

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ปริญญานิพนธ์

ของ

ชววิทย์ รัตนพลแสนย์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

พฤษภาคม 2549

การให้คำปรึกษารอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

บทคัดย่อ

ของ

ชววิทย์ รัตนพลแสนย์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขฎิบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
พฤษภาคม 2549

ชววิทย์ รัตนพลแสนย์. (2549). การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส
ทหารเรือ. ปรินทิพพานิช กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ. บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร
ฉัตรศุกกุล, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ, และรองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์.

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาและพัฒนาการให้คำปรึกษาครอบครัว เพื่อ
พัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม
คือ กลุ่มแรกเป็นการศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส กลุ่มตัวอย่าง คือ คู่สมรสทั้ง
สามีหรือและภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพบก ที่พักอาศัยอยู่บ้านพักส่วนกลางกองทัพบก
ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คู่ กลุ่มที่สองเป็นการให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต
สมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่มีคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คู่
โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คัดเลือกมาโดยสมัครใจ เครื่องมือที่ใช้ใน
การวิจัย คือ แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ และโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส
ของคู่สมรสทหารเรือ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การวิเคราะห์องค์ประกอบและการวิเคราะห์
ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

ผลการศึกษาวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยการสกัด
องค์ประกอบ ด้วยเทคนิคแกนสำคัญ (Principal Component Analysis : PCA) และใช้การหมุนแกน
แบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนแมกซ์ (Varimax Method) พบว่า คุณภาพ
ชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มี 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การสื่อสารระหว่างคู่สมรส การปรับตัวต่อกัน
ของคู่สมรส การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส การจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส
การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว และความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส มี
ความแปรปรวนสะสมรวมร้อยละ 55.39 ของความแปรปรวนทั้งหมด

2. คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อนให้คำปรึกษาครอบครัว ภายหลังให้คำปรึกษา
ครอบครัว และติดตามผลภายหลังให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่ม
พฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรม
นิยมที่เน้นด้านการรู้คิด มีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

FAMILY COUNSELING FOR THE DEVELOPMENT OF MARITAL QUALITY
OF NAVAL COUPLES

AN ABSTRACT
BY
CHOOWIT RUTTANAPONSAN

Presented in Partial Fulfillment of Requirements
for the Doctor of Education degree in Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
May 2006

Choowit Ruttanaponsan. (2006). *Family Counseling for the Development of Marital Quality of Naval Couples*. Dissertation, Ed.D. (Counseling Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Dr.Khompet Chatsupakul, Assist. Prof. Dr.Totsaworn Maneesrikum, Assoc. Prof. Nipa Sripairot.

The purposes of this study were family counseling for the development of marital quality of naval couples. The subjects of this study were the naval couples, consisted of two groups. The subjects of the first groups consisted of 400 naval couples representing marital quality study group. The subjects of the second groups consisted of 10 naval couples randomly selected from the first and their score on marital quality were the lowest than twenty-fifth percentile. These 10 naval couples also participated in the family counseling for the development of marital quality of naval couples training program. The research instruments were a questionnaire of marital quality of naval couples, and the family counseling for the development of marital quality of naval couples training program. The data were analyzed by the Factor Analysis and One-way ANOVA with repeated measure.

The results of the study were as follows :

1. The Exploratory Factor Analysis of marital quality of naval couples were extracted by using the principal component analysis with the orthogonal rotation by varimax method revealed eight factors as follows : communication, adaptation, finance, conflict, love, supporting one another, recreational activities, and faithfulness.
2. Statistically significantly differences in naval couples existed before, after and follow-up participated in the family counseling for the development of marital quality program. The result of this study indicated that family counseling training program was a key factor in increasing positive change of the naval couples.

การให้คำปรึกษารอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ปริญญานิพนธ์
ของ
ชววิทย์ รัตนพลแสนย์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุริยบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
พฤษภาคม 2549
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ของ

ชูวิทย์ รัตนพลแสนย์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)

วันที่.....เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2549

.....ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์

(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร ฉัตรศุภกุล)

.....กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ)

.....กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

(รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุรักษา)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วชิรญา บัวศรี)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรศุกกุล ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศวรร มณีศรีขำ และ รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้เสียสละเวลา อันมีค่า ในการให้คำปรึกษาแนะนำแนวทางในการจัดทำงานวิจัยนี้ทุกขั้นตอนจนเสร็จสมบูรณ์ อีกทั้ง ทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์ในการทำงานวิจัยอย่างดียิ่ง ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วชิรญา บัวศรี และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุรักษา ที่กรุณาเป็นกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปริญญานิพนธ์ และได้ให้ ข้อเสนอแนะต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่านและคณบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ 2 ท่าน ที่กรุณาสละเวลา เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม ขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ ในการวิจัย และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้แก่ผู้วิจัย ตั้งแต่ เริ่มต้นการศึกษาจนสำเร็จการศึกษา ตามหลักสูตรจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์วีรา พาสพัฒนพาณิชย์ อธิการบดีวิทยาลัยดุสิตธานี อาจารย์ กฤษฎวรรณ อรุณสุริยศักดิ์ รองอธิการบดีฝ่ายบริหารและกิจการนักศึกษา และ อาจารย์สุวัฒน์ จันทรีย์ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และศิลปศาสตร์ ที่ให้โอกาสผู้วิจัยได้ศึกษาในหลักสูตรนี้ ตลอดจนคณาจารย์ วิทยาลัยดุสิตธานี ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจ จนกระทั่งผู้วิจัยสำเร็จการศึกษา

ขอขอบคุณกรมสวัสดิการทหารเรือ กองทัพเรือ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลใน บ้านพักข้าราชการกองทัพเรือ และขอขอบคุณคณบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ 2 ท่าน ที่ให้ ความร่วมมือในการเก็บข้อมูล และการทดลองจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่ได้มอบทุนส่วนหนึ่งสนับสนุน การทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณภรรยาและลูกชายทั้ง 2 คน ที่ให้ความรักและสนับสนุน ช่วยเหลือ ห่วงใย และเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยตลอดมาจนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ชูวิทย์ รัตนพลแสนย์

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย
จาก
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
คำถามการวิจัย.....	7
ความมุ่งหมายในการวิจัย.....	7
ความสำคัญของการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	7
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	9
ตัวแปรที่ศึกษา	9
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	9
กรอบความคิดในการวิจัย.....	13
สมมติฐานในการวิจัย.....	14
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส.....	15
ความหมายของชีวิตสมรส.....	15
วัตถุประสงค์ของการสมรส.....	16
ความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส.....	16
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการสมรสและคุณภาพชีวิตสมรส.....	19
องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรส.....	38
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	42
ความหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	42
ความเป็นมาของการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	44
กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	51
เป้าหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	54
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว.....	55

สารบัญ(ต่อ)

บทที่

หน้า

2 (ต่อ)	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยม ที่เน้นด้านการรู้คิด.....	56
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสนทนากลุ่ม.....	68
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์องค์ประกอบ.....	77
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาครอบครัวและคุณภาพชีวิตสมรส.....	82
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	92
	การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	92
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย.....	94
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	106
	การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	107
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	108
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	110
	สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์และแปลผล.....	110
	การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	110
5	สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	151
	ความมุ่งหมายในการวิจัย.....	151
	สมมติฐานในการวิจัย.....	151
	ขอบเขตของการวิจัย.....	151
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย.....	153
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	158
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	160
	สรุปผล.....	160

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
5 (ต่อ) อภิปราย.....	162
ข้อเสนอแนะ.....	173
บรรณานุกรม.....	174
ภาคผนวก.....	181
ประวัติผู้วิจัย.....	249

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ปัจจัยหรือมโนทัศน์สำคัญที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสในเชิงทฤษฎี.....	36
2 ระยะเวลาในการดำเนินการทดลอง ตามโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัวเพื่อ พัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ.....	102
3 แบบแผนการทดลองแบบ Repeated Measures Design.....	104
4 กำหนดการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยม และกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก.....	105
5 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	111
6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มสมรสทหารเรือ.....	114
7 จำนวนองค์ประกอบ ค่าความร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม ในแต่ละองค์ประกอบของแบบวัดคุณภาพ ชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ.....	115
8 แมตริกองค์ประกอบภายหลังการหมุนแกนแบบออร์ทोगอนอล(Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method)	119
9 องค์ประกอบที่ 1.....	123
10 องค์ประกอบที่ 2.....	124
11 องค์ประกอบที่ 3.....	125
12 องค์ประกอบที่ 4.....	126
13 องค์ประกอบที่ 5.....	127
14 องค์ประกอบที่ 6.....	128
15 องค์ประกอบที่ 7.....	129
16 องค์ประกอบที่ 8.....	130
17 ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว	131
18 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือขององค์ประกอบรวม ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว.....	133

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
19	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือขององค์ประกอบรวม ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้ คำปรึกษาครอบครัว	134
20	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการ ให้คำปรึกษาครอบครัว.....	135
21	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และ ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	136
22	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้ คำปรึกษาครอบครัว.....	137
23	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และ ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	138
24	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้าน การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลัง เข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	139
25	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	140
26	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้าน ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการ ให้คำปรึกษาครอบครัว.....	141
27	ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และ ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	142

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
28 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผล หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	143
29 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	144
30 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	145
31 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอก ครอบครัว ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	146
32 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และ ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	147
33 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของ คู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	148
34 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับ การให้คำปรึกษาครอบครัว.....	149
35 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือในองค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และ ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว.....	150
36 ค่าดัชนี IOC ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ.....	188
37 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ.....	199

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

38	คำดัชนี IOC ของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่ม พฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด.....	204
----	---	-----

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	กรอบแนวคิดการวิจัยการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรส.....	13
2	กรอบแนวคิดการวิจัยการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส.....	13
3	กรอบความคิดเชิงทฤษฎีคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตสมรส.....	26
4	กราฟ Scree test ค่าไอเกน (Eigen Value) ในแต่ละองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า 1...	118

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ชีวิตของคนเราเมื่อถึงวัยหนุ่มสาวก็ต้องมีครอบครัว การมีครอบครัวนั้นหมายถึงการที่ชายหญิงที่รักกันและมีความผูกพันกัน มีความปรารถนาที่จะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันโดยการแต่งงาน ซึ่งเรียกว่าชีวิตการแต่งงานหรือชีวิตสมรส แต่เมื่อเริ่มชีวิตคู่ทั้งสองฝ่ายพบว่าคุณสมบัติของตนยังมีบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย และค่านิยมซึ่งตนเองไม่เห็นด้วย เนื่องจากความแตกต่างเหล่านี้จึงทำให้คู่สมรสจะต้องมีการปรับตัวเข้าหากันเพื่อความสุขในชีวิตสมรส ดังนั้นจะเห็นได้ว่าชีวิตสมรสที่ประสบความสำเร็จนั้นไม่ได้เกิดขึ้นเอง แต่คู่สมรสจะต้องพยายามช่วยกันสร้างขึ้นมา โดยถือเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบร่วมกัน (กรมสุขภาพจิต. 2539: 11)

แนวคิดเดิมในอดีตมักคิดว่าครอบครัวปกติคือครอบครัวที่ไม่มีปัญหา เมื่อใดครอบครัวมีปัญหา นั่นเป็นสัญญาณหรือเครื่องเตือนความไม่ปกติของครอบครัว ปัจจุบันแนวคิดหรือความเชื่อเช่นนี้ได้เปลี่ยนไปแล้ว กล่าวคือ มีการยอมรับโดยทั่วไปว่าครอบครัวทุกครอบครัวไม่ว่าจะอยู่ในสถานะใด อาจมีปัญหาเกิดขึ้นได้เป็นสิ่งปกติ และไม่ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวจะน้อยหรือมากอย่างใดก็ตาม トラบใดที่สมาชิกในครอบครัวยังสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ นั้นได้ นั่นคือยังรักษาความสมดุลของชีวิตครอบครัวได้ ถือได้ว่าครอบครัวนั้นอยู่ในภาวะปกติ แต่ถ้าสมาชิกในครอบครัวไม่สามารถจัดการแก้ไขปัญหานั้นๆ ได้ โดยสมาชิกอาจมีปฏิกิริยาโต้ตอบที่รุนแรงต่อปัญหา เกิดความตึงเครียด ความกดดันและความกลัดกลุ้มในชีวิต (จรรยา สุวรรทัต; และคนอื่นๆ. 2545: 58) ในที่สุดครอบครัวนั้นก็อยู่ในสภาพที่อ่อนแอ สมาชิกในครอบครัวไม่สามารถหาทางออกหรือแก้ปัญหาดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม จนกลายเป็นปัญหาที่รุนแรงภายในครอบครัว เช่น การทะเลาะวิวาท การมีปากเสียงกันอย่างรุนแรง การติดยาเสพติด การหนีออกจากบ้าน การนอกใจคู่สมรส การหย่าร้าง เป็นต้น

จากการศึกษาระยะยาวตลอด 30 ปีที่ผ่านมา พบว่าในประเทศตะวันตกมีการหย่าร้างในอัตราที่สูงขึ้นอย่างมาก เช่น ในประเทศสหรัฐอเมริกา มีอัตราการหย่าร้างในคู่สมรสที่แต่งงานใหม่ถึงร้อยละ 50 และในออสเตรเลีย ร้อยละ 43 (Matthew R. Sanders; et al. 1999: 60) สำหรับในประเทศไทย อัตราการหย่าร้างแม้จะไม่สูงเท่ากับประเทศทางตะวันตก แต่จากสถิติการจดทะเบียนสมรสและการจดทะเบียนหย่าร้างทั่วราชอาณาจักรของกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (กรมการปกครอง. 2548) พบว่ามีแนวโน้มที่สูงขึ้นเรื่อยๆ ดังนี้

พ.ศ.2544 จดทะเบียนสมรส 344,661 ราย หย่า 76,037 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 22.06

พ.ศ.2545 จดทะเบียนสมรส 291,734 ราย หย่า 77,735 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 26.65

พ.ศ.2546 จดทะเบียนสมรส 328,356 ราย หย่า 80,886 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 24.63

พ.ศ.2547 จดทะเบียนสมรส 365,721 ราย หย่า 86,982 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 23.78

และจากสถิติการจดทะเบียนสมรสและการจดทะเบียนหย่าร้างในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่ามีแนวโน้มที่สูงขึ้นเช่นกัน ดังนี้

พ.ศ.2544 จดทะเบียนสมรส 37,971 ราย หย่า 13,342 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 35.14

พ.ศ.2545 จดทะเบียนสมรส 37,411 ราย หย่า 13,779 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 36.83

พ.ศ.2546 จดทะเบียนสมรส 39,336 ราย หย่า 13,884 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 35.30

พ.ศ.2547 จดทะเบียนสมรส 43,183 ราย หย่า 14,976 ราย คิดเป็นการหย่าร้อยละ 34.68

จากสถิติดังกล่าว แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มของปัญหาในชีวิตสมรสของคนไทยที่กำลังเปลี่ยนแปลงไปสู่ความล้มเหลวมากขึ้น ซึ่งจากที่ผู้วิจัยได้ทำการค้นคว้าเอกสาร ตำรา และงานวิจัยต่างๆ พอที่จะประมวลได้ว่า สาเหตุที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตสมรสของคนไทยในปัจจุบันเกิดมาจากหลายปัจจัย เช่น ในปัจจุบันครอบครัวจะเป็นลักษณะครอบครัวเดี่ยว โดยเฉพาะครอบครัวในเมือง ทำให้ขนาดของครอบครัวเล็กลง ความผูกพันระหว่างสมาชิกในครอบครัวเสื่อมคลายลงอันเนื่องมาจากความห่างเหินกัน และอิทธิพลของความเจริญทางเศรษฐกิจที่คู่สมรสต้องไปประกอบธุรกิจการงานนอกบ้าน อีกทั้งสมาชิกในครอบครัวมีอิสระมากขึ้น ชายหญิงมีสิทธิเท่าเทียมกัน ทั้งยังนิยมความสะดวกสบายต่างๆ เพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีพ ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยได้พึ่งพาอาศัยกัน และมักให้ความสนใจในงานสังคมนอกบ้านมากกว่าในบ้าน ลดการยึดถือในค่านิยมทางศาสนา วัฒนธรรมและจารีต ประเพณี เป็นต้น

จากสภาพปัญหาเหล่านี้ จึงเป็นแง่มุมที่น่าสนใจต่อไปว่ามีปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้คู่สมรสสามารถดำเนินชีวิตสมรสไปได้อย่างราบรื่นและประสบความสำเร็จ สามารถประคับประคองชีวิตคู่ของตนได้ตลอดรอดฝั่ง แต่บางคู่ก็ประสบกับความล้มเหลว ไม่สามารถแก้ปัญหาและปรับตัวเข้าหากันได้ จนในที่สุดก็ต้องลงเอยด้วยการหย่าร้าง

คุณภาพชีวิตสมรสเป็นประเด็นหนึ่งที่นักวิชาการด้านครอบครัวและการสมรส ให้ความสนใจศึกษาอย่างกว้างขวางมากมายหลายท่าน แต่ที่ได้รับการยอมรับและนำไปอ้างอิงอย่างมาก ได้แก่ ลูวีสและสแปเนียร์ (Lewis; and Spanier. 1979: 268-289) ซึ่งได้รวบรวมและประมวลผลการวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสซึ่งมีผู้ศึกษาไว้แล้วมากกว่า 300 เรื่อง โดยสรุปปัจจัยที่มีความสำคัญต่อคุณภาพชีวิตสมรส และความมั่นคงในชีวิตสมรส ออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

1. ปัจจัยก่อนสมรส (Premarital Factors) เป็นปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยทางสังคมของคู่สมรสประกอบไปด้วยความคล้ายคลึงกันของคู่สมรส (Homogamy) ได้แก่ เชื้อชาติ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ศาสนา สติปัญญา อายุ เป็นต้น คู่สมรสที่มีความคล้ายคลึงกันในลักษณะดังกล่าวย่อมจะมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีกว่า

1.1. คุณลักษณะของคู่สมรส (Resources) ได้แก่ ระดับการศึกษา อายุแรกสมรส ชนชั้นทางสังคม ความคุ้นเคยกันระหว่างชายหญิง สุขภาพทางร่างกายและสุขภาพจิต คู่สมรสที่มีลักษณะดังกล่าวจะมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีกว่า

1.2. แบบอย่างชีวิตสมรสของบิดามารดา (Parental Models) หมายถึง คุณภาพชีวิตสมรสของครอบครัวทั้งสองฝ่าย ความสุขในวัยเด็ก และความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสกับบิดามารดา ซึ่งหากคู่สมรสที่มีทิศทางไปในทางบวกย่อมทำให้มีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี

1.3. สิ่งสนับสนุนอื่นๆ (Support From Significant Others) เช่น ความเห็นพ้องด้วยของบิดามารดาในคู่สมรสของบุตร

2. ปัจจัยการสมรส (Marital Factors) เป็นปัจจัยที่มีบทบาทต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และสัมพันธภาพของคู่สมรส ประกอบไปด้วย

2.1. สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม (Socioeconomic Adequacy) ซึ่งได้แก่ สถานภาพทางอาชีพของฝ่ายชายและฝ่ายหญิง ความมั่นคงทางเศรษฐกิจในครอบครัวและรายได้ของครอบครัว เป็นต้น

2.2. การทำงานนอกบ้านของภรรยา (Wife's Employment) เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจกับงานของตนเองของฝ่ายหญิง และความเห็นพ้องของสามีต่องานของภรรยา

2.3. องค์ประกอบในครัวเรือน (Household Composition) เช่น การมีบุคคลอื่นอาศัยอยู่ร่วมกัน หรือการที่คู่สมรสอาศัยอยู่กับครอบครัวเดิม

2.4. ความสำคัญหรืออิทธิพลของสังคมรอบตัวคู่สมรส (Community beddedness) เช่น ความเห็นด้วยของเพื่อนและญาติพี่น้องในการสมรส การติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนของคู่สมรส ความแออัดในครอบครัว

2.5. การมองหรือพิจารณาที่เป็นไปในทางที่ดี (Positive Regard) เช่น ความคล้ายคลึงกันในการรับรู้ การสื่อสารระหว่างคู่สมรส การประเมินผู้อื่นในทางที่ดีหรือไม่ดี ความสอดคล้องกันของค่านิยมระหว่างคู่สมรส เป็นต้น

2.6. ความรู้สึกพึงพอใจ (Emotional Gratification) ระหว่างคู่สมรสหากมีความรู้สึกพึงพอใจสูงก็จะส่งผลดีต่อคุณภาพชีวิตสมรส ซึ่งอาจจะเกิดจากสิ่งเหล่านี้ คือ ความพึงพอใจทางเพศ ความรักที่มีต่อกัน ความนับถือกัน เป็นต้น

2.7. การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ (Effectiveness of Communication) ได้แก่ ความเข้าใจกันของคู่สมรส ความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ความถูกต้องในการสื่อสารทางคำพูดและภาษาท่าทาง เป็นต้น

2.8. ความเหมาะสมในบทบาทของคู่สมรส (Role Fit) เช่น คู่สมรสแสดงบทบาทที่พอเหมาะพอดี มีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในการอยู่ร่วมกัน เป็นต้น

2.9. การมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Interaction) ได้แก่ การอยู่ร่วมกันฉันท์เพื่อน การแบ่งกิจกรรมกันทำและร่วมกันทำกิจกรรม การช่วยกันแก้ปัญหา ความมีอิทธิพลต่อจิตใจและอารมณ์ซึ่งกันและกัน

3. ปัจจัยที่เป็นแรงผลักดันจากภายนอกและแรงดึงดูดจากทางเลือก (External Pressures and Alternative Attractions) ทั้งสองประการถือเป็นปัจจัยควบคุมความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรสอีกทีหนึ่ง กล่าวคือ ไม่แน่นอนเสมอไปที่คู่สมรสซึ่งมีคุณภาพชีวิตสมรสสูง จะมีความมั่นคงในชีวิตสมรสสูง หรือคู่สมรสที่มีคุณภาพชีวิตสมรสต่ำ จะทำให้ความมั่นคงในชีวิตสมรสต่ำ ปัจจัยทั้งสองประการนี้จะเป็เครื่องตัดสินใจอีกทีหนึ่ง แรงผลักดันจากภายนอกนั้น ได้แก่ บรรทัดฐานทางสังคม แรงบังคับจากสถาบันต่างๆ เช่น กฎหมาย สังคม ศาสนา เป็นต้น ส่วนแรงดึงดูดจากทางเลือกเกิดจากการเปรียบเทียบถึงผลได้ผลเสียในชีวิตสมรส (Costs and rewards) ผลได้ (rewards) นั้น หมายถึง สิ่งที่จะดึงดูดให้คู่สมรสมีโอกาสอยู่ร่วมกันต่อไป ส่วนผลเสีย (Costs) นั้น ได้แก่ ความเครียด ความขัดแย้งกัน ปัญหาในการสื่อสารระหว่างคู่สมรส การขาดความกลมเกลียวกัน เป็นต้น ซึ่งทั้งผลได้และผลเสีย นั้น จะบ่งบอกถึงการมีคุณภาพชีวิตสมรส และเป็นเครื่องมือในการตัดสินใจในการหย่าร้างของคู่สมรสหรือชี้ให้เห็นถึงความมั่นคงในชีวิตสมรสด้วย

สำหรับในประเทศไทยได้มีผู้สนใจศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่เป็นสาเหตุของการมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีของคนไทยเช่นกัน เช่น อุบลรัตน์ พิชญชยะนันท์ (2531) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสในมิติของความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยศึกษากรณีข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 291 คน พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้แก่ อายุเมื่อสมรส คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา การสนับสนุนจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต (พ่อแม่ ญาติ พี่น้อง) ระยะเวลาของการสมรส การมีบุตร ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ความสมานฉันท์ทางบทบาท ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความเสียเปรียบสัมพัทธ์ ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส คือ ความคล้ายคลึงกันทางอายุ ความคล้ายคลึงกันทางการศึกษา ระยะเวลาในการสร้างความคุ้นเคยก่อนสมรส รายได้ของครอบครัว และองค์ประกอบของครอบครัว และงามตา วรินทร์านนท์ และคนอื่นๆ (2544) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การวิเคราะห์ดัชนีเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทย โดยกลุ่มตัวอย่าง คือ สามีหรือภรรยาที่อาศัยอยู่ใน

กรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยเชิงเหตุผลชุดปัจจัยเสริม 7 ด้าน (ได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลภายนอกครอบครัว การสื่อสารระหว่างคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบบวก จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส และการรับรู้การปฏิบัติทางพุทธของคู่สมรส และทัศนคติต่อคู่สมรส) ร่วมกัน สามารถอธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสได้ร้อยละ 72-81 และสามารถอธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านการปรับตัวระหว่างคู่สมรสได้ร้อยละ 57-70 ตัวทำนายสำคัญ คือ จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน ทัศนคติต่อคู่สมรส และวิธีการจัดการกับการขัดแย้งทางบวก

สำหรับประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจศึกษากลุ่มประชากรที่เป็นข้าราชการทหารเรือ ทั้งนี้เนื่องจากลักษณะภารกิจและหน้าที่ของทหารเรือ ที่ต้องออกไปปฏิบัติราชการป้องกันประเทศ โดยไปประจำการอยู่ที่ในเขตพื้นที่จังหวัดชายแดน และประจำการอยู่ในเรือรบหลวงบริเวณทะเลเขตน่านน้ำไทย ซึ่งตามปกติจะปฏิบัติงานประมาณ 3 สัปดาห์ และได้หยุดพักผ่อนกับครอบครัวประมาณ 1 สัปดาห์ต่อเดือน (เกรียงศักดิ์ อนันตสานต์. 2548: 1-5) ซึ่งก่อให้เกิดความห่างเหินต่อความใกล้ชิดผูกพันกันระหว่างคู่สมรส และจากที่ผู้วิจัยเคยรับราชการทหารเรือมาเป็นเวลา 17 ปี โดยพักอาศัยอยู่ในบ้านพักข้าราชการทหารเรือทั้งที่ อ.สัตหีบ จ.ชลบุรี และที่บางนา กรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้วิจัยได้สังเกตพบชีวิตสมรสของทหารเรือ พบว่า มีคู่สมรสบางคู่ที่มีพฤติกรรมบางอย่างที่แสดงให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส เช่น การนอกใจคู่สมรส การโต้เถียงกัน การทะเลาะวิวาท ความเดือดร้อนเรื่องการเงิน เป็นต้น จนเกิดเป็นปัญหาที่รุนแรงในครอบครัวและในที่สุดก็นำมาซึ่งการยุติการสมรสด้วยการหย่าร้าง นอกจากนี้แล้วจากการสำรวจเบื้องต้นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสในมิติด้านความพึงพอใจในชีวิตสมรสของทหารเรือ โดยดัดแปลงแบบวัด มาจากแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสในมิติด้านความพึงพอใจในชีวิตสมรส ของ อุบลรัตน์ พิษณุชยันนทร์ (2531) โดยวัดคู่สมรสทั้งสามีหรือ/และภรรยา จำนวน 100 คน พบว่า คู่สมรสข้าราชการทหารเรือ ร้อยละ 10 มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ ร้อยละ 6 มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสปานกลาง และร้อยละ 84 มีความพึงพอใจในชีวิตสูง

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของคุณภาพชีวิตสมรสและสภาพปัญหาของชีวิตสมรส ด้วยความสำคัญดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้สำราวจนาร่อง (Pilot Study) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้คำถามปลายเปิดจากคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 50 คู่ (100 คน) และได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) กับคู่สมรสทหารเรือทั้งสามีและภรรยา ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสและที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรส จำนวน 10 คู่ แล้วผู้วิจัยได้ประมวลคำตอบที่ได้จากการสำรวจและการสัมภาษณ์เชิงลึกนี้ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลสำหรับศึกษาค้นคว้า ร่วมกับเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และใช้ในการดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือต่อไป

ผลการสำราวจนาร่อง และการประมวลเอกสาร ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า คู่สมรสทหารเรือที่มีคุณภาพชีวิตสมรสนั้น ควรมีดังนี้

1. คู่สมรสต้องมีความรักใคร่ผูกพันต่อกัน
2. คู่สมรสต้องมีความซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่เจ้าชู้ นอกใจ
3. คู่สมรสต้องมีความเข้าใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ดี
4. คู่สมรสต้องรับบทบาท หน้าที่และความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อครอบครัว
5. คู่สมรสต้องมีการพูดคุยและปรึกษาหารือกันได้เกือบทุกเรื่อง
6. คู่สมรสต้องมีความอดทน และร่วมกันจัดการกับปัญหาและความขัดแย้งต่างๆ ที่เกิดขึ้น
7. คู่สมรสต้องมีศีลธรรมประจำใจ
8. คู่สมรสต้องช่วยกันแสวงหารายได้เข้าครอบครัว และรู้จักประหยัด อดออมในทรัพย์สิน เงินทอง ที่หามาได้
9. คู่สมรสต้องปรับตัวให้เข้ากับบิดามารดา ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูงของสามีหรือภรรยาของตนเอง
10. คู่สมรสต้องช่วยกันเลี้ยงดู อบรม สั่งสอนลูก

สำหรับวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของทหารเรือ นั้น ผู้วิจัยใช้โปรแกรมของการให้คำปรึกษาครอบครัว เหตุที่ผู้วิจัยเลือกใช้การให้คำปรึกษาครอบครัวมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของทหารเรือ นั้น เนื่องจากปัจจุบันการมองปัญหาที่เกิดขึ้นกับครอบครัวหรือคู่สมรสตามแนวคิดของนักให้คำปรึกษาครอบครัว มองว่าชีวิตสมรสมีลักษณะที่เป็นระบบ ดังนั้นปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงของสามีหรือภรรยาคนใดคนหนึ่ง จะส่งผลกระทบต่ออีกคนหนึ่ง เพราะถือว่าทุกๆ คนเป็นหน่วยย่อยของระบบครอบครัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อกันและกัน ปัญหาที่เกิดขึ้นจึงไม่ได้อยู่กับคนใดคนหนึ่งหรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง แต่ทั้งสองฝ่ายต่างมีส่วนที่ทำให้เกิดปัญหา การให้คำปรึกษาครอบครัวจึงแตกต่างจากการให้คำปรึกษาที่เป็นรายบุคคล ที่เน้นคนเพียงคนเดียวที่ต้องการความช่วยเหลือให้สามารถเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ และสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนการให้คำปรึกษาครอบครัวนั้น เป็นการให้ความช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัวทุกคน โดยเฉพาะคู่สามีภรรยาให้สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ สามารถใช้ชีวิตร่วมกันได้อย่างมีความสุข (เมธินันท์ ภิญญชน. 2539) ปัจจุบันในการให้คำปรึกษาครอบครัวมีอยู่หลายทฤษฎีหลายแนวคิดซึ่งในแต่ละทฤษฎีก็มีลักษณะเฉพาะตัวที่แตกต่างกันไป สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิด เนื่องจากทฤษฎีนี้มีลักษณะเด่นที่เป็นเอกลักษณ์ ก็คือเน้นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ทั้งในเรื่องของการสังเกตและการวัด เน้นในการสอนทักษะทางสังคมใหม่ๆ ให้กับสมาชิกในครอบครัวเพื่อที่จะกำจัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกไป เน้นการให้การศึกษาและการให้รางวัลในพฤติกรรมทางบวกมากกว่าการลงโทษ อีกทั้งช่วงระยะเวลาในการให้คำปรึกษาสั้นกระชับไม่นานเกินไป (Gladding, S.T.1995; Goldenberg; & Goldenberg. 1996; เมธินันท์ ภิญญชน. 2539: 108-110; และอุมาพร ตรังคสมบัติ. 2545: 134-146) ผู้วิจัยมีความเห็นว่าหลักการ และเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษา

ครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก มีความเหมาะสมที่จะนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยผลที่ได้จากการศึกษาจะนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้หลักการและเทคนิคทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม และกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก เพื่อช่วยให้คู่สมรสทหารเรือได้มีคุณภาพชีวิตสมรสสูงขึ้น มีความรักใคร่ผูกพันกัน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน สามารถปรับตัวเข้าหากัน ช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาาร่วมกัน ใช้ชีวิตสมรสรวมกันได้อย่างมีความสุข

คำถามการวิจัย

1. คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือมีองค์ประกอบอะไรบ้าง
2. ภายหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก คู่สมรสทหารเรือมีคุณภาพชีวิตสมรสมากขึ้นเพียงใด

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
2. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อนหลังและติดตามผลหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม และกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

ความสำคัญของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ และได้พัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว เพื่อประโยชน์ในเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือให้สูงขึ้น ก่อให้เกิดความสุข และความเข้มแข็งของครอบครัว นอกจากนี้ยังสามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสกับคู่สมรสกลุ่มอื่นๆ ในสังคมไทยต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพอากาศ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก กลุ่มประชากรนี้

พักอาศัยอยู่ที่อาคารพักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยผู้วิจัย สุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นคู่สมรสทหารเรือ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่างนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คู่ โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ดังนี้

1.1 สุ่มแบบตามความสะดวก (Convenience Sampling) โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามพื้นที่ตั้งอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือในกรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบไปด้วย 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 แล้วเลือกกลุ่มตัวอย่างมา 1 พื้นที่ ได้แก่ อาคารที่พักอาศัยพื้นที่ส่วนบางนา จำนวน 1,300 คู่ ทั้งนี้เนื่องผู้วิจัยได้พิจารณาเห็นว่า มีจำนวนประชากรมากกว่าพื้นที่แห่งอื่นๆ อยู่ใกล้ที่ทำงานของกลุ่มตัวอย่าง และอยู่ใกล้กับโรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ ซึ่งเป็นสถานที่ให้คำปรึกษารอบครัว

1.2 สุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยนำประชากรที่พักอาศัยอยู่อาคารพื้นที่ส่วนบางนา จำนวน 1,300 คู่ ที่ได้จากการสุ่มในข้อ 1.1 มาสุ่มแบบแบ่งชั้นโดยใช้ชั้นยศ (นายทหารชั้นประทวนและนายทหารชั้นสัญญาบัตร) เป็นชั้น(Strata) กำหนดขนาดของตัวอย่างตามตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามาเน่ (Yamane. 1967: 886-887) จากนั้นสุ่มอย่างง่าย(Simple Random Sampling) ตามสัดส่วนจำนวนคู่สมรสของแต่ละชั้นได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คู่

2. กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้คำปรึกษารอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่างนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ โดยการนำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้จากคู่สมรสทหารเรือใน

ข้อ 1 ที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คู่ โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วคัดเลือกมาโดยสมัครใจ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

2.1 ให้คู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 400 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 นำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.1 มาจัดเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย

2.3 คัดเลือกคู่สมรสทหารเรือที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้จำนวนทั้งสิ้น 100 คู่ แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 10 คู่ แบ่งออกเป็นคู่สมรสทหารเรือชั้นสัญญาบัตร จำนวน 5 คู่ และคู่สมรสทหารเรือชั้นประทวน จำนวน 5 คู่ สอบถามความสนใจและความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยมีเงื่อนไขว่าต้องสามารถเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัวได้ครบทั้ง 12 ครั้ง ได้คู่สมรสทหารเรือมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 10 คู่

ข้อจำกัดในการวิจัย

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างเฉพาะคู่สมรสทหารเรือ คือ สามีและภรรยาของแต่ละครอบครัวเท่านั้น โดยไม่รวมสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัวเข้าร่วมด้วย เช่น บิดา มารดา บุตร หลาน เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากมีข้อจำกัดในเรื่องเวลาและภารกิจหน้าที่ของบุคคลเหล่านั้น

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง ลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันของสามีและภรรยา ซึ่งสามารถทำให้ทั้งสามีและภรรยามีความเข้าใจอันดีต่อกัน เกิดความพึงพอใจซึ่งกันและกัน และทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปอย่างมีความสุข โดยประกอบไปด้วยลักษณะต่างๆ 7 ด้าน ดังนี้

1.1 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาในการพูดจาด้วยถ้อยคำที่มีความหมายชัดเจน สอดคล้องกลมกลืนกับลักษณะท่าทางและน้ำเสียง ได้แก่ การใช้สรรพนามแทนตนเองได้อย่างเหมาะสม การแสดงความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง การใช้ถ้อยคำ การใช้ น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทาง

1.2 การปรับตัวต่อกันของกลุ่มสมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาในการปรับตัวเข้าหากัน รวมไปถึงการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส ได้แก่ การยอมรับความแตกต่างระหว่างกัน ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้เกียรติซึ่งกันและกัน การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การแบ่งหน้าที่ในการทำงาน การมีเวลาให้แกกันและกัน การกระทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

1.3 การจัดการกับเกี่ยวกับเศรษฐกิจของกลุ่มสมรส หมายถึง การปฏิบัติของสามีและภรรยาในการใช้จ่ายเงินประจำเดือน ซึ่งเกี่ยวข้องกับรายได้ประจำเดือนและค่าใช้จ่ายประจำเดือน ตลอดจนการจัดการเพื่อหาเงินมาจุนเจือครอบครัว ได้แก่ รายได้ประจำเดือน รายจ่าย การซื้อของและการจับจ่ายใช้สอยประจำเดือน เงินเก็บออม รายได้พิเศษ หนี้สินหรือการกู้ยืม

1.4 การจัดการความขัดแย้งของกลุ่มสมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาต่อปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ไม่สอดคล้องหรือไม่ลงรอยกัน ทั้งด้านความคิด ด้านอารมณ์หรือความรู้สึก และด้านการกระทำ ได้แก่ การแสดงเหตุผลต่อกันและกัน การยอมรับฟังซึ่งกันและกัน การกำหนดขอบข่ายประเด็นปัญหาที่ขัดแย้งกันอย่างชัดเจน การหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง การประนีประนอมซึ่งกันและกัน การยินยอมซึ่งกันและกัน การจัดการกับอารมณ์โกรธ การไม่แสดงอารมณ์รุนแรงหรือความก้าวร้าว เช่น การทำร้ายร่างกาย การทำลายสิ่งของ การตวาด ดุด่า ตะโกน หรือใช้คำพูดที่หยาบคาย เป็นต้น

1.5 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันของกลุ่มสมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาเกี่ยวกับความรักใคร่ ความผูกพัน ความห่วงใย ความสนิทชิดใกล้ และการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ ความรักใคร่ผูกพันซึ่งกันและกัน การเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกซึ่งกันและกัน ความใกล้ชิดสนิทสนม การปรึกษาหารือเพื่อแก้ปัญหาาร่วมกัน การให้ความสนใจซึ่งกันและกัน การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การชื่นชมยินดีซึ่งกันและกัน การให้ความคิดถึงห่วงใยซึ่งกันและกัน การให้ความช่วยเหลือดูแลและปกป้องซึ่งกันและกัน การตอบสนองทางเพศที่สอดคล้องกัน และการให้ความสุขทางเพศสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

1.6 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว หมายถึง การที่สามีภรรยาได้รับความช่วยเหลือด้านต่างๆ ได้แก่ ความรู้ คำแนะนำ ความคิดเห็น ข้อมูลข่าวสาร อารมณ์และจิตใจ แรงงาน อาชีพและการทำงาน การเงินและวัตถุสิ่งของ เมื่อมีความต้องการหรือมีปัญหาเกิดขึ้น จากบุคคลสำคัญต่อไปนี้ ได้แก่ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนสนิท และบุคคลที่สามีและ/หรือภรรยาให้ความเคารพนับถือและไว้วางใจ เช่น ผู้บังคับบัญชา ครู อาจารย์ พระภิกษุ เป็นต้น

1.7 การปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของกลุ่มสมรส หมายถึง การแสดงออกหรือการปฏิบัติตนของสามีและภรรยาในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักของพุทธศาสนา ได้แก่ ความเมตตากรุณา การให้ช่วยเหลือแบ่งปัน ความซื่อสัตย์สุจริต การมีสัจจะในคำพูด การมีสติสัมปชัญญะ และหลีกเลี่ยงการประพฤติปฏิบัติที่ผิดศีลธรรม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนหรือทำร้ายผู้อื่น การไม่ลักขโมยหรือฉ้อโกงทรัพย์สินหรือเงินทองหรือสิ่งของจากผู้อื่น การไม่ล่วงละเมิดทางเพศหรือมีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ไม่ใช่สามีหรือภรรยาของตน การไม่พูดจาโกหกหลอกลวงหรือ

นินทาว่าร้ายผู้อื่น การไม่ดื่มเบียร์หรือสุราหรือยาเสพติดต่าง ๆ จนติดเป็นนิสัย และการหลีกเลี่ยงหรือไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข เช่น เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เป็นต้น รวมไปถึงการไปทำบุญหรือฟังธรรมเทศนาในวันหยุด หรือวันสำคัญทางศาสนา การสวดมนต์ไหว้พระ การทำจิตใจให้สงบแจ่มใส เช่น การนั่งสมาธิ การวิปัสสนา เป็นต้น

2. การให้คำปรึกษาครอบครัว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือคู่สมรสทหารเรือ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสที่มีต่อกันให้สูงขึ้น ให้คู่สมรสเห็นคุณค่าของตนเองและคู่สมรสของตน สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น สามารถเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ได้แก่ การให้การศึกษา การสอน การฝึกทักษะการแก้ปัญหา การทำสัญญา การเสริมแรงทางบวก การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อแลกเปลี่ยนบางสิ่งบางอย่าง การใช้หลักฟรีแมค และการโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล ซึ่งมีลำดับขั้นตอนในการให้คำปรึกษาดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรสที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง คั่นเคย ไว้วางใจและยอมรับผู้วิจัย

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคพื้นฐานในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ และการสรุปความ และใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ได้แก่ การให้การศึกษา การสอน การฝึกทักษะการแก้ปัญหา การทำสัญญา การเสริมแรงทางบวก การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อแลกเปลี่ยนบางสิ่งบางอย่าง การใช้หลักฟรีแมค การมอบหมายการบ้าน วันแห่งการเอื้ออาทร และการโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล เพื่อให้คู่สมรสได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง เข้าใจคู่สมรส เข้าใจปัญหาและร่วมกันแก้ปัญหาชีวิตสมรส เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของตน โดยดำเนินการตามขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ คือ

2.1 ขั้นสำรวจความคิด อารมณ์และพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาและมีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรส โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างได้สำรวจตนเอง และรับรู้สิ่งที่ต้องการปรับเปลี่ยน

2.2 ขั้นประเมินความคิด อารมณ์และพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาและมีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรส โดยให้กลุ่มตัวอย่างพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นว่ามีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตสมรสอย่างไร เพื่อให้แต่ละคนได้มองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยน

2.3 ขั้นวางแผนปฏิบัติ โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างเห็นว่าความคิดที่ก่อให้เกิดปัญหาและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตสมรสนั้น เป็นความคิดที่ไม่มีเหตุผลและเกิดขึ้นอย่างไร

ให้กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนได้พิจารณาด้วยเหตุผล โดยให้สังเกตและบันทึกอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ทั้งพฤติกรรม การกระทำหรือการแสดงออก และอารมณ์ที่เกิดขึ้นไปปรับเปลี่ยนเป็นรูปแบบที่เหมาะสม ด้วยการกำหนดแผนและวิธีปฏิบัติให้ชัดเจน

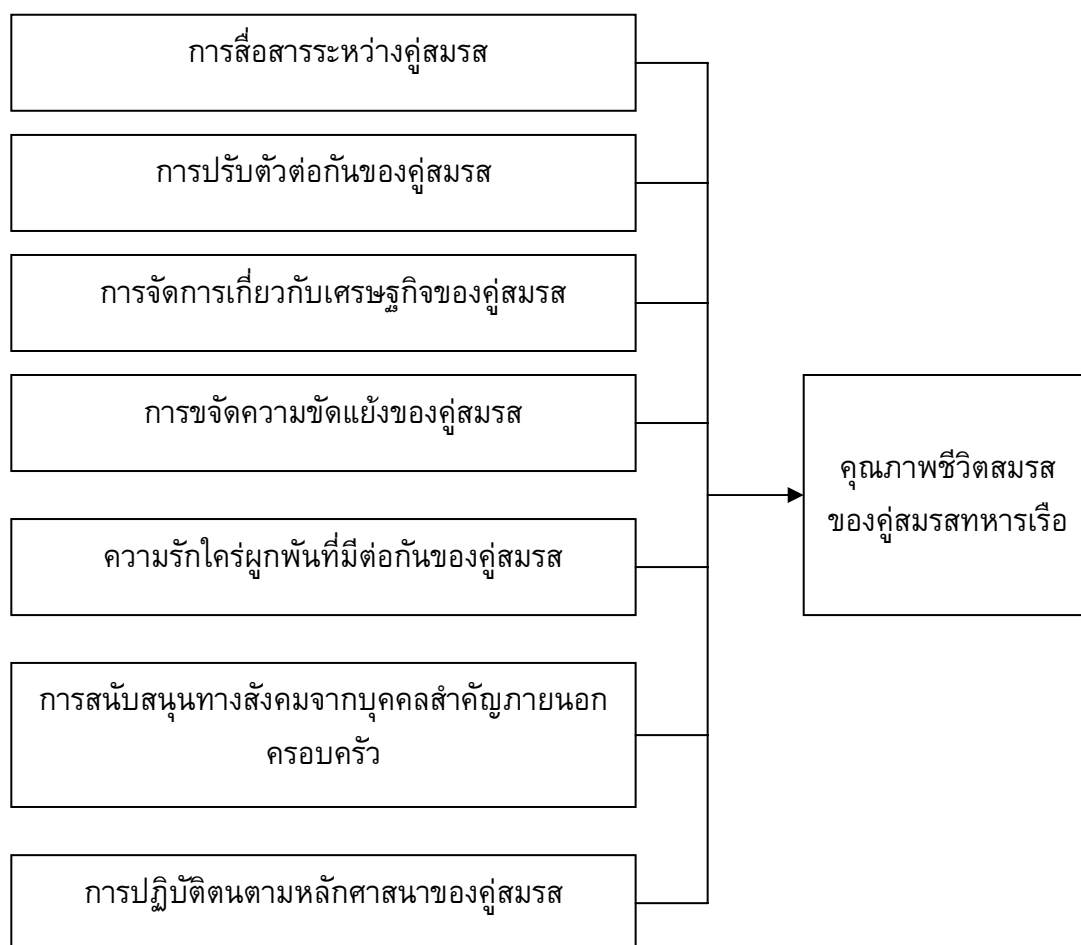
2.4 ขั้นปฏิบัติตามแผน โดยผู้วิจัยมอบหมายให้กลุ่มตัวอย่างนำแผนไปปฏิบัติ เพื่อจะได้ดำเนินการแก้ไขพฤติกรรมนั้นๆ ต่อไป

ในการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ได้แก่ การให้การศึกษา การสอน การฝึกทักษะการแก้ปัญหา การทำสัญญา การเสริมแรงทางบวก การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อแลกเปลี่ยนบางสิ่งบางอย่าง การใช้หลักฟรีแมค การโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล วันแห่งการเอื้ออาทรและการมอบหมายการบ้าน ผู้วิจัยอาจใช้มากกว่า 1 เทคนิคในแต่ละครั้ง แล้วแต่ความเหมาะสมกับปัญหากลุ่มสมรสแต่ละคู่

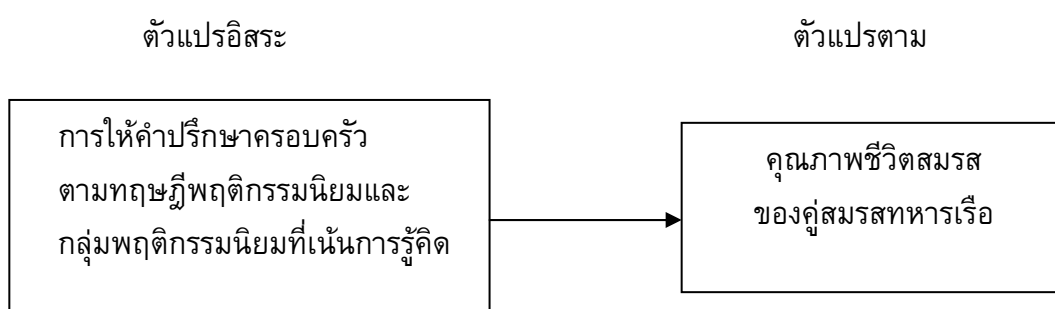
ขั้นที่ 3 ยุติการให้คำปรึกษา

ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ของคู่สมรสตลอดทั้งแนวทางในการป้องกันปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของตน และให้คู่สมรสร่วมกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม จากนั้นผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งต่อไป

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือโดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

สมมติฐานของการวิจัย

คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับ ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส
 - 1.1. ความหมายของชีวิตสมรส
 - 1.2. วัตถุประสงค์ของการสมรส
 - 1.3. ความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส
 - 1.4. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการสมรสและคุณภาพชีวิตสมรส
 - 1.5. องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรส
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.1. ความหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.2. ความเป็นมาของการให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.3. กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.4. เป้าหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.5. บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว
 - 2.6. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรม

นิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสนทนากลุ่ม
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์องค์ประกอบ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาครอบครัวและคุณภาพชีวิตสมรส
 - 5.1. งานวิจัยต่างประเทศ
 - 5.2. งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส

1.1. ความหมายของชีวิตสมรส

ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (ราชบัณฑิตยสถาน. 2546: 479) ได้กล่าวถึง การสมรสหรือการแต่งงาน ว่าหมายถึง การทำพิธีเพื่อให้ชายหญิงอยู่กินเป็นผัวเมียตามประเพณี

ชีวิตสมรสจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างครอบครัว หากชีวิตสมรสมีความสุขก็จะส่งผลต่อความเข้มแข็งของครอบครัว อันเป็นพื้นฐานที่สำคัญของสังคม การสมรสจึงเป็นกลไกทางสังคมที่ถูกกำหนดขึ้น เพื่อให้บุคคลทั้งชายและหญิงที่เติบโตมีวุฒิภาวะเมื่อถึงวัยอันเหมาะสมแล้ว มาใช้ชีวิต

ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา มีเพศสัมพันธ์ที่ถูกต้องและเป็นที่ยอมรับของสังคม และพร้อมที่จะสร้างครอบครัวใหม่ รวมทั้งให้กำเนิดบุตรธิดาเพื่อสืบต่อวงศ์ตระกูลต่อไป

1.2. วัตถุประสงค์ของการสมรส

การสมรสมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ ดังต่อไปนี้ (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2545: 2-3)

1.1.1 เพื่อสืบต่อวงศ์ตระกูล หญิงชายมาอยู่ร่วมกันด้วยวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือ การให้กำเนิดลูกหลานเพื่อสืบต่อวงศ์ตระกูลเพื่อการมีเพศสัมพันธ์อย่างเหมาะสม การสมรสทำให้การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างหญิงชาย เป็นสิ่งที่ถูกต้องและเป็นที่ยอมรับของสังคม เพศสัมพันธ์ที่อยู่ภายในกรอบของการสมรสจะทำให้บุคคลสามารถพัฒนาไปสู่คุณภาพทางเพศด้วย

1.1.2 เพื่อสร้างครอบครัวใหม่ การสมรสเป็นการสร้างครอบครัวใหม่ ซึ่งจำเป็นต่อความอยู่รอดของบุคคล ครอบครัวใหม่นี้มีหน้าที่ตอบสนองความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีวิต การดูแลสุขภาพกายป่วยไข้ การปกป้องสมาชิกให้พ้นจากอันตราย รวมทั้งการอบรมถ่ายทอดวัฒนธรรม ประเพณีและค่านิยมของสังคมด้วย

นอกจากนั้นการสมรสยังตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจของบุคคล ในแง่ต่างๆ ดังต่อไปนี้ คือ

1. ความต้องการความรัก ความผูกพันและการดูแลเอาใจใส่
2. ความต้องการเพื่อนเพื่อแบ่งปันความรู้สึก ความสนใจและการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน
3. ความต้องการความมั่นคง เช่น ความรู้สึกมั่นคงในชีวิต ความรู้สึกกว่าชีวิตมีความหมาย ความรู้สึกต่อเนื่อง (Continuity) และมีทิศทางในชีวิต
4. ความต้องการที่จะเป็นพ่อแม่ ซึ่งหลายคนถือว่าเป็นเครื่องหมายของการเป็นบุคคลที่สมบูรณ์
5. การมีหลักประกันในความต่อเนื่องของวงศ์ตระกูล และสิ่งที่ตนได้ก่อร่างสร้างตัวขึ้นในชีวิต
6. ความต้องการทางเพศและความรู้สึกสมบูรณ์ในฐานะเป็นเพศหญิงและเพศชาย

1.3 ความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส

นักวิจัยที่ศึกษาในด้านครอบครัวและชีวิตสมรส ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรส และแนวคิดที่เกี่ยวข้องไว้เป็นจำนวนมากกว่าการวิจัยในแนวคิดอื่นๆ และมีการพยายามที่จะศึกษาค้นหาความสัมพันธ์ใหม่ๆ เพื่อที่จะอธิบายความแปรเปลี่ยนในเรื่องของคุณภาพชีวิตสมรสให้มากยิ่งขึ้น เนื่องจากคุณภาพชีวิตสมรสได้ถูกกำหนดให้ใช้เป็นพื้นฐาน ในการพิจารณาความสำเร็จและความล้มเหลวของชีวิตแต่งงาน โดยในการศึกษาได้แบ่งออกเป็น 2 แนวทาง คือ แนวทางแรกเน้นที่ความมั่นคงในชีวิตสมรส (Marital Stability) ตามแนวทางนี้ ชีวิตสมรสที่มั่นคงถูก

กำหนดให้สิ้นสุดลงด้วยการตายจากกันตามธรรมชาติ ส่วนชีวิตแต่งงานที่ไม่มั่นคงเกิดขึ้นเมื่อฝ่ายสามีหรือภรรยาหรือทั้งสองฝ่ายยินยอมที่จะสิ้นสุดการอยู่ร่วมกันโดยการหย่าร้าง แยกกันอยู่ ทอดทิ้งกันหรือโดยคำสั่งของศาล สำหรับแนวทางที่สองนั้น มุ่งเน้นที่คุณภาพของความสัมพันธ์ใน ชีวิตสมรส(Quality of Marital Relationship) ในช่วงเวลาที่คู่สมรสอยู่ร่วมกัน โดยมีแนวคิดต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องในหลายๆ มิติ เช่น การปรับตัวในชีวิตสมรส ความสุขในชีวิตสมรส ความพึงพอใจใน ชีวิตสมรส ความสัมพันธ์ในชีวิตสมรส และอื่นๆ เป็นต้น ซึ่งแนวคิดเหล่านี้นักวิชาการด้าน ครอบครัวได้นำมาใช้เพื่อบรรยายและให้ความหมายถึงคุณภาพของชีวิตสมรสในหลายมิติ ดังเช่น

ลูอิส และสแปเนียร์ (Lewis; & Spanier. 1979) ได้กล่าวถึงคุณภาพชีวิตสมรส ไว้ว่า มีความหมายที่ครอบคลุมองค์ประกอบหลายอย่าง ที่แสดงถึงคุณค่าและแสดงถึงการประเมิน ความสัมพันธ์ของการสมรส กล่าวคือ ชีวิตสมรสที่มีคุณภาพสูงจะต้องมีการปรับตัวที่ดีต่อกัน มีการสื่อสารเข้าใจกันระหว่างคู่สมรส มีความสุขในชีวิตสมรส มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน มีความ ชัดแย้งกันต่ำ มีความกลมเกลียวและเข้ากันได้ดี สอดคล้องลงรอยระหว่างคู่สมรสเป็นอย่างดี รวมทั้งการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของสามีภรรยา

โสภา ชปิลมันน์ และคนอื่นๆ (2534: 24-27) ได้กล่าวถึงครอบครัวที่มีคุณภาพ โดยสรุปได้ว่า หมายถึง ครอบครัวที่สมาชิกทุกคนมีความสุข อันเป็นที่ต้องการของคนทุกคน ซึ่ง ครอบครัวที่มีคุณภาพนั้นประกอบไปด้วยคุณสมบัติ 6 ประการ คือ การชื่นชมคุณค่าของคนใน ครอบครัว การมีเวลาอยู่ร่วมกัน การมีพันธะต่อความสุขและสวัสดิภาพของครอบครัวร่วมกัน การ ติดต่อสื่อสารระหว่างกันเป็นอย่างดี การมีศรัทธาต่อศาสนาอย่างแรงกล้า และการมีสมรรถนะใน การจัดการกับวิกฤตในครอบครัวได้อย่างดี

กระบี่ ชลวิทย์ (2543: 9) กล่าวว่าครอบครัวที่มีคุณภาพ หมายถึง ครอบครัวที่ ประกอบไปด้วยคุณลักษณะที่สำคัญ คือ มีความรักใคร่ กลมเกลียว มีการแก้ไขปัญหาร่วมกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีความรับผิดชอบ ประกอบอาชีพสุจริต ประหยัดอดออม เสริมสร้างฐานะให้มั่นคง ต้องทำตนเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตอย่างมี คุณธรรม มีพันธะต่อความสุขและสวัสดิภาพของครอบครัวร่วมกัน และมีศรัทธาต่อศาสนา

งามตา วรินทร์านนท์ และคนอื่นๆ (2544: 14) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิต สมรสไว้ว่า หมายถึง ลักษณะทั้งทางด้านคุณภาพและปริมาณของการปฏิสัมพันธ์ และการทำ หน้าที่ ของคู่สมรสหลายด้าน ได้แก่ การปรับตัวเข้าหากันได้ดี มีการสื่อสารระหว่างกันอย่าง เพียงพอมีความสุขและความพึงพอใจในชีวิตสมรสมาก เป็นต้น

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) ในคู่สมรส ทหารเรือที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง จำนวน 10 คู่ สรุปได้ว่า คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง การที่คู่สมรสมีความรักความผูกพันกัน ซื่อสัตย์ต่อกัน เข้าใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถ ปรับตัวเข้าหากันได้ดี รับผิดชอบต่อหน้าที่ และความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อครอบครัว สามารถพูดคุย และปรึกษาหารือกันได้เกือบทุกเรื่อง อดทน และร่วมกันจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น อีกทั้งมี ศีลธรรมประจำใจ

จากความหมายของคุณภาพชีวิตสมรสที่นักวิชาการหลายท่านกล่าวไว้ รวมทั้งจากที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) ในคู่สมรสทหารเรือ ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงข้างต้น มีทั้งกล่าวถึงความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส โดยตรง และที่ไม่ได้กล่าวถึงโดยตรง แต่ก็ เป็นคำที่มีความหมายที่เกี่ยวข้องหรือใกล้เคียงกับความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส ดังเช่น คำว่า ครอบครัวคุณภาพ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ความสัมพันธ์ในชีวิตสมรส การปรับตัวในชีวิตสมรส ความสุขในชีวิตสมรส เป็นต้น ซึ่งมีผู้ให้ความหมายในคำที่มีความหมายที่เกี่ยวข้องหรือใกล้เคียงกับความหมายของคุณภาพชีวิตสมรสไว้ ดังต่อไปนี้ คือ

ฮอว์กิน (Hawkin. 1968: 648) ได้กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสไว้ว่า หมายถึง ความรู้สึกเชิงอัตวิสัยในลักษณะของความ สุข ความเพลิดเพลิน ซึ่งสามีหรือภรรยาได้รับ โดยพิจารณาจากชีวิตสมรสในด้านต่าง ๆ ทุกด้าน ตัวแปรนี้เป็นตัวแปรเชิงทัศนคติมีลักษณะต่อเนื่อง โดยเรียงจากความพึงพอใจมากไปหาความพึงพอใจน้อย การวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นลักษณะเฉพาะบุคคลของคู่สมรสและเป็นการวัดที่ครอบคลุมทั้งหมด โดยที่ผู้ตอบจะถูกถามเพื่อให้แสดงความรู้สึกพึงพอใจมากหรือน้อย โดยพิจารณาถึงแง่มุมต่าง ๆ เฉพาะเจาะจงหลาย ๆ ด้าน เช่น สถานภาพการเงินภายในครอบครัว กิจกรรมที่สามีภรรยากระทำร่วมกันนอกบ้าน การแสดงออกเกี่ยวกับความรักความผูกพัน ภาระงานภายในครอบครัว เป็นต้น

เบอร์ (Burr. 1973: 41) ได้กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตสมรสไว้ว่า ความพึงพอใจเป็นเป้าหมายสำคัญในชีวิตสมรส ความพึงพอใจ หมายถึง ระดับที่ความปรารถนาของบุคคลได้รับการตอบสนอง ซึ่งอาจจะเป็นความพึงพอใจกับสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจง เช่น ความพึงพอใจทางเพศ ความพึงพอใจกับความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต เป็นต้น ความพึงพอใจเป็นความรู้สึกในแง่นามธรรมหรือเชิงอัตวิสัย ซึ่งเกิดขึ้นภายในบุคคลและได้รวบรวมปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยกำหนดปัจจัยสำคัญ ๆ ไว้ในตัวเอง ได้แก่ ความสอดคล้องระหว่างความคาดหวังทางบทบาทและพฤติกรรมทางบทบาท ความสมานฉันท์เกี่ยวกับความคาดหวังทางบทบาท ความเข้าใจคู่สมรสอย่างถูกต้อง และความเสียเปรียบสัมพัทธ์

สำหรับความสัมพันธ์ในชีวิตสมรส นักวิชาการบางท่านก็ใช้คำว่า สัมพันธภาพในชีวิตสมรส หรือความสัมพันธ์ในครอบครัว หรือสัมพันธภาพในครอบครัว

งามตา วนิทนานนท์ และคนอื่นๆ (2544: 2) ได้ให้ความหมายของความสัมพัทธ์ระหว่างคู่สมรสไว้ว่า หมายถึง ปริมาณความสัมพันธ์ที่ผู้เป็นสามีหรือภรรยามีต่อคู่สมรสของตนเอง ทั้งทางด้านดีและไม่ดี เช่น การแสดงความเห็นใจซึ่งกันและกัน การช่วยเหลือกัน หรือปริมาณความขัดแย้ง ความห่างเหิน การไม่เข้าใจกัน

ส่วนการปรับตัวในชีวิตสมรส ก็เป็นแนวคิดหนึ่งที่อยู่ใกล้กับหรือมีโน้ตชนของคุณภาพชีวิตสมรสดังที่นักวิจัยบางท่านได้กล่าวถึง คือ

เบอร์ (Burr. 1973: 41) ได้กล่าวว่า การปรับตัวในชีวิตสมรสประกอบไปด้วย ความเห็นที่สอดคล้องกันระหว่างคู่สมรส การมีความสนใจและมีกิจกรรมร่วมกัน การแสดงออกถึง

ความรักและความไว้วางใจอย่างเปิดเผย การมีเรื่องที่ต้องบ่นและขัดใจกันน้อย และการมีความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้างหรือมีความทุกข์น้อย

แลนด์ส และแลนด์ส (Landis; & Landis. 1977: 240-241) ได้กล่าวถึงแบบแผนของการปรับตัวในชีวิตสมรสไว้ว่า ประกอบไปด้วยปัจจัย 3 ประการ ดังนี้

1. การปรับตัวเข้าหากันอย่างประนีประนอม โดยคู่สมรสจะเกิดความพอใจ เห็นอกเห็นใจ สร้างความรู้สึกมั่นคง เสียสละไม่เห็นแก่ตัว
2. ความปรองดองกัน โดยการที่ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดยอมอ่อนข้อให้อีกฝ่ายหนึ่ง เพื่อความเป็นปึกแผ่นในครอบครัว ไม่มีทิฐิต่อกัน มีความพยายามร่วมมือกัน ทั้งทางกาย วาจา ใจ บางครั้งอาจมีความคิดเห็นที่แตกต่างกันแต่ควรมีเป้าหมายร่วมกัน
3. การระบายอารมณ์ร้ายเข้าใส่กัน แล้วกลับมาคืนดีกันใหม่ ทำให้เห็นอกเห็นใจ เข้าใจกันมากขึ้น (แต่ก็เสี่ยงต่อความแตกแยก ถ้าทำความเข้าใจกันไม่ได้)

สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตสมรส จากที่กล่าวมาข้างต้นทั้งจากความหมายของคุณภาพชีวิตสมรสโดยตรงและจากแนวคิดต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยสรุปว่า คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง ลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันของคู่สมรสรวมไปถึงการแสดงบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบต่อครอบครัว โดยคู่สมรสที่มีคุณภาพชีวิตสมรสสูงนั้นต้องสามารถปรับตัวเข้าหากันได้ดี มีการสื่อสารระหว่างกันอย่างเข้าใจ มีความรักใคร่ผูกพันต่อกัน มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสและมีความสุขในชีวิตสมรส

1.4 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสมรสและคุณภาพชีวิตสมรส

ทฤษฎีระบบครอบครัว (Family system theory)

ลูทวิก วอน เบร์ทาลันฟี (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2543: 11-20; อ้างอิงจาก Ludwig Von Bertalanffy. 1968) ได้เสนอทฤษฎีแห่งระบบทั่วไป (General Systems Theory) ขึ้นมา แนวคิดสำคัญของทฤษฎีนี้ คือ สิ่งต่างๆ ในโลกรวมอยู่อย่างเป็นระบบ คำว่า “ระบบ” (system) ในที่นี้ หมายถึง หน่วยรวม (unified whole) ที่เกิดจากหน่วยย่อยหลายหน่วยที่มีความสัมพันธ์กัน (interrelated parts) มารวมกัน มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน พึ่งพาอาศัยกัน มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน โดยหน่วยรวมที่เกิดขึ้นมีคุณสมบัติแตกต่างไปจากผลรวมของหน่วยย่อยทั้งหมด และการเปลี่ยนแปลงในหน่วยย่อยแต่ละหน่วย จะมีผลกระทบต่อระบบทั้งหมดด้วย เมื่อพิจารณาดูหน่วยย่อยที่ประกอบกันเข้าเป็นระบบ จะเห็นว่าหน่วยย่อยเองก็มีความสลับซับซ้อนเหมือนกัน จึงเรียกหน่วยย่อยนี้ว่า “ระบบย่อย” (subsystem) ในทำนองเดียวกัน เมื่อมองดูที่ระบบย่อยจะพบว่าระบบย่อยนั้นก็เป็นส่วนหนึ่งของระบบใหญ่ (supra system) อีกทีหนึ่ง ซึ่งความเกี่ยวข้องกันของระบบย่อยและระบบใหญ่ สามารถเปรียบเทียบได้ดังหัวหอม ซึ่งกลีบแต่ละกลีบเรียงซ้อนกันอยู่

1. ระบบของครอบครัว

ระบบครอบครัว (Family system) หมายถึง การที่สมาชิกของครอบครัวถือเป็นหน่วยหนึ่งของระบบครอบครัว มีความสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โครงสร้างของระบบครอบครัวประกอบไปด้วยหน่วยเล็กๆ เรียกว่า ระบบย่อย (subsystem) ซึ่งในระบบย่อยนี้จะทำหน้าที่ต่างๆ กันในครอบครัว ระบบย่อยแบ่งออกเป็น 3 ระบบย่อยที่สำคัญอีก (Gladding, 1995) คือ

- ระบบสามีภรรยา (The spousal subsystem) ประกอบไปด้วยคู่สมรส คือ สามีภรรยา ซึ่งถือว่าเป็นระบบย่อยระบบแรกของการเกิดครอบครัว
- ระบบพ่อแม่ (The parental subsystem) ระบบนี้จะเกิดขึ้นเมื่อสามีภรรยามีลูก ซึ่งเป็นสมาชิกใหม่ของครอบครัว
- ระบบพี่น้อง (The sibling subsystem) ประกอบไปด้วยพี่น้องทั้งจากท้องเดียวกัน และพี่น้องที่ต่างบิดาหรือมารดา

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าสมาชิกแต่ละคนอาจเป็นสมาชิกของระบบย่อยๆ มากกว่าหนึ่งระบบย่อยในเวลาเดียวกัน การรวมตัวกันของบุคคลเข้าด้วยกันในระบบครอบครัวจึงเกิดเป็นระบบใหม่ที่มีลักษณะแตกต่างไปจากลักษณะของแต่ละบุคคล และหากหน่วยย่อยหนึ่งมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็จะทำให้เกิดความเครียดในระบบนั้น และมีผลให้หน่วยย่อยอื่นๆ และระบบทั้งระบบมีการเปลี่ยนแปลงไปด้วย ในทำนองเดียวกันการเปลี่ยนแปลงของระบบรวมก็จะมีผลกระทบต่อหน่วยย่อยแต่ละหน่วยเช่นกัน การที่จะทำความเข้าใจคุณสมบัติหรือความเป็นไปที่เกิดขึ้นใหม่ภายในระบบได้อย่างชัดเจนนั้น ก็จำเป็นต้องมีความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับคุณสมบัติของหน่วยย่อยแต่ละหน่วย พร้อมทั้งวิเคราะห์ความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างหน่วยย่อยด้วย ในทำนองเดียวกันการจะเข้าใจครอบครัวได้ลึกซึ้งก็จะต้องพิจารณาบุคคลแต่ละคน และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นกับคนอื่นๆ ภายในครอบครัวด้วย นอกจากนี้แล้วระบบครอบครัวยังถูกรวมด้วยระบบใหญ่่อีกที่ ได้แก่ ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

2. คุณสมบัติของระบบครอบครัว

เมื่อพิจารณาระบบครอบครัวจะพบว่า ครอบครัวมีคุณสมบัติของระบบทางชีวภาพดังที่กล่าวมาแล้วอย่างครบถ้วน (Minuchin, 1974) นั่นคือ

2.1 ครอบครัวเป็นระบบเปิดทางสังคมและวัฒนธรรม (open socio-cultural system) ระบบครอบครัวที่ปกติจะมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร และติดต่อสื่อสารกับระบบภายนอกอยู่เสมอ นอกจากนี้ระบบครอบครัวยังได้รับแรงกระทบจากระบบภายนอกตลอดเวลา เช่น จากโรงเรียน ที่ทำงาน และระบบเศรษฐกิจของประเทศ เป็นต้น

2.2 ครอบครัวมีการแปรเปลี่ยน (transformation) ตลอดเวลา และจะมีการพัฒนาไปอย่างต่อเนื่อง ผ่านจากวงจรชีวิตตอนหนึ่งไปยังอีกตอนหนึ่ง เช่น จากครอบครัวที่เริ่มต้นด้วยการแต่งงานไปสู่ครอบครัวที่มีลูกเล็ก ครอบครัวที่มีลูกวัยรุ่น ครอบครัวที่ลูกเติบโตเป็นผู้ใหญ่ และแยกครัวเรือนออกไปในที่สุด

2.3 ครอบครัวมีการจัดระบบภายใน เพื่อให้ครอบครัวสามารถดำรงอยู่ได้อย่างสมดุลและมีความต่อเนื่อง

2.4 ครอบครัวมีการสื่อสาร ทั้งระหว่างระบบย่อยภายในครอบครัวเองกับระบบภายนอก

2.5 ครอบครัวมีกฎที่สมาชิกต้องถือปฏิบัติ กฎจะควบคุมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกและการปฏิบัติหน้าที่ภายในครอบครัวให้มีประสิทธิภาพ เพื่อความคงอยู่ของครอบครัว นอกจากนี้ในวงจรชีวิตแต่ละตอน ครอบครัวจะต้องปรับเปลี่ยนกฎเหล่านี้ให้เหมาะสมอยู่เสมอ

2.6 ครอบครัวมีขอบเขต ทั้งระหว่างบุคคลในครอบครัวด้วยกันเอง และระหว่างครอบครัวกับระบบภายนอกอื่นๆ ถ้าขอบเขตไม่ชัดเจนหรือสับสน ก็จะส่งผลถึงเสถียรภาพและพัฒนาการของครอบครัวได้

3. กฎแห่งระบบครอบครัว

ระบบจะดำรงอยู่ได้ต้องมีวิถีปฏิบัติที่เป็นรูปแบบแน่นอน หรือที่เรียกว่า “กฎ” คอยควบคุมอยู่ โดยเฉพาะกฎแห่งโครงสร้างและกฎแห่งหน้าที่ ครอบครัวก็เช่นกัน เมื่อบุคคลมาอยู่รวมกันก็ต้องมีการกำหนดกฎขึ้นมา อาจเป็นการกำหนดโดยชัดเจน (explicit rule) มีการปรึกษาพูดคุยกันว่าในบ้านควรมีกฎอะไรบ้าง เช่น พ่อแม่วางกฎว่า ลูกจะต้องกลับบ้านทันทีหลังเลิกเรียน เป็นต้น แต่กฎส่วนใหญ่ในครอบครัวไม่มีการกำหนดชัดเจน (implicit rule) คือ ไม่มีการพูดคุยตกลงกันแต่เป็นที่เข้าใจและยอมรับกันโดยปริยาย เช่น กฎที่ว่าลูกต้องเชื่อฟังพ่อแม่ หรือความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างพ่อกับลูกเป็นสิ่งต้องห้าม เป็นต้น

ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีวิถีปฏิบัติที่เป็นรูปแบบแน่นอน แม้ในครอบครัวที่มีปัญหายุ่งเหยิงก็จะมีวิถีปฏิบัติที่เป็นลักษณะเฉพาะ วิถีปฏิบัติหรือกฎเหล่านี้มีขึ้นเพื่อควบคุมให้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวเป็นไปในขอบเขตหนึ่ง และไม่ให้เกินเลยไปกว่านั้นจนทำให้ครอบครัวเสียสมดุลได้ กฎต่างๆ ภายในครอบครัวจะต้องมีความยืดหยุ่น และเปลี่ยนไปตามพัฒนาการแต่ละระยะ ปัญหาจะเกิดขึ้นเมื่อครอบครัวไม่มีความยืดหยุ่นเพียงพอ ไม่ยอมปรับเปลี่ยนกฎให้เหมาะสมกับสภาวะและกาลเวลาที่เปลี่ยนแปลงไป

4. ภาวะสมดุลของระบบ (homeostatic system)

ถ้าสังเกตครอบครัวอย่างละเอียดในระยะที่นานพอ จะพบว่าครอบครัวมีการพยายามรักษาสมดุล (homeostasis) ไว้ โดยมีกฎที่ควบคุมพฤติกรรมให้อยู่ในขอบเขต ถ้ามีการฝ่าฝืนกฎ หรือมีสิ่งที่จะทำให้ลายภาวะสมดุลขึ้นมา กลไกที่รักษาสมดุลก็จะเริ่มทำงาน จะมีปฏิกิริยาบางประการเกิดขึ้น เพื่อหยุดยั้งสิ่งนั้นเพื่อให้ครอบครัวกลับเข้าสู่สภาวะสมดุลเช่นเดิม เช่น ถ้าปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกคนหนึ่งออกนอกขอบเขตจนทำให้เกิดความตึงเครียดในระบบ สมาชิกคน

อื่นๆ ก็จะมีปฏิกิริยาโต้ตอบเพื่อลดความตึงเครียดนั้น และทำให้ครอบครัวกลับสู่สมดุลอีกครั้ง ตัวอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้แก่ เมื่อพ่อดุลูกไปได้สักพักหนึ่ง ลูกจะเริ่มเถียงซึ่งก็จะทำให้พ่อโกรธและพูดเสียงดังขึ้น แม่ซึ่งยืนอยู่ใกล้ๆ สังเกตเห็นว่าปฏิกิริยาระหว่างคนทั้งสองกำลังรุนแรงขึ้น จึงเดินเข้ามาบอกว่าอาหารเย็นเสร็จเรียบร้อยแล้ว การกระทำของแม่เป็นการลดความตึงเครียดระหว่างพ่อกับลูกและความตึงเครียดในตัวแม่ด้วยเช่นกัน ในที่สุดก็ไม่มีทะเลาะกันรุนแรงจนถึงขั้นแตกหักหรือทำให้ครอบครัวเสียสมดุล เช่น ลูกอาจจะโกรธมากจนออกจากบ้านไป เป็นต้น

ครอบครัวจะต้องก้าวไปตามวงจรชีวิตตลอดเวลา เช่น จากครอบครัวที่มีลูกเป็นทารกไปสู่ครอบครัวที่ลูกเข้าวัยเรียนและวัยรุ่นในที่สุด ในแต่ละระยะภาวะสมดุลจะมีลักษณะแตกต่างกันไป การมีความสมดุลไม่ได้หมายความว่า ครอบครัวจะอยู่ในตำแหน่งเดิมตลอดเวลา แท้จริงแล้วเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงในวงจรชีวิตเกิดขึ้น ครอบครัวอาจเคลื่อนตัวจากภาวะสมดุลไปสู่ภาวะสุดขั้ว(extreme) ก็ได้ อย่างไรก็ตามครอบครัวที่ปรับตัวได้ดี จะไม่อยู่ในภาวะสุดขั้วตลอดเวลา หรือนานเกินไป ตัวอย่างเช่น ครอบครัวที่ปรับตัวดีจะปล่อยให้ลูกสาวเป็นอิสระ ออกไปเที่ยวกับเพื่อนฝูงจนติดได้เป็นครั้งคราว แทนที่จะคอยควบคุมไม่ให้ออกไปไหนเลยดังที่เคยกระทำเมื่อลูกสาวยังเล็ก กล่าวง่ายๆ คือ ครอบครัวมีความยืดหยุ่นเพียงพอ ในขณะที่ครอบครัวที่มีปัญหาในการปรับตัวจะไม่ยืดหยุ่นจนกระทั่งเบียดให้เหมาะสมกับพัฒนาการ โดยไม่ยอมให้ลูกสาวออกไปเที่ยวกับเพื่อนเลย เป็นต้น (อุมพร ตรังคมบัติ. 2543: 11-20; อ้างอิงจาก Reiss. 1981)

ทฤษฎีคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส (Theory of Marital Quality and Marital Stability) ของลูอิสและสเปนเนียร์ (Lewis; & Spanier. 1979: 268-289) ซึ่งมีกรอบแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตสมรสมีผลโดยตรงต่อความมั่นคงในชีวิตสมรส ซึ่งทั้งสองท่านกล่าวว่า “ยิ่งคู่สมรสมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีมากเท่าใด ก็จะทำให้ชีวิตสมรสมีความมั่นคงมากขึ้นเท่านั้น” โดยคุณภาพชีวิตสมรสเป็นสิ่งที่มีความหมายครอบคลุมองค์ประกอบหลายอย่าง และเป็นการประเมินสัมพันธภาพของคู่สมรส กล่าวคือชีวิตสมรสที่มีคุณภาพสูงจะต้องมีการปรับตัวที่ดีต่อกัน มีการสื่อสารเข้าใจกันระหว่างคู่สมรส มีความสุขในชีวิตสมรส มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน มีความขัดแย้งกันต่ำ มีความกลมเกลียวและเข้ากันได้ดี รวมทั้งการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของสามีภรรยา

ลูอิสและสเปนเนียร์ (Lewis; & Spanier. 1979: 268) ได้ให้ความหมายของคำว่า “คุณภาพชีวิตสมรส” และ “ความมั่นคงในชีวิตสมรส” ไว้ดังนี้

คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง การประเมินความสัมพันธ์ของคู่สมรสโดยที่ชีวิตสมรสที่มีคุณภาพสูงนั้น จะต้องมีการปรับตัวที่ดีต่อกันระหว่างคู่สมรส มีการสื่อสารระหว่างคู่สมรสดี มีความสุขในชีวิตสมรส คู่สมรสเข้ากันได้ดีและมีความพึงพอใจกับชีวิตสมรส

ความมั่นคงในชีวิตสมรส หมายถึง สถานภาพการสมรสที่ยังคงอยู่หรือประสบ
ความสำเร็จของกลุ่มสมรสทั้งในทางกฎหมายและการปฏิบัติ

ปัจจัยที่มีความสำคัญต่อคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส แบ่งได้

3 กลุ่ม คือ

1. ปัจจัยก่อนสมรส (Premarital Factors) เป็นปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยทางสังคมของกลุ่มสมรสประกอบไปด้วยความคล้ายคลึงกันของกลุ่มสมรส (Homogamy) ได้แก่ เชื้อชาติ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ศาสนา สติปัญญา อายุ เป็นต้น กลุ่มสมรสที่มีความคล้ายคลึงกันในลักษณะดังกล่าวย่อมจะมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีกว่า

1.1 คุณลักษณะของกลุ่มสมรส (Resources) ได้แก่ ระดับการศึกษา อายุ แรกสมรส ชนชั้นทางสังคม ความคุ้นเคยกันระหว่างชายหญิง สุขภาพทางร่างกายและสุขภาพจิต กลุ่มสมรสที่มีลักษณะดังกล่าว จะมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี

1.2 แบบอย่างชีวิตสมรสของบิดามารดา (Parental Models) หมายถึง คุณภาพชีวิตสมรสของครอบครัวทั้งสองฝ่าย ความสุขในวัยเด็ก และความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสมรสกับบิดามารดา ซึ่งหากกลุ่มสมรสที่มีทิศทางไปในทางบวกย่อมทำให้มีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี

1.3 สิ่งสนับสนุนอื่นๆ (Support From Significant Others) เช่น ความเห็นพ้องด้วยของบิดามารดาในกลุ่มสมรสของบุตร

2. ปัจจัยการสมรส (Marital Factors) เป็นปัจจัยที่มีบทบาทต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และสัมพันธภาพของกลุ่มสมรส ประกอบไปด้วย

2.1 สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม (Socio-economic Adequacy) ซึ่งได้แก่ สถานภาพทางอาชีพของฝ่ายชายและฝ่ายหญิง ความมั่นคงทางเศรษฐกิจในครอบครัว และรายได้ของครอบครัว เป็นต้น

2.2 การทำงานนอกบ้านของภรรยา (Wife's Employment) เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจกับงานของตนเองของฝ่ายหญิง และความเห็นพ้องของสามีต่องานของภรรยา

2.3 องค์ประกอบในครัวเรือน (Household Composition) เช่น การมีบุคคลอื่นอาศัยอยู่ร่วมกัน หรือการที่กลุ่มสมรสอาศัยอยู่กับครอบครัวเดิม

2.4 ความสำคัญหรืออิทธิพลของสังคมรอบตัวกลุ่มสมรส (Community beddedness) เช่น ความเห็นด้วยของเพื่อนและญาติพี่น้องในการสมรส การติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนของกลุ่มสมรส ความแออัดในครอบครัว เป็นต้น

2.5 การมองหรือพิจารณาที่เป็นไปในทางที่ดี (Positive Regard) เช่น ความคล้ายคลึงกันในการรับรู้ การสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส การประเมินผู้อื่นในทางที่ดีหรือไม่ดี ความสอดคล้องกันของค่านิยมระหว่างกลุ่มสมรส เป็นต้น

2.6 ความรู้สึกพึงพอใจ (Emotional Gratification) ระหว่างกลุ่มสมรสหากมีความรู้สึกพึงพอใจสูง ก็จะส่งผลดีต่อคุณภาพชีวิตสมรส ซึ่งอาจจะเกิดจากสิ่งเหล่านี้ คือ ความพึงพอใจทางเพศ ความรักที่มีต่อกัน ความนับถือซึ่งกันและกัน เป็นต้น

2.7 การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ (Effectiveness of Communication) ได้แก่ ความเข้าใจกันของกลุ่ม ความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ความถูกต้องในการสื่อสารทางคำพูดและภาษาท่าทาง เป็นต้น

2.8 ความเหมาะสมในบทบาทของกลุ่ม (Role Fit) เช่น กลุ่มแสดงบทบาทที่พอเหมาะพอดี มีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในการอยู่ร่วมกัน เป็นต้น

2.9 การมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Interaction) ได้แก่ การอยู่ร่วมกันฉันท์เพื่อน การแบ่งกิจกรรมกันทำและการทำกิจกรรมร่วมกัน การช่วยกันแก้ปัญหา ความมีอิทธิพลต่อจิตใจและอารมณ์ซึ่งกันและกัน

3. ปัจจัยที่เป็นแรงผลักดันจากภายนอกและแรงดึงดูดจากทางเลือก (External Pressures and Alternative Attractions) ทั้งสองประการถือเป็นปัจจัยควบคุมความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรสอีกทีหนึ่ง กล่าวคือไม่แน่นอนเสมอไปที่กลุ่มสมรสซึ่งมีคุณภาพชีวิตสมรสสูงจะมีความมั่นคงในชีวิตสมรสสูง หรือกลุ่มสมรสซึ่งมีคุณภาพชีวิตสมรสต่ำจะทำให้ความมั่นคงในชีวิตสมรสต่ำ ปัจจัยทั้งสองประการนี้จะเป็นเครื่องตัดสินใจอีกทีหนึ่ง แรงผลักดันจากภายนอกนั้น ได้แก่ บรรทัดฐานทางสังคม หรือแรงผลักดันจากสถาบันต่างๆ เช่น กฎหมาย สังคม ศาสนา เป็นต้น ส่วนแรงดึงดูดจากทางเลือกเกิดจากการเปรียบเทียบถึงผลได้ผลเสียในชีวิตสมรส (Costs and rewards) ผลได้ (rewards) นั้น หมายถึง สิ่งที่จะดึงดูดให้กลุ่มสมรสมีโอกาสอยู่ร่วมกันต่อไป ส่วนผลเสีย (Costs) นั้น ได้แก่ ความเครียด ความขัดแย้งกัน ปัญหาในการสื่อสารระหว่างกลุ่ม การขาดความกลมเกลียวกัน เป็นต้น ซึ่งทั้งผลได้และผลเสียนั้น จะบ่งบอกถึงการมีคุณภาพชีวิตสมรส และเป็นเครื่องมือในการตัดสินใจในการหย่าร้างของกลุ่มสมรสหรือชี้ให้เห็นถึงความมั่นคงในชีวิตสมรสด้วย

จากการประมวลผลวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสของลูอิสและสเปนเนียร์ เพื่อค้นหาปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดและอธิบายคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตแต่งงานสามารถสรุปเป็นข้อเสนอที่สำคัญ 3 ประการ (Lewis; & Spanier. 1979: 280) คือ

ประการที่ 1 ยิ่งกลุ่มสมรสมีทรัพยากรทางสังคม และทรัพยากรส่วนบุคคลมากเท่าใดในวิถีชีวิตสมรส การดำเนินชีวิตหลังแต่งงานก็ยิ่งมีคุณภาพสูงขึ้นเท่านั้น โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง คือ

1.1. ความคล้อยคลึงทางด้านเชื้อชาติ ศาสนา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม

1.2. ความพร้อมทางด้านวัตถุและจิตใจ เช่น ความพร้อมด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ระดับการศึกษา ระดับชั้นทางสังคมของบุคคล ทักษะในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การมองตนเองในแง่ดี การรู้จักซึ่งกันและกันก่อนสมรส เป็นต้น

1.3. การเห็นแบบอย่างชีวิตสมรส เช่น คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา

1.4. การสนับสนุนจากบุคคลที่มีความสำคัญ เช่น บิดามารดา เพื่อนสนิท ญาติพี่น้อง เป็นต้น

ประการที่ 2 ยิ่งสามีภรรยามีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากเท่าใด ก็ยิ่งมีคุณภาพชีวิตสมรสสูงขึ้นเท่านั้น โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง คือ

2.1 ความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจของกลุ่มสมรส เช่น รายได้ของครอบครัว ความพึงพอใจในงานอาชีพที่ทำอยู่

2.2 ความพึงพอใจกับสถานการณ์การทำงานนอกบ้านของภรรยา ผลวิจัยได้ชี้ให้เห็นว่า การทำงานนอกบ้านของภรรยามีผลต่อความพึงพอใจของสามี ทั้งในแง่เสริมสร้าง (ช่วยเพิ่มรายได้แก่ครอบครัว) และในแง่บ่อนทำลาย และส่งผลต่อเนื่องถึงคุณภาพชีวิตสมรส

2.3 องค์ประกอบของสมาชิกในครอบครัว พบว่า ระยะห่างของการมีบุตรและอายุของบุตร มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยเฉพาะฝ่ายภรรยา กล่าวคือความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะสูงหลังการแต่งงาน จะลดลงเมื่อบุตรโตขึ้นถึงวัยรุ่น และจะกลับสูงขึ้นหลังจากบุตรออกไปใช้ชีวิตนอกครอบครัว ทั้งนี้เป็นผลจากความตึงเครียดและความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลดำรงอยู่ในบทบาทหลายบทบาทในเวลาเดียวกันคือ เป็นสามีหรือภรรยา เป็นบิดามารดา และมีบทบาทในการทำงานอาชีพด้วย

2.4 เครือข่ายทางสังคมและการมีส่วนร่วมในชุมชนของกลุ่มสมรส

ประการที่ 3 ยิ่งกลุ่มสมรสได้รับรางวัลจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ในการใช้ชีวิตร่วมกันมากเท่าใด ชีวิตสมรสก็มีคุณภาพสูงขึ้นเท่านั้น โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง คือ

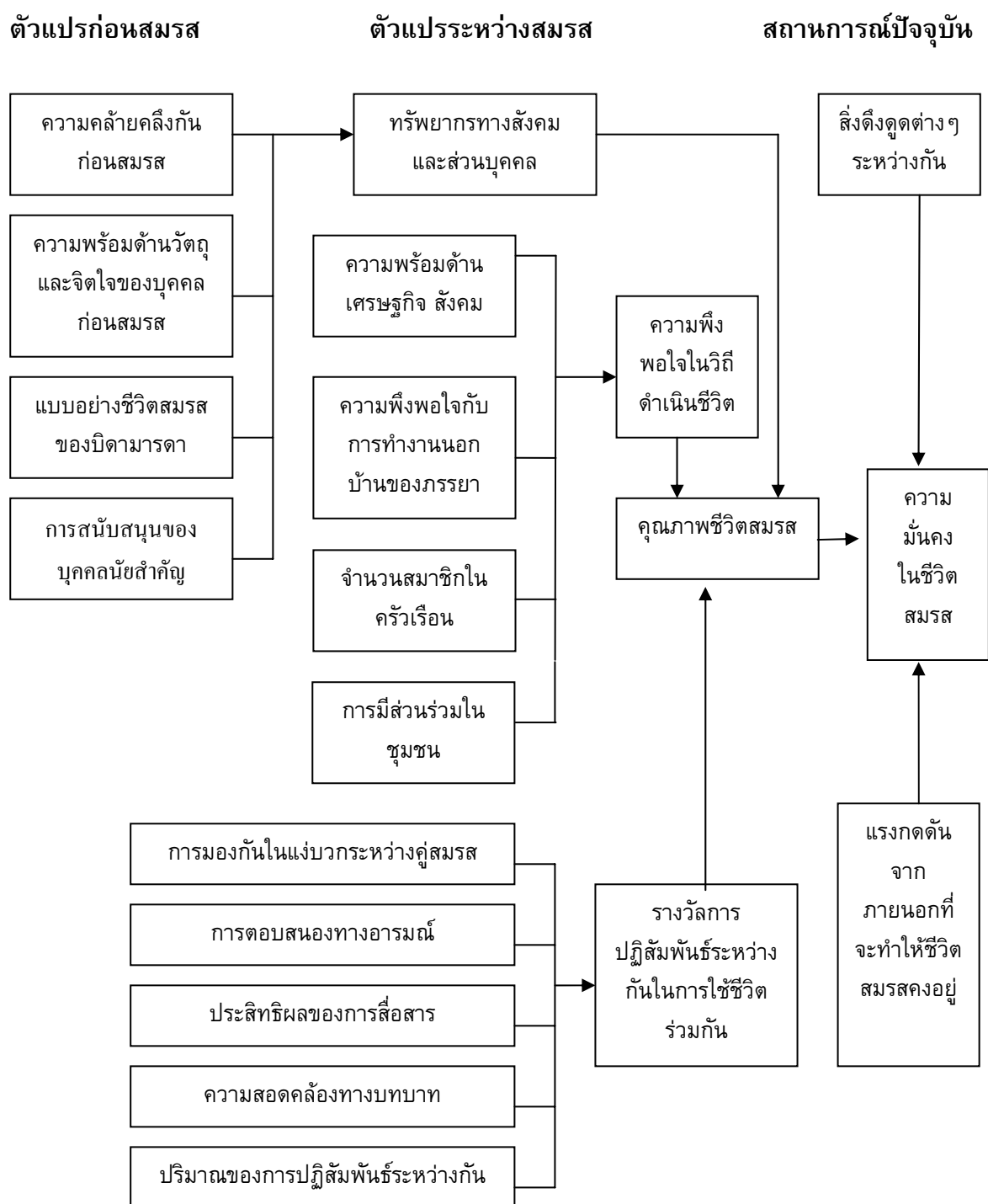
3.1. ปริมาณการได้รับการมองเห็นแง่ดีจากกลุ่มสมรส การเห็นคุณค่า ความสอดคล้องทางความคิดและการกระทำ ได้รับการประเมินและการกล่าวถึงทางด้านดีเกี่ยวกับความสวยงาม ทางกาย จิตใจและความสัมพันธ์ทางเพศ เหล่านี้จัดเป็นรางวัลประเภทหนึ่งที่บุคคลอยากได้รับการปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มสมรสของตน

3.2. ปริมาณการตอบสนองทางอารมณ์จากกลุ่มสมรส เช่น การแสดงออกอย่างรักใคร่นับถือ การให้การส่งเสริมสนับสนุน การให้ความเท่าเทียมกัน และการตอบสนองอารมณ์ทางเพศ

3.3. ประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส เช่น การเปิดเผยตนต่อกลุ่มสมรส ปริมาณผลสำเร็จที่เกิดจากการสื่อสารอย่างถูกต้อง ความเข้าใจกัน การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

