/scb/Preconference/Ed.%20Reform2%20[2004,Jan 30])
- Walker-Hill, R. (1998). Analysis of the relationship of human sexuality knowledge, self-esteem, and body image to sexual satisfaction. Dissertation Abstracts International.
- Warren, J. M. (2000). The marital and sexual satisfaction of female psychotherapist. Dissertation Abstracts International.
- White, S. (1985). Relationships among marital satisfaction, self-satisfaction, and sexual satisfaction in married females and males. Dissertation Abstracts International.
- William, H. M., & Johnson, V. E. (1985). Master and Johnson on sex and human loving. Boston : Little, Brown and company.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก.

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจความตรงตามเนื้อหาของสอบแบบสอบถาม

1. รองศาสตราจารย์ ดร.พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ คณบดีคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์พันธ์ศักดิ์ ศุกระฤกษ์ สูติแพทย์ โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์
3. นายแพทย์สุกมล วิภาวีพลกุล จิตแพทย์ โรงพยาบาลพญาไท 2



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข.
ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามช่วงอายุ

อายุ (ปี)	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
25	61	30.5
26	19	9.5
27	14	7.0
28	19	9.5
29	7	3.5
30	16	8.0
31	13	6.5
32	15	7.5
33	6	3.0
34	11	5.5
35	19	9.5
รวม	200	100.0

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามระยะเวลาสมรส

ระยะเวลาสมรส (ปี)	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
2	93	46.5
3	40	20.0
4	66	33.0
5	1	0.5
รวม	200	100.0

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
อนุปริญญา/ปวส.	88	44.0
ปริญญาตรี	99	49.5
สูงกว่าปริญญาตรี	13	6.5
รวม	200	100.0

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างตามอาชีพ

อาชีพ	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
ข้าราชการ	25	12.5
พนักงานของรัฐ	20	10.0
ลูกจ้างเอกชน	126	63.0
อื่นๆ	29	14.5
รวม	200	100.0

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างรายได้ส่วนบุคคลต่อเดือน

จำนวนรายได้ต่อเดือน (บาท)	ความถี่ (คน)	ร้อยละ
7,000-10,000	25	12.5
10,001-13,000	20	10.0
13,001-16,000	126	63.0
16,000 ขึ้นไป	29	14.5
รวม	200	100.0

ภาคผนวก ค.
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามวัดความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง
ต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บข้อมูลนำไปใช้ในการจัดทำวิทยานิพนธ์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารทางเพศและการเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อความพึงพอใจทางเพศของผู้หญิงที่สมรสแล้วในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ประกอบการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาเพศศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตอบแบบสอบถามด้วยความตั้งใจ ตรงกับความรู้สึกของท่านอย่างแท้จริง และกรุณาตอบให้ครบทุกข้อ เพื่อประโยชน์ของการวิจัย โดยข้อมูลของท่านจะถือเป็นความลับและไม่มีผลกระทบใดๆต่อตัวท่านทั้งสิ้น และนำไปใช้ในการวิเคราะห์ทางวิชาการเท่านั้นแบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 4 ตอนดังนี้คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป	จำนวน 7 ข้อ
ตอนที่ 2 แบบสอบถามวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน 25 ข้อ
ตอนที่ 3 แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ	จำนวน 29 ข้อ
ตอนที่ 4 แบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ	จำนวน 25 ข้อ

ขอขอบพระคุณที่กรุณาให้ความร่วมมือ
นางสาวสุรางค์รัตน์ คงศรี
นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาเพศศาสตร์

ตอนที่1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาเติมข้อความในช่องว่าง

โปรดทำทุกข้อ

1. อายุของท่าน _____ ปี
2. ระยะเวลาการสมรสของท่านกับคู่สมรสคนปัจจุบัน _____ ปี
3. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน
 - () มัธยมศึกษาตอนปลาย
 - () ปวช.
 - () อนุปริญญา/ปวส.
 - ()ปริญญาตรี
 - () สูงกว่าปริญญาตรี
 - () อื่นๆระบุ
4. ท่านทำงานในอาชีพ
 - () ข้าราชการ
 - () พนักงานของรัฐ
 - () ลูกจ้างเอกชน
 - () อื่นๆระบุ.....
5. รายได้ส่วนบุคคลต่อเดือน
 - () 7,000 - 10,000 บาท
 - () 10,001-13,000 บาท
 - () 13,001-16,000 บาท
 - () 16,000 บาทขึ้นไป
6. ขณะนี้ท่านกำลังตั้งครรภ์หรือไม่
 - () ไม่
 - () ใช่ อายุครรภ์ _____ เดือน
7. ขณะนี้ท่านมีบุตรหรือไม่
 - () ไม่มี
 - () มี _____ คน

ตอนที่ 2 แบบวัดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบตามที่ท่านคิดว่าข้อความนั้น ๆ ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ฉันเป็นคนที่ไม่หวั่นไหวกับปัญหาที่เข้ามาในชีวิต		
2. ฉันไม่มั่นใจถ้าจะต้องพูดต่อหน้ากลุ่มคน		
3. มีหลายอย่างในตัวฉันที่ฉันไม่ชอบและอยากจะเปลี่ยน		
4. ฉันมั่นใจในการตัดสินใจของฉัน		
5. ฉันเป็นคน que ใครๆ ก็อยากอยู่ด้วย		
6. เวลาอยู่บ้านฉันเป็นคนเจ้าอารมณ์		
7. ฉันต้องใช้เวลานานมากในการปรับตัวยอมรับกับสิ่งใหม่ๆ ในชีวิต		
8. ฉันเป็นที่ชื่นชอบของเพื่อนวัยเดียวกัน		
9. ครอบครัวของฉันจะคำนึงถึงความรู้สึกของฉันเสมอ		
10. ฉันล้มเลิกความตั้งใจได้ง่าย		
11. ครอบครัวของฉันตั้งความคาดหวังที่สูงเกินไปสำหรับฉัน		
12. ชีวิตฉันมีแต่ความยากลำบาก		
13. ชีวิตฉันมีแต่ความยุ่งเหยิงวุ่นวาย		
14. ฉันมักจะมีความคิดดีๆ ที่ทำให้ผู้อื่นคล้อยตามได้		
15. ฉันรู้สึกว่าตัวเองไม่มีอะไรดี		
16. มีหลายครั้งที่ฉันรู้สึกอยากจะหนีไปให้พ้นๆ		
17. ฉันรู้สึกว่าฉันทำงานได้ไม่ดีพอ		
18. เปรียบเทียบกับคนอื่นๆ ไปแล้ว ฉันเป็นคนหน้าตาไม่ดี		
19. ฉันสามารถพูดในสิ่งที่ฉันอยากจะพูดได้		
20. ครอบครัวของฉันเข้าใจฉัน		
21. ใครๆ ก็พากันชื่นชมคนอื่น แต่ไม่เคยเห็นฉันอยู่ในสายตา		
22. ฉันรู้สึกว่าครอบครัวสร้างความกดดันให้ฉัน		
23. ฉันมักจะท้อแท้ใจกับสิ่งที่ฉันทำอยู่		
24. ฉันไม่ชอบตัวเอง ฉันอยากเป็นคนอื่น		
25. ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้		

ตอนที่ 3 แบบสอบถามวัดระดับการสื่อสารทางเพศ

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบตามที่ท่านคิดว่า เป็นจริงกับสิ่งที่ท่านได้ปฏิบัติพฤติกรรมเหล่านั้นในชีวิตสมรสของท่านในปัจจุบัน