3.4. ความเหมาะสมกันเชิงบทบาท เช่น ความสอดคล้องระหว่างบทบาทที่ถูกคาดหวังกับบทบาทที่กระทำ ความคล้ายคลึงกันในบุคลิกภาพบางด้าน

3.5. ปริมาณการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสมรส รางวัลอีกประเภทหนึ่งคือการปลอดจากความขัดแย้ง หรือการไม่เกิดความตึงเครียดจากการปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มสมรส ตัวแปรที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหา ปริมาณในการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การเข้าร่วมพิธีกรรมในโบสถ์ร่วมกัน เป็นต้น



ภาพประกอบ 3 กรอบความคิดเชิงทฤษฎีคุณภาพและความมั่นคงในชีวิตสมรส
ของ ลูวอิส และสแปเนียร์ (Lewis; & Spanier. 1979)

กลุ่มทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาท

1. ทฤษฎีการจำแนกความแตกต่างระหว่างบทบาท (Role Differentiation Theory)

ทฤษฎีการจำแนกความแตกต่างระหว่างบทบาท ของพาร์สันและบาเลส (เดียนเพ็ญ วอนเพียร. 2531: 12; อ้างอิงจาก Persons; & Bales. 1955) ได้กล่าวถึง การจำแนกความแตกต่างระหว่างบทบาทไว้ว่า หมายถึง การแบ่งแยกและกำหนดบทบาท และจำแนกบทบาทของคู่สมรสออกเป็น 2 ประเภท คือบทบาทเชิงเครื่องมือ (Instrumental Role) และบทบาทเชิงการแสดงออกด้านอารมณ์ (Expressive Role) ซึ่งบทบาทเชิงเครื่องมือ หมายถึง บทบาทที่คู่สมรสจะต้องกระทำเพื่อการเลี้ยงชีพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบทบาทในการประกอบอาชีพ ซึ่งเป็นบทบาทสำคัญที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในสถาบันครอบครัว ส่วนบทบาทเชิงการแสดงออกด้านอารมณ์ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูบุตร การให้ความรักความอบอุ่นแก่สมาชิกในครอบครัว บทบาททั้ง 2 ประเภทนี้ แบ่งแยกได้โดยยึดถือความแตกต่างระหว่างเพศเป็นพื้นฐานสำคัญ กล่าวคือ บทบาทเชิงเครื่องมือเป็นบทบาทของสามี ซึ่งหมายถึงบทบาทของเพศชาย และบทบาทการแสดงออกด้านอารมณ์เป็นบทบาทของภรรยา ซึ่งหมายถึงบทบาทของเพศหญิง นอกจากนี้ยังจำแนกบทบาทระหว่างคู่สมรสออกเป็น 2 ประเภท คือบทบาทการใช้อำนาจ กับบทบาทในด้านการสนับสนุนช่วยเหลือ (Authority and Support) โดยอธิบายว่าสามีผู้มีบทบาทในการใช้อำนาจภายในครอบครัว ซึ่งเป็นอำนาจโดยชอบธรรมตามสิทธิ์ที่สังคมกำหนดให้ (Authority) และผู้ที่ทำหน้าที่ในการสนับสนุนช่วยเหลือก็คือภรรยา โดยบทบาททั้ง 2 ประเภทนี้เกิดจากการแบ่งแยกหน้าที่ตามความแตกต่างระหว่างเพศนั่นเอง

ในสังคมอุตสาหกรรมนี้รูปแบบการแบ่งงานกันจัดเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับความมั่นคงของชีวิตสมรส ถ้าภรรยามีการทำงานทำก็จะเป็นผลโดยตรงต่อการแข่งขันในสถานภาพด้านการงานอาชีพของสามี สามีและภรรยาก็จะมีความขัดแย้งกันด้านการงานอาชีพ อันเนื่องมาจากตำแหน่งสถานภาพทางสังคมที่ไม่เหมือนเดิม ซึ่งสามารถสรุปเป็นสาระสำคัญได้ ดังนี้

1. บทบาทในชีวิตสมรสที่ต่างกัน โดยที่สามีแสดงบทบาทในการประกอบอาชีพ และภรรยาแสดงบทบาทในการดูแลครอบครัว การแสดงบทบาทดังกล่าว มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความมั่นคงในชีวิตสมรส
2. ระดับความเหมือนกันในการประกอบอาชีพการงานระหว่างสามีกับภรรยา มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความมั่นคงในชีวิตสมรส

ทฤษฎีการจำแนกความแตกต่างระหว่างบทบาทของพาร์สันและบาเลส สรุปได้ว่าคุณภาพชีวิตสมรสขึ้นอยู่กับบทบาทในการทำงานบ้านของสามีและภรรยา บทบาทในการทำงานนอกบ้านของภรรยา ความเหมือนหรือความแตกต่างของลักษณะงานระหว่างสามีและภรรยา

2. ทฤษฎีการปฏิสังสรรค์เชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Interaction theory)

ในการพิจารณาผลงานวิจัยเกี่ยวกับชีวิตสมรสและครอบครัว พบว่าแนวคิดปฏิสังสรรค์เชิงสัญลักษณ์เป็นแนวคิดหลักในการศึกษาชีวิตสมรส (Stryker. 1964: 125) แนวคิดนี้มีรากฐานมาจากการเขียนทางจิตวิทยาสังคมในช่วงแรกของ จอร์จ มีด (George Mead) ซึ่งได้กล่าวไว้ว่าครอบครัวเป็นหน่วยของบุคคลที่มาปฏิสังสรรค์กัน แต่ละคนดำรงบทบาทซึ่งได้มีการระบุไว้แล้วภายในครอบครัว บุคคลจะรับรู้บรรทัดฐาน (Norms) หรือความคาดหวังทางบทบาทของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัว หรือความคาดหวังทางบทบาทร่วมกันของสมาชิกอื่นๆ ในครอบครัวที่มีต่อเขาในสถานการณ์หนึ่งๆ บุคคลจะให้ความหมายเกี่ยวกับความคาดหวังทางบทบาทดังกล่าวก่อนโดยพิจารณาจากกลุ่มอ้างอิง (Reference Group) (บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่ใช้ยึดเป็นหลักในการปฏิบัติ) และความคิดเกี่ยวกับตนเองของบุคคลนั้น (Self-conception) จากนั้นก็แสดงบทบาทออกมาในปัจจุบัน ส่วนใหญ่การศึกษาครอบครัวกระทำได้โดยการผ่านการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวที่แสดงบทบาทต่อกัน

ในการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว เบอร์เกสส์ (Burgess. 1962: 3) ได้ให้นิยามครอบครัวว่า “เป็นหน่วยบุคคลที่มีปฏิสังสรรค์กัน ซึ่งหมายถึงการอยู่ร่วมกัน การเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโต ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของชีวิตครอบครัว ได้รับมาจากประสบการณ์ที่สมาชิกในครอบครัวมาปฏิสังสรรค์กัน การที่ครอบครัวสามารถดำรงอยู่ได้นั้นไม่ได้อยู่ที่ความสัมพันธ์ที่ประสานกันของสมาชิก หากแต่ครอบครัวสามารถดำรงอยู่ได้นานเท่าทนทานเนื่องจากการมีการปฏิสังสรรค์ต่อกันเกิดขึ้น และจะสลายไปเมื่อการปฏิสังสรรค์สิ้นสุดลง

แนวคิดหลักของการศึกษาเชิงปฏิสังสรรค์ คือบทบาท (Role) หรือพฤติกรรมของบุคคลที่ดำรงตำแหน่งหนึ่งในการปฏิสังสรรค์ซึ่งถูกคาดหวังให้แสดงออกมา ตัวอย่างเช่น ในความสัมพันธ์ของคู่สมรส ตำแหน่งของสามีและภรรยา มีบทบาทต่างๆ ที่เชื่อมโยงซึ่งกันและกัน รวมทั้งพฤติกรรมที่ได้รับการคาดหวัง เป็นต้นว่า บทบาทของสามีถูกคาดหวังให้เป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว ส่วนบทบาทของภรรยาถูกคาดหวังให้เป็นผู้อบรมเลี้ยงดูลูก บุคคลรับได้บทบาทเหล่านี้มาโดยผ่านการรวมเอาแบบอย่างพฤติกรรมของคนอื่นๆ ที่บุคคลได้สังเกตบทบาทต่างๆ นั้นมาแล้วลองปฏิบัติในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง หลังจากนั้นจะรู้สึกว่าการปฏิบัตินั้นได้รับการยอมรับหรือไม่

ในสถานการณ์หนึ่งๆ บุคคลที่สมาชิกครอบครัวใช้เป็นหลักยึดเพื่อใช้เป็นแนวปฏิบัติ (Reference Group) หรือความสัมพันธ์ที่สมาชิกใช้เป็นหลักในการแสดงพฤติกรรม เช่น ในกรณีสามีอาจปฏิบัติตามแบบอย่างบิดาของเขา หากความคาดหวังทางบทบาทของเขามีรากฐานมาจากการที่เขาใช้ครอบครัวของเขาเป็นหลัก หรือเครื่องชี้แนะในการแสดงพฤติกรรม แต่ถ้าพฤติกรรมของสามีได้รับแรงผลักดันจากภรรยาแล้ว เขาอาจสร้างความคาดหวังทางบทบาทขึ้นใหม่โดยใช้ชีวิตสมรสของเขาเองเป็นความสัมพันธ์ที่กลายเป็นหลักที่เขายึด เพื่อช่วยเป็นแนวทางในการแสดงบทบาทสามีในแง่ที่เฉพาะเจาะจงคือ บุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่สุดคือบุคคลที่มีความสำคัญ เช่น บิดาของสามีเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดแนวทางในการแสดงบทบาทภายหลังชีวิตสมรส เป็นต้น

การศึกษาเชิงปฏิสังสรรค์มีข้อเท็จจริงอยู่ว่า ความคาดหวังทางบทบาทอาจเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา และเปลี่ยนแปลงจากกรอบหนึ่งไปสู่อีกกรอบหนึ่ง แต่ประเด็นสำคัญที่ต้องเข้าใจคือ ในขณะที่บุคคลมีความสัมพันธ์กัน มีการรวมเอาบทบาทต่างๆ ซึ่งสมาชิกคาดหวังให้แสดงพฤติกรรมออกมา หน้าที่ของความสัมพันธ์ทุกอันก็คือ การสร้างความคิดเกี่ยวกับสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนต้องการให้กระทำนั้นคล้ายกัน หรือเป็นไปในทำนองเดียวกัน ซึ่งหมายความว่าการศึกษาปฏิสังสรรค์ส่วนมากที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส มุ่งที่จะให้ความรู้สึกหรือความคิดร่วมกัน (Share Feelings Ideas) ซึ่งมีผลให้สามีและภรรยาถึงถึงความคาดหวังที่มีต่อกัน และพวกเขาจะสามารถคาดหวังอะไรได้บ้างจากกันและกัน เมื่อคาดหวังทางบทบาทแตกต่างกันก็จะเกิดความขัดแย้งขึ้นมา ซึ่งต้องมีการปรับบทบาทและการเปลี่ยนแปลงบทบาทประจำ

เราจะเห็นได้ว่าการติดต่อสื่อสารมีความสำคัญมาก เมื่อมองในแง่การปฏิสังสรรค์ในเมื่อการสื่อความหมายระหว่างบุคคลส่วนใหญ่ เป็นผลของการใช้สัญลักษณ์ร่วมกัน ทั้งที่เป็นลายลักษณ์อักษร(คำ) และที่ไม่เป็นลายลักษณ์อักษร เช่น การแสดงกิริยาท่าทางหรือความรู้สึก เป็นต้น การศึกษาแนวนี้เรียกว่าแนวคิดการปฏิสังสรรค์เชิงสัญลักษณ์ซึ่งเน้นว่าการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self Perception) และการรับรู้เกี่ยวกับบทบาท (Role Perception) ในสถานการณ์ทางสังคมหนึ่งๆ เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการกำหนดความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การรับรู้เกี่ยวกับบทบาทในแง่ที่บุคคลยึดหลักหรือแบบอย่างของกลุ่มหรือบุคคลมาใช้เป็นแนวทางในการแสดงพฤติกรรม (Reference Group) นั้นมีอิทธิพลอย่างสูงต่อพฤติกรรมของมนุษย์ นอกจากนั้นในการปรับตัวต่อกันของชีวิตการแต่งงานนั้นเป็นผลจากระดับความคาดหวังทางบทบาทร่วมกันระหว่างคู่สมรสเองและกับบุคคลที่มีความสำคัญ หรือมีอิทธิพลต่อคู่สมรสนั้นตรงกัน เขาแสดงความรู้สึกว่าปัญหาความแตกต่างระหว่างบุคคลในชีวิตสมรสส่วนใหญ่เป็นผลมาจากความแตกต่างระหว่างมโนทัศน์เกี่ยวกับตนเอง (Self Concepts) และมโนทัศน์เกี่ยวกับบทบาท (Role Concepts) ซึ่งเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ชีวิตแต่งงาน สำหรับระดับความคาดหวังของตนเอง(Self) และของอีกฝ่ายหนึ่งซึ่งคู่สมรสมีร่วมกันนั้นแต่ละฝ่ายสามารถที่จะตั้งต้นการปฏิบัติของตนเองให้ประสานกับการปฏิบัติของอีกฝ่ายหนึ่งนี้เอง เป็นการเสริมสร้างชีวิตการแต่งงานที่ประสานกันและมีการปรับตัวได้ดีในกรณีที่สามีและภรรยามีการรับรู้เกี่ยวกับบทบาท และความคาดหวังทางบทบาทเบี่ยงเบนไปจากกันและกันมาก การแสดงบทบาทของทั้งสองฝ่ายก็จะประสบความล้มเหลวในการที่จะประสานกัน ต่างฝ่ายก็จะทำให้เกิดผลเสียต่อ “ตัวตนทางสังคม” (Social Self) ของอีกฝ่ายหนึ่ง เป็นผลให้พฤติกรรมของสามีและภรรยาไม่มีความปรองดองกัน

แนวคิดเกี่ยวกับความรักความอบอุ่นในครอบครัว

สายสุรี จุติกุล (2539: 15-24) ได้สรุปแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างความรักความอบอุ่นในครอบครัวไว้ว่า ความรักความอบอุ่นในครอบครัวเกิดขึ้นได้จากคนในครอบครัว ในที่นี้หมายถึงเฉพาะระหว่างสามีและภรรยาจะต้องมีพฤติกรรมต่างๆ ต่อไปนี้มาประกอบกัน คือ

1. ต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรต่อกัน การเอาใจใส่ดูแล ได้แก่ ความเอาใจใส่ดูแลความเป็นอยู่ทุกอย่าง เช่น การเอาใจใส่ดูแลสุขภาพของกันและกัน อาหารการกิน ชีวิตประจำวัน การใช้จ่ายเงินทอง ความสะอาด การเดินทางไปทำงาน เป็นต้น

2. ต้องรู้จักคนที่เรารัก หมายความว่า ภรรยาและสามีต้องรู้จักกันให้ดีและเข้าใจกันให้ดี รู้ความชอบความไม่ชอบอะไร ต่างกันหรือเหมือนกันตรงไหน รับรู้ถึงนิสัยใจคอซึ่งกันและกัน

3. ต้องเคารพกันและกัน หมายความว่า คู่สมรสให้ความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน รับฟังซึ่งกันและกัน ในการแสดงความคิดเห็นทั้งที่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วย รู้จักเกรงใจกัน

4. ต้องมีความรับผิดชอบ หมายความว่า ต้องแสดงตนไปตามบทบาทของคู่สมรสที่ดีเป็นแบบที่ดี หากบางครั้งมีการแสดงบทบาทไม่เหมาะสม ก็จะต้องแสดงความรับผิดชอบ ไม่เฉยเมย ละเลย หรือไม่ทักท้วงต่อการกระทำที่ไม่ถูกต้อง

5. ต้องมีความวางใจซึ่งกันและกัน หมายความว่า คู่สมรสจะต้องมีความเชื่อถือและไว้วางใจกันและกัน คู่สมรสจะต้องรู้สึกสบายใจกังวลหรือไม่มีความหวาดกลัวต่อกัน ให้กำลังใจกันและกัน การให้กำลังใจอาจเป็นคำพูดร่วมด้วยท่าทางที่พร้อมที่จะสนับสนุนอยู่เสมอ ชมเชยในสิ่งที่ได้ทำถูกต้อง เสริมในทางบวกขจัดทางลบ ชี้แนะทางออกหลายๆ ทาง ให้มีทางเลือกและให้เขาได้ทำเอง

6. ต้องให้อภัยกันและกัน คู่สมรสอาจมีการกระทบกระทั่งกันบ้าง ไม่มากนักน้อย ถ้ามีความรักกันอยู่จะต้องรู้จักให้อภัย ยกโทษ ไม่ผูกพยาบาท และลืมเรื่องเลวร้ายเหล่านั้นเสีย วิธีการในการให้อภัยต่อกันคือ การให้เวลาแก่ตัวเอง การคลายความโกรธ และพูดจากันอย่างมีเหตุผลและอย่างสันติ เมื่อเข้าใจเรื่องราวดีแล้วก็ให้อภัยกันและกัน อย่ามีความพยายามที่จะเอาชนะหรืออย่ามีความพยายามที่จะได้หรือเอาเปรียบอีกฝ่ายหนึ่ง

7. ต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัวให้ถูกต้องตามกาลเทศะ

8. ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและมีคุณภาพ

9. ต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่เปลี่ยนแปลงของบุคคลในครอบครัว

10. ต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือกันและกัน

11. ต้องมีความใกล้ชิดและผูกพันกัน

กลุ่มทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนและการสนับสนุนทาง

สังคม

1. ทฤษฎีทรัพยากร (Resource Theory)

ทฤษฎีทรัพยากรถูกนำมาใช้ในการศึกษาระบบความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส โดยบลัดและวอล์ฟ (เดือนเพ็ญ วอนเพียร. 2531: 13; อ้างอิงจาก Blood; & Wolfe. 1960) โดยอธิบายว่าการจำแนกหน้าที่ระหว่างสามีและภรรยาจะอยู่บนพื้นฐานแห่งทรัพยากรของคู่สมรส

ทฤษฎีนี้จะสร้างขึ้นจากคำถามที่ว่าทำไมสามีและภรรยาจึงมีความรับผิดชอบต่อกันในหน้าที่ซึ่งแตกต่างกัน และทำไมการจำแนกหน้าที่ภายในครอบครัว จึงแปรเปลี่ยนไปตามสภาพของการประกอบอาชีพระหว่างสามีและภรรยา ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าความรับผิดชอบภายในครอบครัวของสามีจะมีความสัมพันธ์ในทางกลับกันกับระยะเวลาที่ต้องทำงานนอกบ้าน ซึ่งระยะเวลาที่ต้องทำงานนอกบ้านในที่นี้คือ ตัวชี้ตัวหนึ่งในเรื่องทรัพยากรของคู่สมรส

2. ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทรัพยากร (Resource Exchange Theory)

โฟและโฟ (Retti; & Bubolz. 1983: 498-499; citing Foa; & Foa. 1974) ได้เสนอทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทรัพยากร โดยเขาได้นำแนวคิดเกี่ยวกับทรัพยากร ความต้องการและความพึงพอใจมาเชื่อมโยงเข้าด้วยกัน โฟและโฟ กล่าวว่า ปัจจัยด้านเวลา สถานที่ พลังงาน และสิ่งแวดล้อมเชิงสถาบันคือ ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการแลกเปลี่ยนทรัพยากร ทฤษฎีนี้มีสมมติฐานว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคมซึ่งมีความสุขจากการมีเพื่อน และต้องการการสนับสนุนจากกลุ่มคนเพื่อความอยู่รอด มนุษย์ต้องการทรัพยากรในด้านความรัก สถานภาพ บริการ ข่าวสารข้อมูล สินค้า และเงินตรา ปัจจัยเหล่านี้ไม่สามารถสร้างความพึงพอใจให้กับมนุษย์ได้หากมันอยู่ตามลำพัง ปัจจัยทั้ง 6 ประการ มีความจำเป็นสำหรับคุณภาพชีวิต เมื่อมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่ในระดับต่ำจะทำให้คุณภาพชีวิตเสียไป มนุษย์จึงจำเป็นต้องแสวงหาสถานการณ์เพื่อทำการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน จะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยสิ่งต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ต้องมีทรัพยากรที่จะทำการแลกเปลี่ยน

2.2 ต้องมีสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสม

2.3 ผู้แลกเปลี่ยนต้องมีศักยภาพและแรงจูงใจ

กฎของการแลกเปลี่ยนจะผันแปรไปตามตำแหน่งในโครงสร้างของทรัพยากร ความรักจะให้กับคนอื่นหรือให้กับตัวเองจะมีความสัมพันธ์เชิงบวก หมายความว่าเมื่อเราให้ความรักกับคนอื่นในขณะที่คนอื่นได้รับความรักไป ความรักที่เรามีอยู่ก็มิได้สูญหายไปแต่อย่างใด ต่างจากทรัพยากรบางอย่าง เช่น เงินเมื่อเราให้คนอื่นไปเงินอีกส่วนหนึ่งที่เป็นของเราก็จะขาดไป เป็นต้น ความสำคัญของการแลกเปลี่ยนโดยการให้นี้จะอยู่ที่ว่าอะไรคือสิ่งที่ขาดไป อรรถประโยชน์เพิ่มของผู้ได้รับจะมีสูงหากสิ่งที่เขาได้รับนั้นมีน้อยหรือขาดแคลน

โฟและโฟ ได้ให้นิยามของทรัพยากรแต่ละชนิดไว้ ดังนี้

1. ความรัก เป็นการแสดงออกที่แผ่ไปในเชิงบวก มีความอบอุ่นหรือสบาย อันเป็นการแสดงออกที่ง่ายที่สุด การแสดงออกซึ่งความรัก ได้แก่ การสัมผัส การจ้องมองตากันด้วยความรัก ทำทาง อาการ การอยู่ใกล้ๆ และการแสดงออกทางสีหน้า

2. สถานภาพ เป็นการประเมินหรือตัดสินสิ่งต่างๆ อันนำมาซึ่งความสูงหรือต่ำของชื่อเสียง ศักดิ์ศรี ความนิยม นับถือ พฤติกรรมที่เป็นสัญลักษณ์ ได้แก่ ความเคารพและความไว้วางใจในความสามารถ

3. บริการ เป็นกิจกรรมเชิงรูปธรรมที่กระทำออกมาให้เห็นจากภายนอก เป็นการกระทำโดยอาศัยแรงงานจากคนๆ หนึ่ง เพื่อที่จะทำให้อีกคนหนึ่งได้รับความสะดวกสบาย หรือมีความปลอดภัยมากขึ้น

4. ข่าวสารข้อมูล เป็นสิ่งที่ให้ลักษณะของคำปรึกษา ความคิดเห็น การสั่งสอน แต่จะไม่รวมถึงพฤติกรรมที่อยู่ในทรัพยากรความรัก และสถานภาพ

5. วัตถุสิ่งของ

6. เงินตรา

การแลกเปลี่ยนกันทั้งทรัพยากร วัตถุสิ่งของ และเงินตรา จะช่วยสนับสนุนคุณภาพของสัมพันธภาพที่มีต่อกัน และอาจจะเป็นการแลกเปลี่ยนพร้อมกันกับทรัพยากรเชิงจิตวิทยา การให้ของขวัญซึ่งเป็นสิ่งที่มองเห็น หรือการให้เงินซึ่งเป็นสิ่งที่มีความเป็นสัญลักษณ์มากกว่า แต่การแลกเปลี่ยนดังกล่าวก็เป็นการแสดงออกซึ่งความรักและ/หรือความเคารพ ถ้าคู่สมรสมีการแลกเปลี่ยนทรัพยากรซึ่งกันและกันมาก ความเป็นไปได้ที่ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสก็จะสูงตามไปด้วย

3. แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม

แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม ได้มีผู้ศึกษาอย่างกว้างขวาง และพบว่าเป็นตัวแปรทางสังคมจิตวิทยาที่มีต่อพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งได้มีผู้เสนอแนวคิดไว้หลายรูปแบบ ดังเช่น

คอบบ์ (Cobb. 1976: 300-301) กล่าวว่า “เป็นการที่บุคคลได้รับข้อมูลที่ทำให้ตัวเขาเชื่อว่ามิบุคคลที่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่า และยกย่องตัวเขา นอกจากนี้ตัวเขาเองยังรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความผูกพันซึ่งกันและกัน”

คาห์น (Kahn. 1975: 85) กล่าวว่า “การสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดหมายระหว่างบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้อาจเกิดเพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งอย่าง”

บาร์เรรา (Barrera. 1982: 70) กล่าวว่า “การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ความใกล้ชิด การช่วยเหลือโดยให้สิ่งของ แรงงาน การให้คำแนะนำข่าวสาร การให้ข้อมูล ป้อนกลับ และการมีส่วนร่วมทางสังคม”

ทอยส์ (Thoits. 1982: 147-148) กล่าวว่า “การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง บุคคลในเครือข่ายสังคมได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์ สิ่งของ หรือข้อมูล ซึ่งสนับสนุนที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญ และตอบสนองต่อความเจ็บป่วยหรือความเครียดได้ในระยะเวลาที่รวดเร็วขึ้น”

ฮับบาร์ด และบราวน์ (Habbard; & Brown. 1984: 266) ได้สรุปว่า “การสนับสนุนทางสังคมเป็นโครงสร้างหลายมิติ ซึ่งประกอบด้วย การติดต่อสื่อสารในแง่ดี ทำให้มีความรู้สึกผูกพัน ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน โดยคำนึงถึงแหล่งที่มาด้วย”

ดังนั้นจากแนวคิดดังกล่าวจึงสรุปได้ว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลในสังคมได้รับการช่วยเหลือ ประคับประคองจากบุคคลในสังคมในด้านต่างๆ ซึ่งประกอบด้วย การได้รับความผูกพันใกล้ชิดสนิทสนม การมีส่วนร่วมในสังคมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การได้มีโอกาสเลี้ยงดูบุคคลอื่น การได้รับการยอมรับว่ามีคุณค่า การได้รับข้อมูล ข่าวสาร และการช่วยเหลือทางด้านวัตถุสิ่งของ การเงิน เวลา และแรงงาน เพื่อช่วยในการแก้ปัญหาทำให้บุคคลสามารถช่วยให้ตนเองบรรลุเป้าหมายตามที่เขาต้องการ

นอกจากนี้แนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นโครงสร้างหลายมิติ ซึ่งประกอบด้วยแหล่งของการสนับสนุนทางสังคม ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม หน้าที่ของการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งจะกล่าวในรายละเอียดดังนี้

1. แหล่งของการสนับสนุนทางสังคม

จริยาวัตร คมพยัคฆ์ (2531: 99) กล่าวว่า บุคคลทุกคนในสังคมไม่ได้เป็นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมทั้งหมด นอกจากผู้ที่จัดอยู่ในระบบหรือเครือข่ายทางสังคม ซึ่งเป็นกลุ่มย่อยของกลุ่มสังคมทั้งหมดที่สามารถเชื่อถือได้ จะให้การสนับสนุนทางสังคมได้ แหล่งของการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญต่อชนิดและปริมาณของการสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับ เนื่องจากชนิดของการสนับสนุนทางสังคม จะเปลี่ยนแปลงไปตามแหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม นอกจากนั้นแหล่งของการสนับสนุนทางสังคมยังสามารถบอกถึงขนาดของเครือข่าย (Network Size) ทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดปริมาณการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับด้วย ซึ่งส่วนใหญ่แล้วการสนับสนุนทางสังคมที่มีมาจากครอบครัว ญาติ เพื่อนสนิท คู่สมรส กลุ่มสังคมในระดับชุมชน เช่น เพื่อนบ้าน ผู้ร่วมงาน บุคลากรในวิชาชีพ อาสาสมัครเพื่อช่วยเหลือ ชุมชนต่างๆ ที่ตั้งขึ้นในสังคมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่

2. ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม

ไวส์ (Weiss. 1974: 17-26) ได้กล่าวถึงชนิดของการสนับสนุนทางสังคม และผลของการสนับสนุนทางสังคมตามชนิดต่างๆ ไว้ ดังนี้

1. การได้รับการผูกพันใกล้ชิดสนิทสนม (Attachment) เป็นสัมพันธภาพแห่งความใกล้ชิดที่ทำให้รู้สึกว่าเป็นที่รักและได้รับการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับการสนับสนุนจากบุคคล

ใกล้ชิด เช่น คู่สมรส เพื่อนสมาชิกในครอบครัวเดียวกัน ถ้าบุคคลขาดการสนับสนุนชนิดนี้ จะมีความรู้สึกถูกแยกจากอารมณ์ (Emotional Isolation) หรือความรู้สึกเดียวดาย (Loneliness)

2. การได้มีโอกาสเลี้ยงดูผู้อื่น (Opportunity of Nurturance) หมายถึง การที่บุคคลมีความรับผิดชอบในการเลี้ยงดู หรือช่วยเหลือบุคคลอื่นแล้วทำให้ตัวเองเกิดความรู้สึกว่าเป็นที่ต้องการของบุคคลอื่น และผู้อื่นพึงพาได้ ถ้าขาดการสนับสนุนชนิดนี้ จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าชีวิตนี้ไร้ค่า (Meaningless in life)

3. การมีส่วนร่วมในสังคมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social Integration) หมายถึง การมีโอกาสได้เข้าร่วมในกิจกรรมสังคม ทำให้มีการแบ่งปัน แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน รวมทั้งมีความห่วงใย เข้าใจซึ่งกันและกัน ถ้าขาดการสนับสนุนชนิดนี้ จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าถูกแยกออกจากสังคม (Social Isolation) และชีวิตน่าเบื่อหน่าย (Boring)

4. การได้รับกำลังใจว่าเป็นผู้มีคุณค่า (Reassurance of Worth) หมายถึง การที่บุคคลได้รับการเคารพ ยกย่อง และชื่นชม ที่สามารถแสดงบทบาททางสังคมอันเป็นที่ยอมรับของสมาชิกในครอบครัวและสังคม ถ้าขาดการสนับสนุนจะทำให้บุคคลรู้สึกว่าขาดความเชื่อมั่น หรือไร้ประโยชน์ (Uselessness)

5. ความเชื่อมั่นในความเป็นมิตรที่ดี (Sense of Reliable Alliance) การสนับสนุนจะได้มาจากครอบครัว เครือญาติ ซึ่งมีความคาดหวังว่าจะได้รับความช่วยเหลือห่วงใยซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง ถ้าขาดจะทำให้บุคคลรู้สึกขาดความมั่นคงและถูกทอดทิ้ง (Sense of Vulnerability and abandonment)

6. การได้รับคำชี้แนะ (The Obtaining of Guidance) หมายถึง การได้รับความจริงใจช่วยเหลือทางด้านอารมณ์ ข้อมูลข่าวสารจากบุคคลที่ตนศรัทธาและเชื่อมั่นในช่วงที่บุคคลเผชิญกับความเครียดหรือภาวะวิกฤต ถ้าขาดการสนับสนุนนี้จะทำให้บุคคลรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง (Hopelessness or Despair)

ทอยส์ (Thoits. 1982 : 147-148) ได้อธิบายถึงการสนับสนุนทางสังคมตามแนวคิด ไว้ว่า เป็นระดับของความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Needs) ของบุคคลซึ่งเกิดจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในกลุ่มสังคม และได้แบ่งการสนับสนุนตามลักษณะของความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมไว้ 5 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional Support) หมายถึง ข้อมูลที่ทำให้บุคคลเชื่อว่าเขาได้รับความรัก และการดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด และมีความผูกพันลึกซึ้งต่อกัน

2. การสนับสนุนทางการยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem Support) หมายถึง ความรู้สึกที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นมีคุณค่า บุคคลอื่นยอมรับและเห็นคุณค่านั้นด้วย

3. การสนับสนุนด้านการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Social Support or Network) หมายถึง การแสดงออกที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นเป็นสมาชิกหรือส่วนหนึ่งของเครือข่ายทางสังคมและมีความผูกพันซึ่งกันและกัน

4. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) หมายถึง การให้คำแนะนำในการแก้ไขปัญหาหรือการให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมและการกระทำของบุคคล

5. การสนับสนุนด้านสิ่งของ (Tangible Support) หมายถึง การให้ความช่วยเหลือในด้านสิ่งของ เงินทอง หรือบริการ

3. หลักการของการสนับสนุนทางสังคม

จริยาวัตร คมพยัคฆ์ (2531: 99) กล่าวว่า หลักการสำคัญของการสนับสนุนทางสังคมจะต้องประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่อไปนี้ คือ

1. จะต้องมีการติดต่อสื่อสารระหว่าง “ผู้ให้” และ “ผู้รับ”
2. ลักษณะของการติดต่อสื่อสารจะต้องประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ “ผู้รับ” เชื่อว่ามีคนสนใจ เอาใจใส่ และมีความรัก ความหวังดีต่อตนเองอย่างจริงจัง

2.2 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะ “ผู้รับ” รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับในสังคม

2.3 ข้อมูลข่าวสารที่มีลักษณะที่ “ผู้รับ” เชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของสังคม สามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้

3. ปัจจัยนำเข้าของการสนับสนุนทางสังคม อาจอยู่ในรูปข้อมูล ข่าวสาร วัสดุ สิ่งของ หรือจิตใจ

4. จะต้องช่วยให้ “ผู้รับ” ได้บรรลุถึงจุดหมายที่เขาต้องการการสนับสนุนทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนทางด้านร่างกาย จิตใจ หรือวัสดุสิ่งของก็ตาม ย่อมส่งผลกระทบบังคับให้ผู้ที่ได้รับแน่นอน เพราะคนเรานั้นกายกับใจไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันโดยสิ้นเชิงได้ การสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อภาวะคุณภาพชีวิตสมรสของผู้สมรส

ทฤษฎีความขัดแย้ง (Conflict Theory)

ทฤษฎีความขัดแย้ง เป็นทฤษฎีที่นำมาใช้ตรวจสอบอำนาจและสิทธิแห่งสัมพันธภาพของการสมรส โดยเชื่อว่าอำนาจเป็นสิ่งที่บุคคลได้รับมาจากการที่บุคคลนั้นๆ เป็นเจ้าของทรัพยากร (Wolf.1995: 219)

นักทฤษฎีความขัดแย้งแนวคลาสสิกเห็นว่า เศรษฐทรัพยากร (Economic Resources) เป็นพื้นฐานของการมีอำนาจ นอกจากนั้นยังครอบคลุมไปถึงระบบชนชั้นทางสังคมของบุคคลคนนั้น เช่น รายได้ การศึกษา และสถานภาพในการประกอบอาชีพ ทฤษฎีความขัดแย้ง เชื่อว่า “คู่สมรสผู้ซึ่งมีทรัพยากรอยู่ในความครอบครองมากที่สุดเป็นคนมีอำนาจมากที่สุด” ตัวชี้วัดอำนาจในชีวิตสมรสที่ถูกนำมาใช้บ่อยๆ ได้แก่ การแบ่งงานกันทำในครัวเรือน ผลการศึกษา พบว่า ภรรยาผู้มี

รายได้สูงจะมีความทำงานบ้านน้อยกว่าภรรยาผู้ซึ่งมีรายได้ต่ำ จึงเป็นสิ่งที่ยากมากที่เดียวสำหรับภรรยาที่จะให้สามีมาทำงานบ้านในสัดส่วนที่มากกว่า เพื่อให้การแบ่งงานกันทำให้เกิดความยุติธรรม ภรรยาก็จะตัดทอนงานบ้านของเธอเอง แล้วก็จะซื้อเครื่องทำความสะอาด นำลูกไปฝากกับสถานรับเลี้ยงเด็ก และซื้ออาหารสำเร็จรูป

สรุปปัจจัยหรือมโนทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมจากแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ สามารถสรุปเป็นประเด็นสำคัญ ๆ ของแต่ละทฤษฎี ซึ่งแสดงไว้ดังตาราง 1

ตาราง 1 ปัจจัยหรือมโนทัศน์สำคัญที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสในเชิงทฤษฎี

ทฤษฎี	ปัจจัยหรือมโนทัศน์สำคัญ
ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส	1. สถานภาพทางเศรษฐกิจสังคมของคู่สมรส 2. ความพึงพอใจในชีวิตสมรส 3. ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส 4. บทบาทของคู่สมรส 5. บรรทัดฐานทางสังคม 6. ผลได้ผลเสียในชีวิตสมรส 7. ความคล้ายคลึงกันของคู่สมรส 8. อายุแรกสมรส 9. แบบอย่างจากบิดามารดา 10. สถานภาพทางอาชีพ 11. ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ 12. รายได้ 13. การทำงานของภรรยา
ทฤษฎีการจำแนกแตกต่างระหว่างบทบาท	1. การแบ่งงานกันทำ 2. การประกอบอาชีพของคู่สมรส
แนวคิดเกี่ยวกับความรักความอบอุ่นในครอบครัว	1. ความรักความอบอุ่น

ตาราง 1 (ต่อ)

ทฤษฎี	ปัจจัยหรือโมทัศน์สำคัญ
ทฤษฎีการปฏิสังสรรค์เชิงสัญลักษณ์	1. การคาดหวังในชีวิตสมรส 2. การแสดงบทบาทในชีวิตสมรส 3. การยอมรับในบทบาท 4. การสื่อสารกับคู่สมรส 5. การปฏิสังสรรค์ในครอบครัว 6. แบบอย่างของแนวปฏิบัติ
ทฤษฎีทรัพยากร	1. การแลกเปลี่ยนทรัพยากรของครอบครัว 2. การแบ่งงานกันทำในครอบครัว
ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทรัพยากร	1. สัมพันธภาพของคู่สมรส 2. ทรัพยากรในครัวเรือน 3. ความพึงพอใจในการแลกเปลี่ยน
แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม	1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ 2. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร 3. การสนับสนุนด้านสิ่งของแรงงานและบริการ
ทฤษฎีความขัดแย้ง	1. เศรษฐทรัพย์ 2. รายได้ 3. การศึกษา 4. สถานภาพในการประกอบอาชีพ 5. การแบ่งงานกันทำ

1.5 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรส

นักวิชาการที่ศึกษาด้านชีวิตครอบครัวหรือชีวิตสมรส ได้กล่าวถึงปัจจัยหรือองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องและใกล้เคียงกับคุณภาพชีวิตสมรส ไว้หลาย ๆ ประเด็น อาทิเช่น องค์ประกอบของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ปัจจัยในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ลักษณะของสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคู่สมรส องค์ประกอบของครอบครัวคุณภาพ ปัจจัยส่งเสริมชีวิตคู่ที่เป็นสุขและประสบความสำเร็จ เป็นต้น ซึ่งแนวคิดต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนแต่อยู่ในสังกัดของคุณภาพชีวิตสมรส ดังเช่น

ลูอิสและสแปเนียร์ (Lewis; & Spanier. 1979) ได้สรุปแนวความคิดรวบยอดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตไว้ 3 ประเด็น 1 ใน 3 ประเด็นนั้นกล่าวว่า “ยิ่งคู่สมรสได้รับรางวัลจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันในการใช้ชีวิตร่วมกันมากเท่าใด ชีวิตสมรสก็ยิ่งมีคุณภาพสูงขึ้นเท่านั้น” ซึ่งปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ได้แก่

1. การมองคู่สมรสในแง่ดี เช่น การเห็นคุณค่า ความสอดคล้องกันทางความคิด และการกระทำ การได้รับการประเมิน และกล่าวถึงในด้านดี ทางกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางเพศ
2. ปริมาณการตอบสนองทางอารมณ์จากคู่สมรส เช่น การแสดงความรักใคร่ การให้การสนับสนุน
3. ประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างกัน เช่น การเปิดเผยต่อกัน ความเข้าใจกัน การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา
4. ความเหมาะสมในเชิงบทบาท เช่น ความสอดคล้องกันระหว่างบทบาทที่คาดหวังกับบทบาทการกระทำ
5. ปริมาณการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันที่ปลอดจากความขัดแย้ง เช่น ประสิทธิภาพในการแก้ปัญหา ปริมาณการทำกิจกรรมร่วมกัน

อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตสมรส : กรณีศึกษาข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากที่สุด คือ ความเสียเปรียบสัมพัทธ์ รองลงมาตามลำดับ คือ ความสมานฉันท์ทางบทบาท ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต การมีบุตร การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ (พ่อแม่) และอายุแรกสมรส

อัมพล สุอำพัน (2535) กล่าวถึงการดำเนินชีวิตคู่อย่างมีความสุขว่า มีนักจิตวิทยาได้รวบรวมข้อคิดหรือวิธีสร้างสัมพันธภาพ ซึ่งคู่สมรสควรแสดงปฏิบัติต่อกัน เพื่อให้ชีวิตสมรสมีความสุข ดังนี้คือ

1. มีอารมณ์ที่มั่นคง ถ้าคู่สมรสมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย ภู่วาม ใจร้อน ไม่มีเหตุผลพิจารณาเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยอารมณ์ ก็จะเป็นเหตุให้เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ลุกกลามเป็นเรื่องใหญ่ เป็นการบั่นทอนความสุขของทั้งสองฝ่าย

2. มีความใคร่ครวญ คู่สมรสควรใคร่ครวญ และคำนึงถึงความรู้สึกและความต้องการของคู่สมรสของตนบ้าง ไม่ควรเอาแต่ใจตนเองเป็นเรื่องใหญ่

3. มีความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เป็นหน้าที่ของสามีภรรยาที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ส่งเสริมความก้าวหน้าซึ่งกันและกัน ในยามที่มีปัญหาช่วยคลี่คลายปัญหาไม่ซ้ำเติมอีกฝ่ายหนึ่ง เมื่อเกิดความผิดพลาด

4. เป็นคู่ใจ สามีภรรยาควรใช้ชีวิตด้วยกัน ผูกพันกันในหลายรูปแบบ คือ เป็นทั้งสามี ภรรยา เป็นเพื่อนคู่ใจซึ่งบางครั้งสนุกสนานเฮฮาเหมือนเพื่อนกัน นับถือกันเหมือนพี่น้อง การใช้ชีวิตร่วมกันในหลายรูปแบบทำให้สามี ภรรยาไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

5. มีความไว้วางใจกัน สามี ภรรยาควรจะใช้ชีวิตบนรากฐานของการไว้วางใจ เชื่อมั่นต่อกันและกันปราศจากการระแวง เพราะการระแวงเป็นสาเหตุให้เกิดความแตกร้างในชีวิตสมรส

6. มีความหวังใฝ่ซึ่งกันและกัน และควรปฏิบัติต่อกันด้วยความเหมาะสม ไม่ควรปล่อยให้คู่สมรสอีกฝ่ายหนึ่งอยู่ตามลำพัง

กรมสุขภาพจิต(2539) ได้กล่าวถึง บทบาทการเป็นสามีภรรยาที่จะส่งเสริมให้ชีวิตคู่เป็นไปอย่างมีความสุข จะต้องประกอบไปด้วย

1. การตัดสินใจและวางแผนร่วมกัน ชีวิตครอบครัวที่ดีเกิดจากการวางแผนอย่างรอบคอบของสามีภรรยา ซึ่งเป็นหุ้นส่วนชีวิตกัน กิจกรรมต่างๆ เป็นผลของการตัดสินใจและวางแผนร่วมกัน เช่น การจะซื้อบ้าน ซื้อรถยนต์ สามีภรรยา จะต้องปรึกษา หรือพิจารณาอย่างรอบคอบร่วมกัน มิใช่สามีหรือภรรยาเป็นผู้ตัดสินใจเอง

2. หน้าที่ และความรับผิดชอบของสามีภรรยา ในการอยู่ร่วมกันของคู่สมรส ทั้งสามีภรรยา จะต้องรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ของตนเอง การแต่งงานกันทั้งคู่อาจจะคาดหวังว่าคู่สมรสจะต้องทำหน้าที่ตามที่ตนต้องการ แต่ถ้าความคาดหวังและการปฏิบัติของทั้งสองฝ่ายใกล้เคียงกันหรือตรงกันความขัดแย้งก็น้อยลง ในสังคมสมัยก่อนหญิงมีบทบาทเป็นแม่บ้านแม่เรือนเต็มที่ ชายเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว สังคมปัจจุบันบ้านเมืองเปลี่ยนแปลงไป ความขัดแย้งในบทบาทหน้าที่จึงเกิดขึ้น หญิงมีโอกาสได้รับการศึกษา มีโอกาสหารายได้ช่วยสามีเลี้ยงครอบครัว จึงไม่สามารถทำหน้าที่แม่บ้านได้เต็มที่ ถ้าชายคาดหวังว่าภรรยาจะทำหน้าที่ไม่บกพร่องชายก็ผิดหวัง ฉะนั้นคู่สมรสจะต้องมีความรับผิดชอบร่วมกันในบทบาทหน้าที่ของตน และต้องปรับบทบาทให้เหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนไป

3. การใช้เวลาว่างและนันทนาการร่วมกัน สามีภรรยาจะใช้เวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การปลูกต้นไม้ การดูภาพยนตร์ การไปทัศนจร หรือทานอาหารนอกบ้านด้วยกัน จะทำให้สามีภรรยาและสมาชิกของครอบครัวได้มีโอกาสสนใจในเรื่องเดียวกัน ได้พูดคุยในเรื่องเดียวกัน ทำให้ทุกคนอยากอยู่ร่วมกัน ต่างก็รู้สึกต้องการซึ่งกันและกัน ทำให้ครอบครัวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

4. การจัดการเรื่องการเงิน การจัดการเรื่องการเงินเป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งของครอบครัว สามีและภรรยาควรจะได้ใช้จ่ายอย่างระมัดระวัง เพื่อสนองความจำเป็นของครอบครัว การจัดทำงบประมาณของครอบครัว จะช่วยให้ประมาณการค่าใช้จ่ายให้คู่สมรสเป็นผู้บริโภคที่ดี รู้จักใช้เงินอย่างประหยัดและคุ้มค่า

นอกจากนั้นเคล็ดลับที่ช่วยให้ชีวิตสมรสประสบความสำเร็จในชีวิตคู่ ได้แก่

1. สามีภรรยาจะต้องอยู่ร่วมกันในลักษณะความเป็นเพื่อน มีการสื่อสารพูดคุยหรือเข้าใจความรู้สึก และความต้องการซึ่งกันและกัน เอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความห่วงใยในทุกข์สุขของกันและกัน เรียนรู้จิตใจและสนองความต้องการของอีกฝ่าย

2. สามีภรรยาต้องซื่อสัตย์ต่อกัน ไว้วางใจกัน ปกป้องหาหรือ ไม่มีความลับต่อกัน ให้เกียรติซึ่งกันและกัน ไม่ดูถูกเหยียดหยาม พุดจาด้วยถ้อยคำไพเราะ รู้จักกล่าวคำ “ขอโทษ” และ “ขอบคุณ” ถ้าฝ่ายหนึ่งทำผิด อีกฝ่ายหนึ่งต้องตักเตือนและพร้อมที่จะแก้ไข