ข้อความ	ระดับปฏิบัติ				
	จริงที่สุด	จริงส่วน มาก	จริงบ้าง	จริงน้อย มาก	ไม่จริง เลย
1. ฉันสามารถแสดงความต้องการ และความรู้สึกที่แท้จริง ของฉันให้สามีรับรู้ได้					
2. ฉันเป็นคนไวต่อความรู้สึกและความต้องการของสามี โดยเฉพาะในการแสดงออกที่ไม่ใช้คำพูด					
3. ความสัมพันธ์ของฉันกับสามีเป็นไปอย่างราบรื่นและมี ความสุข					
4. ความขัดแย้งใดๆที่เกิดขึ้นระหว่างฉันและสามี ได้รับ การแก้ไขให้ลุล่วงและผ่านไปได้อย่างดี					
5. ฉันสามารถเลือกคำพูดที่สื่อถึงความคิดของฉันได้ดี					
6. ฉันต้องพยายามอย่างมากที่จะไม่แสดงความรู้สึกของ ตน ในลักษณะที่ด่วนตัดสินสามี ในขณะที่เขากำลังออก ความเห็นและกำลังแสดงความรู้สึก					
7. ในการสนทนาเรื่องที่ทำให้ฉันรู้สึกอึดอัดใจ ฉัน พยายามอย่างยิ่งที่จะคงพูดคุยถึงเรื่องนั้นต่อไปโดยไม่ เปลี่ยนเรื่องพูดหรือนั่งเงียบ					
8. ในการสนทนากับสามีฉันไม่ใช้การตั้งคำถามแบบ “ใช่” / “ไม่ใช่” แต่จะใช้ในลักษณะของคำถามนำเพื่อช่วยให้ สามีสามารถพูดถึงเรื่องนั้นๆได้ง่ายขึ้น					
9. เมื่อฉันต้องการแสดงความรู้สึก ฉันสามารถพูดได้จาก มุมมองของตนเองอย่างเต็มที่					
10. ฉันสามารถแสดงออกอย่างชัดเจนในการที่จะไม่ยอม ให้ผู้อื่นมารุกรานสิทธิของฉัน					

ข้อความ	ระดับปฏิบัติ				
	จริงที่สุด	จริงส่วนมาก	จริงบ้าง	จริงน้อยมาก	ไม่จริงเลย
11. ฉันบอกให้สามีทราบเมื่อเขาไม่เคารพสิทธิหรือความรู้สึกของฉัน					
12. เมื่อฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์กับสามี ฉันสามารถปฏิเสธเขาได้โดยไม่ต้องฝืนใจตัวเอง					
13. ฉันสามารถพูดกับสามีได้โดยไม่รู้สึกลำบากใจ ในการขอให้สามีใช้วิธีการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ขณะมีเพศสัมพันธ์กับฉัน					
14. เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นระหว่างฉันกับสามี ฉันพยายามหาบทสรุปที่ทำให้เราเกิดความพอใจทั้งสองฝ่าย					
15. ฉันสามารถถามสามีได้ว่า มีอะไรบ้างที่เขาชอบหรือไม่ชอบให้ฉันทำ ในขณะที่เรามีเพศสัมพันธ์					
16. ฉันไม่กล้าบอกสามีว่า มีอะไรบ้างที่ฉันชอบหรือไม่ชอบให้เขาทำในขณะที่เรามีเพศสัมพันธ์					
17. ฉันสามารถบอกปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์กับสามีโดยไม่ทำให้เขาเสียความรู้สึก					
18. เมื่อฉันมีอาการหงุดหงิด ฉันสามารถที่จะอธิบายให้สามีเข้าใจได้ว่า ฉันไม่มีอาการทางเพศและไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ในขณะนั้น					
19. ฉันกล้าที่จะเป็นผู้เริ่มต้นในการเชิญชวนสามีให้มีเพศสัมพันธ์					
20. ฉันสามารถเล่าให้สามีฟังได้โดยไม่รู้สึกรัดเขิน ถึงจินตนาการทางเพศที่ฉันมีต่อเขา					
21. เมื่อเราเริ่มต้นเล้าโลมกันและกัน สามีของฉันรู้ว่าฉันอยากให้สามีเริ่มต้นแบบใดที่จะทำให้ฉันพอใจและมีอารมณ์ทางเพศ					

ข้อความ	ระดับปฏิบัติ				
	จริงที่สุด	จริงส่วน มาก	จริงบ้าง	จริงน้อย มาก	ไม่จริง เลย
22. เมื่อเริ่มต้นเล่าโลมกันและกัน สามีของฉันรู้ว่าจะต้อง ระมัดระวังอะไรบางอย่างที่อาจจะทำให้ฉันเสียอารมณ์ได้					
23. ในช่วงของการเล่าโลม สามีของฉันรู้ว่าเขาต้องใช้ เวลานานสักเท่าไรในการกระตุ้นให้ฉันเกิดอารมณ์ทาง เพศเต็มที่					
24. สามีของฉันรู้ว่าการกระทำอะไรของเขาขณะร่วมเพศ ที่อาจจะทำให้ฉันหมดอารมณ์ทางเพศได้					
25. สามีของฉันรู้ว่าหลังจากที่ฉันบรรลุจุดสุดยอด ฉัน ต้องการทำอะไร					
26. เมื่อฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ ฉันกล้าบอกสามีว่า ฉันต้องการเพียงแค่การโอบกอดหรือสัมผัส					
27. ฉันกล้าบอกสามีให้มีการเปลี่ยนแปลงบรรยากาศหรือ สถานที่ในการมีเพศสัมพันธ์					
28. ฉันกล้าบอกสามีให้แสวงหาวิธีการที่นำมาสู่การมีเพศ สัมพันธ์ที่แปลกใหม่หรือเพิ่มความสุขแก่กัน					
29. ฉันบอกรักสามีอยู่เสมอในเวลาที่เรายู่ด้วยกัน					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามวัดระดับความพึงพอใจทางเพศ