3. สามีภรรยาต้องช่วยกันทำมาหากินสร้างครอบครัวรู้จักประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ดูแลครอบครัวให้มีความสุข มีการตกลงแบ่งหน้าที่การทำงานทั้งภายในและภายนอกบ้าน โดยต่างฝ่ายจะต้องทำหน้าที่ของตนไม่บกพร่อง

4. สามีภรรยาต้องช่วยกันเลี้ยงดูอบรมสั่งสอนลูก เป็นแบบอย่างที่ดีทั้งในด้านคุณธรรมและจริยธรรม

5. สามีภรรยาควรรับฟังเหตุผล มีความอดทนต่อพฤติกรรมของกันและกัน และอดทนต่อเรื่องเล็กๆ พร้อมทั้งจะให้ภัยในความผิดพลาด

จรรยา สุวรรณทัต (2545) ได้สรุปถึงปัจจัยที่มีส่วนในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวไว้ดังนี้

1. สภาพทางเศรษฐกิจ สังคม ในครอบครัว กล่าวคือ ครอบครัวใดที่มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ไม่ขัดสนย่อมนำมาซึ่งความสงบสุขในครอบครัว เกิดความกลมกลืนสมัครสมานกัน

2. การรู้จักบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนสามารถปฏิบัติการให้สอดคล้องกับบทบาทและหน้าที่ของตน ทั้งบิดามารดาและบุตรเอง บิดามารดาที่มีหน้าที่ในการอบรมสั่งสอนบุตรก็ควรกระทำโดยมีรากฐานจากเหตุและผลไม่กระทำด้วยอารมณ์

3. การรู้จักลักษณะธรรมชาติของการเจริญเติบโต และมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือบุตรที่เกิดปัญหาย่อมมีส่วนช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดี

4. ความคงเส้นคงวาของบิดามารดาในการวางระเบียบวินัย ปัจจัยนี้นับว่ามีอิทธิพลมากต่อบรรยากาศในครอบครัว โดยเฉพาะวัยรุ่นที่มีความอดทนต่อการไม่คงเส้นคงวาของบิดามารดา ซึ่งเป็นต้นเหตุให้เกิดความคลอนแคลนในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาและบุตร

1.5.1 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview)

จากที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) กับคู่สมรสทหารเรือ ทั้งสามีหรือ/และภรรยา ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสและที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรส จำนวน 10 ครอบครัว ซึ่งสามารถสรุปประเด็นและแนวคิดที่เกี่ยวกับคู่สมรสที่มีคุณภาพชีวิตสมรสสูง นั้น จะต้องประกอบไปด้วยปัจจัยต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ คือ (คู่สมรสทหารเรือ. สัมภาษณ์. 2548)

1. คู่สมรสต้องมีความรักใคร่ผูกพันต่อกัน
2. คู่สมรสต้องมีความซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่เจ้าชู้ นอกใจ
3. คู่สมรสต้องมีความเข้าใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถปรับตัวเข้าหากัน
ได้ดี
4. คู่สมรสต้องรับบทบาท หน้าที่และความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อครอบครัว
5. คู่สมรสต้องมีการพูดคุยและปรึกษาหารือกันได้เกือบทุกเรื่อง
6. คู่สมรสต้องมีความอดทน และร่วมกันจัดการกับปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ
ที่เกิดขึ้น
7. คู่สมรสต้องมีศีลธรรมประจำใจ
8. คู่สมรสต้องช่วยกันแสวงหารายได้เข้าครอบครัว และรู้จักประหยัด อดออมใน
ทรัพย์สิน เงินทอง ที่หามาได้
9. คู่สมรสต้องปรับตัวให้เข้ากับบิดามารดา ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูงของสามี
หรือภรรยาของตนเอง
10. คู่สมรสต้องช่วยกันเลี้ยงดู อบรม สั่งสอนลูก

1.5.2 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสจากการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)

โดยได้จากผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรส ที่ร่วมดำเนินการสนทนากลุ่ม ซึ่งประกอบไปด้วย จิตแพทย์ 1 คน นักจิตวิทยา 1 คน นักสังคมสงเคราะห์ 1 คน พยาบาล จิตเวช 1 คน อาจารย์มหาวิทยาลัย 1 คน และคู่สมรสทหารเรือ(ครอบครัวตัวอย่าง) ทั้งสามีและภรรยา 2 คน รวมจำนวน 7 คน ซึ่งสามารถสรุปประเด็นและแนวคิดที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรส ได้ว่าจะต้องประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ คือ

1. การสื่อสารระหว่างคู่สมรส
2. การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
3. บทบาท หน้าที่และความรับผิดชอบของคู่สมรส
4. สภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรส
5. การจัดการกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส

6. ความรักใคร่ ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
7. ความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างคู่สมรส
8. การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
9. การปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส

สรุปองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรส จากแนวคิดของทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส (Theory of Marital Quality and Marital Stability) ของ ลูอิสและสแปเนียร์ (Lewis and Spanier) จากแนวความคิดของนักวิชาการด้านครอบครัวและชีวิตสมรสหลาย ๆ ท่าน ที่กล่าวถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรส จากที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก(Indepth Interview) กับคู่สมรสทหารเรือ ทั้งสามีหรือ/และภรรยาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสและที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรส จำนวน 10 ครอบครัว และจากการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) โดยได้จากผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรสจำนวน 7 คน ซึ่งสามารถสรุปประเด็นและแนวคิดที่สอดคล้องและตรงกัน เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 7 ประการ ได้แก่

1. การสื่อสารระหว่างคู่สมรส
2. การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
3. การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
4. การจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
5. ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
6. การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
7. การปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ทั้ง 7 ประการ มาศึกษาเพื่อพิสูจน์และยืนยัน ว่าองค์ประกอบต่าง ๆ ที่กล่าวมานั้น มีความสัมพันธ์หรือเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือหรือไม่ อย่างไรก็ตาม นอกจากนั้นแล้วผลที่ได้ก็จะนำไปสร้างโปรแกรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส โดยการให้คำปรึกษาครอบครัวต่อไป

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาครอบครัว

2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัว

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยขอทำความเข้าใจเบื้องต้นของการใช้คำว่า “การให้คำปรึกษาครอบครัว (Family Counseling)” และ“ครอบครัวบำบัด(Family Therapy)” ซึ่งผู้วิจัยจะใช้ในความหมายเดียวกัน และแทนกันตามความเหมาะสมของเนื้อหาในบริบทนั้น ๆ ซึ่งโดยแท้จริงแล้ว แม้ว่าทั้งสองคำนี้จะมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง แต่ในวงการวิชาชีพก็เป็นที่เข้าใจและยอมรับกันว่า คำสองคำนี้ใช้แทนกันได้

โอกุนและแรพพอร์ท (Okun; & Rappaport.1980: 31–32) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาครอบครัว คือ การให้คำปรึกษาประเภทหนึ่งที่มีจุดมุ่งหมายที่จะให้ความช่วยเหลือครอบครัว โดยปฏิบัติต่อครอบครัวในฐานะเป็นระบบๆ หนึ่ง และมองปัญหาหรือความบกพร่องในหน้าที่ของ ครอบครัวว่ามาจากระบบครอบครัว ไม่ใช่มาจากสมาชิกคนใด คนหนึ่งของครอบครัว อาการที่ผิดปกติหรือเป็นปัญหาของสมาชิกคนใดคนหนึ่ง เป็นสิ่งแสดงให้เห็นความตึงเครียดที่กำลังเกิดขึ้นในระบบครอบครัวหรือระบบสังคมภายนอก เพราะนักให้คำปรึกษาครอบครัวเชื่อว่า เราไม่สามารถแยกบุคคลออกมาจากสังคมที่เขาหรือเธออาศัยอยู่

ทัชมัน (Tashman.1983: 27–28) ได้ให้คำนิยามการให้คำปรึกษาครอบครัวหรือครอบครัวบำบัดอย่างกว้างๆ คือ ครอบครัวบำบัดโดยทั่วไปเป็นวิธีการให้ความช่วยเหลือครอบครัวทั้งครอบครัว ที่ใช้คำว่าโดยทั่วไปเพราะบางครั้งต้องให้ความช่วยเหลือระบบย่อยของครอบครัว เช่น ระบบพ่อแม่ หรือพี่ๆ ส่วนใหญ่นักครอบครัวบำบัดจะพบครอบครัวทั้งครอบครัวในระยะแรกๆ ซึ่งเป็นระยะสำรวจ นักครอบครัวบำบัดจะพบพ่อแม่ครั้งแรก บ้างก็พบครอบครัวตั้งแต่แรกเริ่มเลย รวมทั้งเด็กเล็กๆ นั่นคือทั้งครอบครัวจะต้องได้พบกับนักครอบครัวบำบัดอย่างน้อยหนึ่งครั้ง ลักษณะของปฏิสัมพันธ์ในครอบครัวขณะที่มีทหารอยู่ด้วย อาจจะช่วยให้นักครอบครัวบำบัดได้เห็นเงื่อนไขของปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัว ที่จริงแล้วไม่ได้เป็นเรื่องยากที่จะให้เด็กมีส่วนร่วมในช่วงเวลาพบนักครอบครัวบำบัดเลย เพียงแต่ว่านักครอบครัวบำบัดแต่ละคนจะรู้สึกสะดวกใจเพียงใด

บิกส์ (Biggs. 1994: 99) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาครอบครัว คือ การให้คำปรึกษาเน้นที่จะปฏิบัติต่อครอบครัวโดยส่วนรวม การให้ความช่วยเหลือจึงมีเป้าหมายที่จะปรับเปลี่ยนเพื่อปรับปรุงสัมพันธภาพในครอบครัวให้ดำเนินไปอย่างราบรื่น โดยอธิบายว่า กฎเกณฑ์ต่างๆ ในครอบครัวมักเป็นสาเหตุของปัญหาครอบครัว กฎเกณฑ์ที่ไม่มีประสิทธิภาพมักจะอยู่ในครอบครัวที่ทำหน้าที่ของครอบครัวบกพร่อง ทฤษฎีระบบเชื่อว่า ระบบครอบครัวทุกระบบพยายามที่จะสร้างภาวะสมดุลให้เกิดขึ้นในครอบครัว เมื่อภาวะสมดุลถูกคุกคามครอบครัวก็จะพยายามทุกทางที่จะคงไว้ซึ่งความสมดุล กลไกที่ทำหน้าที่รักษาความสมดุลภายในครอบครัว ซึ่งทำหน้าที่รักษา กฎเกณฑ์ต่างๆ เกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลด้วยทฤษฎีระบบ มองว่าปัญหาพฤติกรรมของเด็กเป็นการแสดงให้เห็นว่าครอบครัวมีหน้าที่บกพร่อง โดยสันนิษฐานว่าพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเหล่านี้เป็นผลเนื่องมาจากพลวัตของครอบครัวหรือการได้รับการเสริมแรงจากพลวัตเหล่านั้น

เมธินันท์ ภิณูชน (2539: 21) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาครอบครัว หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือครอบครัวทั้งครอบครัว ไม่เฉพาะสมาชิกคนใดคนหนึ่งที่ถูกกล่าวว่ามีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เพราะถือว่าครอบครัวเป็นระบบระบบหนึ่ง ปัญหาที่เกิดขึ้นในระบบของครอบครัวจึงเป็นของส่วนรวม และเป็นความรับผิดชอบของบุคคลในครอบครัว ที่จะต้องร่วมมือกันหาทางแก้ไข โดยความช่วยเหลือของนักให้คำปรึกษาครอบครัว ที่มีคุณสมบัติส่วนตัว มีวิชาชีพที่เหมาะสม เพื่อที่จะให้ครอบครัวอยู่ในสภาวะที่สมดุล และทำหน้าที่ของครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพ อันเป็นแนวทางที่จะพัฒนาสมาชิกในครอบครัว ให้มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถสื่อสารได้ดี และสามารถสร้างสัมพันธภาพและปรับตัวได้ดีทั้งในครอบครัวและสังคมภายนอก

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543: 80) กล่าวว่า จิตบำบัดครอบครัวยหรือครอบครัวบำบัด คือ การบำบัดที่รวมเอาบุคคลที่มีความผูกพันกันในฐานะเป็นครอบครัวเข้ามาร่วมด้วย กล่าวง่ายๆ ก็คือเป็นการทำจิตบำบัดทั้งครอบครัวไม่ใช่เฉพาะผู้ป่วยเพียงคนเดียว ซึ่งครอบครัวในที่นี้ หมายถึง บุคคลที่ผู้ป่วยมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ได้แก่ พ่อแม่ สามีหรือภรรยา ลูก ญาติพี่น้อง และ บางครั้งรวมไปถึงมิตรสหายด้วย

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือครอบครัวทั้งครอบครัว ไม่เฉพาะคนใดคนหนึ่งที่กำลังมีปัญหา โดย ปฏิบัติต่อครอบครัวในฐานะระบบๆ หนึ่ง เพื่อให้ครอบครัวทำหน้าที่อย่างเหมาะสม ในการพัฒนา สมาชิกในครอบครัวให้มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถสร้างสัมพันธภาพและปรับตัวได้ดีทั้งใน ครอบครัวและสังคม ด้วยเหตุผลดังกล่าวในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้นำเอาการให้คำปรึกษา ครอบครัวมาพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 ความเป็นมาของการให้การปรึกษาครอบครัว (Goldenberg; & Goldenberg, 1996)

จิตบำบัดครอบครัวเริ่มต้นขึ้นเป็นครั้งแรกและแพร่หลายในสหรัฐอเมริกา ในสมัย สงคราม โลกครั้งที่ 2 นักจิตบำบัดในยุคนั้นต่างพยายามค้นหาวิธีการบำบัดที่มีประสิทธิภาพมากกว่า การบำบัดเฉพาะบุคคล (individual psychotherapy) ที่ได้ผลช้าและใช้เวลานาน โดยเริ่มมาจาก ความพยายามในการศึกษา และให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยโรคจิตเภทและครอบครัวของเด็กที่มีปัญหา ทางอารมณ์ และได้มีการพัฒนามาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

แนวคิดในการให้การปรึกษาครอบครัวนั้น อาจกล่าวได้ว่าเริ่มมาจากแนวคิดของ อัลเฟรด แอดเลอร์ นักจิตวิทยาในยุคนี ค.ศ.1900 ที่เน้นความสำคัญของความสัมพันธ์ในครอบครัว แนวคิดของแอดเลอร์จึงมีอิทธิพลต่อทฤษฎีการให้การปรึกษาครอบครัวทฤษฎีต่างๆ และถือได้ว่า แอดเลอร์เป็นบิดาของการบำบัดครอบครัวและการสมรส

ประมาณปี ค.ศ.1919 เริ่มมีการตีพิมพ์บทความด้านการให้การปรึกษาครอบครัวใน วารสารต่างๆ แฮร์รี สแตค ซัลลิแวน (Harry Stack Sullivan) ซึ่งเป็นนักจิตวิเคราะห์ยุคใหม่ ที่มี ผลงานอยู่ในช่วง ค.ศ.1930 เป็นผู้สนใจบทบาทและธรรมชาติความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ในปี ค.ศ.1930-1940 เริ่มมีการนำสมาชิกครอบครัวเข้ามาร่วมในการบำบัดด้วย เช่น นำสามีเข้ามาร่วม ในการบำบัดภรรยาที่ป่วยเป็นโรคประสาท เป็นต้น การมองพฤติกรรมของคนเริ่มเปลี่ยนมุมมองจาก ตัวผู้ป่วย หรือกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ (Intrapsychic process) มาเป็นการมองบริบทที่ ผู้ป่วยดำเนินชีวิตอยู่

ช่วงปี ค.ศ.1940-1950 มีการเคลื่อนไหวที่สำคัญๆ เป็นต้นว่า กลุ่มจิตวิเคราะห์ ขยายการให้ความช่วยเหลือผู้มีปัญหาทางอารมณ์ทุกประเภท รวมทั้งการให้ความช่วยเหลือ ครอบครัวการนำทฤษฎีระบบทั่วไปเข้ามาใช้ในวงการครอบครัวบำบัด การวิจัยบทบาทของ

ครอบครัวที่มีต่อการเป็นโรคจิตเภท การกำเนิดวิชาชีพการแนะแนวเด็กและการให้คำปรึกษาคู่สมรสและความสนใจด้านการใช้เทคนิคในการให้ความช่วยเหลือครอบครัว

นักครอบครัวบำบัดที่มีชื่อเสียงและได้รับการยอมรับอย่างมากในช่วงทศวรรษนี้ ได้แก่ นาธาน แอคเคอแมน (Nathan Ackerman) และคาร์ล ไวท์เทคเกอร์ (Carl Whitaker)

แอคเคอแมน เป็นนักจิตวิเคราะห์และจิตแพทย์เด็กที่ได้รับอิทธิพลจากจิตวิทยาสังคม ความสนใจในการเคลื่อนไหวด้านครอบครัวบำบัดมาจากการประสบการณ์ในการทำงานของเขา เขามักจะได้รับการกล่าวถึงในฐานะปู่ของครอบครัวบำบัด (grandfather of family therapy)

ไวท์เทคเกอร์ได้คิดเทคนิคใหม่ๆ มาใช้ในการบำบัด เช่น โคเธอราปี (Cootherapy) และการบำบัดโดยรวมเอาสมาชิกในครอบครัวหลายรุ่น เทคนิคและวิธีการของเขาได้รับอิทธิพลทางความคิดจากกลุ่มเน้นประสบการณ์ (Experiential viewpoint) นั่นคือ การที่นักบำบัดใช้ตัวเองเพื่อให้เกิดผลกระทบในการช่วยครอบครัวให้เรียนรู้ที่จะเอื้ออาทรกันมากขึ้น เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดกันให้มากขึ้นระหว่างสมาชิกครอบครัว ไวท์เทคเกอร์ถือเป็นผู้นำที่สำคัญคนหนึ่งช่วงปลายทศวรรษ ปี ค.ศ.1950 ได้รับการยกย่องในเรื่องการรวมเอาสมาชิกครอบครัวขยายมาร่วมในกระบวนการให้การบำบัดครอบครัว

ในปี ค.ศ.1962 แอคเคอแมน (Ackerman) ซึ่งอยู่ที่นิวยอร์ก และแจ๊คสัน (Jackson) ซึ่งอยู่ที่พาโล อัลโต รัฐแคลิฟอร์เนีย ร่วมกันออกวารสารวิชาชีพเป็นครั้งแรกในสาขาคครอบครัวบำบัด ชื่อว่า แฟมิลี โพรเซส (Family process) และได้รับการยอมรับและมีชื่อเสียงมากในวงการวิชาชีพตั้งแต่เริ่มจนถึงปัจจุบันนี้ โดยมี เจ เฮลีย์ (Jay Haley) เป็นบรรณาธิการคนแรก การเริ่มต้นวารสารวิชาชีพฉบับนี้มีความสำคัญมากเพราะเป็นการเปิดโอกาสให้นักครอบครัวบำบัดที่อยู่ในที่ต่างๆ ได้เกี่ยวข้องกันทางวิชาชีพมากขึ้น รู้ว่าใครกำลังทำวิจัยหรือลงมือปฏิบัติอะไรอยู่ ครอบครัวบำบัดระยะนี้ได้รับการยอมรับและถือเป็นส่วนหนึ่งในการประชุมประจำปีระดับชาติของวงการนักจิตวิทยาและจิตแพทย์

ระยะนี้ถือได้ว่าเป็นระยะของการเผยแพร่วิธีการ และกระบวนการบำบัดครอบครัวอย่างกว้างขวาง ในระยะนี้นักบำบัดจำนวนมากยังใช้วิธีการ ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลที่เขาทั้งหลายมีความคุ้นเคยโดยเฉพาะอย่างยิ่งการบำบัดแบบจิตวิเคราะห์เพื่อทำความเข้าใจและช่วยเหลือครอบครัวที่มีปัญหาอยู่ ตลอดช่วงทศวรรษของ ค.ศ.1960 เบทสัน (Bateson) และโบเวน (Bowen) ร่วมกันพัฒนากฎระเบียบ (systems theories) ถึงแม้กลุ่มของเบทสัน (Bateson group) จะกระจัดกระจายกันไปเมื่อ ค.ศ.1962 เมื่อเบทสัน (Bateson) ไปอยู่ที่โอเชียนิก อินสติติว (Oceanic Institute) ในรัฐฮาวาย เฮลีย์ (Haley) และแจ๊คสัน (Jackson) ยังคงพัฒนากฎระเบียบการสื่อสารและเทคนิค เพื่อทำความเข้าใจและให้ความช่วยเหลือครอบครัว เฮลีย์ (Haley) แยกตัวจากเบทสัน (Bateson) เพื่อพัฒนากฎระเบียบของตนเองด้วยความเชื่อที่ว่า การสื่อสารเป็นเครื่องมือในการควบคุมธรรมชาติของสัมพันธภาพ และแจ๊คสัน (Jackson) พัฒนาความคิดของเขาเกี่ยวกับกระบวนการคิดในการสื่อสาร (cognition in communication)

ขณะเดียวกันในปี ค.ศ.1960 แอคเคอแมน (Ackerman) ได้ก่อตั้งสถาบันครอบครัว (Family Institute) ที่เมืองนิวยอร์กซิตี้ เพื่อพัฒนางานของเขาและฝึกอบรมนักครอบครัวบำบัด สถาบันครอบครัวของแอคเคอแมน (Ackerman) ประสบความสำเร็จอย่างรวดเร็ว และถือเป็นสถาบันแนวหน้าในการผลิตนักครอบครัวบำบัดในสหรัฐอเมริกาในระยะสั้น

เมื่อโครงการวิจัยของเบทสัน (Bateson) สิ้นสุดลงเมื่อปี ค.ศ.1962 แจคสัน (Jackson) และเฮเลย์ (Haley) ได้ร่วมมือกันเปิดสถาบันวิจัยทางจิต (Mental Research Institute : MRI) ที่รัฐแคลิฟอร์เนีย และต่อมาเวอร์จิเนีย ซะเทีย (Virginia Satir) นักสังคมสงเคราะห์จิตเวช ผู้ซึ่งทำงานและสอนอยู่ที่สถาบันจิตเวชแห่งเมืองชิคาโก (Chicago Psychiatric Institute) ได้เข้าร่วมงานที่สถาบันวิจัยทางจิต (Mental Research Institute) ภายหลังซะเทีย (Satir) ได้เป็นกำลังสำคัญของวิชาชีพครอบครัวบำบัดในฐานะเป็นนักปฏิบัติที่มีความเชี่ยวชาญมากประมาณกลางปี ค.ศ.1960 ซะเทีย (Satir) ได้ย้ายจากสถาบันวิจัยทางจิต (Mental Research Institute) ไปอยู่ที่สถาบันเอสซาเลน (Esalen Institute) ในรัฐแคลิฟอร์เนียและในปีเดียวกันเฮเลย์ (Haley) ได้จากสถาบันวิจัยทางจิต (Mental Research Institute) ไปอยู่ที่ฟิลาเดลเฟีย (Philadelphia) ซึ่งเป็นที่ๆ เขายังคงพัฒนาความคิดเกี่ยวกับระบบครอบครัวและเมื่อปี ค.ศ.1968 จากการตายของ แจคสัน (Jackson) ทำให้ทางคณะวิจัยของเบทสัน (Bateson) ต้องกระจัดกระจายกันไป อย่างไรก็ตามแนวคิดต่างๆ ของคณะนี้ถือได้ว่าเป็นจุดสำคัญของการเคลื่อนไหวด้านครอบครัวบำบัด และมีอิทธิพลต่อความคิดเรื่องระบบครอบครัวจนถึงทุกวันนี้

ในปี ค.ศ.1965 ชัลวาดอร์ มินูชิน ก่อตั้งคลินิกชื่อว่า Philadelphia Child Guidance Clinic และได้เชิญ เจ เฮเลย์ (Jay Hayley) มาร่วมงานกับเขา เขาได้เพิ่มเติมและตั้งทฤษฎีของเขาเรียกว่า ทฤษฎีระบบที่เน้นโครงสร้าง (Structural System Theory) โดยใช้พื้นฐานจากผลงานการค้นคว้าวิจัยของกลุ่มเบทสัน (Bateson) และโบเวน (Bowen) และเขาได้ใช้ทฤษฎีและหลักการต่างๆ ดังกล่าวในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวคลินิกที่ Philadelphia Child Guidance Clinic และที่นี่เองที่มินูชิน (Minuchin) เฮเลย์ (Haley) คาร์เตอร์ อัมบาเกอร์ (Carter Umbarger)

เจอโรม ฟอร์ด (Jerome Ford) แมรีแอน วอลเตอร์ (Marrienne Walters) และเรเวนเนอร์ (Rae Weiner) ได้ใช้หลักการของครอบครัวบำบัดกับครอบครัวระดับที่ใช้แรงงาน เพื่อพัฒนาวิธีการให้ความช่วยเหลือระบบครอบครัวที่ต่างวัฒนธรรม (cross cultural family systems interventions)

ในช่วงท้ายๆ ของทศวรรษของปี 1960 จะพบว่า มีสถาบันต่างๆ ที่ทำงานเกี่ยวกับครอบครัวเพิ่มขึ้นหลายแห่งนอกเหนือสถาบันที่ก่อตั้งโดย แอคเคอแมน (Ackerman) มินูชิน (Minuchin) และ เฮเลย์ (Haley) สถาบันเหล่านั้น ได้แก่ แผนกครอบครัวศึกษา (Family Studies Section) ที่ Bronx State Hospital ในนิวยอร์ก (เป็นส่วนหนึ่งของ Albert Einstein College of Medicine) และสถาบันครอบครัวแห่งชิคาโก (Chicago Family Institute)

นอกจากนั้นในแง่ของการปฏิบัติต่อครอบครัวในระยะทศวรรษที่ 1960 มีสิ่งที่น่าสนใจคือ ความขัดแย้งทางความคิดเกี่ยวกับครอบครัวของผู้นำในวงการครอบครัวบำบัด กล่าวคือ กลุ่ม

ที่มีแนวคิดลักษณะจิตวิเคราะห์(psychoanalytic approach) ที่มองว่า ความขัดแย้งภายในจิตใจ (Intrapsychic conflict) ของผู้ป่วยส่งผลต่อความสัมพันธ์ของครอบครัว ในขณะที่กลุ่มที่มีแนวคิดตามทฤษฎีระบบมองว่า การที่ผู้ป่วยมีปัญหาความขัดแย้งภายในจิตใจนั้น เกิดขึ้นมาเพื่อสร้างความสมดุล(Homeostatic) กับครอบครัวกลุ่มจิตวิเคราะห์มองในลักษณะที่แยกคนป่วยออกมาเพื่อให้ความช่วยเหลือเพราะทำให้เสียสัมพันธภาพในครอบครัว แต่กลุ่มที่เชื่อตามทฤษฎีระบบมองในลักษณะที่ผู้ป่วยพยายามที่จะให้ครอบครัวอยู่ได้ด้วยอาการป่วยของตนเอง สถาบันครอบครัวต่างๆ ที่ตั้งขึ้นก็เป็นตัวแทนของแนวคิดใดแนวคิดหนึ่งซึ่งก็ยังคงพบอยู่ในปัจจุบันนี้

ช่วงปี ค.ศ.1960 เป็นช่วงที่มีการนำเอาแนวคิดของทฤษฎีระบบมาใช้ในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวที่ได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง

ในช่วงทศวรรษของปี 1970 ได้มีการสำรวจพบว่ามีนักทฤษฎีครอบครัวบำบัดที่มีอิทธิพลที่สุดในขณะนั้นจัดลำดับได้ดังนี้ (1) เวอร์จิเนีย ซะเทีย (Virginia Satir) (2) นาธาน แอคเคอแมน (Nathan Ackerman) (3) ดอน แจ็คสัน (Don Jackson) (4) เจ เฮลีย์ (Jay Haley) และ (5) เมอเรีย โบเวน (Murray Bowen)

นอกจากนักทฤษฎีครอบครัวบำบัดซึ่งเป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลมากที่สุดดังกล่าว และก็ยังมียุทธศาสตร์บำบัดที่มีชื่อเสียงอีกหลายคน ที่มีแนวคิดและเทคนิคและเทคนิคการให้ความช่วยเหลือครอบครัวตามรูปแบบของตนเองที่ควรได้รับการกล่าวถึง ได้แก่ คาร์ล ไวท์เทเกอร์ (Carl Whitaker) เจมส์ ฟราโม (James Framo) ฟิล เกอริน (Phil Guerin) โดนัล บลอค (Donal Bloch) เดวิท แคนเตอร์ (David Kantor) โทมัส โฟการ์ตี (Thomas Fogarty) จอห์น เบล (John Bell) เพ็คกี้ แพ็ป (Peggy Papp) อิวาน บอซอเมนิ-นาจี (Ivan Boszormenyi-Nagy) และนอร์แมน พอล (Norman Paul)

ในช่วงทศวรรษ 1970 เทคนิคต่างๆ ที่ใช้ในการบำบัดครอบครัวได้ก้าวหน้าเร็วไปกว่าทฤษฎี นักครอบครัวบำบัดต่างก็พัฒนาเทคนิคและสาธิตวิธีต่างๆ ในการให้ความช่วยเหลือครอบครัว เป็นต้นว่า การใช้วิดีโอสาธิตให้กับนักศึกษาและนักวิชาชีพที่มีความสนใจอย่างกว้างขวาง วิธีการที่ใช้ในระยะนั้น ได้แก่ การพบกับครอบครัวหลายๆ ครอบครัวพร้อมกัน (multiple family therapy) การไปเยี่ยมครอบครัวเพื่อทำการบำบัดที่บ้านเป็นประจำ (therapy session at home) การนำครอบครัวหลายๆ ครอบครัวมารับการบำบัดอย่างเข้มข้นในการแก้ปัญหาวิกฤตของครอบครัว โดยใช้เวลา 2 วันเต็ม ในการอยู่กับทีมของนักครอบครัวบำบัด (multiple impact therapy) การไปให้ความช่วยเหลือครอบครัวที่บ้านโดยรวมเอาสมาชิกของครอบครัวทั้งหมด (extended family members) รวมทั้งเพื่อนบ้าน นายจ้างและผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งหมด (network therapy) การใช้หลักการของการปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) ในการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของปฏิสัมพันธ์ การบำบัดอย่างย่อฉบับกระเป๋ (Brief therapy) มุ่งแก้ปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่งโดยเฉพาะ และการให้บริการโดยเปิดแผนกคนไข้นอก เพื่อช่วยแก้วิกฤตของครอบครัวแทนการรับคนไข้เข้ามารักษาในโรงพยาบาล เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการใช้วิดีโอเทปในขณะให้การบำบัดครอบครัว และฉายกลับให้สมาชิกครอบครัวได้ดูและการใช้เทคนิคการประติมากรรม

ครอบครัว(family sculpturing) และเทคนิคการใช้ท่าทางเป็นสื่อ (choreography) โดยใช้ท่าทางต่างๆ แทนคำพูดเพื่อสื่อให้รู้ว่าสมาชิกแต่ละคนมองเห็นตนเองและคนอื่นในครอบครัวอย่างไร

สำหรับด้านการวิจัยเกี่ยวกับครอบครัวบำบัดในระยะปี ค.ศ.1970 นั้น ให้ความสำคัญน้อยมากในเรื่องขององค์ประกอบด้านวัฒนธรรมของครอบครัว ยังไม่ทราบวาทะบทในครอบครัว ค่านิยม เชื้อชาติ และองค์ประกอบทางสังคมอื่นๆ ของครอบครัวที่มีวัฒนธรรมต่างกัน มีผลต่อการบำบัดรักษาอย่างไร

ช่วงปี ค.ศ.1970 เป็นช่วงของการพัฒนาเทคนิคและสาธิตวิธีการให้ความช่วยเหลือครอบครัวแบบต่างๆ อย่างมากมาย

ช่วงทศวรรษของปี 1980 วิชาชีพครอบครัวบำบัดได้พัฒนามานับเป็นเวลามากกว่าสามสิบปี ได้รับการยอมรับและนิยมอย่างกว้างขวาง ในช่วง 1980 นี้ ในสหรัฐอเมริกา มีสมาคมวิชาชีพที่สำคัญ 2 สมาคม คือ The American Association for Marriage and Family Therapy (AAMFT) และ The American Family Therapy Association (AFTA) สมาคมแรกเริ่มก่อตั้งตั้งแต่ปี ค.ศ. 1942 ซึ่งเดิมทีเดิยชื่อ The American Association of Marriage Counselors สมาคมนี้ได้รับความนิยมอย่างมากในทศวรรษของปี 1970 จากสมาชิก 1,000 คน ในปี ค.ศ. 1970 เป็น 7,500 คน ในปี ค.ศ. 1979 สมาชิกของสมาคมมาจากหลายสาขาวิชาชีพนับตั้งแต่ นักจิตวิทยา แพทย์นักการศึกษา นักสังคมสงเคราะห์ หนายความ ส่วนสมาคม AFTA ก่อตั้งขึ้นในปี ค.ศ. 1977 เป็นสมาคมที่เล็กกว่าสมาคมแรก รับแต่สมาชิกอาวุโสที่ทำงานในด้านครอบครัวบำบัดโดยตรง

สิ่งที่ช่วยให้มองเห็นถึงความก้าวหน้าอย่างรวดเร็วของวิชาชีพสามารถดูได้จากปริมาณของวารสารวิชาชีพที่ออกเผยแพร่ใน 30 กว่าปีที่ผ่านมา ดังจะเห็นได้จากตัวอย่างรายชื่อวารสารวิชาชีพต่อไปนี้

1. Family Process
2. Journal of Marital and Family Therapy
3. Family Therapy
4. Family Coordination
5. American Journal of Family Therapy
6. Journal of Family Therapy
7. International Journal of Family Therapy
8. Journal of Sex and Marital Therapy
9. Journal of Marriage and the Family
10. Journal of Divorce
11. Alternate Life Styles
12. Australian Journal of Family Therapy

และอื่นๆ ที่พิมพ์ในภาษาอื่นๆ ที่ไม่ใช่ภาษาอังกฤษ

ครอบครัวบำบัดได้รับความสนใจในระดับนานาชาติในช่วงนี้ นักครอบครัวบำบัดของสหรัฐอเมริกาได้ไปบรรยายและสาธิตเทคนิคและวิธีการต่างๆ ทั่วโลก และนักวิชาชีพในสาขานี้ได้แลกเปลี่ยนกับต่างประเทศ ในมหาวิทยาลัยและสถาบันที่ทำงานด้านครอบครัวต่างๆ ได้รวมเอาการฝึกอบรมด้านครอบครัวบำบัดเอาไว้ในโปรแกรมด้วย บางแห่งในเมืองใหญ่ขณะที่ให้การฝึกอบรมก็ให้บริการแก่ครอบครัวไปด้วย สมาคม AAMFT และ AFTA ก็ให้ความสนใจที่จะกำหนดมาตรฐานการฝึกอบรมนักครอบครัวบำบัดในอนาคต และแต่ละสมาคมจัดตั้งคณะกรรมการขึ้นเพื่อพิจารณามาตรฐานทางวิชาชีพของโปรแกรมต่างๆ

เมื่อวิชาชีพนี้ได้พัฒนามาถึง 3 ทศวรรษแล้ว จำเป็นที่จะต้องพิจารณาว่า ทิศทางของครอบครัวบำบัดไปทางไหน อะไรเป็นปัญหาที่นักครอบครัวบำบัดจะต้องให้ความสนใจ โกลเด้นเบอร์กและโกลเด้นเบอร์ก (Goldenberg & Goldenberg. 1996) ได้สรุปสิ่งที่นักครอบครัวบำบัดในยุค 1980 จะต้องให้ความสนใจไว้ 4 ประการ คือ

1. สาขาวิชาชีพครอบครัวบำบัดต้องการแนวคิดและทฤษฎีที่กว้างขึ้น ตัวอย่างเช่นอะไรที่จะช่วยแยกแยะครอบครัวที่มีหน้าที่ของครอบครัวที่มีประสิทธิภาพ กับครอบครัวที่มีหน้าที่ของครอบครัวบกพร่อง องค์ประกอบภายนอกอะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัว ไอ.พี. (Identified patient) ได้รับการเลือกมาอย่างไร เราสามารถป้องกันครอบครัวเพื่อไม่ให้มันเป็นครอบครัวที่มีความบกพร่องในหน้าที่ได้หรือไม่

2. ควรให้ความสนใจในเรื่องวัฒนธรรมของครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อหน้าที่ของครอบครัว

3. ควรนำครอบครัวบำบัดไปใช้โรงพยาบาลทั่วไป สถานพักฟื้นหรือฟื้นฟูสถานบริการสุขภาพจิต

4. ควรศึกษาว่าทฤษฎีและเทคนิคของครอบครัวบำบัดไหน จะให้ผลอย่างไรกับครอบครัวแบบใด

สิ่งที่ท้าทายวิชาชีพครอบครัวบำบัดในช่วงปี ค.ศ.1980 มีหลายอย่างเป็นต้นว่า วิธีการฝึกอบรมใหม่ กลุ่มประชากรที่จะให้บริการ การใช้เทคนิคใหม่ๆ และการบันทึกผล อย่างไรก็ตามก็ถือว่าในช่วงปี ค.ศ.1980 ครอบครัวบำบัดได้กลายเป็นที่ยอมรับในวงวิชาการและวิชาชีพอย่างกว้างขวาง ซึ่งสมาชิกของสมาคมด้านครอบครัวบำบัดได้เพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็วช่วงทศวรรษของปี 1990

ถึงแม้ว่าช่วงทศวรรษของปี 1990 ยังไม่สิ้นสุดลงก็พอที่จะมองเห็นแนวโน้มของการพัฒนาและทิศทางของวิชาชีพการให้คำปรึกษาครอบครัวได้ การพัฒนาทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวและงานวิจัยในสาขานี้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ในระยะต้นต้นของทศวรรษนี้ได้มีทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวใหม่ๆ เกิดขึ้น ได้แก่ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่มโซลูชัน โฟกัส (Solution-focus family therapy) และกลุ่มนาระทีฟ (Narrative family therapy) ทั้งสองทฤษฎีมีลักษณะที่กระชับสั้นและมีประสิทธิภาพซึ่งเป็นที่นิยมอยู่ในขณะนี้

นอกจากการพัฒนาด้านทฤษฎีแล้ว ในช่วงปี ค.ศ.1990 นี้ จำนวนสมาชิกที่สังกัดในสมาคมวิชาชีพทางด้านการให้คำปรึกษาครอบครัวและคู่สมรสที่สำคัญๆ มีปริมาณเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ตัวอย่างเช่น ขณะนี้สมาคม The American Association for Marriage and Family Therapy (AAMFT) มีสมาชิกมากกว่าสองหมื่นคน สมาคมอื่นๆ ก็เช่นกัน รายงานว่ามีสมาชิกเพิ่มขึ้นจำนวนมากในช่วงปี ค.ศ. 1990 (Gladding. 1995)

ช่วงปี ค.ศ.1990 เป็นช่วงที่วิชาชีพครอบครัวบำบัดขยายความนิยมและได้รับการยอมรับมากขึ้น โดยดูได้จากจำนวนของสมาชิกของวิชาชีพด้านครอบครัวบำบัดเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ตลอดจนมีทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวใหม่ๆ เกิดขึ้นด้วย

ในช่วงปี ค.ศ.1990 ทฤษฎีครอบครัวบำบัดแบบบูรณาการ (Integrated Model) มีบทบาทมากในช่วงนี้ และอาจกล่าวได้ว่าเป็นยุคที่มีการพัฒนาวิธีการในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวอย่างกว้างขวาง และวิธีการครอบครัวบำบัดและการให้การปรึกษาครอบครัวกำลังได้รับความนิยมนอย่างมาก มีสถาบันอบรมและสถาบันวิจัยในด้านนี้แพร่หลายทั้งในสหรัฐอเมริกา ในประเทศต่างๆ ในยุโรป และเอเชีย ซึ่งรวมถึงประเทศไทยด้วย

นอกจากนั้นในประเทศอังกฤษครอบครัวบำบัดได้เริ่มจากงานจิตเวชเด็ก ในการให้คำปรึกษาแก่พ่อแม่ของเด็กในช่วงปลายทศวรรษ 1920 และจากงานให้คำปรึกษาแนะนำแก่คู่สมรส ซึ่งเริ่มในปี ค.ศ. 1938 แต่รูปแบบงานครอบครัวบำบัดที่ชัดเจนได้เริ่มขึ้นในปี ค.ศ. 1957 โดย J.G.Howells ได้ก่อตั้งภาควิชาจิตเวชศาสตร์ครอบครัว ซึ่งภายหลังได้เปลี่ยนเป็นสถาบันจิตเวชศาสตร์ครอบครัว นอกจากนี้ยังมีผู้บุกเบิกคนอื่นๆ อีกได้แก่ J.D.Heldane และ Henry Dicks เป็นต้น

ในประเทศไทยครอบครัวบำบัดเกิดขึ้นประมาณ 20 ปีมาแล้ว ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของงานจิตเวชเด็ก มีการให้บริการทั้งในโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข เช่น โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าสิริบุญมา เป็นต้น และในคณะแพทยศาสตร์ต่างๆ เช่น คณะแพทยศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ที่หน่วยจิตเวชเด็กของภาควิชากุมารเวชศาสตร์ และที่หน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่นของภาควิชาจิตเวชศาสตร์ เป็นต้น

ปัจจุบันมีการให้บริการในรูปแบบของงานในคลินิกครอบครัวบำบัด ที่ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ ในคณะแพทยศาสตร์จุฬาฯ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และคณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น นอกจากนี้ยังมีการให้บริการในรูปแบบการให้การปรึกษาครอบครัว ในโรงพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขและสถานพยาบาลต่างๆ อีกด้วย

ครอบครัวบำบัดมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน ในปัจจุบันมีรูปแบบของครอบครัวบำบัดชนิดต่างๆ มากกว่า 10 ชนิด แต่รูปแบบของครอบครัวบำบัดที่ใช้บ่อยในประเทศไทยมีประมาณ 4-5 ชนิด

2.3 กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัว

การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการของความสัมพันธ์ที่พัฒนาอย่างต่อเนื่องจากขั้นหนึ่งไปสู่อีกขั้นหนึ่ง เช่นเดียวกันกับการพัฒนาการของมนุษย์ การพัฒนาในขั้นต่าง ๆ หรือการเข้าสู่ขั้นต่อไป มีลักษณะยืดหยุ่น และเหลื่อมล้ำกัน อย่างไรก็ตาม กระบวนการในแต่ละขั้นมีความสำคัญและจะต้องผ่านไปยังอย่างราบรื่น จึงทำให้การให้คำปรึกษาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ควานเอ็จ (เมรินินท์ ภิญญชน. 2539: 21; อ้างอิงจาก Cavanage.1990) กล่าวว่า กระบวนการให้คำปรึกษาอาจไม่เท่ากันมีทั้งระยะสั้น(short-term) ซึ่งใช้เวลาประมาณ 5-10 ครั้งของการให้คำปรึกษาและระยะยาว (long-term) ซึ่งใช้เวลานานถึง 50-100 ครั้งของการให้คำปรึกษา

วีรุณี เอกกมลกุล (2537: 18-19) กล่าวว่า กระบวนการให้คำปรึกษาครอบครัวมีความถี่และระยะเวลาของการรักษา ตามการประเมินสภาพครอบครัวและปัญหาของครอบครัวได้จำแนกปัญหาของครอบครัวเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. ครอบครัวบำบัดในช่วงวิกฤตการณ์ชีวิต โดยใช้เวลาในการรักษาช่วงสั้น มักใช้เวลาน้อยกว่า 1 เดือน มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวและช่วยให้ครอบครัวมีความสมดุลดีขึ้นกว่าสภาวะก่อนวิกฤตการณ์ชีวิต วิกฤตการณ์ชีวิต ได้แก่ การตายของญาติมิตรอันเป็นที่รัก การบาดเจ็บ การสูญเสียงาน การคลอดบุตร เป็นต้น

2. ครอบครัวบำบัดระยะสั้น (Brief Family Therapy) เป็นประเภทของครอบครัวที่ใช้มากที่สุดในงานวิจัยโดยมีจำนวนครั้งตั้งแต่ 1-20 ครั้ง กรณีนัดรักษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง มักใช้เวลาน้อยกว่า 6 เดือน เพื่อช่วยเหลือปัญหาในครอบครัวดังนี้

2.1. กรณีวิกฤตการณ์แต่ไม่เร่งด่วน

2.2. อาการหรือความขัดแย้งในเด็ก วัยรุ่น คู่สมรส โดยมีแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงและตอบสนองต่อการรักษาอย่างดีในขณะที่ประเมินครอบครัว ปัญหาได้แก่ ปัญหาการปรับตัว โรคซึมเศร้า ปัญหาพฤติกรรม เป็นต้น

2.3. เป็นการรักษาร่วมกับการรักษาอื่นๆ เพื่อช่วยให้มีผลการรักษาดีขึ้น

2.4. คู่สมรสต้องการความช่วยเหลือในการตัดสินใจหย่าหรือไม่หย่า

2.5. สภาวะครอบครัวยุ่งเหยิงมาก จำเป็นต้องศึกษาข้อมูลละเอียด

3. ครอบครัวบำบัดระยะยาว เป็นการรักษาที่ไม่จำกัดเวลา ใช้เวลารักษานานเนื่องจากการรักษาอย่างสั้น ๆ ยังไม่เพียงพอในการแก้ปัญหา หรือมีเป้าหมายในการรักษาที่มากขึ้นเพื่อช่วยเหลือครอบครัวที่มีปัญหาดังนี้

3.1. กรณีรักษาโดยตรงหลังจากประเมินครอบครัว

3.1.1. ครอบครัวมีปัญหาที่ซับซ้อน ต้องการเวลาในการรักษายาวนาน

3.1.2. ครอบครัวมีแรงจูงใจอย่างสูงในการรักษา แต่ปัญหาไม่สามารถแก้ไขในระยะเวลานั้น

3.1.3. ครอบครัวไม่ได้มีแรงจูงใจในการรักษา จำเป็นต้องสร้างความสัมพันธ์ ที่ดี เพื่อการรักษาในระยะยาว

3.1.4. ปัญหาเรื้อรัง จำเป็นต้องใช้เวลานานในการรักษา

3.2. กรณีรักษาผู้ป่วยที่ได้ผ่านการรักษาแบบระยะสั้นหรือช่วงภาวะวิกฤติ แล้วพบว่ายังไม่เพียงพอ ครอบครัวได้รับการกระตุ้นให้มีแรงจูงใจที่จะรักษาต่อและมีแนวโน้มที่ดีในการรักษา และครอบครัวตอบสนองต่อการรักษา และยังมีปัญหาที่ต้องการรักษาต่อ

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543: 339) กล่าวถึง ความถี่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวส่วนใหญ่เป็นสัปดาห์ละครั้ง ถ้ามีเหตุการณ์วิกฤติที่อาจบ่อยขึ้น ระยะเวลาจะนานเท่าใดขึ้นกับเป้าหมาย เช่น ถ้าเพียงแต่ต้องการแก้ไขปัญหาด้านการสื่อสารการทำการก็จะใช้เวลาเพียงไม่กี่ครั้ง เช่น 8-10 ครั้ง แต่ถ้ามุ่งให้สมาชิกมีการเจริญเติบโตทางด้านบุคลิกภาพและอารมณ์ก็อาจใช้เวลา เช่น 1-2 ปี

กระบวนการในการให้คำปรึกษาครอบครัวสามารถทำได้หลายลักษณะ แต่กระบวนการและขั้นตอนที่สำคัญและการดำเนินการที่เหมาะสม จะช่วยให้การให้ความช่วยเหลือครอบครัวประสบความสำเร็จ หากขาดการวางแผนที่ถูกต้องอาจทำให้เกิดการล้มเหลวได้ ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการในการให้คำปรึกษาครอบครัว ดังนี้คือ

Gladding (เมธินินท์ ภิญญชน. 2539 : 51; อ้างอิงจาก Gladding. 1995) กล่าวถึงกระบวนการในการให้คำปรึกษาครอบครัวประกอบด้วย 3 ขั้นตอนที่สำคัญได้แก่

1. ระยะแรก (Initial Phase) ในระยะแรกนี้ ภารกิจที่สำคัญที่ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวต้องกระทำคือ การสร้างสายสัมพันธ์ และกำหนดโครงสร้างของการให้คำปรึกษา ตั้งสมมติฐานว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในครอบครัวนั้น สำรวจการรับรู้ที่มีต่อปัญหาจากสมาชิกในครอบครัว สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของครอบครัว เช่น สมาชิกครอบครัวแต่ละคนติดต่อสื่อสารกันอย่างไร ใครพูดกับใครพูดอย่างไร ประเมินสิ่งที่ต้องดำเนินการ เช่น จะมีการส่งต่อหรือไม่ ต้องมีการทดสอบทางจิตวิทยาอะไรหรือไม่ ก่อนเสร็จสิ้นการพบกันครั้งแรกจะต้องมีการตกลงนัดหมายสำหรับการพบกันครั้งต่อไป หากมีสิ่งที่ยกมอหมายให้ครอบครัวไปดำเนินการหรือลองปฏิบัติยอมทำได้ ผู้ให้คำปรึกษาควรเขียนความประทับใจที่มีต่อครอบครัวทันทีที่การพบกันสิ้นสุดลง

2. ระยะกลาง (Middle Phase) ในระยะกลางของการให้ความช่วยเหลือ เป็นระยะที่ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวใช้เทคนิคต่างๆ กับครอบครัวกระตุ้นให้ครอบครัวทำงานหนัก เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการเปลี่ยนแปลงที่ตั้งเอาไว้ และส่วนใหญ่แล้วการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหา มักเกิดขึ้นในระยะนี้ ผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวควรชี้ให้ครอบครัวเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ถึงแม้จะเล็กน้อยก็ตาม ส่งเสริมให้สมาชิกครอบครัวกล้าที่จะลองกระทำการใหม่ ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีบทบาทที่กระตุ้นหรือล้น ให้การแนะนำส่งเสริมครอบครัว มีแหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนที่เหมาะสม

3. ระยะสุดท้าย (Termination Phases) ก่อนจะถึงระยะสุดท้าย ผู้ให้คำปรึกษาต้องวางแผนร่วมกับครอบครัวถึงการยุติการให้คำปรึกษา การเตรียมการที่จะยุติการให้คำปรึกษาทำได้โดยลดความถี่ของการพบกันลง และการยุติควรจะต้องประกอบด้วยกระบวนการ 4

ขั้นตอน คือ การกล่าวถึงการยุติการให้คำปรึกษา การสรุปผลของการให้คำปรึกษา อภิปรายถึงเป้าหมายระยะยาว ทำนายและหาทางป้องกันแก้ไขที่จะไม่ให้อาการกลับคืนมาอีกในอนาคต และติดตามผลการให้คำปรึกษาอยู่เป็นระยะๆ ถึงแม้การให้คำปรึกษาจะยุติไปแล้ว

สมรักษ์ ชูวานิชวงศ์ (ม.ป.ป.: 2-5) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาครอบครัว สามารถแก้ปัญหาครอบครัวที่มีสาเหตุจากการสื่อสารที่เป็นปัญหา เป็นการช่วยให้สมาชิกในครอบครัวสามารถใช้การสื่อสารเพื่อแก้ไขความขัดแย้งระหว่างกัน ร่วมกันแก้ไขปัญหของครอบครัว และเสริมสร้างความรักความเข้าใจต่อกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ การให้คำปรึกษาครอบครัว มีขั้นตอน 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. การสร้างสัมพันธภาพและตกลงบริการ ในการมาขอรับบริการเพื่อแก้ไขปัญหของครอบครัว ในกรณีที่ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมาติดต่อก่อน ซึ่งอาจได้รับการปรึกษารายบุคคลก่อนแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะคุ้นเคยกับฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดที่ติดต่อก่อน ดังนั้นในขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพควรทำให้เกิดความรู้สึกเป็นกลางกับทุกฝ่าย โดยใช้เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพในการบริการให้คำปรึกษารายบุคคลมาใช้ร่วมกับเทคนิคในการให้คำปรึกษาครอบครัว

2. ขั้นตอนการสำรวจทำความเข้าใจปัญหา หลังจากที่ผู้ให้คำปรึกษาละลายการต่อต้านของฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดแล้ว และได้มีการตกลงบริการให้รับรู้กัน ก็เป็นขั้นการสำรวจปัญหา ซึ่งเป็นผลความรู้สึกนึกคิดของแต่ละฝ่าย สำรวจปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัว และดูว่าปฏิสัมพันธ์นั้นมีผลต่อแต่ละคนอย่างไร ให้ทุกคนมีโอกาสได้รับรู้ซึ่งกันและกัน แล้วค้นหาสิ่งที่เป็นปัญหาร่วมกันของครอบครัวนั้นคืออะไร ในการสำรวจปัญหาสามารถทำได้ 2 ลักษณะดังนี้ คือ สำรวจโดยใช้เทคนิคในการให้คำปรึกษารายบุคคลและใช้คำถามเวียนทุกฝ่าย (Circular Questioning)

3. การวางแผนแก้ไขปัญหา ในกรณีที่ผู้ให้คำปรึกษาและ(รับการให้คำปรึกษาเห็นตรงกันว่าปัญหา คืออะไร และปัญหาที่เกิดขึ้น เกิดจากการขาดการสื่อสารที่ดี การแก้ไขปัญหาด้วยการสื่อสารมีขั้นตอนที่สำคัญ 2 ขั้นตอน คือ

3.1 ขั้นตอนการทำความเข้าใจที่จะสื่อสารให้กระจ่างชัดก่อน (Clarifying Communication) อันดับแรกผู้ให้คำปรึกษา จะเริ่มต้นที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งก่อนก็ได้ แล้วสำรวจความรู้สึกนึกคิดของฝ่ายนั้นให้กระจ่างชัดว่าเป็นอย่างไร เพื่อที่จะสื่อให้อีกฝ่ายได้รับทราบ

3.2 ขั้นตอนการฝึกการสื่อสารใหม่ (Redirection Communication)

3.2.1 หากจุดเริ่มต้นจากการได้รู้กระจ่างชัดถึงความรู้สึกนึกคิดที่จะสื่อแล้ว

3.2.2 จัดสถานการณ์ที่เหมาะสมต่อการฝึกการสื่อสาร โดย

3.2.2.1 จัดเก้าอี้ให้ทั้งสองฝ่ายหันหน้าเข้าหากัน และตรวจสอบว่าอีกฝ่ายพร้อมที่จะรับฟังหรือไม่ ก่อนที่จะให้อีกฝ่ายสื่อ โดยผู้ให้คำปรึกษาขยับเก้าอี้ของตนเองออกมาให้ห่างจากทั้งสองฝ่าย

3.2.2.2 ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่คอยกำกับให้ผู้สื่อ ใช้ภาษาทำทางที่เหมาะสม คือการสื่อสารแบบใช้สรรพนาม “ฉัน” แทนตนเอง (I-Message)

3.2.2.3 ชักซ้อมเรื่องสรรพนาม ให้ผู้สือใช้สรรพนามอย่างเหมาะสมเหมือนอย่างที่เคยใช้ในชีวิตจริง เช่น ถามสามีและภรรยาว่าอยู่ที่บ้านใช้สรรพนามอะไร

3.2.2.4 ให้มีการสื่อสารโดยตรง โดยให้พูดกันโดยไม่ผ่านผู้ให้คำปรึกษาถ้าพบว่าผู้สือมีความลำบากตั้งแต่ตอนเริ่มต้น ผู้ให้คำปรึกษาควรเริ่มขึ้นต้นประโยคให้หรือในบางกรณีอาจจำเป็นต้องพูดเป็นตัวอย่างให้ผู้สือพูดตามทั้งประโยคก็ได้ ถ้าผู้สือมีความลำบาก เช่น ไม่กล้า ขาดความมั่นใจ เมื่อมีการสือเป็นไปตามที่ต้องการแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจึงตรวจสอบการรับของผู้รับว่าสามารถรับข่าวสารนั้นอย่างไร ได้ตรงตามจุดที่ผู้สือมาแล้วหรือไม่ หลังจากนั้นก็ให้ผู้รับได้พูดให้อีกฝ่ายหนึ่งได้ทราบ ว่า เมื่อฟังแล้วมีความรู้สึกละเอียดอย่างไร ซึ่งเป็นหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาต้องคอยกำกับให้ผู้รับสือพูดในประเด็นนี้ เพื่อก่อให้เกิดการสื่อสารใหม่ที่มีการตอบโต้ซึ่งกันและกันอย่างเหมาะสม

4. การปฏิบัติและติดตามผล

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น กระบวนการให้คำปรึกษารอบคอบที่สำคัญ มี 3 ขั้นตอน คือ การสร้างสัมพันธภาพ การดำเนินการให้คำปรึกษา และการยุติการให้คำปรึกษาโดยมีการใช้ระยะเวลาในการให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และสำหรับการแก้ไขปัญหาการสื่อสารในครอบครัว อาจจะใช้เวลาในการช่วยเหลือครอบครัว 8-10 ครั้ง เพื่อมุ่งแก้ไขปัญหาการสื่อสาร และฝึกให้สมาชิกในครอบครัวมีการสื่อสารที่เหมาะสม

2.4 เป้าหมายในการให้คำปรึกษารอบคอบ

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543: 5) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษารอบคอบมุ่งมองที่ครอบครัวในภาพรวม เป้าหมายของการรักษา คือ การที่ครอบครัวจะทำหน้าที่ได้อย่างเหมาะสมปรับตัวกับความเครียดที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอนของการพัฒนาการได้ และตอบสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคนได้อย่างกลมกลืนกัน อันจะนำไปสู่การเจริญเติบโตของครอบครัว

วีรุณี เอกกมลกุล (2537: 16-17) กล่าวถึง เป้าหมายในการรักษาของการทำครอบครัวบำบัด ได้แก่

1. การแก้ไขหรือลดความขัดแย้งและวิตกกังวล ที่เป็นพยาธิสภาพอันเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว
2. ให้สมาชิกครอบครัวเข้าใจในความต้องการของกันและกัน
3. ส่งเสริมบทบาทที่เหมาะสมกับเพศ และวัยในการแสดงออกต่อกันในครอบครัว
4. ส่งเสริมความสามารถของสมาชิกในครอบครัว และครอบครัวโดยรวมในการเผชิญต่อสิ่งกดดันภายในและภายนอกครอบครัว
5. ผลต่อเอกลักษณ์และคุณค่าของครอบครัว เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้เข้าใจชีวิตครอบครัวที่เป็นสุขและพัฒนาต่อไปได้

6. ผสมผสานครอบครัวเข้ากับระบบที่ใหญ่ขึ้นของสังคมได้แก่ โรงเรียน ชุมชน เป็นต้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2540 : 29) กล่าวถึง เป้าหมายของการให้คำปรึกษาครอบครัวของกลุ่มประสบการณ์นิยมและมนุษยนิยมไว้ว่า ต้องการให้สมาชิกครอบครัวพัฒนาทางด้านความไวในการรับรู้ความรู้สึก การแสดงความรู้สึก การตระหนักรู้เกี่ยวกับการแสดงออกทั้งภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง ความสามารถที่จะสื่อความต้องการ ความรู้สึกที่ให้อีกฝ่ายทราบ เพื่อให้สมาชิกครอบครัวผูกพัน ใกล้ชิด สนับสนุน มีชีวิตชีวา และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้บุคคลนั้นเป็นตัวของตัวเอง เชื่อมมั่นในตนเองมากขึ้น

เมธินันท์ ภิณฺณชฺน (2539 : 100) กล่าวถึงเป้าหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัวของชะเทียร์ คือ การมุ่งที่จะพัฒนาสมาชิกในครอบครัวให้เกิดการเจริญเติบโตในด้านความเร็วในการรับรู้ความรู้สึก (Sensitive) และการแสดงความรู้สึก (Expression of Feeling) การเจริญเติบโต (Growth) ในด้านการตระหนักรู้ความรู้สึก และความต้องการของตนเองและคนอื่น ๆ และความสามารถที่จะสื่อความรู้สึกและความต้องการของตนเองให้อีกฝ่ายทราบ ทั้งก่อนและภายหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะช่วยให้สมาชิกมีความใกล้ชิดกันทางอารมณ์มากขึ้น มีความยืดหยุ่น มีชีวิตชีวา และพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem)

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น เป้าหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัวในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เพื่อให้สมาชิกครอบครัวสามารถรับรู้ความรู้สึก การแสดงความรู้สึก การแสดงออกทั้งภาษาถ้อยคำ และภาษาท่าทางในการสื่อความต้องการ ความรู้สึกให้อีกฝ่ายทราบ เพื่อให้สมาชิกครอบครัวผูกพัน ใกล้ชิด สนับสนุน มีชีวิตชีวา และเกิดความภาคภูมิใจในตนเองทำให้บุคคลนั้นเป็นตัวของตัวเอง

2.5 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวเป็นส่วนหนึ่ง ที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จของการให้คำปรึกษาครอบครัวซึ่งขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของผู้ให้คำปรึกษา มีผู้กล่าวถึงบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว ไว้ว่า ผู้ให้คำปรึกษาสำหรับครอบครัวควรจะเป็นผู้เชี่ยวชาญ และได้รับการฝึกหัดเกี่ยวกับงานการให้คำปรึกษาครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาต้องใช้ความนุ่มนวล และความเข้าใจสมาชิกของครอบครัวเป็นหลัก และที่สำคัญผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามหลีกเลี่ยง การที่ถูกต้องให้เข้าร่วมสถานการณ์ที่วุ่นวายของครอบครัว และผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวควรปฏิบัติ ดังนี้ (เมธินันท์ ภิณฺณชฺน. 2539 : 101-102)

1. ทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดความสบายใจเป็นกันเอง มีอิสระแลกเปลี่ยนทัศนคติซึ่งกันและกัน
2. ผู้ให้คำปรึกษาควรบอกกฎเกณฑ์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว คือ วางโครงสร้างไว้แต่ขั้นตอนของการให้คำปรึกษา

3. ผู้ให้คำปรึกษาต้องระงับการที่บุคคลในครอบครัวใช้กลไกการป้องกันตน
 4. ผู้ให้คำปรึกษาควรพยายามให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่ในภาวะความเป็นผู้ใหญ่ โดยให้เขาสามารถมีสำนึกในเรื่องราวที่เกี่ยวกับตนเอง และสามารถควบคุมตนเองได้โดยทบทวนหน้าที่ที่เขาต้องครอบครัว

5. ผู้ให้คำปรึกษาควรหลีกเลี่ยงการด่วนตัดสินใจ ควรมีความสอดคล้องต่อผลการตอบสนองของผู้รับคำปรึกษาไม่ว่าจะเป็นสามี หรือภรรยา ผู้ให้คำปรึกษาควรเข้าใจความรู้สึก และช่วยเหลือสิ่งที่เขารู้สึกนั้นๆ ดังนั้นอาจจะออกมาในรูปคำพูดและสัมพันธภาพ

ดังนั้น ในช่วงเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องสัมภาษณ์และมีการพูดคุยกับสมาชิกทุกคนในครอบครัวว่าทุกคนคือคนในครอบครัวเดียวกัน สมาชิกทุกคนควรจะอยู่อย่างพร้อมหน้า

กล่าวโดยสรุปบทบาทของผู้ให้คำปรึกษารอบครัวจะต้องมีลักษณะเปิดเผย เห็นอกเห็นใจ และไวในการรับรู้ความรู้สึก และแสดงออกให้เห็นถึงความเข้าใจและการยอมรับ สำหรับผู้ให้คำปรึกษารอบครัวของเวอร์จิเนีย ฮะเทียร์ มีบทบาทสำคัญในการเป็นตัวอย่างของการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ช่วยให้สมาชิกในครอบครัวให้เรียนรู้ที่จะสื่อหรือแสดงความรู้สึกอย่างชัดเจน มีบทบาทในการพัฒนาการตระหนักรู้และการเจริญเติบโต

2.6 ทฤษฎีการให้คำปรึกษารอบครัว

ทฤษฎีการให้คำปรึกษารอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด (Behavioral and Cognitive – Behavioral Family Therapies)

1. ผู้นำและความเป็นมา (Goldenberg & Goldenberg.1996)

ผู้นำทางความคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยม ในฐานะผู้บุกเบิก ผู้ริเริ่ม ผู้ศึกษาวิจัย และทดลองเพื่อพัฒนาหลักการและเทคนิคในการให้คำปรึกษา มีหลายคนเป็นต้นว่า จอห์น บี วัตสัน (John B.Watson) แมรี โคเวอร์ โจน (Mary Cover Jones) อีวาน พาฟลอฟ (Evan Pavlov) บีเอฟ สกินเนอร์ (B.F.Skinner) โจเซฟ โวลเป (Joseph Wolpe) และอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) ฯลฯ ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะ ผู้นำที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทฤษฎีการให้คำปรึกษารอบครัวโดยตรง ทฤษฎีการให้คำปรึกษารอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด (Behavioral and Behavioral–Cognitive Family Therapy) พัฒนามาจากงานของสกินเนอร์ (Skinner) ผสมกับงานของโวลเป (Wolpe) และแบนดูรา (Bandura) เป็นส่วนใหญ่ ผู้นำสำคัญในการให้คำปรึกษารอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมเน้นการรู้คิด ได้แก่ เยอร์ราลด์ แพตเตอร์สัน (Gerald Patterson) ริชาร์ด สจวร์ต (Richard Stuart) นอร์แมน เอฟสไตน์ (Norman Epstein) เนล จาคอบสัน (Neil Jacobson) วอลเตอร์ มิสเชล (Walter Mischel) ไมเคิล โครว (Michael Crowe) อัลเบิร์ต เอลลิส (Albert Ellis) อารอน เบค (Aron Bech)

เดวิด เบิร์น (David Burns) และโดนัล ไมเซนบาม (Donald Meichenbaum) ในที่นี้ผู้วิจัยขอเสนอผู้นำสองคน คือ เฮอร์ลัด แพตเตอส์ (Gerald Patterson) และเนล จาคอบสัน (Neil Jacobson) เป็นตัวแทนของทฤษฎีการให้คำปรึกษารอบครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

เฮอร์ลัด แพตเตอส์ (Gerald Patterson)

เฮอร์ลัด แพตเตอส์ (Gerald Patterson) มักจะได้รับการกล่าวถึงในฐานะเป็นนักทฤษฎีคนแรกที่ประยุกต์ทฤษฎีพฤติกรรมมาใช้กับปัญหาครอบครัว แพตเตอส์ทำงานที่ Oregon Social Learning Center งานสำคัญของงเขา คือ การฝึกพ่อแม่ให้เป็นตัวแทนหรือหน่วยงานของการเปลี่ยนแปลง (agents of change) สิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก ซึ่งงานนี้ได้นำไปสู่การเข้าใจปัญหาพฤติกรรมและวิธีการแก้ไขปัญหามาตรฐานอย่างกว้างขวาง ตัวอย่างเช่น การให้รางวัลขั้นพื้นฐาน (primary awards) ได้แก่ การใช้ลูกกวาดเป็นรางวัลและใช้เทคนิคอื่นๆ ประกอบซึ่งรวมถึงเทคนิคแม่แบบ (modeling) การให้คะแนน (point systems) การให้เวลานอก (time-out) และการเอาใจใส่ที่มีเงื่อนไข (contingent attention) จากการสังเกตพ่อแม่และเด็กในห้องปฏิบัติการและในสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ เช่น ที่บ้านและโรงเรียน ช่วยให้แพตเตอส์และเพื่อร่วมงานของเขาได้พัฒนาระบบ การให้รหัสการสังเกตครอบครัว (a family observational coding system) นอกจากนั้นแพตเตอส์ยังเป็นบุคคลที่สำคัญในการเขียนคู่มือสำหรับพ่อแม่ที่จะช่วยเหลือเด็ก และครอบครัวในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แพตเตอส์ได้ชื่อว่าเป็นบุคคลที่สำคัญในการใช้หลักการและเทคนิคในการเรียนรู้ (learning principles and technique) มาช่วยแก้ปัญหาครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อการครอบครัวยังมีอีกว่าเขายังมีอิทธิพลที่ช่วยให้นักพฤติกรรมนิยมทำงานกับครอบครัวในทัศนะของทฤษฎีระบบ (systemic perspective) อีกด้วย (Gladding, 1995)

เนล จาคอบสัน (Neil Jacobson)

เนล จาคอบสัน (Neil Jacobson) เริ่มเข้าสู่วงการครอบครัวบำบัดในช่วงปี ค.ศ. 1970 ในระยะที่เขา กำลังศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาอยู่ที่มหาวิทยาลัยแคโรไลนาเหนือ (University of North Carolina) เขาให้ความสนใจที่จะเป็นนักจิตวิเคราะห์ แต่หลังจากที่เขาอ่านหนังสือหลายเล่มซึ่งเขียนโดย อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) วอลเตอร์ มิสเชล (Walter Mischel) ริชาร์ด สจ๊วต (Richard Stuart) เฮอร์ลัด แพตเตอส์ (Gerald Patterson) และบ็อบ ไวส์ (Bob Weiss) และได้มีโอกาสพบปะกับนักพฤติกรรมนิยมดังกล่าวในการประชุมสัมมนาของสมาคมเพื่อความก้าวหน้าด้านพฤติกรรมบำบัด (Association for the Advancement of Behavior Therapy) ได้ทำให้เขาเปลี่ยนใจกลายมาเป็นนักพฤติกรรมนิยม (Wood & Jacobson, 1990)

หลังจากจบปริญญาเอกแล้ว เขาได้ทำงานที่มหาวิทยาลัยวอชิงตัน (University of Washington) ในปี ค.ศ.1979 ที่เขาได้พัฒนางานด้านคลินิกของเขาโดยอาศัยงานวิจัย งานของเขาช่วยพัฒนาการบำบัดชีวิตสมรสโดยพฤติกรรมนิยม (behavioral marital therapy) จากอบสันถือเป็นผู้สำคัญอีกคนหนึ่งในวงการครอบครัวบำบัดกลุ่มพฤติกรรมนิยม

1. แนวคิดที่สำคัญของทฤษฎี

แนวคิดที่สำคัญของกลุ่มพฤติกรรมนิยมแบ่งออกเป็น 2 แนวคิด ดังนี้

แนวคิดที่สำคัญของกลุ่มพฤติกรรมนิยม

โดยทั่วไปการให้คำปรึกษาคือการช่วยกลุ่มพฤติกรรมนิยม มีความเชื่อในเรื่องของพฤติกรรมดังต่อไปนี้ (Gladding, 1995)

1. พฤติกรรมทุกพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ การที่บุคคลและครอบครัวแสดงพฤติกรรมใดๆ ออกมา เป็นเพราะเขาเคยได้รับการเสริมแรงหรือรางวัลมาในอดีต และพฤติกรรมนั้นจะคงอยู่ตราบเท่าที่ยังได้รับการเสริมแรงหรือรางวัล และจะเปลี่ยนไปเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงในการได้รับการเสริมแรงหรือรางวัล

2. พฤติกรรมที่ไม่มีประสิทธิภาพหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม สามารถปรับเปลี่ยนและแทนที่ได้โดยพฤติกรรมใหม่ ดังนั้นการให้คำปรึกษากลุ่มพฤติกรรมนิยมจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในปัจจุบัน โดยไม่ให้ความสนใจกับพัฒนาการในอดีต

3. การที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในครอบครัว สมาชิกทุกคนไม่จำเป็นจะต้องรับการบำบัด โดยทั่วไปแล้วผู้ให้คำปรึกษากลุ่มนี้จะให้ความช่วยเหลือสมาชิกคนใดคนหนึ่งของครอบครัวหรือของคู่สมรส อย่างไรก็ตามเป็นที่นิยมนว่าการที่ได้พบกับสมาชิกครอบครัวมากกว่าคนหนึ่ง เช่น พบพ่อแม่กับลูก หรือหากเป็นปัญหาระหว่างคู่สมรส ก็จะพบทั้งสามีและภรรยา เหตุผลเบื้องหลังของการพบในลักษณะนี้ คือ หากสามารถแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของแต่ละบุคคล และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับปัญหานั้นได้โดยตรง การเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นจะเกิดขึ้นในครอบครัวโดยรวมอย่างชัดเจน

4. การให้คำปรึกษาคือการช่วยกลุ่มพฤติกรรมนิยม จะให้ความสำคัญกับเหตุการณ์หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” (Here and Now) มากกว่าเรื่องราวในอดีต โดยผู้ให้คำปรึกษาจะให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาในการระบุ (Identify) และเปลี่ยนแปลง (Change) สิ่งแวดล้อมในปัจจุบันที่ก่อให้เกิดปัญหาหรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาใหม่

แนวคิดที่สำคัญของกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

ผู้ให้คำปรึกษาคือการช่วยกลุ่มพฤติกรรมนิยมจำนวนหนึ่ง ได้เน้นด้านการรู้คิด (Cognition) ในการให้คำปรึกษา โดยพวกเขาได้ให้ความสำคัญกับการคิดต่างๆ กับพฤติกรรมที่

แสดงออกของบุคคลนั้น ดังนั้นแนวคิดสำคัญก็คือ ความคิดและการพูดกับตัวเองทางลบ นำไปสู่ความขัดแย้งและ/หรือปฏิสัมพันธ์ที่ไม่มีประสิทธิภาพ

3. การประยุกต์ใช้ทฤษฎีในการให้คำปรึกษารอบครัว

การให้คำปรึกษารอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิดสามารถนำมาประยุกต์ใช้ใน 4 กลุ่ม ใหญ่ ๆ ดังนี้ (Gladding, 1995)

3.1. การฝึกทักษะการเป็นพ่อแม่แบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral parent Skills training)

3.2. การให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral marriage therapy)

3.3. การให้คำปรึกษารอบครัวที่เน้นหน้าที่ของพฤติกรรม (Function Family Therapy)

3.4. การแก้ปัญหาเรื่องเพศแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral treatment of sexual)

3.1. การฝึกทักษะการเป็นพ่อแม่แบบพฤติกรรมนิยม (behavioral Parent skills training) ผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่เป็นผู้ที่ใช้หลักการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning) เปลี่ยนวิธีการตอบสนองของบิดามารดาที่มีต่อบุตรธิดาทั้งในระดับความคิดและการกระทำ ซึ่งการเปลี่ยนการตอบสนองของบิดามารดาจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุตรธิดาด้วย โดยขั้นตอนในการฝึกจะไม่ซับซ้อน ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้วิธีการและขั้นตอนที่ชัดเจนซึ่งประกอบด้วย การนิยามพฤติกรรมที่เป็นปัญหา โดยพิจารณาจากสาเหตุและผลที่ตามมาของพฤติกรรม ต่อมาผู้ให้คำปรึกษาจะใช้หลักการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Model) โดยการให้บิดามารดาเรียนรู้วิธีที่จะเพิ่มปฏิสัมพันธ์ทางบวกและลดปฏิสัมพันธ์ทางลบ และสอนให้รู้จักการทำสัญญาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับ (Contingency Contracts) เพื่อที่จะต่อการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นประจำ และเพื่อเปลี่ยนวิธีการตอบสนองของบิดามารดาที่ตอบสนองต่อบุตรธิดาหรือแสดงออกกับบุตรธิดา ทั้งในด้านความคิดและการกระทำ ตัวอย่างเช่น บิดามารดาจะกำหนดเงื่อนไขหรือเจรจา ต่อรองกับบุตรธิดา ซึ่งไม่ยอมทำงานบ้าน สนใจแต่ดูโทรทัศน์ บิดามารดาจึงต้องต่อรองกับบุตรธิดาว่า ถ้าไม่ล้างจานก็จะไม่อนุญาตให้ดูโทรทัศน์ ขั้นต่อไปผู้ให้คำปรึกษาจะฝึกทักษะการเป็นบิดามารดาโดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ทักษะที่ฝึกนั้นมีทั้งทักษะการใช้วาจา (verbal skills) และทักษะการแสดงออกโดยการกระทำ (performance skills) โดยใช้เทคนิคละครสมมติ การใช้แม่แบบ การซ้อมบทบาท เป็นต้น จุดมุ่งหมายก็เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับบุตรธิดา โดยบิดามารดาจะต้องเขียน

แผนภูมิของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตลอดจนการฝึกฝน และผู้ให้คำปรึกษาก็จะเสริมแรงโดยการให้กำลังใจและคำชมเชยทุกครั้งที่มีผลการทำได้ดี

3.2. การให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral Marriage Therapy) ผู้ให้คำปรึกษาจะนำหลักการเรียนรู้บางประการมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษา โดยนำหลักการวางเงื่อนไขการกระทำ (Operant Conditioning) มาใช้ในการรับหรือบรรเทาปัญหาต่างๆ ของครอบครัวและชีวิตสมรสที่มีมากมายหลายปัญหา รวมทั้งความบาดหมางไม่ปรองดองกัน ไม่ลงรอยกันระหว่างสามีและภรรยา (Marital discord) นักให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยมที่มีชื่อเสียง ได้แก่ โรเบิร์ต ลิเบอร์แมน (Robert Liberman) และริชาร์ด สจวร์ต (Richard Stuart) ซึ่งทั้งคู่เห็นว่าการให้คำปรึกษาคู่สมรส เป็นการช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคู่สมรส โดยการสร้างโครงสร้างของสิ่งแวดล้อมทางบุคคลเสียใหม่ ด้วยการสร้างสัมพันธ์ภาพกับคู่สมรส แล้วจะทำการวิเคราะห์พฤติกรรม ที่เป็นปัญหาของคู่สมรส เพื่อที่จะได้ทราบความเป็นมาของปัญหา โดยการถามคำถามต่างๆ เป็นต้นว่า พฤติกรรมใดที่ควรลดพฤติกรรมใดที่เป็นปัญหาที่คงอยู่ หลังจากวิเคราะห์พฤติกรรมทั้งคู่แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้คู่สมรสได้มองเห็นว่าอะไรที่เป็นปัญหา และให้คู่สมรสตั้งจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมที่ต้องการให้เป็นผลลัพธ์จากการให้คำปรึกษา เทคนิคในการให้ความช่วยเหลือคู่สมรสประกอบด้วย การเสริมแรงทางบวก การปรับพฤติกรรม (shaping) และการใช้แม่แบบ (modeling) ต่อมาลิเบอร์แมนและคณะได้เขียนหนังสือคู่มือการให้คำปรึกษาคู่สมรส ชื่อ Handbook of Marital Therapy โดยการพัฒนาเทคนิคแบบพฤติกรรมนิยมให้ก้าวหน้าขึ้นไป ด้วยการนำหลักการของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (social learning theory) และทฤษฎีการสื่อสาร (communication approach) มาใช้ในการให้คำปรึกษาคู่สมรส โดยมุ่งที่จะให้คู่สมรสเรียนรู้วิธีที่จะเพิ่มปฏิสัมพันธ์ทางบวกและลดปฏิสัมพันธ์ทางลบ ฝึกคู่สมรสให้มีทักษะในการสื่อสาร และสอนคู่สมรสให้รู้จักการใช้ทำสัญญาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์

นอกจากนั้นแล้ว ริชาร์ด สจวร์ต ได้นำเทคนิคที่สำคัญที่เกิดจากความคิดสร้างสรรค์เพื่อเพิ่มความสุขความพอใจในชีวิตสมรสมาใช้ คือ วันแห่งการเอื้ออาทร (Caring day) โดยการให้คู่สมรสแสดงออกว่าต่างฝ่ายต่างเอื้ออาทรซึ่งกันและกันโดยไม่คำนึงถึงคนอื่น

สรุปโดยทั่วไปแล้ว การให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยมประกอบด้วยลักษณะที่สำคัญ 4 ประการ คือ (เมรินินท์ ภิญญชน. 2539: 108-121)

1. การวิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของคู่สมรส การวิเคราะห์พฤติกรรมประกอบด้วย การสัมภาษณ์ การให้คู่สมรสใช้วิธีรายงานเกี่ยวกับตนเอง (self-report) โดยการตอบแบบสอบถาม และการสังเกตพฤติกรรม

2. การสร้างการแลกเปลี่ยนกันทางบวก โดยการใช้เทคนิคต่างๆ เช่น การใช้วันแห่งการเอื้ออาทร (caring days) และการทำสัญญาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยมีเงื่อนไข

3. การฝึกทักษะการสื่อสาร โดยฝึกให้คู่สมรสรู้จักใช้สรรพนามบุรุษที่หนึ่ง “ฉัน” สำหรับภาษาไทย สรรพนามบุรุษที่หนึ่งให้ความหมายระดับเดียวกับคำว่า “ฉัน” เช่น ผม ดิฉัน หนู ฯลฯ หรือบางคนอาจใช้ชื่อตัวเองซึ่งมีความหมายเช่นเดียวกับคำว่า “ฉัน” สำหรับภาษาอังกฤษนั้น สรรพนามที่หนึ่งมีอยู่คำเดียว คือ “ฉัน (I)” ซึ่งในการสื่อสารที่เกิดประสิทธิภาพจะต้องแนะนำให้ใช้สรรพนามบุรุษที่หนึ่ง “ฉัน (I)” ต่อด้วยข้อความที่แสดงความรู้สึกที่เราต้องการแสดงให้ผู้อื่นทราบความรู้สึกของเราซึ่งเป็นที่รู้จักกันในทางจิตวิทยาการสื่อสารว่า “ฉัน-ข้อความ (I-message)” นอกจากนั้นคู่สมรสต้องเรียนรู้ที่จะปฏิบัติต่อปัญหาที่เกิดขึ้น ณ ปัจจุบัน (here and now) แทนที่จะไปขุดคุ้ยเรื่องราวในอดีต และคู่สมรสต้องเรียนรู้ที่จะกล่าวถึงพฤติกรรมต่างๆ ที่เป็นปัญหาอย่างเฉพาะเจาะจง (specific behavior) แทนที่จะเป็นการใช้คำทั่วไปหรือหาคำอื่นที่เป็นการเสียดสี เช่น ชี้เกียจ มั่ว คุณนาย เดียวก่อน นอกจากนั้นแล้ว ทักษะที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งที่คู่สมรสจะต้องเรียนรู้ คือ คำชมหรือการสะท้อนกลับที่เป็นการสร้างสรรค์

4. การฝึกทักษะแก้ปัญหา เป็นการช่วยให้คู่สมรสมีทักษะใหม่ ๆ ในการจัดการกับปัญหา เช่น บอกความต้องการที่ชัดเจนและเฉพาะเจาะจง การต่อรองสิ่งที่ต่างฝ่ายต่างต้องการและทำสัญญาที่จะให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

สำหรับการให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด ยังมีเทคนิคและวิธีการต่างๆ ที่นำมาใช้มากมาย เช่น การให้อ่านหนังสือ การให้ไปฟังการบรรยาย การใช้สื่อทางวิทยุและโทรทัศน์ เป็นต้น

3.3 การให้คำปรึกษาคอรัวที่เน้นหน้าที่ของพฤติกรรม (Function Family Therapy) เป็นการให้คำปรึกษาคอรัวที่เน้นการเปลี่ยนแปลง ทั้งในด้านความคิดและพฤติกรรมของสมาชิกคอรัว รูปแบบ (Model) การให้คำปรึกษาคอรัวนี้ได้รวมหลักการของ ทฤษฎีระบบ (System Theory) ทฤษฎีการรู้คิด (Cognitive Theory) และพฤติกรรมนิยม โดยพยายามช่วยเหลือแต่ละบุคคลและคอรัวให้เกิดความเข้าใจ และเกิดการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ของพฤติกรรม ซึ่งส่งผลต่อสัมพันธภาพ ทั้งนี้เนื่องจากพฤติกรรมทุกพฤติกรรมปรับเปลี่ยนได้ ผู้ให้คำปรึกษาคอรัวที่เน้นหน้าที่ของพฤติกรรม จะมองว่าพฤติกรรมนั้นทำหน้าที่อะไร จะไม่มองว่าพฤติกรรมนั้นๆ ดีหรือเลว ตัวอย่างเช่น สามีหรือภรรยาพยายามพูดคุยกันมากขึ้นและพยายามใกล้ชิดกันมากขึ้น เมื่อทราบว่าบุตรธิดามีปัญหาชอบเที่ยวเตร่และหนีโรงเรียน

การให้คำปรึกษาครอบครัวแบบเน้นหน้าที่ของพฤติกรรม ประกอบด้วย ขั้นตอนการให้ความช่วยเหลือที่เป็นระบบ 3 ขั้น ดังต่อไปนี้ (เมรินันท์ ภิญญชน. 2539: 108-121)

1. ขั้นการสำรวจและประเมิน เพื่อค้นหาว่าพฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นมีบทบาทอะไรในครอบครัว เป็นต้นว่าช่วยทำให้สมาชิกครอบครัวใกล้ชิดกันหรือห่างเหินกันมากขึ้น ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับครอบครัวเพื่อศึกษาหน้าที่ของพฤติกรรม โดยการถาม และการสังเกต

2. ขั้นของการเปลี่ยนแปลง คือ การช่วยให้สมาชิกมีประสิทธิภาพมากขึ้นในการจัดการกับปัญหา เป็นต้นว่าการทำความเข้าใจและความเข้าใจในพลวัตของความสัมพันธ์ในครอบครัว การชี้ให้เห็นถึงความเกี่ยวพันกันและกันของความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของสมาชิกครอบครัว การแปลความหมายและชี้ให้เห็นถึงหน้าที่พฤติกรรมที่กำลังเกิดขึ้นในครอบครัว การเรียกพฤติกรรมนั้นเสียใหม่เพื่อหลีกเลี่ยงการตำหนิตัวตน การอภิปรายถึงผลกระทบที่จะมีต่อครอบครัว การปรับการให้คำปรึกษาจากรายบุคคลไปสู่ครอบครัวทั้งครอบครัว

3. ขั้นการให้คำปรึกษาและฝึกทักษะที่เป็นประโยชน์ในการจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ทักษะต่างๆ ที่สอนให้กับครอบครัว ได้แก่ ทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และการทำงานร่วมกันเป็นทีม รวมทั้งการใช้วิธีการพฤติกรรมนิยม เช่น การทำสัญญา เป็นต้น

3.4 การแก้ปัญหาเรื่องเพศแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral Treatment of Sexual) (เมรินันท์ ภิญญชน. 2539: 108-121) ปัญหาเรื่องเพศระหว่างคู่สมรส ถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญซึ่งอาจเป็นต้นเหตุของปัญหาสัมพันธภาพในคู่สมรส การช่วยคู่สมรส แก้ปัญหาเรื่องเพศแบบพฤติกรรมนิยมในประเทศสหรัฐอเมริกา เริ่มมีอย่างจริงจังในช่วงปลายปี ค.ศ.1960 และต้นปี ค.ศ.1970 โดย วิลเลียม มาสเตอร์ (William Master) และ เวอร์จิเนีย จอห์นสัน (Virginia Johnson) ได้ก่อตั้งสถาบันมาสเตอร์และจอห์นสัน (Master and Johnson Institute) ซึ่งตั้งอยู่ที่เมืองเซินหลุยส์ รัฐมิสซูรี โดยโปรแกรมการให้ความช่วยเหลือผู้มีปัญหาทางเพศที่สถาบันนี้ใช้เป็นหลักการและเทคนิคของพฤติกรรมนิยม ได้แก่ เทคนิคการบีบ (Squeeze technique) ใช้กับคู่สมรสที่ฝ่ายชายมีปัญหาเรื่องการหลั่งเร็ว (premature ejaculation) เทคนิคการล้อเลียน (Teasing technique) ใช้กับคู่สมรสที่มีความกังวลในการมีเพศสัมพันธ์

นอกจากนั้นแล้วนักบำบัดทางเพศที่มีชื่อเสียงคนหนึ่ง คือ เฮเลน ซิงเกอร์ แคปลัน (Helen Singer Kaplan) ได้พัฒนาเทคนิคการบำบัดแบบพฤติกรรมนิยมร่วมกับเทคนิคทางจิตวิเคราะห์ (Behavioral and psychoanalytic techniques) และในระยะต่อมาได้มี โจเซฟ โลพิกโคโล (Joseph Lopiccolo) และคณะ ได้ทำการศึกษาความสำเร็จและประสิทธิภาพของการใช้เทคนิคการบำบัดทางเพศแบบพฤติกรรมนิยม แล้วสรุปว่าการใช้เทคนิคการบำบัดทางเพศแบบพฤติกรรม

นิยมได้รับความนิยม และใช้ในการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาเรื่องเพศอย่างกว้างขวางและประสบความสำเร็จ และโดยทั่วไปแล้วการบำบัดปัญหาทางเพศแบบพฤติกรรมนิยมส่วนใหญ่ จะเป็น การให้ความช่วยเหลือในเรื่อง การลดความวิตกกังวลในการมีเพศสัมพันธ์ การให้คำปรึกษาเรื่อง เพศและการใช้เทคนิคทางเพศต่างๆ การฝึกทักษะในการสื่อสารและกระบวนการเปลี่ยนแปลง ทัศนคติ

4. เป้าหมายในการให้คำปรึกษา

เป้าหมายในการให้คำปรึกษาคือครอบคลุมแบบพฤติกรรมนิยมและแบบที่เน้นการ รู้คิด มีดังนี้ คือ

เป้าหมายของกลุ่มพฤติกรรมนิยม มีดังนี้ คือ

1. เพื่อช่วยเหลือครอบคลุมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการ แก้ไขที่สาเหตุหรือที่มาของปัญหา หรือแก้ไขผลที่ตามมาของการกระทำ
2. มุ่งที่จะจัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และช่วยให้เกิดพฤติกรรมที่พึง ประสงค์
3. เพื่อส่งเสริมให้บุคคลและคู่สมรส เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม

เป้าหมายกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิด มีดังนี้ คือ

เพื่อช่วยให้บุคคล คู่สมรสและครอบครัว สามารถเปลี่ยนแปลงความคิดที่ ไม่มีเหตุผล หรือเปลี่ยนความเชื่อ และพฤติกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ไปสู่ความคิดที่มีเหตุผล และพฤติกรรมที่พึงประสงค์

5. ขั้นตอนการให้คำปรึกษาคือ

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาคือครอบคลุมกลุ่มพฤติกรรมนิยม

ขั้นที่ 1 นิยามพฤติกรรมที่เป็นปัญหาโดยพิจารณาสาเหตุ (Antecedents) และผลที่ตามมา (Consequences) ของพฤติกรรม

ขั้นที่ 2 วิเคราะห์พฤติกรรมนั้นๆ เพื่อที่จะได้ทราบถึงปัญหาที่แท้จริงนั้นว่า เกิดบ่อยครั้งเพียงใด กระทบกับครอบครัวอย่างไร

ขั้นที่ 3 ฝึกทักษะการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทาง สังคม (Social Learning Theory) ทักษะที่ฝึกนั้นมีทั้งทักษะการใช้วาจา (Verbal Skills) และทักษะ การแสดงออกโดยการกระทำ (Performance Skills)

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

ขั้นที่ 1 สำรวจและประเมิน (Assessment) ว่าพฤติกรรมนั้นมีบทบาทหรือส่งผลกระทบต่อสมาชิกครอบครัว ทำให้สมาชิกห่างเหินกันหรือใกล้ชิดกัน ผู้ให้คำปรึกษาจะรวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับครอบครัว เพื่อศึกษาบทบาทหน้าที่ของพฤติกรรมนั้น ๆ

ขั้นที่ 2 ดำเนินการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบครอบครัว (Instituting Change in The Family System) โดยมุ่งการปรับเปลี่ยนทัศนคติ ความมุ่งหวัง ความคิด ความรู้สึกที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่มีปัญหานั้นๆ

ขั้นที่ 3 ให้คำปรึกษาและฝึกทักษะที่เป็นประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นๆ

6. เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก (อุมพร ตรังคสมบัติ. 2543); (เมรินินท์ ภิญญชน. 2539) ; (Goldenberg & Goldenberg. 1996)

การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม และแบบพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ใช้เทคนิคต่างๆ ที่มาจากหลักการพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ในการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ดังนั้นเมื่อนำเอาหลักการเดียวกันมาใช้ในการให้ความช่วยเหลือครอบครัว เทคนิคต่างๆ จึงจำเป็นต้องได้รับการปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับปัญหาที่ครอบครัวเผชิญอยู่ โดยทั่วไปแล้วผู้ให้คำปรึกษาครอบครัวแบบพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก จะให้ความช่วยเหลือครอบครัวด้วยเทคนิคต่างๆ ซึ่งอยู่ในลักษณะของการให้การศึกษ (Education) การสอน (Coaching) การฝึกทักษะการสื่อสารและทักษะการแก้ปัญหา (Communication and Problem solving skills training) การใช้เงื่อนไขแบบการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม (Operant Conditioning) การวางเงื่อนไขอย่างคลาสสิก (Classical Conditioning) การทำสัญญา (contracting) การงดการให้รางวัล (Extinction) การให้การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อบางสิ่งบางอย่าง (Quid Pro Quo) การลดความวิตกกังวลอย่างมีระบบ (systematic desensitization) การให้เวลานอก (Time-out) การใช้แผนภูมิพฤติกรรม (charting) การใช้แม่แบบและละครสมมติ (Modeling and Role Playing) เป็นต้น ในที่นี้จะนำเสนอเป็นบางเทคนิคเท่านั้น ได้แก่

6.1. การให้การศึกษ (education) เทคนิคที่ใช้ในการให้ความรู้บุคคลและครอบครัวอาจทำได้โดยการบรรยาย การใช้สื่อโสตทัศน การให้อ่านหนังสือหรือจุลสาร และการอภิปราย

6.2. การฝึกทักษะการสื่อสารและทักษะการแก้ปัญหา (communication and problem solving skills training) ได้แก่ การให้คำชม การใช้แม่แบบ และการฝึกใช้สรรพนามฉัน (I message) เป็นต้น

6.3. การใช้เงื่อนไขแบบเรียนรู้เงื่อนไขผลกระทบ (Operant Conditioning)

เทคนิคที่ใช้ในลักษณะนี้ ส่วนใหญ่จะใช้ในการฝึกทักษะการสร้างความสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่กับลูก ที่มักจะพบบ่อย คือ การฝึกพ่อแม่ให้รู้จักการให้เวลานอก (Time-out) และการปรับพฤติกรรม (Shaping)

6.4. การทำสัญญา (Contracting) การทำสัญญาจะใช้เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีความรู้สึกเกลียดชังกันมากๆ การทำสัญญาเป็นการให้รางวัลแก่พฤติกรรมอย่างหนึ่ง การใช้เบี้ยอรรถกร (token economy) เป็นตัวอย่างหนึ่งของการทำสัญญาและในบางกรณีก็ใช้การให้รางวัลตามคะแนน (point) ที่ได้รับ ด้วยวิธีการที่ละเอียดอ่อนกว่าการให้รางวัลโดยทั่วไป เพื่อเสริมแรงพฤติกรรมที่เหมาะสม

6.5. การสอน (Coaching) เทคนิคนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยบุคคล คู่สมรสและครอบครัวให้สามารถตอบสนองสิ่งเร้าอย่างเหมาะสม โดยการสอนด้วยวาจา โดยถือว่าคู่สมรส ครอบครัวหรือบุคคลก็เช่นเดียวกับนักกีฬา ที่ต้องมีโค้ชมาช่วยบอก ช่วยสอนเทคนิคให้ และเปิดโอกาสให้มีการฝึกหัดพฤติกรรมนั้น ๆ

6.6. การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข (Contingency contracting) การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข (Contingency contracting) เป็นการเขียนข้อตกลงระหว่างบุคคลสองคนหรือมากกว่าอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร ข้อตกลงจะต้องมีความชัดเจน ทำพฤติกรรมอะไร อย่างไร อาจจะเป็นรูปของปริมาณ(ความถี่)หรือคุณภาพของการกระทำ แล้วจะได้คะแนนเท่าไร หรือรางวัลอะไร เป็นตัวเสริมแรงที่จะแลกเปลี่ยนกับการกระทำพฤติกรรมนั้น

6.7. การเสริมแรงทางบวก (Positive reinforcement) การเสริมแรงทางบวก ส่วนใหญ่จะใช้วัตถุ เช่น ขนม เงิน หรือเหรียญ หรือการให้รางวัลทางสังคม เช่น การยิ้ม การให้คำชมเป็นตัวเสริมแรง (reinforcer) การที่จะให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพ ตัวเสริมแรงต้องเป็นสิ่งที่บุคคลต้องการ เด็กๆมักจะพยายามทำพฤติกรรมต่างๆ เพื่อแลกกับรางวัลประเภทขนม ลูกกวาด หรือเงิน สำหรับผู้ใหญ่มีแนวโน้มที่จะพยายามทำพฤติกรรมเพื่อให้ได้รับการยอมรับ คำชม หรือรอยยิ้ม ดังนั้นการที่จะให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการในครอบครัวเพิ่มขึ้น ก็ต้องใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวก

6.8. การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อบางสิ่งบางอย่าง (Quid Pro Quo)

“Quid Pro Quo” อ่านว่า ควิต โปร โคว เป็นภาษาละติน ซึ่งแปลว่า “การกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อบางสิ่งบางอย่าง” การทำสัญญาทางพฤติกรรมระหว่างคู่สมรสมาจากความคิดนี้ กล่าวคือ คนใดคนหนึ่งในกลุ่มสมรสตกลงที่จะทำบางสิ่งบางอย่าง ขณะที่อีกคนหนึ่งยินดีที่จะทำบางสิ่งบางอย่างระดับเดียวกันให้เป็นการแลกเปลี่ยน ตัวอย่างเช่น สามีตกลงที่จะรับผิดชอบในการซักและรีดผ้า ถ้าภรรยาตกลงที่จะรับผิดชอบเรื่องทำอาหาร เป็นลักษณะของการตกลงด้วยวาจา และเป็นข้อตกลงที่จะต้องเป็นที่พอใจของทั้งสองฝ่าย

6.9. การใช้หลักฟรีแมค(Premack principle) หลักฟรีแมค(Premack principle) คือ การที่บุคคลหรือครอบครัวต้องยอมทำในสิ่งที่ตนเองไม่ชอบก่อน จึงจะได้รับอนุญาตให้ได้ทำในสิ่งที่ตนชอบ ตัวอย่างเช่น ในครอบครัวที่เด็กไม่ชอบทำการบ้าน แต่ชอบเล่นกับเพื่อนบ้าน บิดามารดาที่ใช้หลักฟรีแมคก็จะบอกกับลูกว่า เขาหรือเธอจะต้องทำการบ้านเสร็จก่อนจึงจะได้รับอนุญาตให้ออกไปเล่นกับเพื่อนบ้านได้

6.10. การโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล(Disputing irrational thoughts) การโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล (Disputing irrational thoughts) เป็นเทคนิคของกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด เช่น ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นเหตุผลและอารมณ์ (Rational Emotive Therapy) ของ อัลเบิร์ต เอลลิส (Albert Ellis) เอลลิสจะถามคู่สมรสที่บ่นว่า การแต่งงานของเขาหรือเธอไม่ช่วยให้ความต้องการได้รับการตอบสนองด้วยคำถามที่ว่า “มีใครเขียนไว้บ้างไหมว่า การแต่งงานจะทำให้สิ่งที่คุณต้องการสมปรารถนา” เหตุผลเบื้องหลังการถามอย่างนี้ก็เพื่อที่จะช่วยคู่สมรสและครอบครัว ได้พัฒนาการคิดและพฤติกรรมที่ไม่มีเหตุผล

6.11. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสและครอบครัวไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไปคู่สมรสและครอบครัวจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรสและครอบครัว ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

6.12. การลดความกังวลอย่างเป็นระบบ (Systemic desensitization) การลดความกังวลอย่างเป็นระบบ ใช้ช่วยบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงให้ลดลงโดยใช้เทคนิคการผ่อนคลาย เทคนิคที่เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นซ้ำๆ โดยการให้บุคคลจินตนาการในสิ่งที่เขาวิตกหรือหวาดกลัวสลับกันไปกับการผ่อนคลาย(relaxation) หรือสลับกันไปกับสิ่งที่ตรงข้ามกับความวิตกกังวลอย่างค่อยเป็นค่อยไปที่ละขั้นทีละตอน เทคนิคนี้ใช้มากในการแก้ปัญหาทางเพศ และสามารถใช้กับสมาชิกครอบครัวที่ต้องการจะฝึกลดความวิตกกังวล ในการที่จะบอกถึงความต้องการของตัวเองกับสมาชิกครอบครัวคนอื่นๆ

7. บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาคือครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยม และพฤติกรรมนิยมเน้นการคิดมีลักษณะเป็นครู และผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งทำหน้าที่ในการสอนทักษะและพฤติกรรมใหม่ให้กับสมาชิกครอบครัวโดยการเป็นแม่แบบ ให้คำติชมเพื่อการปรับปรุง และให้เรียนรู้วิธีการปรับพฤติกรรมการเป็นผู้ให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมเน้นความคิด จะต้องมีความคล่องตัว (active) ในการช่วยครอบครัวตั้งจุดมุ่งหมาย และหาวิธีการในการแก้ปัญหา นอกจากนั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีอารมณ์มั่นคง อดทนและมีความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้

8. ลักษณะสำคัญของทฤษฎี

ลักษณะเด่น ๆ ที่เป็นเอกลักษณ์ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม และพฤติกรรมนิยมเน้นการรู้จักคิด มีดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีนี้ให้ความสำคัญในเรื่องของการสังเกต การวัดและการใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ เวลาส่วนใหญ่ใช้ไปในการสอนทักษะทางสังคมใหม่ๆ เพื่อจะกำจัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
2. วิธีการให้ความช่วยเหลือครอบคลุมแบบพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด จะเน้นการควบคุมทางบวก (positive controls) และการให้การศึกษา มากกว่าการลงโทษ
3. ประสิทธิภาพหรือความสำเร็จในการให้ความช่วยเหลือสามารถวัดได้ จะเห็นได้จากการมีงานวิจัยดี ๆ ที่สนับสนุนผลการบำบัด
4. การให้คำปรึกษาโดยทั่วไปใช้ระยะเวลาสั้น

สรุป การให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด พัฒนามาจากงานของสกินเนอร์ โวลเป และแบนดูรา เป็นส่วนใหญ่ แนวคิดที่สำคัญของนักให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มพฤติกรรมนิยมนี้เชื่อว่า พฤติกรรมทุกพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ บุคคลและครอบครัวแสดงพฤติกรรมตามที่เขาได้เรียนรู้มาในอดีต พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมสามารถเปลี่ยนแปลงและแทนที่ได้โดยพฤติกรรมใหม่ สำหรับกลุ่มพฤติกรรมนิยมเน้นการรู้จักคิด มีความเชื่อเพิ่มเติมไปจากกลุ่มพฤติกรรมใหม่ โดยให้ความสำคัญกับการคิดว่าขณะที่สมาชิกครอบครัวกำลังมีพฤติกรรมนั้นๆ เขาหรือเธอกำลังคิดอะไรอยู่ การให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด ให้ความช่วยเหลือใน 4 ลักษณะใหญ่ คือ การฝึกทักษะการเป็นพ่อแม่แบบพฤติกรรมนิยม การให้คำปรึกษาคู่สมรสแบบพฤติกรรมนิยม การแก้ปัญหาเรื่องเพศแบบพฤติกรรมนิยมและการให้คำปรึกษารอบคอบที่เน้นหน้าที่ของพฤติกรรม โดยทั่วไปการให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มนี้มีเป้าหมายในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยแก้ไขที่สาเหตุหรือที่มาของปัญหาหรือแก้ไขผลที่ตามมาของการกระทำ ส่วนการให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด มุ่งหมายที่จะช่วยครอบครัวให้สามารถเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้มีเหตุผลนำไปสู่พฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ สำหรับเทคนิคที่ใช้ในการให้ความช่วยเหลือครอบครัวมีมากมาย ตัวอย่างเช่น การสอน การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข การเสริมแรงทางบวก การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อบางสิ่งบางอย่าง การโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล การลดความกังวลอย่างเป็นระบบ ดังนั้นบทบาทของผู้ให้คำปรึกษารอบคอบกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิดจะมีลักษณะเป็นครูและผู้เชี่ยวชาญ ลักษณะเด่นของทฤษฎีนี้คือ มีการสังเกต การวัดโดยใช้วิธีทางวิทยาศาสตร์ ใช้เวลาสั้น เหมาะสำหรับการสอนทักษะทางสังคมใหม่ ๆ ให้กับสมาชิกครอบครัว

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสนทนากลุ่ม

3.1 แนวคิดและความเป็นมาของการสนทนากลุ่ม

การสนทนากลุ่ม(Focus Group Discussion) เป็นวิธีการศึกษาวิจัยแบบหนึ่งของการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นการวิจัยเพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความนึกคิด จิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ รวมทั้งปัจจัยอิทธิพลต่อพฤติกรรมนั้น ๆ และยังทำให้ทราบถึงปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้า คำถามในวงสนทนากลุ่มจะเป็นคำถามที่ถามถึงความรู้สึก การตัดสินใจ การให้เหตุผล แรงจูงใจหรือสถานการณ์ต่างๆ การสนทนากลุ่มมีลักษณะเป็นการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันอย่างกว้างขวางของผู้เข้าร่วมสนทนากันเองกับนักวิจัย การสนทนามีความเป็นอิสระในการแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการโต้แย้งปัญหาหรือหัวข้อของการสนทนาถูกกำหนดโดยนักวิจัยหรือผู้สนใจทำการศึกษาในเรื่องนั้นๆ แล้วเลือกสรรบุคคลที่คิดว่าสามารถให้คำตอบในเรื่องที่สนใจได้ตรงประเด็นที่สุดเข้าร่วมในการสนทนา (วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์; และโยธิน แสงวงดี. 2536: 1; และภาณี วงษ์เอก. 2541: 253)

ภาณี วงษ์เอก (2541: 353) กล่าวว่า ในการศึกษาเชิงคุณภาพทั่วไปนั้น วิธีการสนทนากลุ่มที่รู้จักและเรียกกันอยู่มี 2 วิธี คือ การสัมภาษณ์แบบเจาะจง (Focused Interview) และการสนทนากลุ่มแบบธรรมชาติ (Group Discussion) ส่วนการสนทนากลุ่มนั้นจะมีลักษณะแตกต่างกันออกไป ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการสนทนากลุ่มมาเป็นแนวทางในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การสนทนากลุ่มเป็นการนำเอาทั้งสองวิธีมารวมกัน คือ การสนทนาเป็นกลุ่ม และมีประเด็นปัญหาที่เฉพาะเจาะจงในการสนทนาแต่ละครั้ง แต่โดยหลักใหญ่แล้ว วิธีการศึกษาทั้ง 3 วิธีการ ดังกล่าวนั้น เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป จนถึง 10 หรือ 12 คน โดยมีข้อสมมติฐานที่เหมือนกันว่า เราจะรู้ถึงปฏิกิริยาโต้ตอบของคนได้อย่างละเอียดลึกซึ้งโดยการกระตุ้นให้คนหันมาสนใจในสิ่งเดียวกัน และมาแสดงความคิดเห็นร่วมกันซึ่งอยู่ในลักษณะการเคลื่อนไหวภายในกลุ่ม (Group Dynamics) และผู้วิจัยก็จะสังเกตพฤติกรรมของบุคคลในกลุ่มที่ศึกษา ตลอดจนบันทึกการโต้ตอบกันภายในกลุ่มด้วยการบันทึกเทป หรือการจดบันทึกเอาไว้ เพื่อการวิเคราะห์ต่อไป การกระตุ้นดังกล่าวนี้อาจทำได้หลายวิธีด้วยกัน เช่น การให้ชมภาพยนตร์ ฟังกระจายเสียงให้อ่านบทความ หรือ หนังสือ การจุดประเด็นในการสนทนาเฉพาะเรื่องที่สนใจจะศึกษา หรือแม้กระทั่งการที่จะให้กลุ่มที่จะศึกษาร่วมอยู่ในเหตุการณ์ การกระทำดังกล่าวทั้งหมดนี้ถือว่าเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดการเคลื่อนไหวภายในกลุ่ม แต่ละวิธีมีวิธีการที่แตกต่างกันบ้างซึ่งก็แล้วแต่ผู้นำไปประยุกต์ใช้ แต่ในที่นี้ จะขอกล่าวถึงการนำหลักเกณฑ์ดังกล่าวนี้มาประยุกต์ใช้ในการศึกษาด้วยวิธีการจัดสนทนากลุ่มเท่านั้น

การสนทนากลุ่ม ได้เริ่มเข้ามาสู่วงวิชาการเมื่อประมาณ พ.ศ.2522 เนื่องจากในแวดวงวิชาการได้ให้ความสนใจกับการศึกษาวิธีนี้ ซึ่งเห็นว่าเป็นเทคนิคการวิจัยประยุกต์ที่มีประโยชน์มาก จึงได้เริ่มนำเอามาใช้ด้วยวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกัน เช่น The U.S National Cancer Institute's

Branch ใช้ในการศึกษาวิจัยแบบสนทนากลุ่ม เพื่อเป็นเทคนิคในการทดสอบโครงการให้การศึกษาแก่ประชาชน ในเรื่องการป้องกันโรคมะเร็ง The U.S National Heart, Lung and Blood Institute ใช้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับโครงการให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับอันตราย และวิธีการป้องกันความดันโลหิตสูง UNICEF ใช้เพื่อเป็นงานวิจัยประยุกต์ส่วนหนึ่งที่จะให้ข้อมูลระดับลึก เกี่ยวกับทัศนคติของประชาชน และพฤติกรรมอันเกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมในประเทศที่กำลังพัฒนาในการศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนครอบครัวที่เม็กซิโก ได้ใช้เทคนิคนี้เพื่อหาข้อมูลการพัฒนาโครงการขยายตลาดผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับการคุมกำเนิด ส่วนในการศึกษาเรื่องการวางแผนครอบครัวในเขตเมืองของอินโดนีเซีย ใช้การจัดสนทนากลุ่มเพื่อเป็นก้าวแรกในการที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อการวิจัยแบบสำรวจในขั้นต่อไป (ภาณี วงษ์เอก. 2541: 344-345; อ้างอิงจาก Schearer.1981) นอกจากนี้โครงการ “Focus Group Research on the Determinants of Fertility in Southern Thailand” ก็ได้ริเริ่มนำเอาการจัดสนทนากลุ่ม มาประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิจัยทางด้านประชากรและการวางแผนครอบครัวในประเทศไทย

3.2 ความหมายของการสนทนากลุ่ม

วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์ และ โยธิน แสงดี (2536: 2-3) ได้ให้ความหมายของการสนทนากลุ่ม ไว้ว่าเป็นการรวบรวมข้อมูลจากการนั่งสนทนากับผู้ให้ข้อมูล (Key Informants) เป็นกลุ่ม ซึ่งผู้ร่วมสนทนากลุ่มนี้จะได้มาจากการเลือกสรรตามหลักเกณฑ์ที่นักวิจัยกำหนดไว้ว่าจะเป็นผู้ที่สามารถให้คำตอบตรงประเด็นและสามารถตอบวัตถุประสงค์ที่สนใจศึกษามากที่สุด

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2544: 240-241) ได้ให้ความหมายของการสนทนากลุ่มไว้ว่าเป็นวิธีการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีนี้เก็บข้อมูลและจะนัดหมายผู้ให้ข้อมูลประชุมร่วมกัน ณ ที่แห่งใดแห่งหนึ่งเพื่อการซักถามเก็บข้อมูลต่างๆ ตามที่ต้องการ ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดจะต้องเป็นบุคคลที่เกี่ยวข้องการแสดงความคิดเห็นหรือการซักถามจะเป็นไปในลักษณะของการสนทนา ผู้ให้ข้อมูลทุกคนควรได้รับการบอกกล่าวชักจูงว่าตนมีความสำคัญและความสามารถในการแสดงความคิดเห็น การให้ความคิดเห็นเป็นไปอย่างอิสระเสรีและไม่กระทบกระเทือนทำให้เสียประโยชน์ใด ๆ

3.3 ลักษณะของการสนทนากลุ่ม

การสนทนากลุ่มเป็นการนั่งสนทนากันระหว่างผู้ให้สัมภาษณ์กับผู้นำสนทนากลุ่ม เป็นกลุ่มตามปกติประมาณ 6-12 คน แต่ในบางกรณีอาจมีข้อยกเว้นให้มีได้ประมาณ 4-5 คน ในระหว่างการสนทนากันของผู้ให้สัมภาษณ์นั้น จะมีผู้ดำเนินการสนทนา (Moderator) เป็นผู้คอยจุดประเด็นการสนทนาเพื่อเป็นการชักจูงให้บุคคลกลุ่มนี้ได้แสดงความคิดเห็นต่อประเด็นหรือแนวทางในการสนทนาให้ได้กว้างขวางลึกซึ้ง และละเอียดที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ในการสนทนาดังกล่าว มีลักษณะที่เปิดกว้างที่จะให้ผู้ร่วมสนทนา แต่ละคนวิพากษ์วิจารณ์หรือมีข้อสงสัยถามผู้เข้าร่วมสนทนาคนอื่นๆ หรือตอบข้อวิพากษ์นั้นๆ ได้ รวมทั้งตัวผู้ดำเนินการสนทนาด้วย การที่ผู้ร่วม

สนทนาเหล่านี้มีปฏิริยาโต้ตอบกันในระหว่างสนทนานั้น จะเป็นสิ่งเร้าใจให้เกิดจากการสนทนาในระดับลึกยิ่งขึ้น ในแต่ละประเด็น ด้วยวิธีการดังกล่าวนี้ จะทำให้ผู้วิจัยได้ข้อมูลในสิ่งซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถได้มาด้วยวิธีการใช้แบบสอบถาม ต่อจากนั้นผู้วิจัยก็จะคอยวิเคราะห์สถานการณ์ในกลุ่มบุคคลที่ถูกกระตุ้นเหล่านี้ เพื่อที่จะดูว่าน่าจะได้สมมติฐานใดบ้าง จากปฏิริยาภายในกลุ่ม ต่อมาผู้วิจัยจะได้ประเด็นที่นำมาพูดคุยในเรื่องที่สงสัยว่าจะเป็นสมมติฐาน และข้อสมมติฐานก็จะสอดคล้องกับข้อมูลที่ได้รับจากการพูดคุยกัน โดยเจาะประเด็นไปที่ประสบการณ์ของบุคคลต่างๆ ที่ศึกษาจากการพูดคุยในลักษณะนี้ ผู้วิจัยจะได้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่ต้องการศึกษาเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังจะต้องวิเคราะห์สถานการณ์ภายในกลุ่มด้วย เพื่อให้แน่ใจถึงความหมายของสถานการณ์นั้น ๆ จากการวิเคราะห์สถานการณ์ก็จะเป็นการช่วยให้ผู้วิจัยได้ทดสอบสมมติฐานที่มีอยู่ รวมทั้งผู้วิจัยยังอาจได้คำตอบที่ไม่ได้คาดหมายเอาไว้ก่อนอีกด้วย ช่วยให้มีสมมติฐานที่ได้มา มีความเป็นระบบมากยิ่งขึ้น

3.3.1. ข้อดีของการจัดสนทนากลุ่ม

การจัดสนทนากลุ่ม มีข้อดี (ภาณี วงษ์เอก. 2541:407)

3.3.1.1. เนื่องจากผู้ที่จะเป็นผู้ดำเนินการสนทนากลุ่ม จะต้องเป็นตัวผู้วิจัยเอง หรือเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกอบรมมาอย่างดี ดังนั้น การที่ผู้ร่วมสนทนาเข้าใจผิดในประเด็นที่สนทนา ตัวผู้ดำเนินการสนทนาก็สามารถจะแก้ไขได้ทันที เพราะเป็นผู้ที่รู้ถึงวัตถุประสงค์ และสมมติฐานในการวิจัยเรื่องนั้น ๆ เป็นอย่างดี

3.3.1.2. ในการจัดสนทนากลุ่มแตกต่างจากวิธีอื่นๆ คือ มีผู้ร่วมสนทนาประมาณ 6-12 คน และบุคคลเหล่านี้จะมีสถานภาพต่างๆ ที่คล้ายคลึงกัน ดังนั้นจะไม่ค่อยมีความรู้สึกขัดเขิน หรือมีความขี้อายเกรง อันเนื่องมาจากความคิดที่ว่าผู้วิจัยมีการศึกษาดีกว่า และมีสถานภาพทางเศรษฐกิจสูงกว่า เพราะเป็นการเผชิญหน้ากันในลักษณะของกลุ่มมากกว่าตัวต่อตัวเหมือนวิธีสัมภาษณ์รายบุคคล หรือการสัมภาษณ์ระดับลึก

3.3.1.3. ลักษณะของการเปิดโอกาสให้มีปฏิริยาโต้ตอบกันในการสนทนากลุ่มนั้น ทำให้มีการถกเถียงกันในเนื้อหาสาระอย่างกว้างขวาง ดังนั้นจึงทำให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ประเด็นต่างๆ ได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น เท่ากับเป็นการกลั่นกรองความผิดพลาดอันเนื่องมาจากการตีความหมายผิด ทั้งนี้ถ้าหากในประเด็นต่างๆ ยังไม่ชัดเจนเพียงพอ ผู้วิจัยสามารถจะซักถามต่อเพื่อหาคำอธิบายหรือสามารถจะเก็บความเอามาจากการวิพากษ์วิจารณ์ที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มมาวิเคราะห์ได้

3.3.1.4. บรรยากาศในการสนทนากลุ่มจะช่วยลดความกลัวว่า ความคิดเห็นของแต่ละคนจะเป็นเป้าหมายในการถูกบันทึกเอาไว้ ทั้งนี้เพราะเป็นการแสดงความคิดเห็นในลักษณะกลุ่มมากกว่า

3.3.2 ข้อจำกัดของการจัดสนทนากลุ่ม

การจัดสนทนากลุ่ม มีข้อจำกัดคือ (ภาณี วงษ์เอก. 2541:408)

- 3.3.2.1. การจัดสนทนากลุ่มแต่ละครั้ง จะต้องระวังมิให้เกิดการผูกขาดการสนทนากลุ่มขึ้น โดยบุคคลใดบุคคลหนึ่งในกลุ่ม และครอบงำผู้ร่วมสนทนาให้เท่าๆ กันทุกคน
- 3.3.2.2. พฤติกรรมหรือความคิดเห็นบางอย่าง ซึ่งเป็นส่วนที่ไม่ยอมรับของชุมชนอาจจะไม่ได้รับการเปิดเผยในการจัดสนทนากลุ่ม ถ้าหากไปสัมภาษณ์ตัวต่อตัวจะได้รับการเปิดเผยมากกว่า

3.4 จุดมุ่งหมายของการใช้การสนทนากลุ่ม

แนวทางการใช้การสนทนากลุ่มที่นิยมใช้กันมีจุดมุ่งหมายดังนี้

- 3.4.1. เพื่อใช้ในการสร้างสมมติฐานใหม่ ๆ
- 3.4.2. เพื่อใช้ในการสำรวจความคิดเห็น ทศนคติ และคุณลักษณะต่างๆ ของประชากร
- 3.4.3. เพื่อใช้ในการทดสอบแนวความคิดในเรื่องเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ใหม่
- 3.4.4. เพื่อใช้ในการประเมินผลทางด้านธุรกิจ
- 3.4.5. เพื่อใช้ในการกำหนดคำถามและเพื่อทดลองใช้แบบสอบถาม
- 3.4.6. เพื่อใช้ค้นหาคำตอบที่ยังคลุมเครือ หรือไม่แน่ชัดของการวิจัย แบบสำรวจ เพื่อช่วยส่งเสริมให้งานวิจัยสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

3.5 องค์ประกอบของการสนทนากลุ่ม องค์ประกอบของการสนทนากลุ่มมีดังนี้

- 3.5.1. การกำหนดเรื่องที่จะทำการวิจัย
- 3.5.2. กำหนดตัวแปรหรือตัวบ่งชี้ที่คาดว่าจะเกี่ยวข้องจากเรื่องที่จะทำการวิจัยเพื่อนำมาสร้างเป็นคู่มือการสนทนา
- 3.5.3. ผู้วิจัยจะนำคู่มือการสนทนาที่กำหนดตัวแปรไว้มาเรียบเรียงหรือจำแนกเป็นข้อย่อย จัดอันดับ ผูกเป็นเรื่องราวการสนทนาให้เป็นขั้นตอนและสละสลวยเป็นลำดับความคิด
- 3.5.4. บุคลากรในการจัดสนทนากลุ่ม มีดังนี้
 - 3.5.4.1. พิธีกร เป็นผู้นำและกำกับการสนทนาของกลุ่มให้เป็นไปตามแนวทางหัวข้อ การวิจัยโดยให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงและมากที่สุดในเวลาที่กำหนด
 - 3.5.4.2. ผู้จัดบันทึก เป็นผู้จัดบันทึกคำสนทนาโดยย่อของกลุ่มทั้งหมด
 - 3.5.4.3. เจ้าหน้าที่บริการทั่วไปเป็นบุคคลที่คอยเอื้ออำนวยและให้ความสะดวกแก่ผู้ที่อยู่ในกลุ่มขณะดำเนินการสนทนา
- 3.5.5. แบบคัดเลือกผู้เข้าร่วมกลุ่ม การจัดกลุ่มพยายามที่จะให้ได้บุคคล ซึ่งมีบุคลิกลักษณะและภูมิหลังใกล้เคียงกัน จึงจำเป็นต้องมีการเลือกบุคคลเพื่อเข้าร่วมสนทนากลุ่ม

3.5.6. สถานที่ที่จะจัดสนทนากลุ่ม ควรมีการกำหนดและจัดเตรียมสถานที่ที่จะทำการสนทนากลุ่มให้เหมาะสม นั่นคือ สงบเงียบ มีบรรยากาศไม่ร้อน อากาศถ่ายเทได้สะดวก และจะต้องไปมาสะดวก ผู้ที่จะเข้าร่วมกลุ่มสนทนาจะต้องรู้จักดีทุกคน

3.5.7. อุปกรณ์บันทึกข้อมูล ต้องจัดเตรียมอุปกรณ์ให้ครบถ้วนทั้งกระดาษจดบันทึก และเครื่องอุปกรณ์ในการบันทึกเสียง

3.5.8. อุปกรณ์เสริมการสนทนา เช่น เครื่องดื่ม ของขบเคี้ยว รูปถ่าย เอกสารสิ่งพิมพ์ สิ่งของเหล่านี้จะช่วยให้บรรยากาศในการสนทนาราบรื่นดีขึ้น

3.5.9. การนัดหมายและการคัดเลือกผู้เข้าร่วมสนทนา จะต้องนัดหมายและชี้แจงในเรื่องที่จะมีการสนทนากลุ่มให้ผู้ที่ได้รับคัดเลือกได้เข้าใจในเบื้องต้นเสียก่อน เช่น หัวเรื่องที่จะสนทนา วัตถุประสงค์ของการสนทนา ตลอดจนวัน เวลาที่จะมีการสนทนา

3.5.10. สิ่งของเพื่อสมนาคุณผู้เข้าร่วมสนทนา เป็นการขอบคุณที่ทุกท่านสละเวลามาร่วมพูดและแลกเปลี่ยนความคิด

3.6.1. การดำเนินการสนทนากลุ่ม

เมื่อสมาชิกกลุ่มมาพร้อมกันแล้ว พิธีกรก็เริ่มการสนทนาโดยสร้างความอบอุ่นเป็นกันเอง เริ่มจากคำถามอุ่นเครื่องทั่ว ๆ ไป แล้วจึงนำเข้าสู่คำถามตามที่ได้กำหนดไว้ ในขณะที่พิธีกรและผู้ร่วมสนทนากำลังสนทนากัน เจ้าหน้าที่บันทึกการสนทนายก็จะจดบันทึกตามไปด้วย ประกอบกับต้องบันทึกเสียงการสนทนาไว้ด้วย เมื่อการสนทนาสิ้นสุดแล้ว พิธีกรจะต้องนำการพูดคุยไปสู่ความคิดเห็นหรือความรู้สึกของผู้ร่วมกลุ่มต่อการสนทนาครั้งนั้นว่า ชอบหรือไม่ชอบ บรรยากาศในกลุ่มเป็นอย่างไร ผู้เข้าร่วมสนทนาแต่ละคนมีข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอะไรบ้าง ซึ่งพิธีกรจะนำข้อมูลเหล่านี้มาประกอบในการเขียนรายงานสรุปความคิดเห็นของพิธีกรต่อการจัดกลุ่มนี้

3.6.1.1 การประมวลผลและวิเคราะห์ผล

ข้อมูลดิบที่ได้จากการสนทนากลุ่ม จะถูกบันทึกการรายงานการสนทนาด้วยเทปบันทึกเสียงและรายงานสรุปผลการสนทนา การถอดเทปจะถอดเป็นลายลักษณ์อักษรทุกคำพูด แล้วจัดทำเป็นบทสนทนาประกอบข้อมูลที่ได้จากแบบบันทึกการรายงานการสนทนา แล้ววิเคราะห์สาระจากบทสนทนานั้น เมื่อผู้วิเคราะห์มีความคิดเห็นในการแปลผลไม่ตรงกัน ก็จะกลับไปฟังรายละเอียดจากเทปเพื่อความกระจ่างใหม่

3.7 ความน่าเชื่อถือและความถูกต้องของข้อมูล

การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสนทนากลุ่ม โดยคำนึงถึงความถูกต้องและความเชื่อถือได้ของการสนทนากลุ่ม การสนทนากลุ่มนับเป็นวิธีใหม่ของการเก็บข้อมูลในการศึกษาเชิงคุณภาพที่นิยมใช้กัน

อย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการวิจัยประเมินทัศนคติของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะ

เบญจา ยอดดำเนิน-แอ็ดติง; และคนอื่นๆ (2541: 84) กล่าวว่า การสนทนากลุ่มจะช่วยให้เกิดความถูกต้องและเชื่อถือได้ของข้อมูล และต้องคำนึงถึงหลัก 4 ประการ ดังนี้คือ

ประการที่ 1 ในการศึกษาควรเลือกบุคคลที่มีลักษณะพื้นฐานที่คล้ายคลึงกัน (Homogeneous Group) ซึ่งเป็นวิธีการในการศึกษาข้อมูลตามระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพที่พลวัตของกลุ่ม (Group Dynamic) จะเป็นสิ่งกระตุ้นให้แต่ละคนในกลุ่มแสดงความคิดเห็นและทัศนะของตนออกมาอย่างเปิดเผยและจริงใจ โดยการสนทนากลุ่มแต่ละกลุ่มประกอบด้วยสมาชิกกลุ่มกลุ่มละ 8 คน ซึ่งผู้วิจัยจะจงเลือกมาร่วมเข้ากลุ่ม จะต้องมีคุณลักษณะพื้นฐานที่คล้ายคลึงกัน เพื่อผู้เข้าร่วมกลุ่มสนทนามีความรู้สึกละสบายใจที่จะแสดงความคิดเห็นตามทัศนะของตนในกลุ่ม ลักษณะของแนวคำถามที่ถามถึงความรู้สึก ฐานความคิด การตัดสินใจ การใช้เหตุผล แรงจูงใจหรือสถานการณ์ต่างๆ ตลอดจนความประทับใจในขณะสนทนากัน โดยความคิดเห็นของคนๆ หนึ่งในกลุ่มอาจจะไปกระตุ้นให้คนอื่นๆ ในกลุ่มพูดและแสดงความคิดเห็นของตนเองออกมา

ประการที่ 2 ผู้ดำเนินการสนทนา คือ ผู้ดำเนินการสนทนา ต้องมีความสามารถในการถามคำถาม และกำกับการสนทนาให้เป็นไปตามแนวทางของหัวข้อที่จะศึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนตรงกับประเด็นที่จะศึกษาและละเอียดที่สุดในเวลาที่กำหนด สามารถที่จะควบคุมประเด็นการสนทนากลุ่มได้ สามารถชักจูงให้สมาชิกกลุ่มอธิบายความรู้สึกในประเด็นที่ซักถามได้ว่ามีความคิดเห็นหรือมีทัศนคติอย่างไร พร้อมทั้งสามารถคิดวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รับ เพื่อเชื่อมโยงหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลนั้นกับข้อมูลอื่นที่ได้รับคำตอบมาก่อน ผู้ดำเนินการสนทนาจะเป็นผู้แยกประเด็นคำถามให้เป็นรายละเอียดที่จะซักถามและสร้างความต่อเนื่องในการสนทนากลุ่ม รวมทั้งสร้างบรรยากาศสนทนากลุ่มให้เป็นกันเอง ไม่ตึงเครียด เพื่อผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มรู้สึกเป็นอิสระที่จะแสดงความคิดเห็นและร่วมในการสนทนากลุ่มอย่างเต็มที่ ซึ่งจะทำให้ผู้ร่วมสนทนากลุ่มเข้าใจ และสามารถตอบคำถามได้ตรงประเด็น

ประการที่ 3 สถานที่และบรรยากาศสำหรับการสนทนากลุ่ม ควรเป็นสถานที่ที่สะดวกสำหรับสมาชิกทุกคนมากที่สุดและเป็นพื้นที่ที่สมาชิกกลุ่มคุ้นเคย บรรยากาศเงียบเป็นอิสระ ปราศจากการรบกวนจากภายนอก

ประการที่ 4 ความเป็นกลางของผู้เก็บข้อมูลและผู้ให้ข้อมูล ผู้ที่จะทำหน้าที่ประเมินและวิเคราะห์ข้อมูลได้ดีที่สุดนั้น ควรเป็นผู้ดำเนินการสนทนาหรือผู้ที่อยู่ร่วมในการสนทนาอย่างใกล้ชิด มิฉะนั้นแล้วอาจได้ข้อสรุปที่ขาดความถูกต้องแม่นยำ เพราะขาดความเข้าใจในเรื่องและบรรยากาศในขณะการสนทนา

3.8 ขนาดของกลุ่มที่ร่วมสนทนา

วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์; และโยธิน แสงวดี (2536: 2-3) กล่าวว่า การสนทนากลุ่มได้กำหนดหลักเกณฑ์เอาไว้ว่า ผู้ที่จะเข้าร่วมกลุ่มนั้นจะต้องมีลักษณะคล้ายๆ กันในหลายๆ ด้าน (Homogeneous) นอกจากนี้กลุ่มสนทนาควรจะต้องมากกว่า 3-4 คน ทั้งนี้เพราะว่ากลุ่มที่นักวิจัยจะทำการสนทนาแบบรวมข้อมูลนี้ ไม่ใช่กลุ่มที่เกิดจากธรรมชาติ แต่เป็นการรวมกลุ่มทำให้เกิดขึ้นแล้วทำบรรยากาศในวงสนทนาให้เป็นธรรมชาติ และสร้างสรรค์ให้เกิดการเสวนากันในลักษณะที่เป็นการพูดคุยกัน แสดงความคิดเห็นทั้งสองสอดคล้องและเป็นการโต้แย้ง ดังนั้นถ้าสมาชิกกลุ่มเพียง 3-4 คน ก็จะไม่เกิดการโต้แย้งหรือการแสดงความคิดเห็นเท่าที่ควรเพราะเป็นกลุ่มเล็กเกินไป ประกอบกับเป็นการจัดตั้งกลุ่ม นักวิจัยและสมาชิกกลุ่มยังไม่คุ้นเคยกัน การโต้แย้งหรือการเสนอแนวคิดต่าง ๆ ก็อาจเกิดขึ้นได้น้อย ดังนั้น กลุ่มนักคิดทางวิจัยธุรกิจการตลาดและนักวิจัยทางสังคมศาสตร์ที่นำวิธีการสนทนากลุ่มย่อยมาใช้ จึงนำหลักการของนักจิตวิทยาสังคมและนักจิตวิทยาคลินิกที่ใช้ในการทดลองศึกษาการโต้แย้งของคนเป็นกลุ่ม ว่ากลุ่มคนที่มีขนาดระหว่าง 7-8 คนนี้ เป็นกลุ่มที่มีลักษณะการตอบโต้และโต้แย้งกันดีที่สุด เป็นขนาดกลุ่มที่ก่อให้เกิดการสนทนาที่มีลักษณะ เปิดกว้างที่จะให้ผู้ร่วมสนทนาทุกคนไม่อาย และแต่ละคนวิพากษ์วิจารณ์ได้ดีที่สุด เป็นกลุ่มคนกำลังเหมาะในการจุดประเด็นซักถามนั่นเอง

ดังนั้นกลุ่มของวงสนทนาจึงประกอบด้วยผู้เข้าร่วมสนทนา 7-8 คน ซึ่งนับว่าเป็นขนาดที่กำลังเหมาะที่จะก่อให้เกิดการถกประเด็นปัญหาและการเสวนากลุ่ม ถ้าหากกลุ่มมีขนาดใหญ่กว่านี้เป็น 9-12 คน ก็จะมีลักษณะเป็นกลุ่มใหญ่ และในวงสนทนาอาจจะมีการแบ่งกลุ่มย่อยหันหน้าเข้าสนทนากันเอง ซึ่งจะลำบากในการนั่งสนทนาเป็นกลุ่มและยากต่อการสรุปประเด็นปัญหาหรือวิเคราะห์ข้อมูล

3.9 หลักการจัดสนทนากลุ่ม

หลักสำคัญคือ ผู้ที่ให้ข้อมูลหรือผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่ม (ยกเว้นผู้ปฏิบัติ) จะต้องเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับเรื่องที่จะศึกษานั้น และทุกคนจะต้องเข้ามาด้วยความสมัครใจพร้อมที่จะให้ข้อมูลข้อเท็จจริงตามประสบการณ์และความคิดเห็นของตน หลักการจัดสนทนากลุ่มเท่าที่นิยมใช้กันมีจุดมุ่งหมายดังต่อไปนี้ (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2544 : 241)

1. ใช้ในการสร้างสมมติฐานใหม่ ๆ (Generating Hypotheses)
2. ใช้ในการสำรวจความคิดเห็น ทศนคติ และคุณลักษณะของประชากร (Exploring Opinions, Attitudes and Attributes)
3. ใช้ในการทดสอบแนวความคิดใหม่ในเรื่องที่เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นมาใหม่ (Testing New Product Items)
4. ใช้ในการประเมินผลทางด้านธุรกิจ (Evaluating Commercials)

5. ใช้ในการกำหนดคำถาม และเพื่อทดลองใช้แบบสอบถาม (Identifying and Pretesting Questionnaire Items)

6. ใช้ในการสนทนากลุ่มเพื่อเป็นการค้นหาคำตอบที่ยังคลุมเครือหรือไม่แน่ชัดของการวิจัยแบบสำรวจ ซึ่งเรียกว่าเป็นการใช้การสนทนากลุ่มเพื่อช่วยเสริมให้งานวิจัยสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

3.10 การดำเนินการสนทนากลุ่ม

ขั้นที่ 1 การเตรียมการก่อนการสนทนากลุ่ม

1. การกำหนดหัวข้อประเด็นและแนวคำถามที่จะใช้ในการสนทนากลุ่ม ก่อนจะดำเนินการสนทนากลุ่ม จะต้องมีการกำหนดหัวข้อประเด็น และแนวคำถามจากวัตถุประสงค์ออกมาเป็นร่างแนวคำตอบย่อย แล้วนำคำถามย่อยที่ร่างไว้มาเรียบเรียงเป็นข้อคำถาม จัดลำดับและผูกเป็นเรื่องราวเพื่อนำการสนทนาให้เป็นขั้นตอน และจัดลำดับความคิดให้เป็นหมวดหมู่หรือหัวข้อใหญ่

2. การเตรียมบุคลากรในการสนทนากลุ่ม บุคลากรที่เข้าร่วมสนทนาควรมี ดังนี้

2.1. ผู้ดำเนินการสนทนา (Moderator) ต้องเป็นผู้ที่ได้ศึกษาแนวคิดและภูมิหลังเกี่ยวกับหัวข้อที่จะสนทนากลุ่ม จนเข้าใจปัญหาและแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา และควรมีประสบการณ์ในการจัดสนทนากลุ่มมาพอสมควร ทำให้สามารถที่จะควบคุมประเด็นการสนทนากลุ่มได้ สามารถกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มอธิบายความรู้สึกในประเด็นที่ซักถามได้ว่ามีความเห็นหรือมีทัศนะอย่างไร พร้อมทั้งสามารถวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รับเพื่อเชื่อมโยงหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลนั้นกับข้อมูลอื่นที่ได้รับคำตอบมาก่อน

2.2. ผู้จดบันทึกคำสนทนา (Note-taker) ผู้ที่ทำหน้าที่จดคำบันทึกคำพูดทุกคำพูดในการสนทนากลุ่มให้ได้มากที่สุด รวมทั้งจดกิริยาท่าทางของสมาชิกผู้เข้าร่วมกลุ่มสนทนาเพื่อเป็นประโยชน์ ในการที่จะนำมาใช้ประกอบการศึกษาถึงบรรยากาศของการจัดกลุ่มสนทนาในแต่ละครั้ง เพื่อเป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลจากคำพูดและท่าทางของผู้ร่วมสนทนากลุ่ม นอกจากนี้ผู้จดบันทึกคำสนทนาต้องทำหน้าที่ช่วยผู้ดำเนินการสนทนา โดยเป็นผู้คอยเตือนผู้ดำเนินการสนทนาให้ถามบางคำถามที่ละเอียดหรือลืมหืมถามหรือถามข้ามไป โดยก่อนเริ่มการจัดกลุ่มสนทนา ผู้จดบันทึกคำสนทนากลุ่มจะเขียนแผนผังการนั่งสนทนากลุ่มให้ผู้ดำเนินการสนทนากลุ่ม เพื่อให้ผู้ดำเนินการสนทนากลุ่มและผู้จดบันทึกคำสนทนากลุ่มได้ทราบว่า สมาชิกกลุ่มคนใดนั่งตรงไหนและผู้ร่วมสนทนากลุ่มที่นั่งในตำแหน่งต่าง ๆ นั้นชื่ออะไร เพื่อช่วยให้การดำเนินการจัดกลุ่มสนทนาเป็นไปด้วยบรรยากาศที่ดี และผู้จดบันทึกคำสนทนากลุ่มก็จะสามารถจดบันทึกคำสนทนากลุ่มได้ง่ายขึ้น

2.3. เจ้าหน้าที่บริการทั่วไป (Provider) เป็นบุคคลที่คอยเอื้ออำนวย และให้ความสะดวกแก่ผู้ที่อยู่ในกลุ่มสนทนา โดยการบริการน้ำดื่ม อาหารว่าง บันทึกรูปถ่าย เปลี่ยนเทป

3. การเตรียมอุปกรณ์ในการรวบรวมข้อมูลในการจัดกลุ่มสนทนา อุปกรณ์ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ เทปบันทึกเสียงเพราะในการจัดกลุ่มสนทนานั้นตลอดเวลาของการสนทนา จะมีการถกปัญหา มีการโต้แย้งเป็นกระแสดความคิดเห็นที่สวนกันไปมาหลายเสียงหลายความคิดเห็น บางครั้งมีการพูดพร้อมกันหลายคน หรือมีการถกเถียงโต้ตอบกันรวดเร็ว ซึ่งผู้จัดบันทึกคำสนทนาจะบันทึกไม่ทัน จึงต้องมีการบันทึกเสียงเอาไว้ นอกจากนี้เทปบันทึกข้อมูลแล้ว ควรจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูลการจัดกลุ่มสนทนา เช่น ดินสอ ปากกา ยางลบ กระดาษ ฯลฯ

3.1. สถานที่จัดกลุ่มสนทนา ผู้วิจัยเลือกสถานที่ที่จัดกลุ่มสนทนาที่สะดวกสำหรับสมาชิกทุกคนมากที่สุด และเป็นທີ່ที่สมาชิกคุ้นเคย บรรยากาศเงียบ อากาศถ่ายเทได้ดี ไม่มีเสียงรบกวน และสามารถกันผู้ที่ไม่เกี่ยวข้องให้ออกไปจากพื้นที่ที่ใช้ในการจัดกลุ่มสนทนาได้

3.2. ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกลุ่มสนทนา ผู้วิจัยใช้เวลาในการจัดกลุ่มสนทนาประมาณ 2 ชั่วโมง

ขั้นที่ 2 ขั้นตอนในการจัดกลุ่มสนทนาดังกล่าว

ในการจัดสนทนากลุ่มควรมีขั้นตอนดังนี้ (ภาณี วงษ์เอก. 2541: 403-404)

1. เลือกบุคคลที่จะเข้าร่วมสนทนากลุ่ม ด้วยแบบฟอร์มที่เตรียมไว้ตามขนาดของกลุ่มที่ต้องการโดยทั่ว ๆ ไปควรจะประมาณ 6-12 คน เพราะหัวข้อบางหัวข้อที่ยากหรือไม่ น่าสนใจสำหรับผู้สนทนาในกลุ่ม จะทำให้ผู้ไม่สามารถจุดประเด็นที่เร้าให้เกิดการสนทนาได้อย่างมีรสชาติและปฏิริยาโต้ตอบกันในระหว่างผู้สนทนาเองก็จะแสดงออกไม่เต็มที่ ถ้าหากเกิน 12 คนแล้ว ผู้เข้าร่วมสนทนาทุกคนก็จะไม่มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนเอง และเป็นการยากแก่ผู้ดำเนินการสนทนาในการที่จะชักนำให้กลุ่มนั้นหันเหเข้ามาสู่ประเด็นที่ต้องการ เมื่อได้บุคคลที่เข้าข่ายแล้ว ผู้ดำเนินการสนทนา ผู้จัดบันทึก (ผู้ช่วย) จะเป็นผู้พาเข้าร่วมสนทนากลุ่มพร้อมกัน ณ สถานที่ที่จัดให้มีการสนทนากลุ่ม

2. ผู้ดำเนินการสนทนาแนะนำคณะผู้วิจัยอีกครั้ง และบอกจุดมุ่งหมายในการสนทนาด้วย พร้อมทั้งสร้างบรรยากาศแห่งความเป็นกันเอง โดยเชิญให้รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม และขอความยินยอมจากกลุ่มสนทนาโดยขอบันทึกเสียงการสนทนา ควรชี้แจงให้ทราบจุดมุ่งหมายในการบันทึกเสียงและการจัดบันทึก และเปิดโอกาสให้ซักถามคณะผู้วิจัยก่อน เพื่อสร้างความไว้วางใจ

3. เริ่มการสนทนาโดยยึดแนวทางการสนทนาที่มีอยู่เป็นหลัก แต่ดูความเหมาะสม สามารถยืดหยุ่นได้แล้วแต่สถานการณ์กลุ่มพาไป อย่างไรก็ตามต้องคำนึงว่าครอบคลุมเนื้อหาที่ต้องการแล้วหรือยัง ผู้ดำเนินการสนทนาควรจะประมาณระยะเวลาที่จะใช้ในแต่ละประเด็นเอาไว้ด้วยเพื่อไม่ให้เสียเวลามากไปกับบางหัวข้อ แต่ทั้งนี้ผู้ดำเนินการในแนวทางการสนทนาแล้วจบการสนทนาด้วยการเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมสนทนาซักถามข้อข้องใจอีกครั้ง เพื่อเป็นการตอบข้อสงสัยในเรื่องที่สนทนามาทั้งหมด

วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์; และโยธิน แสงดี (2536: 4) กล่าวว่า การเขียนแนวคำถามทำได้หลายวิธี เช่น อาจกำหนดเป็นประเด็นแล้วแปลงประเด็นหนึ่งๆ เป็นคำถามหลายคำถามที่ จะนำคำตอบไปสรุปให้ตรงกับแต่ละประเด็นนั้นได้ หรืออาจจะทำโดยการกำหนดตัวแปรและร่าง สมมติฐาน และนำมาสร้างเป็นคำถามย่อยๆ โดยมีหลักเกณฑ์ว่าคำถามแต่ละคำถามหรือแต่ละชุด ต้องตั้งอยู่บนสมมติฐานย่อย หรือข้อคิดทางทฤษฎีหนึ่ง ๆ ทำนองว่า ทำไมเป็นอย่างนี้ เพราะอะไร ทำไม อย่างไร การเขียนคำถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษาอย่างนี้ เพื่อที่จะให้ได้ คำตอบออกมาในเชิงที่เป็นเหตุเป็นผลนั่นเอง

3.11 สรุปการสนทนากลุ่มสำหรับการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

ในการดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เชิญ ผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรส มาเข้าร่วมดำเนินการสนทนากลุ่ม ซึ่งประกอบไปด้วย จิตแพทย์ 1 คน นักจิตวิทยา 1 คน นักสังคมสงเคราะห์ 1 คน พยาบาลจิตเวช 1 คน อาจารย์ มหาวิทยาลัย 1 คน และคู่สมรสทหารเรือ (ครอบครัวตัวอย่าง) ทั้งสามีและภรรยา 2 คน รวมจำนวน 7 คน โดยใช้สถานที่ ณ ห้อง 407 ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในวันที่ 22 ธันวาคม พ.ศ.2547 เวลา 13.30-15.00 น. โดยผู้วิจัย เป็นผู้ดำเนินการสนทนากลุ่มเอง ซึ่งสามารถสรุปประเด็นและแนวคิดที่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสที่ ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มได้แสดงความคิดเห็นไว้ ว่าต้องประกอบไปด้วยองค์ประกอบต่างๆ ดังต่อไปนี้ คือ

1. การสื่อสารระหว่างคู่สมรส
2. การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
3. บทบาท หน้าที่และความรับผิดชอบของคู่สมรส
4. การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
5. การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
6. ความรักใคร่ ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
7. ความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างคู่สมรส
8. การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
9. การปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์องค์ประกอบ

4.1 การวิเคราะห์องค์ประกอบ

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2544: 55-56) กล่าวว่า เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบ เป็นเทคนิคหนึ่งที่ใช้ในการจัดตัวแปรต่างๆ โดยให้มีจำนวนกลุ่มน้อยกว่าจำนวนตัวแปร กรณีที่ตัวแปรจะจัดกลุ่มกันได้ก็ต่อเมื่อตัวแปรเหล่านั้นจะต้องมีบางสิ่งบางอย่างร่วมกันหรือมีความร่วมกัน

(Communality) ซึ่งจะมากน้อยแตกต่างกันไปตามแต่ละตัวแปร การที่ตัวแปรต่างๆ เหล่านี้มีบางสิ่งบางอย่างร่วมกัน ในบางครั้งจึงเรียกว่ามีองค์ประกอบร่วมกัน (Common Factor) แต่ละตัวแปรจะมีความร่วมกันกับองค์ประกอบดังกล่าวมากบ้างน้อยบ้าง โดยแสดงออกมาในรูปค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading) ของแต่ละตัวแปร เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบจะแยกองค์ประกอบร่วมเหล่านี้ออกมาจากตัวแปรทั้งหมด โดยหาองค์ประกอบร่วมหลักองค์ประกอบแรกเสียก่อน หลังจากนั้นจึงจะหาองค์ประกอบร่วมที่ยังคงมีหรืออยู่ในตัวแปรออกมาเป็นปัจจัยที่สองที่สาม และตามลำดับ จนได้จำนวนปัจจัยที่อธิบายการผันแปรของตัวแปรทั้งหมดได้อย่างครบถ้วน แต่ละองค์ประกอบที่ได้จะมีค่าสัมประสิทธิ์น้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading) ของตัวแปรนั้นๆ นอกจากนี้ บุญชม ศรีสะอาด (2535 : 178-179) ได้กล่าวถึงแนวคิดและลักษณะของการวิจัยที่ใช้เทคนิคองค์ประกอบ ว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) หรือที่เรียกว่า การวิเคราะห์ตัวประกอบ เป็นเทคนิคทางสถิติที่ใช้วิเคราะห์ผลการวัดโดยใช้เครื่องมือ หรือเทคนิคหลายชุดหรือหลายด้าน (อาจใช้แบบทดสอบ แบบวัด แบบสำรวจ ฯลฯ อาจใช้ชุดเดียวแต่มีการแยกเป็นหลายด้าน หรือหลายชุดก็ได้) ผลการวิเคราะห์จะช่วยให้ทราบว่า เครื่องมือหรือเทคนิคเหล่านั้นวัดในสิ่งเดียวกัน หรือที่เรียกว่าวัดองค์ประกอบร่วมกันหรือไม่ มีกี่องค์ประกอบ เครื่องมือหรือเทคนิคเหล่านั้น จะวัดแต่ละองค์ประกอบมากน้อยเพียงใด ผู้วิจัยจะพิจารณาผลการวิเคราะห์แล้วใช้หลักเหตุผลระบุ(หรือกำหนดชื่อ) องค์ประกอบที่วัดนั้นผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบจะปรากฏค่าต่างๆ ที่สำคัญ คือสัดส่วนของความแปรปรวนแต่ละตัวที่อธิบายองค์ประกอบ ซึ่งเขียนแทนด้วย h^2 เป็นค่าความแปรปรวนที่แต่ละด้านแบ่งให้แต่ละองค์ประกอบ เป็นส่วนที่ชี้ถึงว่า แต่ละด้านวัดองค์ประกอบนั้นร่วมกับตัวแปรอื่นมากน้อยเพียงใด ค่าไอเกน (Eigen Value) เป็นผลรวมกำลังสองของสัมประสิทธิ์ขององค์ประกอบร่วมในแต่ละองค์ประกอบ ซึ่งจะต้องมีค่าไม่ต่ำกว่า 1 จึงจะถือว่าเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่แท้จริง ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor Loading) เป็นค่าน้ำหนักองค์ประกอบที่แต่ละด้านวัดในองค์ประกอบนั้น ผู้วิจัยอาจต้องทราบว่า เครื่องมือหรือเทคนิคที่ใช้วัดในสิ่งต่างๆ จะเป็นเครื่องมือที่สร้างเอกหรือขอใช้จากคนอื่นก็ตาม วัดอะไรร่วมกันบ้าง (มีองค์ประกอบอะไรบ้าง) หรือผู้วิจัยสร้างเครื่องมือวัดตามทฤษฎีหรือแนวคิดอย่างหนึ่ง ต้องการทราบว่าเมื่อนำไปใช้วัดจริงจะปรากฏผลตามทฤษฎีหรือแนวคิดนั้นหรือไม่ ก็จะนำเอาเครื่องมือหรือเทคนิคนั้นไปใช้วัดกับกลุ่มตัวอย่างของประชากรที่ผู้วิจัยสนใจศึกษา แล้วนำเอาผลการวัดมาวิเคราะห์ด้วยเทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบ ซึ่งสอดคล้องกับ นงลักษณ์ วิรัชชัย (2537 : 113) กล่าวว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบ เป็นวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติที่ช่วยให้นักวิจัยสร้างองค์ประกอบจากตัวแปรหลายๆ ตัวแปร โดยรวมกลุ่มตัวแปรที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน เป็นองค์ประกอบเดียว และแต่ละองค์ประกอบคือตัวแปรที่เป็นคุณลักษณะที่นักวิจัยต้องการศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) เป็นชื่อทั่วไปที่ใช้เรียกวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีวิธีการและเป้าหมายการวิเคราะห์ต่างกัน คือ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ หรือการวิเคราะห์สำรวจองค์ประกอบ (Exploratory Factor Analysis) และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน หรือการวิเคราะห์เชิงยืนยันองค์ประกอบ (Confirmatory Factor Analysis) วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเหล่านี้

ไม่ว่าจะเป็นวิธีใด ต่างก็เป็นวิธีการที่เป็นประโยชน์ต่อนักวิจัยทั้งสิ้น นอกจากนี้ บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์ (2545 : 106) กล่าวว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบเป็นการจัดสมรรถภาพ หรือคุณลักษณะต่างๆ ทางจิตวิทยาที่วัดได้ให้เป็นหมวดหมู่ทางโครงสร้าง เพราะเป็นวิธีการทางสถิติที่สามารถตรวจสอบลักษณะประจำทางจิตวิทยา เนื่องจากตัวแปรต่างๆ เมื่อนำมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ จะพบว่ามีตัวแปรบางคู่มีความสัมพันธ์กันสูง หรือบางทีก็พบว่า มีกลุ่มตัวแปรบางกลุ่มมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันสูง นั้นแสดงว่าตัวแปรเหล่านั้นวัดบางสิ่งบางอย่างที่เป็นองค์ประกอบร่วมกัน ซึ่งค่าน้ำหนักองค์ประกอบแรกก่อนหมุนแกน จะเป็นค่าที่แสดงหลักฐานความเที่ยงตรงตามโครงสร้างได้

4.2 จุดมุ่งหมายของการวิเคราะห์องค์ประกอบ

อุทุมพร ทองอุไทย (2523: 15) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการวิเคราะห์องค์ประกอบ คือ

- 4.2.1. ช่วยบรรยายเกี่ยวกับปริเขต (Domain) ที่ต้องการศึกษา
- 4.2.2. ช่วยตรวจสอบทฤษฎีที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตัวแปร
- 4.2.3. ช่วยสร้างความสัมพันธ์เชิงหน้าที่ (Functional Relations) ระหว่างตัวแปร
- 4.2.4. วิเคราะห์บุคคลและวัตถุและจัดให้เป็นประเภทต่าง ๆ
- 4.2.5. การวิเคราะห์โครงสร้างเชิงองค์ประกอบ (Factorial Structure) ของตัวแปรที่เป็นเกณฑ์และช่วยบ่งชี้ตัวแปรที่จะเป็นประโยชน์ในสมการถดถอยได้
- 4.2.6. เป็นการพิสูจน์ข้อค้นพบของผู้วิจัยกับผู้อื่น โดยใช้ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างใหม่จากประชากรกลุ่มเดียวกัน
- 4.2.7. เป็นการลดจำนวนข้อมูลให้น้อยลง เพื่อให้ได้ลักษณะที่รวมกันที่ซ่อนอยู่
- 4.2.8. ในการทดสอบ เป็นการหาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ของแบบประเมิน
- 4.2.9. ช่วยในการสร้างแบบประเมินลักษณะต่างๆ

ในการวิเคราะห์องค์ประกอบจะทำใน 2 ลักษณะ คือ เพื่อบรรยายค้นหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เพื่อให้ได้สิ่งที่อยู่ภายใต้ความสัมพันธ์เหล่านี้ เรียกว่า การวิเคราะห์สำรวจองค์ประกอบ (Exploratory Factor Analysis) และเพื่อพิสูจน์สนับสนุนตรวจสอบสมมติฐานหรือข้อค้นพบของผู้อื่น เรียกว่า การวิเคราะห์เชิงยืนยันองค์ประกอบ (Confirmatory Factor Analysis)

4.3 ขั้นตอนในการวิเคราะห์องค์ประกอบ

ส.วาสนา ประवालพฤษ (ม.ป.ป.: 9) กล่าวถึงขั้นตอนในการวิเคราะห์องค์ประกอบมีอยู่ 5 ขั้นตอน ไม่ว่าจะเป็นการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน หรือการวิเคราะห์สำรวจองค์ประกอบดังนี้คือ

- 4.3.1. การเตรียมข้อมูล

4.3.2. การเตรียมเมตริกสหสัมพันธ์ หรือเมตริกความแปรปรวน หรือความแปรปรวนร่วม

4.3.3. การสกัดองค์ประกอบขั้นต้น (Extraction of the Initial Factors)

4.3.4. วิธีการหมุนแกน (Method of Rotation)

4.3.5. การสร้างมาตราองค์ประกอบ (Factor Scale)

4.4. ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบ

อุทุมพร ทองอุไทย (2523 : 26-27) กล่าวว่า ในการวิเคราะห์องค์ประกอบกลุ่มตัวอย่างบางประเภทขึ้นอยู่กับผู้วิจัยว่า จะตัดสินใจเลือกวัดตัวแปรอะไรนั้น มีผลต่อการวิเคราะห์องค์ประกอบ ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้มีผลต่อการคำนวณสหสัมพันธ์ เมื่อจำนวนกลุ่มตัวอย่างสูงขึ้น ความเชื่อมั่นของสหสัมพันธ์ก็สูงขึ้นด้วย กลุ่มตัวอย่างขนาด 50 ให้ความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ไม่เพียงพอ ในขณะที่กลุ่มตัวอย่าง 1,000 ก็ให้ค่าเกินพอที่จะใช้วิเคราะห์องค์ประกอบ กลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก ความคลาดเคลื่อนสุ่มของสหสัมพันธ์มีความเชื่อมั่นน้อย ถ้าเพิ่มขนาดของสหสัมพันธ์ในเมตริกนี้ก็ส่งผลทำให้ค่าความเชื่อมั่นร่วมกันสูงขึ้น และความแปรปรวนองค์ประกอบรวมมีค่ามากขึ้นด้วย ความแปรปรวนที่เพิ่มเข้าไปจะทำให้การวิเคราะห์เปลี่ยนรูป ดังนั้นผู้วิจัยควรใช้กลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่เท่าที่จะเป็นไปได้ คือ มีค่ามากกว่า 500 จึงจะดี

4.5 การวิเคราะห์สำรวจองค์ประกอบ (Exploratory Factor Analysis)

ส.วาสนา ประवालพฤษ (ม.ป.ป.: 1-56) กล่าวถึงขั้นตอนในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ ดังนี้

4.5.1. การเก็บรวบรวมข้อมูล ข้อมูลที่ใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบนั้นจะต้องมีลักษณะเป็นตัวแปรต่อเนื่องหลาย ๆ ตัว ที่เก็บจากกลุ่มตัวอย่างหนึ่งเสนอข้อมูลในลักษณะของเมตริกเรียกว่า เมตริกของข้อมูล (Data Matrix)

4.5.2. การสกัดตัวประกอบ (Extraction of the Initial Factors) มีจุดมุ่งหมายเพื่อหาจำนวนตัวประกอบรวมที่น้อยที่สุดระหว่างตัวแปร วิธีการสกัดองค์ประกอบมีหลายวิธี เช่น

4.5.3.1. Principle Component Analysis (PCA)

4.5.3.2. Least Square Analysis (LS)

4.5.3.3. Maximum Likely Hood

4.5.3.4. Alpha Factorial

4.5.3.5. Image

4.5.3. การหมุนแกน (Method of Rotation) วิธีหมุนแกนมีจุดมุ่งหมายเพื่อหาวิธีที่ง่ายในการอธิบายองค์ประกอบ โดยคงจำนวนองค์ประกอบและค่าเปอร์เซ็นต์ความแปรปรวนที่อยู่เป็นกลุ่ม (Communalities) ไว้คงเดิม ในการศึกษาเพื่อหาจำนวนองค์ประกอบรวมนั้น จะหมุน

แกนโดยวิธีใดก็ได้ และไม่ต้องคำนึงว่าแฟคเตอร์จะมีสหสัมพันธ์หรือไม่ ในบางตำราจะบอกว่าควรใช้ออโธโกนอล (Orthogonal) มากกว่า ออบลิค (Oblique) นั้น เพราะใช้ออโธโกนอล (Orthogonal) เข้าใจง่ายและแปลผลได้ง่ายกว่า ซึ่งมีองค์ประกอบรวมต่างๆ ไม่สัมพันธ์กัน มี 3 วิธี ดังนี้

4.5.3.1. ควอดติแมกซ์ (Quartimax) เป็นการหมุนแกน โดยเน้นการเปลี่ยนแถวให้ง่ายขึ้น

4.5.3.2. แวริแมกซ์ (Varimax) เป็นการหมุนแกน โดยเน้นการเปลี่ยนแถวคอลัมน์ให้ง่ายขึ้น คือให้เกิดความแปรผันของคอลัมน์ในเมตริกซ์ของแบบองค์ประกอบ (Factor Pattern Matrix)

4.5.3.3. อีควอแมกซ์ (Equimax) เป็นการประนีประนอมระหว่างควอดติแมกซ์ (Quartimax) กับแวริแมกซ์ (Varimax)

4.5.4. ออบลิค (Oblique) มี 2 วิธีหลัก คือ

4.5.4.1. ออบลิมิน (Oblimin) หมุนแกนโดยยึด Reference Axes

4.5.4.2. ออบลิแมกซ์ (Oblimax) หมุนแกนโดยไม่ใช้ Reference Axes แต่ใช้รูปแบบเมตริกซ์หมุนแกนเช่นเดียวกับ ควอดติแมกซ์ ออโธโกนอล (Quartimax Orthogonal)

4.5.5. การสร้างมาตราองค์ประกอบ (Factor Scale) จุดประสงค์ในการสร้างมาตราองค์ประกอบ มี 2 ประการ คือ

4.5.5.1. เพื่อค้นหามิติของข้อมูลสังเกต

4.5.5.2. เพื่อนำองค์ประกอบรวมบางองค์ประกอบ ไปใช้ในการค้นคว้าต่อไป โดยทั่วไปในการวิเคราะห์องค์ประกอบ จะใช้มาตราในการสร้างองค์ประกอบ เพื่อจะศึกษาโครงสร้างองค์ประกอบต่อไป วิธีการสร้างมาตราองค์ประกอบอาจทำได้หลายวิธี เช่น

1. ใช้การถดถอย (Regression)
2. ใช้เกณท์ (Least Square)
3. วิธีของบาร์ทเลท (Bartless)
4. ใช้หลักของออโธโกนอล (Orthogonality Constraints)
5. ใช้ผลรวมของค่าน้ำหนักองค์ประกอบที่มีค่าสูงในตัวแปรสังเกตต่างๆ
6. สร้างส่วนประกอบสำคัญ (Principle Component Scale)

4.6 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis)

นงลักษณ์ วิรัชชัย (2542: 128-169) กล่าวถึงการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ไว้ว่าวัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน คือ เพื่อตรวจสอบทฤษฎีที่ใช้เป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์องค์ประกอบ เพื่อสำรวจและระบุองค์ประกอบ และยังใช้เป็นเครื่องมือในการสร้างตัวแปรใหม่ ปัจจุบันมีการใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันมากขึ้น เพราะการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันมีรูปแบบการวิเคราะห์ที่หลากหลาย และได้ผลการวิเคราะห์ไม่สอดคล้องกัน

ซึ่งขั้นตอนในการวิเคราะห์ก็มีเช่นเดียวกัน คือ การเตรียมเมตริกซ์สหสัมพันธ์การสัปดาห์ประกอบ ขั้นตอน การหมุนแกน และการสร้างสเกลองค์ประกอบสำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน นอกจากนี้จะมีการเตรียมข้อมูลแบบเดียวกับเชิงสำรวจแล้ว ยังต้องมีการกำหนดข้อมูลจำเพาะของโมเดล และระบุความเป็นไปได้ค่าเดียวของโมเดลก่อนจะวิเคราะห์ ในขั้นการสัปดาห์ประกอบและการหมุนแกนเป็นการทำงานของคอมพิวเตอร์และในขั้นสุดท้าย คือ การสร้างสเกลองค์ประกอบนั้นเป็นแบบเดียวกันกับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ การกำหนดข้อมูลจำเพาะของโมเดล และการระบุความเป็นไปได้ค่าเดียวของโมเดล

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาคอบร้าและคุณภาพชีวิตสมรส

5.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ฟิลซิงเกอร์และวิลสัน (Filsinger; & Wilson. 1984) ได้ทำการศึกษาปัจจัย 3 ด้านที่มีผลต่อการทำนายการปรับตัวในชีวิตสมรส ได้แก่ ความเคร่งในศาสนา(ด้านความเชื่อ ประเพณี ประสพการณ์ ความรู้) รางวัลทางเศรษฐกิจและสังคม (รายได้ของครอบครัวและตำแหน่งทางสังคมของสามี) และลักษณะของครอบครัว(จำนวนบุตร จำนวนปีที่ใช้ชีวิตร่วมกัน) กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ คู่สมรส 200 คู่ ซึ่งนับถือศาสนาคริสต์นิกายโปรเตสแตนต์ ผลปรากฏว่า ตัวแปรที่ศึกษาทั้งหมดร่วมกันทำนายการปรับตัวในชีวิตสมรสได้ร้อยละ 54 ตัวแปรความเคร่งในศาสนา มีบทบาทเด่นชัดที่สุดในการทำนายการปรับตัวในชีวิตสมรส($R = .24, p < .01$) เมื่อเปรียบเทียบน้ำหนักในการทำนายกับน้ำหนักของตัวทำนายอีก 2 ตัว ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ คือ รายได้ของครอบครัว ($R = .10, p < .01$) และจำนวนปีที่ใช้ชีวิตร่วมกัน ($R = -.16, p < .01$)

เบลโลโม (Bellomo. 1986: 419 - A) ได้ทำการศึกษาในเรื่อง ผลของการศึกษาคอบร้าที่มีต่อการปรับตัวและการอยู่ร่วมกันของครอบครัวที่มีสมาชิกป่วยเป็นโรคมะเร็ง พบว่า ภายหลังจากที่ได้เข้ารับการศึกษาคอบร้า บิดามารดาและวัยรุ่นของครอบครัวที่มีสมาชิกป่วยเป็นโรคมะเร็งมีการเปลี่ยนแปลงในการปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน

โบว์แมน (Bowman. 1990) ได้ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการหลักที่สามีภรรยา มักใช้เพื่อจัดการกับปัญหาในชีวิตสมรส และดำเนินการพัฒนาเป็นเครื่องมือวัดชื่อ “ความพยายามจัดการกับปัญหา” (Coping Efforts) ซึ่งหมายถึง การมีความคิด ความรู้สึกและการกระทำอย่างหนึ่งอย่างใด เฉพาะสถานการณ์ เพื่อลดความตึงเครียดหรือปัญหาที่เกิดขึ้น ประกอบด้วยกลวิธี 5 ประเภท ได้แก่ (1) การเพิ่มความขัดแย้ง (Conflict) เช่น การวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น การใช้ถ้อยคำเหยียดหยัน การแสดงความอาฆาตพยาบาท (2) การคิดกังวลและติเตียนตนเอง (Introspective Self-Blame) เช่น มีความกังวลใจ รู้สึกยุ่งยากลำบากใจ ติเตียนตนเอง เป็นความรู้สึกที่รบกวนการนอนหลับและสุขภาพ (3) ใช้วิธีทางบวก (Positive Approach) เช่น การแสดงออกปฏิกิริยาให้ทราบว่ามีความรักใคร่ รู้สึกสนุกสนานขณะอยู่ใกล้ชิดและเป็นฝ่ายริเริ่มเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ รู้สึกถึงสิ่งที่ดีที่เคยให้กันและกัน เป็นต้น (4) การมุ่งแต่ความสนใจเฉพาะตน (Self-interest)

เช่น จงใจเบนความสนใจของตนไปทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวกับความขัดแย้ง (5) การหลบเลี่ยง (Avoidance) เช่น การปฏิเสธ การเก็บงำความรู้สึกของตนไว้ เป็นต้น ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือวัดซึ่งประกอบด้วยกลวิธีจัดการกับปัญหาทั้ง 5 วิธี ไปทดลองใช้กับกลุ่มนักศึกษาชายหญิงที่แต่งงานแล้ว จำนวน 368 คน และได้ทำการวัดตัวแปรตาม 2 ตัวแปร คือปริมาณความสุขในชีวิตสมรสและปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรสของผู้ถูกศึกษา ด้วยเครื่องมือวัดของจอห์นสันและคณะ (Bowman. 1990; citing Johnson; et al. 1986) พบว่าการใช้วิธีการทางบวกมีความสัมพันธ์อย่างเด่นชัดกับปริมาณความสุขในชีวิตสมรสของผู้ตอบ ($R=.23, P < .001$) ส่วนการจัดการกับปัญหาด้วยวิธีอื่นอีก 4 วิธี ได้แก่ การเพิ่มความขัดแย้ง การคิดกังวลและการติเตียนตัวเอง การมุ่งแต่ความสนใจเฉพาะตนและการหลบเลี่ยง มีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณความสุขในชีวิตสมรส ($R= -.27, -.40, -.43$ และ $-.23$ ตามลำดับ, $P < .001$) ในส่วนของปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรสนั้น พบว่าความพยายามในการจัดการกับปัญหา 3 วิธี คือ การร่วมความขัดแย้ง ความคิดกังวลและติเตียนตนเอง และการมุ่งแต่ความสนใจเฉพาะตน มีความสำคัญทางบวกกับปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรส ($R= .35, .52, .36$ ตามลำดับ, $P < .001$) แต่การใช้วิธีการทางบวกในการจัดการกับความขัดแย้ง มีความสัมพันธ์ทางลบกับปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรส ($R= -.17, P < .01$) ยิ่งกว่านั้นในการใช้ตัวแปรกลวิธีจัดการกับปัญหาทั้ง 5 วิธี ร่วมกับตัวแปรลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังของผู้ถูกศึกษา (ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา อายุ ระยะเวลาแต่งงาน) เพื่อทำนายปริมาณความสุขในชีวิตสมรสและปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรส พบว่าตัวแปรอิสระทั้งหมด ร่วมทำนายตัวแปรตามทั้ง 2 ตัวแปร ได้ร้อยละ 31 และร้อยละ 34 ตามลำดับ และเฉพาะตัวแปรกลวิธีจัดการกับปัญหาทั้ง 5 วิธีกลุ่มเดียว ทำนายตัวแปรตามได้ร้อยละ 30 เท่ากันทั้ง 2 ตัวโดยมีวิธีการจัดการกับปัญหาแบบคิดกังวลและติเตียนตัวเอง การใช้วิธีการทางบวกและการมุ่งแต่ความสนใจเฉพาะตัวเป็น 3 วิธีการที่มีอำนาจในการทำนายสูงกว่กลวิธีแบบอื่นๆ ส่วนลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังของคู่สมรสมีอำนาจทำนายความสุขในชีวิตสมรส และปริมาณการเกิดปัญหาหรือความรุนแรงในชีวิตสมรสเพียงเล็กน้อย

คาร์ก-นิโคลัสและเกรย์-ลิตเติล (Clark-Nicolus; & Gray-Little. 1991) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งทางเศรษฐกิจกับคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มชาวอเมริกันผิวดำ จำนวน 75 คู่ (150 คน) กลุ่มตัวอย่างทั้งสามี และภรรยา มีอายุโดยเฉลี่ย 45.24 และ 41.48 ปี ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ผู้วิจัยทั้งสองได้ทำการวัดแหล่งทรัพยากรทางเศรษฐกิจของคู่สมรสทั้งในเชิงปรนัยและอัตนัย การวัดในเชิงปรนัย ได้แก่ วัดระดับรายได้ ระดับการศึกษา และประเภทอาชีพ การวัดในเชิงอัตนัย ได้แก่ วัดการรับรู้ความเพียงพอทางเศรษฐกิจของครอบครัวและการรับรู้เกี่ยวกับสถานะภาพของตนในช่วงชั้นทางสังคม นอกจากนั้น ยังมีการวัดปัจจัยด้านการมีงานทำและด้านงานในครอบครัว เช่น ความพึงพอใจในอาชีพ จำนวนบุตร ปัญหาการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของบิดามารดา เป็นต้น ส่วนคุณภาพชีวิตสมรสวัดใน 3 ด้าน คือ ด้านความพึงพอใจในชีวิตสมรส ด้านการมีวุฒิภาวะในการปฏิสัมพันธ์ และด้านการประเมินการปฏิบัติ

ตามบทบาทหน้าที่ของสามีภรรยา พบว่า ตัวแปรแหล่งทางเศรษฐกิจประเภทอัตนัย คือ การรับรู้ความเพียงพอทางเศรษฐกิจของครอบครัว และการรับรู้สถานภาพของตนในช่วงชั้นทางสังคมของทั้งฝ่ายสามีและภรรยา เป็นตัวทำนายคุณภาพชีวิตสมรสทั้ง 3 ด้านได้ชัดเจนกว่าตัวแปรแหล่งทางเศรษฐกิจประเภทปรนัย คือ รายได้ ระดับการศึกษา

กาโม (Kamo. 1993) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสชาวอเมริกันเปรียบเทียบกับคู่สมรสชาวญี่ปุ่น พบว่า ตัวแปรภายใต้มนทัศน์ของการเป็นเพื่อนคู่ชีวิต (Companionship) คือ การคบเพื่อนคนเดียวกัน เรียนรู้และมีประสบการณ์ร่วมกันในการคบเพื่อน (Degree of Sharing Experience Regarding Friends) เป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีและภรรยาชาวอเมริกันและชาวญี่ปุ่นทั้ง 4 กลุ่ม และพบว่า จำนวนครั้งต่อสัปดาห์ที่รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน มีอิทธิพลทางตรงต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีภรรยาชาวญี่ปุ่น ภรรยาชาวอเมริกัน แต่ไม่พบผลเช่นนี้ในกลุ่มสามีชาวอเมริกัน และพบอีกว่า สามีภรรยาจากสองวัฒนธรรมต่างรับรู้ว่ามีปัจจัยด้านความยุติธรรมและผลประโยชน์จากความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของตน อย่างไรก็ตาม พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของฝ่ายสามีชาวญี่ปุ่นมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของทั้งสามีและภรรยาชาวญี่ปุ่นอย่างเด่นชัดขณะที่ตัวแปรดังกล่าวไม่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีและภรรยาชาวอเมริกันแต่อย่างไร

แบลร์ (Blair. 1993) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะการครองชีวิตคู่กับการรับรู้คุณภาพชีวิตของสามีภรรยาชาวอเมริกันที่ทำงานหารายได้ทั้งสองฝ่าย จำนวน 393 คู่ ผู้วิจัยทำการวัดการรับรู้คุณภาพชีวิตสมรสในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสทางลบหลายมิติ ได้แก่ ความถี่ในการแสดงความไม่สอดคล้องหรือไม่ลงรอยกันอย่างเปิดเผย (ในเรื่องต่างๆ ได้แก่ งานบ้าน การเงินของครอบครัว การใช้เวลาร่วมกัน เพศสัมพันธ์ ญาติของแต่ละฝ่ายและเรื่องบุตร) โอกาสเป็นไปได้ที่จะหย่าร้างกัน การรับรู้ว่ามีสุขน้อยลง การรับรู้มีการสื่อสารสัมพันธ์ระหว่างกันน้อยลง และการรับรู้ความยากลำบากในการครองชีวิตคู่ ส่วนลักษณะการครองชีวิตคู่ มีการวัดอุดมการณ์ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในครอบครัวอย่างเท่าเทียมกัน และความเท่าเทียมกันระหว่างชายและหญิง พบว่าสามีที่ยึดอุดมการณ์ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในครอบครัวตามขนบธรรมเนียมประเพณีดั้งเดิมมากเท่าใด รายงานเกี่ยวกับการรับรู้โอกาสที่จะหย่าร้างและรับรู้ว่ามีสุขน้อยลงมากเท่านั้น [ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอย (β) = .47 และ .25 ตามลำดับ] แต่มีสามีที่เชื่อว่า ภรรยายึดถืออุดมการณ์ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่แบบดั้งเดิมมากเท่าใด ก็รายงานถึงความถี่ในการแสดงความไม่สอดคล้องกันอย่างเปิดเผยน้อยลงเท่านั้น (β = -.55) และฝ่ายภรรยาที่ยึดถือการปฏิบัติบทบาทหน้าที่แบบดั้งเดิมมากเท่าใดก็แสดงความไม่สอดคล้องกับสามีอย่างเปิดเผยน้อยลงเท่านั้น (β = -.43) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้วิเคราะห์เปรียบเทียบปริมาณคุณภาพชีวิตสมรสมิติต่างๆ ตามการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอุดมการณ์ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในครอบครัว และด้านความเท่าเทียมกันทางเพศกับลักษณะการทำงานอีกด้วย พบในกลุ่มภรรยาว่า

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการรับรู้อุดมการณ์ ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในครอบครัวของสามี กับรายได้ของภรรยาส่งผลต่อความแปรปรวนของคุณภาพชีวิตสมรสด้านการรับรู้ความสุขในชีวิตสมรส การรับรู้ปริมาณการสื่อสารสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสและความถี่ในการแสดงความรักไม่สอดคล้องกันอย่างเปิดเผย กล่าวคือ ภรรยาที่รับรู้ว่ามีอุดมการณ์ด้านการปฏิบัติบทบาทหน้าที่ในครอบครัวแบบดั้งเดิมมาก เป็นผู้ที่มียุทธศาสตร์ชีวิตสมรสแต่ละมิติใน 3 มิติดังกล่าวต่ำลงตามระดับรายได้ที่สูงขึ้น ผลนี้แสดงให้เห็นว่า การรับรู้ว่ามีแนวคิดดั้งเดิมเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ในครอบครัวปริมาณมาก เพิ่มการรับรู้ความยุ่งยากในการครองชีวิตคู่แก่ภรรยาผู้ที่ประสบความสำเร็จทางด้านเศรษฐกิจมากขึ้น สรุปได้ว่า การยึดถืออุดมการณ์ด้านชีวิตครอบครัวของฝ่ายสามีมีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสของทั้งฝ่ายสามีและภรรยา

ลิน (Lyn. 1996) ได้ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยต่างๆ ในการครองชีวิตคู่ที่มีต่อผลลัพธ์ของการสมรสในระยะยาว ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นข้อมูลที่เก็บรวบรวมไว้แล้วจากงานวิจัยแบบติดตามผลระยะยาว 8 ปี เกี่ยวกับมิติต่างๆ ของคุณภาพชีวิตสมรส โดยนำข้อมูลเฉพาะฝ่ายภรรยามาทำการวิจัย สตรีกลุ่มนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ประเภทยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณี และประเภทไม่ยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณี พบว่าสอดคล้องกันในสตรีทั้งสองกลุ่ม คือ แบบแผนการสื่อสารทางบวกสัมพันธ์กับผลลัพธ์ทางด้านดีในชีวิตสมรสในระยะยาวต่อๆ มา และในการวิเคราะห์ข้อมูลแบบถดถอยพหุคูณก็พบอีกว่า ตัวแปร 3 ด้านในการครองชีวิตคู่ (ด้านความยืดหยุ่น การยืดหยุ่นซึ่งกันและกัน และการสื่อสารระหว่างกัน) ระยะเวลาในการสมรส และประสิทธิภาพในการสื่อสาร เป็นตัวทำนายความมั่นคงของชีวิตสมรสที่เด่นชัด

5.2 งานวิจัยในประเทศ

วรรณภา ลำเจียกเทศ (2530 : 1) ได้ศึกษาแนวทางพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัว ในทัศนะของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่าส่วนใหญ่ขาดการตระหนักถึงการที่จะพัฒนาหรือเพิ่มพูนความรัก ความอบอุ่นให้เกิดขึ้น โดยให้ความสำคัญกับภาวะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมากกว่า และประชากรได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัวว่า สมาชิกในครอบครัวควรมีเวลาพักผ่อนร่วมกัน โดยเห็นด้วยในวันแห่งความรัก ทั้งยังเชื่อว่าศาสนาจะช่วยให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวนั้นดีขึ้น และมีแนวโน้มไม่เห็นด้วยกับการที่จะให้บุคคลอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาครอบครัว

หยกแก้ว กมลวรรณ (2533 : 43) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวต่อพฤติกรรมหนีเรียนของนักเรียนโรงเรียนวัดโบสถ์ศึกษา จังหวัดพิษณุโลก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมหนีเรียน จำนวน 1 คน พบว่า นักเรียนที่มีพฤติกรรมหนีเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวมีพฤติกรรมหนีเรียนลดลง

อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531 : 60-65) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสในมิติของความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยศึกษากรณีข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 291 คน

พบว่าตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้แก่ อายุเมื่อสมรส คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา การสนับสนุนจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต (พ่อแม่ ญาติพี่น้อง) ระยะเวลาของการสมรส การมีบุตร ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ความสมานฉันท์ทางบทบาทความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความเสียเปรียบสัมพันธ์ ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส คือ ความคล้ายคลึงกันทางอายุ ความคล้ายคลึงกันทางการศึกษา ระยะเวลาในการสร้างความคุ้นเคยก่อนสมรส รายได้ของครอบครัว และองค์ประกอบของครอบครัว

ชุมพร ยงกิตติกุล และนิรมล ชยุตสาหกิจ (2532 : 102-110) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งและกลไกการแก้ไขข้อขัดแย้งในครอบครัว ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมสมัยใหม่ทางอุตสาหกรรมของสามีภรรยาชาวไทย จำนวน 601 คน สามีภรรยากลุ่มนี้อยู่กับคู่สมรสและมีบุตรด้วยกันอย่างน้อย 1 คน มีอายุระหว่าง 25 ถึง 65 ปี ในการวิจัยความขัดแย้งในครอบครัว ผู้วิจัยใช้วิธีเก็บข้อมูล 2 วิธี คือ ใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และทำการสุ่มตัวอย่างจากสามีภรรยา 601 คน มาจำนวน 87 คน เพื่อทำการสัมภาษณ์ในประเด็นต่างๆ หลายประเด็น รวมทั้งเรื่องปัญหาในครอบครัวและวิธีการแก้ไขด้วย ในการสอบถามผู้ถูกศึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งและกลไกการแก้ไขข้อขัดแย้งนั้น มีการแบ่งการสอบถามออกเป็น 3 ส่วน คือ เรื่องที่เกิดความขัดแย้งในครอบครัว สาเหตุที่เกิดความขัดแย้ง และวิธีการที่ใช้แก้ไขข้อขัดแย้งในครอบครัว พบผลในแต่ละส่วนดังนี้ (1) เรื่องที่เกิดความขัดแย้งในครอบครัว จากประเด็นเกี่ยวกับครอบครัวที่กำหนดขึ้น 21 เรื่อง สามีและภรรยารายงานว่า เคยเกิดความขัดแย้งหรือมีความเห็นไม่ตรงกันกับคู่สมรสของตน 14 เรื่องในระดับนานๆ ครั้ง และมี 7 เรื่องจาก 21 เรื่องที่รายงานว่ามีความเห็นขัดแย้งระดับบางครั้ง ได้แก่ การใช้เวลาพูดคุยกันและอยู่ด้วยกัน การอบรมเลี้ยงดูบุตรและการให้การศึกษาบุตร การจัดการเรื่องต่างๆ ในครอบครัว การดูแลสุขภาพ นิสัยความเป็นอยู่ การใช้จ่ายและการจัดการเรื่องการเงินโดยทั่วไป สามีภรรยาที่มีการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี รายงานว่ามีความเห็นไม่ตรงกับคู่สมรสทั้งระดับนานๆ ครั้ง และบางครั้งมากกว่า สามีที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไป (2) สาเหตุที่เกิดความขัดแย้งในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยกำหนดขึ้น 18 สาเหตุ พบว่าไม่มีสาเหตุของความขัดแย้งสาเหตุใดเลยที่สามีภรรยาในกลุ่มตัวอย่างแสดงความเห็นด้วยว่า เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความขัดแย้งในครอบครัวของตน นอกจากนั้นฝ่ายสามียังแสดงความไม่เห็นด้วยกับสาเหตุต่างๆ ในแบบสอบถามในระดับที่เข้มกว่าภรรยาอย่างเด่นชัด 13 จาก 18 สาเหตุ (3) วิธีที่ใช้แก้ไขข้อขัดแย้งในครอบครัวที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นมี 12 วิธี พบว่า มีเพียง 4 วิธีที่ผู้ตอบระบุว่าเป็นวิธีที่ใช้ในบางครั้ง ได้แก่ สามีหรือภรรยายอมอ่อนข้อให้หรือและฟังเหตุผล การเจรจาและต่อรองกันโดยตรง และแสดงอารมณ์ออกมา นอกจากนั้นการปฏิเสธและไม่ยอมรับ ยังเป็นวิธีที่ผู้ตอบระบุว่าใช้นานๆ ครั้ง และฝ่ายภรรยาใช้วิธีนี้มากกว่าฝ่ายสามีอย่างเด่นชัด ผู้วิจัยได้สรุปว่า สามีภรรยาในกลุ่มที่ศึกษามีความขัดแย้งในระดับไม่รุนแรง และเกิดขึ้นเพียงบางครั้งหรือนานๆ ครั้ง ทั้งนี้เพราะครอบครัวที่เลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง จัดเป็นครอบครัวที่มีความสมดุลของชีวิตครอบครัว กล่าวคือ เป็นครอบครัวปกติที่มีสามีภรรยาและบุตรอยู่ร่วมกัน สำหรับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในบางครั้งนั้น พบว่า ผู้ที่มีการศึกษาระดับต่ำมีปัญหาคัดแย้ง

มากกว่าผู้ที่มีการศึกษาระดับสูงกว่า การแก้ไขปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นบางเรื่อง จะมีบุคคลที่สามเข้ามามีส่วนช่วยเหลือ หรือฝ่ายภรรยาจะยอมให้สามี

โสภา ซิลมันน์ และคนอื่นๆ (2534 : ค-ง) ได้ศึกษารูปแบบครอบครัวไทยที่พึงปรารถนาในสังคมเมืองในประเทศไทย พบว่ารูปแบบครอบครัวไทยที่พึงปรารถนาในปัจจุบัน เป็นรูปแบบครอบครัวไทยเดี่ยว ความคาดหวังเกี่ยวกับครอบครัวที่น่าสนใจ คือ ปรารถนาให้คู่สมรสเข้ากับพ่อแม่ได้ มีอาชีพแน่นอน ช่วยรับภาระครอบครัวได้ มีสุขภาพดี ในเรื่องบทบาทของสามี ภรรยา กลุ่มตัวอย่างได้ให้ความสำคัญของบทบาทสามีภรรยาในแง่ของการแบ่งเบาภาระในครอบครัว ช่วยกันอบรมเลี้ยงดู ต้องการให้ฝ่ายหญิงและฝ่ายชายมีบทบาทเท่าเทียมกัน ไม่เอาเปรียบกัน เกี่ยวกับที่อยู่อาศัย พบว่า ต้องการแยกอยู่ตามลำพัง ต้องการความเป็นอิสระส่วนตัว ต้องการอยู่นอก อิทธิพลของพ่อแม่และญาติพี่น้อง ในเรื่องจำนวนบุตร กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยอมรับว่า จำนวนที่เหมาะสม คือ 1-2 คน เกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตร พบว่า ต้องการเลี้ยงดูบุตรกันเอง ในเรื่องคนรับใช้ในบ้าน พบว่า แสดงให้เห็นว่าคนรับใช้ในปัจจุบันมีความสำคัญลดลง เพราะเทคโนโลยีที่ทันสมัย ทำให้คู่สมรสมีความสะดวกในการดำรงชีวิตยิ่งขึ้น สิ่งที่ต้องการเตรียมให้ลูก คือ ต้องการให้ลูกเป็นแพทย์ พยาบาล วิศวกร และสถาปนิก ในเรื่องความคาดหวังที่จะให้บุตรดูแลในวัยชรา ปรากฏว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้หวังให้บุตรมาดูแลในวัยชรา ในเรื่องการปฏิบัติตนต่อบุตร เมื่อบุตรสมรสแล้วนั้น ผลการศึกษาปรากฏว่า ส่วนใหญ่มีความคิดว่า เมื่อบุตรสมรสแล้วหากประสบปัญหาจะให้การช่วยเหลือเป็นครั้งคราวบุตรควรแก้ไขปัญหาครอบครัวกันเอง

สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2535: 71-75) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสตรีวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้วในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยคัดสรร ได้แก่ อายุเมื่อสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการสร้างความคุ้นเคยก่อนสมรส รายได้ของครอบครัว ระยะเวลาของการสมรส การได้รับการยอมรับจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต จำนวนบุตร คุณภาพชีวิตการสมรสของบิดามารดา ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ความสมานฉันท์ทางบทบาท ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความเสียเปรียบสัมพันธ์ มีความสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ศักดิ์ชัย บุญเพ็ง (2542: 92-100) ได้ศึกษาทัศนคติต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจ กองบังคับการตำรวจนครบาล 6 พบว่า ด้านการติดต่อสื่อสารระหว่างกันในครอบครัวมีการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคู่สมรส การพูดคุยให้เข้าใจกับคู่สมรสเมื่อมีการขัดแย้ง รวมทั้งการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ร่วมกับคู่สมรส ซึ่งแสดงให้เห็นว่าภาพรวมของการมีความสัมพันธ์ในครอบครัวอยู่ในระดับดี การทำตามบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวในภาพรวม พบว่า ส่วนใหญ่มีการทำตามบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวในระดับน้อย ปัญหาอุปสรรคในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจนั้น ได้แก่ ปัญหาการถูกรบกวน ด้านการเงินของครอบครัว และปัญหาผลกระทบจากสิ่งแวดล้อมภายนอกของครอบครัว มีผลต่อการสร้างความสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่

ตำรวจในระดับค่อนข้างน้อย ทิศนะต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจ ภาพรวมในเรื่องของความรักความเข้าใจ พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีความเห็นด้วยอยู่ในระดับดี ส่วนในเรื่องของบรรยากาศในครอบครัว ภาพรวมในเรื่องของบรรยากาศในครอบครัว ประชากรส่วนใหญ่มีความเห็นด้วยในระดับดี เช่นเดียวกันกับในเรื่องของความรักความเข้าใจ ประชากรส่วนใหญ่มีความเห็นด้วยกับการปรับบทบาทระหว่างผู้นำและผู้ตามของกลุ่มสมรส การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกลุ่มสมรสความคิดเห็นที่คล้ายกันในการอบรมเลี้ยงดูบุตรของกลุ่มสมรส และการมีคุณธรรมในการดำรงชีวิตของกลุ่มสมรสอยู่ในระดับสูง ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นยศกับภาพรวมระดับของทิศนะต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว จะเห็นได้ว่าชั้นยศในระดับชั้นสัญญาบัตรมีระดับความรักความเข้าใจในการสร้างบรรยากาศในครอบครัวและการปรับตัวของสมาชิกในครอบครัว อยู่ในระดับสูงกว่าชั้นยศในระดับชั้นประทวน ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างชั้นยศกับปัญหาด้านเศรษฐกิจของครอบครัว จะเห็นได้ว่า พลตำรวจซึ่งเป็นยศที่ต่ำที่สุด ส่วนใหญ่มีปัญหาด้านเศรษฐกิจของครอบครัวในระดับสูงกว่าในระดับชั้นยศอื่น ๆ

สุพิศ รนขาว (2542: 65-68) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีของชะเทียร์ที่มีต่อการสื่อสารในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านบ่อไทย จังหวัดเพชรบูรณ์ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 5 คน ที่มีคะแนนการสื่อสารในครอบครัวต่ำและมาจากครอบครัวที่มีบุตรธิดาจำนวน 2-3 คน กลุ่มตัวอย่างได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีของชะเทียร์ ผลการวิจัยพบว่าบิดามารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีของชะเทียร์มีการสื่อสารในครอบครัวดีขึ้น

งามตา วณินทานนท์ และคนอื่น ๆ (2544: 1-3) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การวิเคราะห์ดัชนีเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ สามีหรือภรรยาที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย 3 ประการ คือ (1) ศึกษาปัจจัยเชิงเหตุของคุณภาพชีวิตสมรส(ปัจจัยเชิงเหตุประกอบไปด้วย 2 ประเภท คือ ปัจจัยเสริมและปัจจัยเสี่ยง) (2) เพื่อสร้างและพัฒนาดัชนีคุณภาพชีวิตสมรส และ (3) ศึกษาปัจจัยเชิงเหตุของคุณภาพชีวิตสมรส ในที่นี้จะขอกล่าวถึงเฉพาะการศึกษาปัจจัยเชิงเหตุของคุณภาพชีวิตสมรส (ศึกษาสามีหรือภรรยา) ซึ่งมุ่งวิจัยเพื่อตอบคำถามตามวัตถุประสงค์ประการที่ 1 โดยมีตัวแปรเชิงเหตุที่ใช้ในการวิจัย 5 กลุ่ม คือ กลุ่มสถานการณ์ภายนอก-ภายในครอบครัว 7 ด้าน จิตลักษณะทั่วไป 7 ด้าน ลักษณะทางพุทธศาสนา 3 ด้าน จิตลักษณะตามสถานการณ์ 3 ด้าน และลักษณะทางชีวสังคมและภูมิหลังของผู้ถูกศึกษา 9 ด้าน ส่วนตัวแปรเชิงผล คือ คุณภาพชีวิตสมรส 2 ด้าน ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสและการปรับตัวระหว่างคู่สมรส ผลการวิจัยที่สำคัญมี 5 ประการดังนี้

ประการแรกสรุปได้ว่า ภรรยามีการรับรู้สภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัว มีวิถีชีวิตแบบพุทธ มีการปฏิบัติทางพุทธศาสนามากกว่าฝ่ายสามี ส่วนสามีมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตดีกว่าภรรยา และรับรู้ว่าคุณสมรสของตนมีการปฏิบัติทางพุทธศาสนาสูงกว่าการรับรู้ของผู้ตอบฝ่ายภรรยา

ประการที่ 2 พบว่า ปัจจัยเชิงเหตุที่อธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านความสัมพันธ์ระหว่าง คู่สมรสทั้งฝ่ายสามีและภรรยา พบว่าสอดคล้องกัน คือ จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส ทศนคติต่อคู่สมรส และการรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว ต่างส่งผลทางตรงอย่างเด่นชัดต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสทั้งในโมเดลฝ่ายสามีและภรรยา แต่พบผลต่างกันว่า ปัจจัยด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรสและวิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบลบต่างส่งผลทางตรงต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสในโมเดลฝ่ายภรรยา แต่ไม่ปรากฏในโมเดลฝ่ายสามี ขณะที่ปัจจัยด้านการรับรู้ การปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคู่สมรสทางตรงต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสในโมเดลฝ่ายสามีแต่ไม่ปรากฏในโมเดลฝ่ายภรรยา (พบว่าตัวแปรเชิงเหตุทั้งหมดรวมกันทำนายความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสในโมเดลของสามีได้ร้อยละ 75 และในโมเดลของภรรยาได้ร้อยละ 77)

ประการที่ 3 พบว่า ปัจจัยเชิงเหตุที่อธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านการปรับตัวระหว่างคู่สมรส ทั้งฝ่ายสามีและภรรยา พบผลสอดคล้องกันว่า จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน ทศนคติต่อคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบบวก การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส และการรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว ต่างส่งผลทางตรงอย่างเด่นชัดต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส แต่พบผลต่างกัน คือ วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบลบ ส่งผลทางตรงต่อการปรับตัวระหว่างคู่สมรสในโมเดลฝ่ายสามี แต่ไม่ปรากฏในโมเดลฝ่ายภรรยา ขณะที่การปัจจัยด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรสส่งผลทางตรงต่อการปรับตัวระหว่างคู่สมรสในโมเดลฝ่ายภรรยา แต่ไม่ปรากฏในโมเดลฝ่ายสามี (พบว่าตัวแปรเชิงเหตุทั้งหมดรวมกันทำนายความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสในโมเดลของสามีและภรรยาได้ร้อยละ 65)

ประการที่ 4 ปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริม 7 ด้าน (ได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลภายนอกครอบครัว การสื่อสารระหว่างคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบบวก จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส การรับรู้การปฏิบัติทางพุทธของคู่สมรส และทศนคติต่อคู่สมรส) ร่วมกัน สามารถอธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสได้ร้อยละ 72-81 ในกลุ่มรวมและกลุ่มสามีภรรยาประเภทต่างๆ 26 กลุ่ม โดยทำนายได้สูงสุดในกลุ่มสามีภรรยาที่ไม่มีบุตร ตัวทำนายสำคัญ คือ ทศนคติต่อคู่สมรส จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การรับรู้การปฏิบัติทางพุทธของคู่สมรส การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส ตามลำดับ ปัจจัยเสริมทั้ง 7 ด้าน ร่วมกันสามารถอธิบายคุณภาพชีวิตสมรสด้านการปรับตัวระหว่างคู่สมรสได้ร้อยละ 57-70 ในกลุ่มรวมและกลุ่มสามีภรรยาประเภทต่างๆ 26 กลุ่ม โดยทำนายได้สูงสุดในกลุ่มสามีภรรยาที่มีการศึกษาสูง ตัวทำนายสำคัญ คือ จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน ทศนคติต่อคู่สมรส และวิธีการจัดการกับการขัดแย้งทางบวก กล่าวโดยรวมได้ว่า ปัจจัยเสริมทางจิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพันมีบทบาทในการอธิบายคุณภาพชีวิตทั้งสองด้านได้เป็นลำดับแรก รองลงมา คือ ทศนคติต่อคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบบวกและการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ตามลำดับ

ปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสี่ยง 7 ด้าน (ได้แก่ การรับรู้ความแตกต่างของสภาพเศรษฐกิจระหว่างคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบลบ ความแตกต่างด้านวัยระหว่างคู่สมรส ความแตกต่างด้านการศึกษาระหว่างคู่สมรส ปริมาณการใช้ประโยชน์จากห้องนอน ความรู้สึกแออัดในที่พักอาศัย และความเครียดในการทำงาน) ร่วมกับปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริม 7 ด้าน ดังกล่าวข้างต้นรวม 14 ด้าน สามารถเพิ่มปริมาณการทำนายความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสจากเดิมที่ชุดปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริมเพียงชุดเดียวเคยทำนายได้ตามเกณฑ์ (ปริมาณการทำนายต่างกันตั้งแต่ร้อยละ 5 เป็นเกณฑ์ที่ตั้งไว้ล่วงหน้า) เฉพาะในกลุ่มสามีภรรยาที่มีการศึกษาระดับสูงในกลุ่มเดียวเท่านั้น จากกลุ่มรวมและกลุ่มสามีภรรยาประเภทต่างๆ 26 กลุ่ม ไม่พบว่าปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริมและปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสี่ยงรวม 14 ด้าน สามารถเพิ่มการทำนายการปรับตัวระหว่างคู่สมรสจากเดิมที่ปัจจัยเสริมชุดเดียวเคยทำนายได้ กล่าวได้ว่า ปัจจัยเสริมเพียงชุดเดียวสามารถทำนายคุณภาพชีวิตสมรสได้ใกล้เคียงกับปัจจัยเสริมและปัจจัยเสี่ยงสองชุดร่วมกัน แสดงว่าปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริม 7 ด้าน มีบทบาทอย่างสำคัญในการอธิบายคุณภาพชีวิตสมรสทั้งสองด้าน

เพ็ญภา กุลนภาดล (2547: 174-182) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาและพัฒนาการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกในครอบครัวในเขตสาธารณสุขที่ 3 แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มตัวอย่างกลุ่มแรกเป็นสมาชิกในครอบครัวทั่วไป จำนวน 1,500 คน ที่ใช้ในการศึกษาองค์ประกอบการปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวส่วนกลุ่มตัวอย่างที่สอง เป็นสมาชิกในครอบครัวของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าที่เข้ารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกกลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลเมืองฉะเชิงเทรา จำนวน 10 คน เพื่อเข้าการพัฒนาการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัว โดยการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้างของครอบครัว ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัว ประกอบไปด้วย 7 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านภารกิจที่สมาชิกรับผิดชอบตามบทบาทและหน้าที่ ด้านการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว ด้านการแสดงออกถึงความผูกพัน ด้านการให้ความช่วยเหลือและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน ด้านการแก้ปัญหาและความขัดแย้งร่วมกัน ด้านการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมร่วมกัน และด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัว มีค่าสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐานอยู่ในเกณฑ์สูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสามารถวัดองค์ประกอบของการปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวได้ และพบว่าการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัว(สามีและบุตร) ในครอบครัวผู้ป่วยโรคซึมเศร้ามก่อน ระหว่าง และภายหลังการได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้างของครอบครัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้าง มีผลให้การปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ จะเห็นว่าการศึกษาและพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสโดยการให้คำปรึกษาครอบครัวนั้น สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวได้ ทำให้สามีภรรยาหรือคู่สมรสเกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีในเรื่องของสัมพันธภาพในครอบครัว สามารถสื่อสารและปรับตัวเข้าหากันได้

อย่างเหมาะสม มีความสุขในชีวิตสมรสและพึงพอใจในชีวิตสมรสของตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดหวังว่าการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาและพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ และการดำเนินการวิจัยเป็นไปในลักษณะของการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาครั้งนี้ ประกอบไปด้วยขั้นตอนการดำเนินการที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย
3. ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย
 - 3.1 การศึกษาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ
 - 3.2 การพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือโดยการให้คำปรึกษา

กรอบคร่าว

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
 5. การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล
 6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
- โดยในแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังนี้

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัด กองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่ จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก กลุ่มประชากรนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารพักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา จัดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ โดยผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นคู่สมรสทหารเรือ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่าง

นี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทูมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกัน ฉันทามีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คู่ โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ดังนี้

1.1 สุ่มแบบตามความสะดวก (Convenience Sampling) โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามพื้นที่ตั้งอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือในกรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบไปด้วย 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทูมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 แล้วเลือกกลุ่มตัวอย่างมา 1 พื้นที่ ได้แก่ อาคารที่พักอาศัยพื้นที่ส่วนบางนา จำนวน 1,300 คู่ ทั้งนี้เนื่องผู้วิจัยได้พิจารณาเห็นว่า มีจำนวนประชากรมากกว่าพื้นที่แห่งอื่นๆ อยู่ใกล้ที่ทำงานของกลุ่มตัวอย่าง และอยู่ใกล้กับโรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ ซึ่งเป็นสถานที่ให้คำปรึกษารอบครัว

1.2 สุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยนำประชากรที่พักอาศัยอยู่ อาคารพื้นที่ส่วนบางนา จำนวน 1,300 คู่ ที่ได้จากการสุ่มในข้อ 1.1 มาสุ่มแบบแบ่งชั้นโดยใช้ ชั้นยศ (นายทหารชั้นประทวนและนายทหารชั้นสัญญาบัตร) เป็นชั้น(Strata) กำหนดขนาดของ ตัวอย่างตามตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามาเน่ (Yamane. 1967: 886-887) จากนั้น สุ่มอย่างง่าย(Simple Random Sampling) ตามสัดส่วนจำนวนกลุ่มสมรสของแต่ละชั้นได้จำนวน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คู่

2. กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้คำปรึกษารอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส คือ สามี หรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่ เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่างนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือ กรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทูมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันทามีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ โดยการนำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้จากคู่สมรสทหารเรือใน ข้อ 1 ที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คู่ โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วคัดเลือกมาโดยสมัครใจ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

2.1 ให้คู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 400 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 นำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.1 มาจัดเรียงลำดับ จากมากไปหาน้อย

2.3 คัดเลือกคู่สมรสทหารเรือที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้จำนวน ทั้งสิ้น 100 คู่ แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 10 คู่ แบ่งออกเป็นคู่สมรสทหารเรือชั้นสัญญาบัตร จำนวน 5 คู่ และคู่สมรสทหารเรือชั้นประทวน จำนวน 5 คู่ สอบถามความสนใจและความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษารอบครัว โดยมีเงื่อนไข

ว่าต้องสามารถเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัวได้ครบทั้ง 12 ครั้ง ได้คู่สมรสทหารเรือมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 10 คู่

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)

การสนทนากลุ่มเกี่ยวกับองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ผู้วิจัยดำเนินการโดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสาร ทฤษฎีและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อหากรอบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.2 สืบหาความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้คำถามปลายเปิดหาคำตอบเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ว่าควรครอบคลุมในด้านใดบ้าง

1.3 ผู้วิจัยเขียนกรอบเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยนำข้อมูลที่ได้จากเอกสาร และผลการสำรวจ ในข้อ 1.1 และ 1.2 มาเขียนเป็นกรอบเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสนทนากลุ่ม

1.4 ดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในวันที่ 22 ธันวาคม 2547 เวลา 13.30-15.00 น. ณ ห้อง 407 ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรส จำนวน 4 คน (จิตแพทย์ 1 คน นักจิตวิทยา 1 คน นักสังคมสงเคราะห์ 1 คน และพยาบาลจิตเวช 1 คน) ผู้ทรงคุณวุฒิ 1 คน และคู่สมรสทหารเรือ (ครอบครัวตัวอย่าง) ทั้งสามีและภรรยา 2 คน รวม 7 คน (ภาคผนวก ก)

1.5 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่ม มาดำเนินการสรุปวิเคราะห์ เพื่อเขียนนิยามศัพท์เฉพาะ ผลการสนทนากลุ่มสรุปได้ ดังนี้

1.5.1 คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง ลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันของสามีและภรรยา ซึ่งสามารถทำให้ทั้งสามีและภรรยามีความเข้าใจอันดีต่อกัน เกิดความพึงพอใจ

ซึ่งกันและกัน และทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปอย่างมีความสุข โดยประกอบไปด้วยลักษณะต่าง ๆ 7 ด้าน ดังนี้

1.5.1.1 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาในการพูดจาด้วยถ้อยคำที่มีความหมายชัดเจน สอดคล้องกลมกลืนกับลักษณะท่าทางและน้ำเสียง ได้แก่ การใช้สรรพนามแทนตนเองได้อย่างเหมาะสม การแสดงความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง การใช้ถ้อยคำ การใช้ น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทาง

1.5.1.2 การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาในการปรับตัวเข้าหากัน รวมไปถึงการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส ได้แก่ การยอมรับความแตกต่างระหว่างกัน ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้เกียรติซึ่งกันและกัน การให้ความช่วยเหลือกันและกัน การแบ่งหน้าที่ในการทำงาน การมีเวลาให้แก่กันและกัน การกระทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

1.5.1.3 การจัดการกับเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส หมายถึง การปฏิบัติของสามีและภรรยาในการใช้จ่ายเงินประจำเดือน ซึ่งเกี่ยวข้องกับรายได้ประจำเดือนและค่าใช้จ่ายประจำเดือน ตลอดจนการจัดการเพื่อหาเงินมาจุนเจือครอบครัว ได้แก่ รายได้ประจำเดือน รายจ่าย การซื้อของและการจับจ่ายใช้สอยประจำเดือน เงินเก็บออม รายได้พิเศษ หนี้สินหรือการกู้ยืม

1.5.1.4 การขจัดความขัดแย้งของคู่สมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาต่อปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ไม่สอดคล้องหรือไม่ลงรอยกัน ทั้งด้านความคิด ด้านอารมณ์ หรือความรู้สึกและด้านการกระทำ ได้แก่ การแสดงเหตุผลต่อกันและกัน การยอมรับฟังซึ่งกันและกัน การกำหนดขอบข่ายประเด็นปัญหาที่ขัดแย้งกันอย่างชัดเจน การหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง การประนีประนอมซึ่งกันและกัน การยินยอมซึ่งกันและกัน การจัดการกับอารมณ์โกรธ การไม่แสดงอารมณ์รุนแรงหรือความก้าวร้าว เช่น การทำร้ายร่างกาย การทำลายสิ่งของ การตวาด ดุด่า ตะโกน หรือใช้คำพูดที่หยาบคาย เป็นต้น

1.5.1.5 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันของคู่สมรส หมายถึง การแสดงออกของสามีและภรรยาเกี่ยวกับความรักใคร่ ความผูกพัน ความห่วงใย ความสนิทชิดใกล้ และการมีเพศสัมพันธ์ ได้แก่ ความรักใคร่ผูกพันซึ่งกันและกัน การเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกซึ่งกันและกัน ความใกล้ชิดสนิทสนม การปรึกษาหารือเพื่อแก้ปัญหาร่วมกัน การให้ความสนใจซึ่งกันและกัน การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน การชื่นชมยินดีซึ่งกันและกัน การให้ความคิดถึงห่วงใยซึ่งกันและกัน การให้ความช่วยเหลือดูแลและปกป้องซึ่งกันและกัน การตอบสนองทางเพศที่สอดคล้องกัน และการให้ความสุขทางเพศสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

1.5.1.6 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว หมายถึง การที่สามีและภรรยาได้รับความช่วยเหลือด้านต่างๆ ได้แก่ ความรู้ คำแนะนำ ความคิดเห็น ข้อมูลข่าวสาร อารมณ์และจิตใจ แรงงาน อาชีพและการทำงาน การเงินและวัตถุสิ่งของ เมื่อมีความต้องการหรือมีปัญหาเกิดขึ้น จากบุคคลสำคัญต่อไปนี้ ได้แก่ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนสนิท และ

บุคคลที่สามและ/หรือภรรยาให้ความเคารพนับถือและไว้วางใจ เช่น ผู้บังคับบัญชา ครู อาจารย์ พระภิกษุ เป็นต้น

1.5.1.7 การปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของกลุ่มสมรส หมายถึง การแสดงออก หรือการปฏิบัติตนของสามีและภรรยา ในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักของพุทธศาสนา ได้แก่ ความเมตตากรุณา การให้ช่วยเหลือแบ่งปัน ความซื่อสัตย์สุจริต การมีสัจจะในคำพูด การมีสติสัมปชัญญะ และหลีกเลี่ยงการประพฤติปฏิบัติที่ผิดศีลธรรม ได้แก่ การไม่เบียดเบียนหรือทำร้ายผู้อื่น การไม่ลักขโมยหรือฉ้อโกงทรัพย์สินหรือเงินทองหรือสิ่งของจากผู้อื่น การไม่ล่วงละเมิดทางเพศหรือมีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ไม่ใช่สามีหรือภรรยาของตน การไม่พูดจาโกหกหลอกลวงหรือินินทาว่าร้ายผู้อื่น การไม่ดื่มเบียร์หรือสุราหรือยาเสพติดต่างๆ จนติดเป็นนิสัย และการหลีกเลี่ยงหรือไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข เช่น เล่นการพนัน เที่ยวกลางคืน คบคนชั่วเป็นมิตร เป็นต้น รวมไปถึงการไปทำบุญหรือฟังธรรมเทศนาในวันสำคัญทางศาสนา การสวดมนต์ไหว้พระ การทำจิตใจให้สงบแจ่มใส เช่น การนั่งสมาธิ การวิปัสสนา เป็นต้น

2. แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ

2.1 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาองค์ประกอบของ คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ

2.2 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบคอบครบถ้วนตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีลำดับขั้น ดังนี้

2.1 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาองค์ประกอบของ คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ

2.1.1 ศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ คุณภาพชีวิตสมรส และประมวลสาระจากการสัมภาษณ์เชิงลึก(Indepth Interview) กับกลุ่มสมรส ทหารเรือทั้งสามีและภรรยาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง จำนวน 10 คู่ ซึ่งคัดเลือกจากการวัด ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยวัดกลุ่มสมรสทั้งสามีหรือ/และภรรยา จำนวน 50 คู่ (100 คน) โดยดัดแปลงแบบวัดมาจากแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสในมิติด้านความพึงพอใจใน ชีวิตสมรส ของ อุบลรัตน์ พิษณุชยะนนท์ (2531) แล้วรวบรวมข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการสร้าง แบบวัด ให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

2.1.2 ประมวลสาระจากการดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) จากผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรส จำนวน 7 ท่าน (ภาคผนวก ก) ประกอบไปด้วย จิตแพทย์ 1 คน นักจิตวิทยา 1 คน นักสังคมสงเคราะห์ 1 คน พยาบาลจิตเวช 1 คน ผู้ทรงคุณวุฒิ

1 คน และคู่สมรสทหารเรือ(ครอบครัวตัวอย่าง)ทั้งสามีและภรรยา 2 คน แล้วรวบรวมข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด ให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

2.1.3 นำข้อมูลที่รวบรวมได้จากการประมวลสาระใน ข้อ 2.1.1 และข้อ 2.1.2 มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการสร้างแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ซึ่งแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีทั้งหมด 7 ด้าน ดังนี้

- 2.1.3.1 ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
- 2.1.3.2 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
- 2.1.3.3 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
- 2.1.3.4 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
- 2.1.3.5 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
- 2.1.3.6 ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
- 2.1.3.7 ด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส

ข้อคำถามของแบบวัดที่สร้างขึ้น มีจำนวน 84 ข้อ ข้อคำถามแต่ละข้อมีลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริงจริงเพียงเล็กน้อย ไม่จริงเลย โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่ง

2.1.4 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างเสร็จแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้แก่ (1) นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ (2) นาวาเอก นายแพทย์ วิชัย มนัสศิริจรรยา จิตแพทย์ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ (3) พลเรือตรี หญิง ดร. สุภัทรา เอื้อวงศ์ ผู้ช่วยอธิการบดีมหาวิทยาลัยสยาม (4) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงศ์อินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ(5) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) เพื่อคัดเลือกและปรับปรุงข้อความให้สอดคล้องกับนิยามที่กำหนดไว้ โดยข้อความทั้งหมดต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Item - Objective Congruence) ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ได้ข้อคำถามจำนวน 73 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) ระหว่าง 0.60-1.00 และจากที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้เสนอแนะให้ปรับปรุงแก้ไขข้อความบางข้อความ ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแก้ไขข้อความบางข้อความตามที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้เสนอแนะ

2.1.5 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 73 ข้อ ที่ได้รับการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try Out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คู่ เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้สูตร t-test แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าที (t) ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป หรือมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้ข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 1.86-9.47 มาใช้ในการศึกษาวิจัยต่อไป (ภาคผนวก จ)

2.1.6 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 60 ข้อ ตามที่ได้คัดเลือกไว้แล้วในข้อ 2.1.5 มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) มีสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.85 (ภาคผนวก จ)

2.1.7 ได้แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับสมบูรณ์ทั้ง 7 ด้าน ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว มีจำนวน 60 ข้อ โดยจำนวนข้อคำถามในแต่ละด้าน มีดังนี้

2.1.7.1 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

2.1.7.2 การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส จำนวน 10 ข้อ

2.1.7.3 การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

2.1.7.4 การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

2.1.7.5 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 13 ข้อ

2.1.7.6 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน 5 ข้อ

2.1.7.7 การปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส จำนวน 5 ข้อ

2.1.8 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับสมบูรณ์ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว จำนวน 60 ข้อ ในข้อ 2.1.7 ไปวัดกลุ่มตัวอย่าง(คู่สมรสทหารเรือ) จำนวน 400 คู่ เพื่อศึกษาและวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ตัวอย่างแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ข้อความ	จริง ที่สุด	ส่วนใหญ่ จริง	จริงเพียง เล็กน้อย	ไม่ จริงเลย
ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส				
1. คู่สมรสของท่านพูดน้ำเสียงไม่น่าฟัง เช่น เสียงดังเกินไป ตะโกน ข่มขู่ ตะคอก กระแทกเสียง เป็นต้น.....				
2. ท่านลังเลใจที่จะพูดคุยบางเรื่องกับคู่สมรส.....				
ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส				
1. ท่านและคู่สมรสยอมรับในข้อดีและข้อเสียซึ่งกันและกัน...				
2. ท่านและคู่สมรสสามารถช่วยกันทำงานบ้าน.....				
ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส				
1. ท่านและคู่สมรสไม่สามารถชำระหนี้หรือชำระเงินผ่อน ได้ทันตามกำหนด.....				
2. ท่านและคู่สมรสมีการวางแผนในการใช้จ่ายเงินอย่าง รอบคอบ.....				
ด้านการขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส				
1. ทุกครั้งที่มีความขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสใช้เหตุผล พูดจากัน.....				
2. แม้จะคิดไม่ตรงกัน ท่านและคู่สมรสต่างก็ยอมรับฟัง ความคิดเห็นของกันและกัน.....				
ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันของคู่สมรส				
1. ท่านและคู่สมรสเข้าใจความรู้สึกของกันและกัน.....				
2. ท่านและคู่สมรสมีเวลาว่างให้กันและกัน.....				
ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอก ครอบครัว				
1. พ่อแม่หรือญาติพี่น้องของคู่สมรส สามารถให้ความ ช่วยเหลือท่านและคู่สมรสในเรื่องต่างๆ ได้.....				
2. มีญาติผู้ใหญ่หรือบุคคลที่เคารพนับถือ ช่วยให้คุณและ คู่สมรสมีกำลังใจเมื่อเกิดความท้อแท้.....				
ด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส				
1. ท่านและคู่สมรส ยึดหลักศาสนาในการครองชีวิตคู่.....				
2. ท่านมีความสัมพันธ์ทางเพศกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส.....				

2.2 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

2.2.1 นำผลที่ได้จากการศึกษาและวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.1.8 ซึ่งได้องค์ประกอบใหม่ทั้งหมด 8 ด้านและมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ โดยข้อคำถามจำนวน 58 ข้อนั้น ได้จากข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในข้อ 2.1.8 แต่ผู้วิจัยได้ตัดข้อ 32 และข้อ 57 ทิ้งไป เนื่องจากทั้งสองข้อนี้ไม่ได้ถูกจัดให้อยู่ในองค์ประกอบใดๆ ทั้ง 8 ด้าน ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1.1 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส จำนวน 14 ข้อคำถาม คือ ข้อ 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 39

2.2.1.2 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 8 ข้อคำถาม ข้อ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49 และ 50

2.2.1.3 ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 10 ข้อคำถาม คือ ข้อ 1, 2, 3, 5, 8, 33, 34, 35, 38 และ 54

2.2.1.4 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 8 ข้อคำถาม คือ ข้อ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 และ 27

2.2.1.5 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 7 ข้อคำถาม คือ ข้อ 6, 28, 29, 30, 31, 36 และ 37

2.2.1.6 ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส จำนวน 4 ข้อคำถาม คือ ข้อ 41, 43, 45 และ 56

2.2.1.7 ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน 4 ข้อคำถาม คือ ข้อ 51, 52, 53 และ 55

2.2.1.8 ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส จำนวน 3 ข้อคำถาม คือ ข้อ 58, 59 และ 60

2.2.2 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่มีองค์ประกอบทั้งหมด 8 ด้าน และมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ ในข้อ 2.2.1 มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) มีสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.84 (ภาคผนวก จ)

2.2.3 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่มีองค์ประกอบ 8 ด้าน และมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ จากข้อ 2.2.2 ไปวัดกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง)ที่เข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 10 คู่ ทั้งก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษารอบครัว

2.3 เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

2.3.1 เกณฑ์การให้คะแนน เนื่องจากแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือนี้ ประกอบไปด้วยประโยคข้อความที่แสดงความคิดเห็นทั้งด้านบวกและลบ ดังนั้นจึงมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 66-73)

คำตอบ	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ	
จริงที่สุด	4	1	คะแนน
จริงส่วนใหญ่	3	2	คะแนน
จริงเพียงเล็กน้อย	2	3	คะแนน
ไม่จริงเลย	1	4	คะแนน

2.3.2 เกณฑ์การแปลผล ในการแปลผลคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือรายด้านและโดยรวมดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538 : 66-73)

คะแนน	แปลผล
ค่าเฉลี่ย 3.51 ขึ้นไป	คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือสูงมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือสูง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.50 ลงมา	คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือต่ำ

3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีลำดับขั้น ดังนี้

3.1 นำองค์ประกอบทั้ง 8 ด้านที่ได้จากศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบ มาสร้างกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

3.2 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส และการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

3.3 ดำเนินการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้เทคนิคต่างๆ ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัว กลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด ให้สอดคล้องกับตัวแปรตามที่ต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส คือ การ

สื่อสารระหว่างคู่สมรส การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส และความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

3.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ได้แก่ (1) นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ (2) นาวาเอก นายแพทย์ วิชัย มั่นศิริจรรยา จิตแพทย์ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ (3) พลเรือตรี หญิง ดร. สุภัตรา เอื้อวงศ์ ผู้ช่วยอธิการบดีมหาวิทยาลัยสยาม (4) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงศ์อินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ (5) นางดรุณี นาทะสิริ นักสังคมสงเคราะห์และนักให้คำปรึกษาชีวิตสมรส ประจำศูนย์ให้คำปรึกษาชีวิตสมรส กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา ตรวจสอบคุณภาพให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการศึกษาวิจัย โดยผลการตรวจสอบโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ทั้งหมดต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Item - Objective Congruence) เท่ากับหรือมากกว่า 0.50 คือ 0.80 – 1.00 (ภาคผนวก จ)

3.5 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มาปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คู่ ระหว่างเดือนเมษายน-มิถุนายน 2548 ณ ห้องให้คำปรึกษา แผนกบำบัดยาเสพติด โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ เพื่อนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการและระยะเวลา ที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

3.6 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว ไปดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัวกับกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ณ ห้องประชุม โรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ บางนา กรุงเทพฯ ระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2548 ถึงวันที่ 21 ตุลาคม 2548 โดยให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ได้แก่ เวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น. ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์ ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ระยะเวลาในการดำเนินการทดลอง ตามโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

วัน เดือน ปี	เวลา	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง
1-5 ส.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	1	การปฐมนิเทศ
8-12 ส.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	2	การสื่อสารระหว่างคู่สมรส
15-19 ส.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	3	การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส(1)
22-26 ส.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	4	การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส(2)
29 ส.ค.-2 ก.ย.48	10.00-11.30 14.00-15.30	5	การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
5-9 ก.ย.48	10.00-11.30 14.00-15.30	6	การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส(1)
12-16 ก.ย.48	10.00-11.30 14.00-15.30	7	การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส(2)
19-23 ก.ย.48	10.00-11.30 14.00-15.30	8	ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
26-30 ก.ย.48	10.00-11.30 14.00-15.30	9	การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญ ภายนอกครอบครัว
3-7 ต.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	10	การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของ คู่สมรส
10-14 ต.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	11	ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส
17-21 ต.ค.48	10.00-11.30 14.00-15.30	12	การปัจฉิมนิเทศ

3.7 นำผลคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังการทดลอง มาวิเคราะห์และสรุปผล

3.7.1 แบบแผนและการดำเนินการทดลอง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ปรับเปลี่ยนแบบแผนการทดลองจากแบบ One Group Pretest - Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 65) ซึ่งแบบแผนการทดลองดังกล่าวเป็นแบบแผนที่มีการวัดหรือการทดลองเพียง 2 ครั้ง ได้แก่ การวัดก่อนการทดลอง และการวัดหลังการทดลอง เป็นแบบแผนที่มีการออกแบบให้มีการวัดซ้ำ (Repeated Measures Design) โดยมีการวัดทั้งหมด 3 ครั้ง ได้แก่ การวัดก่อนการทดลอง การวัดภายหลังการทดลอง และการวัดภายหลังการทดลองเสร็จสิ้นไปแล้วเป็นเวลา 3 เดือน เพื่อเป็นการติดตามผลหลังการทดลอง (Follow up)

ตาราง 3 แบบแผนการทดลอง แบบ Repeated Measures Design

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง	ทดสอบติดตามผล
E	T ₁	X	T ₂	T ₃

ความหมายของสัญลักษณ์

E	แทน	กลุ่มทดลอง
T ₁	แทน	การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง
T ₂	แทน	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
T ₃	แทน	การทดสอบติดตามผลหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
X	แทน	การให้คำปรึกษาครอบครัว

3.7.2 วิธีดำเนินการทดลอง

3.7.2.1 ขั้นก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือแล้ว เก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

3.7.2.2 ขั้นการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ได้แก่ เวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น. ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์ (1 ส.ค.48 - 21ต.ค.48) ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 กำหนดการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยม
และกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

ครั้งที่	กลุ่มสมรสี									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1 ส.ค.48 10-11.30	1 ส.ค.48 14-15.30	2 ส.ค.48 10-11.30	2 ส.ค.48 14-15.30	3 ส.ค.48 10-11.30	3 ส.ค.48 14-15.30	4 ส.ค.48 10-11.30	4 ส.ค.48 14-15.30	5 ส.ค.48 10-11.30	5 ส.ค.48 14-15.30
2	8 ส.ค.48 10-11.30	8 ส.ค.48 14-15.30	9 ส.ค.48 10-11.30	9 ส.ค.48 14-15.30	10 ส.ค.48 10-11.30	10 ส.ค.48 14-15.30	11 ส.ค.48 10-11.30	11 ส.ค.48 14-15.30	12 ส.ค.48 10-11.30	12 ส.ค.48 14-15.30
3	15 ส.ค.48 10-11.30	15 ส.ค.48 14-15.30	16 ส.ค.48 10-11.30	16 ส.ค.48 14-15.30	17 ส.ค.48 10-11.30	17 ส.ค.48 14-15.30	18 ส.ค.48 10-11.30	18 ส.ค.48 14-15.30	19 ส.ค.48 10-11.30	19 ส.ค.48 14-15.30
4	22 ส.ค.48 10-11.30	22 ส.ค.48 14-15.30	23 ส.ค.48 10-11.30	23 ส.ค.48 14-15.30	24 ส.ค.48 10-11.30	24 ส.ค.48 14-15.30	25 ส.ค.48 10-11.30	25 ส.ค.48 14-15.30	26 ส.ค.48 10-11.30	26 ส.ค.48 14-15.30
5	29 ส.ค.48 10-11.30	29 ส.ค.48 14-15.30	30 ส.ค.48 10-11.30	30 ส.ค.48 14-15.30	31 ส.ค.48 10-11.30	31 ส.ค.48 14-15.30	1 ก.ย.48 10-11.30	1 ก.ย.48 14-15.30	2 ก.ย.48 10-11.30	2 ก.ย.48 14-15.30
6	5 ก.ย.48 10-11.30	5 ก.ย.48 14-15.30	6 ก.ย.48 10-11.30	6 ก.ย.48 14-15.30	7 ก.ย.48 10-11.30	7 ก.ย.48 14-15.30	8 ก.ย.48 10-11.30	8 ก.ย.48 14-15.30	9 ก.ย.48 10-11.30	9 ก.ย.48 14-15.30
7	12 ก.ย.48 10-11.30	12 ก.ย.48 14-15.30	13 ก.ย.48 10-11.30	13 ก.ย.48 14-15.30	14 ก.ย.48 10-11.30	14 ก.ย.48 14-15.30	15 ก.ย.48 10-11.30	15 ก.ย.48 14-15.30	16 ก.ย.48 10-11.30	16 ก.ย.48 14-15.30
8	19 ก.ย.48 10-11.30	19 ก.ย.48 14-15.30	20 ก.ย.48 10-11.30	20 ก.ย.48 14-15.30	21 ก.ย.48 10-11.30	21 ก.ย.48 14-15.30	22 ก.ย.48 10-11.30	22 ก.ย.48 14-15.30	23 ก.ย.48 10-11.30	23 ก.ย.48 14-15.30
9	26 ก.ย.48 10-11.30	26 ก.ย.48 14-15.30	27 ก.ย.48 10-11.30	27 ก.ย.48 14-15.30	28 ก.ย.48 10-11.30	28 ก.ย.48 14-15.30	29 ก.ย.48 10-11.30	29 ก.ย.48 14-15.30	30 ก.ย.48 10-11.30	30 ก.ย.48 14-15.30
10	3 ต.ค.48 10-11.30	3 ต.ค.48 14-15.30	4 ต.ค.48 10-11.30	4 ต.ค.48 14-15.30	5 ต.ค.48 10-11.30	5 ต.ค.48 14-15.30	6 ต.ค.48 10-11.30	6 ต.ค.48 14-15.30	7 ต.ค.48 10-11.30	7 ต.ค.48 14-15.30
11	10 ต.ค.48 10-11.30	10 ต.ค.48 14-15.30	11 ต.ค.48 10-11.30	11 ต.ค.48 14-15.30	12 ต.ค.48 10-11.30	12 ต.ค.48 14-15.30	13 ต.ค.48 10-11.30	13 ต.ค.48 14-15.30	14 ต.ค.48 10-11.30	14 ต.ค.48 14-15.30
12	17 ต.ค.48 10-11.30	17 ต.ค.48 14-15.30	18 ต.ค.48 10-11.30	18 ต.ค.48 14-15.30	19 ต.ค.48 10-11.30	19 ต.ค.48 14-15.30	20 ต.ค.48 10-11.30	20 ต.ค.48 14-15.30	21 ต.ค.48 10-11.30	21 ต.ค.48 14-15.30

3.7.2.3 ขั้นหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลอง ในช่วงวันที่ 20-22 พฤศจิกายน 2548 (ภายหลังจากทดลองไปแล้ว 1 เดือน) เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อนและหลังการให้คำปรึกษารอบครัวแล้ว นำคะแนนที่ได้จากการตอบมาเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

3.7.2.4 ขั้นติดตามผลหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลองไปแล้ว 3 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลองและภายหลังจากการทดลอง ในช่วงวันที่ 21-22 มกราคม 2549 เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ในขั้นก่อนการให้คำปรึกษารอบครัว ขั้นหลังการให้คำปรึกษารอบครัว และขั้นติดตามผลหลังการให้คำปรึกษารอบครัว แล้วนำคะแนนที่ได้จากการตอบมาเก็บไว้เป็นคะแนนติดตามผลหลังการทดลอง (Follow up)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อทำหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ไปยังกรมสวัสดิการทหารเรือ กองทัพเรือ ซึ่งเป็นผู้มีหน้าที่ดูแลและรับผิดชอบเกี่ยวกับอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางทหารเรือ

2. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คู่ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ ในช่วงเดือนเมษายน 2548

2.2 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปวัดคู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คู่ เพื่อนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในช่วงเดือนพฤษภาคม-มิถุนายน 2548

3. การพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

3.1 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คู่ ในช่วงเดือนเมษายน-มิถุนายน 2548 เพื่อหาข้อบกพร่องและนำมาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปทดลองใช้จริงต่อไป

3.2 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขจากการทดลองใช้ไปแล้ว มาดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัวกับกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) โดยการนำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้จากคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.2 ที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คู่ โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วคัดเลือกมาโดยสมัครใจ ในระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2548 ถึง วันที่ 21 ตุลาคม 2548

3.3 ให้กลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลอง ในช่วงวันที่ 20-22 พฤศจิกายน 2548 (ภายหลังทดลองไปแล้ว 1 เดือน) เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน และหลังการให้คำปรึกษารอบครัว

3.4 ติดตามผลการให้คำปรึกษารอบครัว ภายหลังการให้คำปรึกษารอบครัว และวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือซ้ำ (ภายหลังทดลองไปแล้ว 3 เดือน) ในช่วงวันที่ 21-22 มกราคม 2549 เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในขั้นก่อนการให้

คำปรึกษาครอบครัว ชั้นหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว และชั้นติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว แล้วนำคะแนนที่ได้จากการตอบมาเก็บไว้เป็นคะแนนติดตามผลการทดลอง (Follow up)

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยมีลำดับขั้นตอนดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยการแสดงค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ
3. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยใช้สูตร t-test
4. วิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
5. วิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) ของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ
 - 5.1 คัดเลือกจำนวนองค์ประกอบที่มีไอเกนเท่ากับหรือมากกว่า 1
 - 5.2 คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับหรือมากกว่า 0.30 และจำนวนข้อในแต่ละองค์ประกอบ มีอย่างน้อย 3 ข้อ จึงถือว่าเป็น 1 องค์ประกอบ ข้อใดมีน้ำหนักองค์ประกอบอยู่หลายองค์ประกอบ จะเลือกค่าสูงสุดบนองค์ประกอบนั้น หากน้ำหนักองค์ประกอบนั้นมีค่าใกล้เคียงกันจะตัดทิ้งไป
 - 5.3 ตั้งชื่อองค์ประกอบที่ได้ในข้อ 5.1 และ ข้อ 5.2
6. วิเคราะห์หาความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยการแสดงค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือกับนิยามเชิงปฏิบัติการ
7. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ของกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) ก่อนการให้คำปรึกษาครอบครัว หลังการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และการติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยใช้สถิติ One-way ANOVA with repeated measure

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.1 สถิติวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) โดยตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามปฏิบัติการ กับข้อคำถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น (IOC : Item – Objective Congruence) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2545 : 69)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบวัดคุณภาพชีวิตของคู่สมรสทหารเรือกับนิยามเชิงปฏิบัติการ
	R	แทน	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ
	$\sum R$	แทน	ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ
	N	แทน	จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

2.2 สถิติวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถามรายข้อ (Item Analysis) โดยใช้สูตร t-test (Edwards. 1957:152-154) ดังนี้

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถาม
	$\bar{X}_1$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	$\bar{X}_2$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	S_1^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มสูง
	S_2^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มต่ำ
	n_1	แทน	จำนวนคู่สมรสทหารเรือในกลุ่มสูง
	n_2	แทน	จำนวนคู่สมรสทหารเรือในกลุ่มต่ำ

2.3 สถิติวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ดังนี้ (ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. 2536 : 170-171)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
	S_i^2	แทน	ความแปรปรวนเป็นรายข้อ
	S_t^2	แทน	ความแปรปรวนของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ

3. สถิติวิเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows สก๊ตองค์ประกอบด้วยเทคนิคแกนสำคัญ (Principal Component Analysis : PCA) และใช้การหมุนแกนแบบอโรทอนอล (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนแมกซ์ (Varimax Method)

4. สถิติวิเคราะห์ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

4.1 สถิติวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงพื้นผิว (Face Validity) โดยใช้สูตรดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Item – Objective Congruence) (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. 2545 : 69)

4.2 สถิติวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) ก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยใช้สถิติ One-way ANOVA with repeated measure

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์และแปลผล

การวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
SD	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. การศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.2 ผลของการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง

1.3 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2. การวิเคราะห์ข้อมูลจากการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิดไปใช้ในการให้คำปรึกษารอบครัว เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด

1. การศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ คู่สมรสทหารเรือที่อาศัยอยู่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพบก กรุงเทพมหานคร ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 5

ตาราง 5 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของคู่สมรสทหารเรือ [n = 800 คน (400 คู่)]

	รายการ	คู่สมรส	
		จำนวน	ร้อยละ
อายุ	21-30 ปี	101	12.6
	31-40 ปี	283	35.4
	41-50 ปี	317	39.6
	51-60 ปี	99	12.4
การศึกษา	ต่ำกว่าปริญญาตรี	552	69.0
	ปริญญาตรี	166	20.8
	สูงกว่าปริญญาตรี	82	10.2
อาชีพ	รับราชการทหารเรือ	