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบตามที่ท่านคิดว่า ข้อความนั้นๆ ตรงกับความรู้สึกในชีวิตสมรสของท่านและสามีมากที่สุด ในช่วงเวลา 6 เดือนที่ผ่านมา

ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
	จริงที่สุด	จริงส่วนมาก	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยมาก
1. ฉันรู้สึกว่สามีมีความสุขจากการมีเพศสัมพันธ์ของเรา					
2. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องน่าตื่นเต้น					
3. ฉันและสามีรู้สึกสนุกในการมีเพศสัมพันธ์					
4. ฉันรู้สึกผินใจที่จะต้องมึเพศสัมพันธ์กับสามี					
5. ฉันรู้สึกว่การมีเพศสัมพันธ์กับสามีเป็นเรื่องสกปรกและน่าขยะแขยง					
6. เพศสัมพันธ์ระหว่างฉันกับสามีเป็นไปอย่างจืดชืด ไร้รสชาติ					
7. เรามีเพศสัมพันธ์กันอย่างรีบๆ เพื่อให้มันเสร็จๆไป					
8. ฉันรู้สึกว่เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นไปอย่างแข็งๆ					
9. สามีของฉันมีความเร้าใจทางเพศสูง					
10. ฉันรู้สึกพอใจกับเทคนิคต่างๆที่สามีใช้ ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ของเรา					
11. ฉันรู้สึกว่สามีเรียกร้องที่จะร่วมเพศกับฉันมากเกินไปจนฉันทนไม่ไหว					
12. ฉันรู้สึกว่เพศสัมพันธ์ระหว่างเราเป็นเรื่องที่ดีมาก					
13. สามีของฉันวันๆไม่ทำอะไร เอาแต่หมกมุ่นกับเรื่องเพศอย่าง					
14. ฉันพยายามทุกหนทางที่จะไม่ต้องมีเพศสัมพันธ์กับสามี					
15. สามีมีเพศสัมพันธ์กับฉันอย่างทารุณ					
16. สามีของฉันเป็นนักรักชั้นยอด					
17. ฉันรู้สึกว่เพศสัมพันธ์เป็นเรื่องสำคัญของชีวิตคู่					
18. เวลาที่ฉันมีความต้องการทางเพศ สามีกลับเมินเฉย					

ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
	จริงที่สุด	จริงส่วน มาก	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย มาก
19. เพศสัมพันธ์ระหว่างเราช่วยเติมความสุขให้กับชีวิตคู่ เป็นอย่างดี					
20. ฉันรู้สึกว่ามีหาข้ออ้างต่างๆเพื่อที่จะไม่ต้องมีเพศ สัมพันธ์กับฉัน					
21. สามีกระตุ้นให้ฉันเกิดอารมณ์เพศได้ง่าย					
22. ฉันให้ความสุขทางเพศกับสามีได้อย่างเต็มที่					
23. สามีของฉันเป็นคนละเอียดอ่อนและเข้าใจในอารมณ์ และความต้องการทางเพศของฉันเป็นอย่างดี					
24. สามีให้ความสุขในเรื่องเพศกับฉันไม่ได้					
25. เพศสัมพันธ์ของเราทำให้ฉันรู้สึกหงุดหงิดและแข็งใน ชีวิต					

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวสุรางค์รัตน์ คงศรี เกิดเมื่อวันที่ 5 มีนาคม พ.ศ. 2522 ที่อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช สำเร็จการศึกษาปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 2) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เมื่อปี พ.ศ. 2544 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาเภสัชศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปี พ.ศ. 2545



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย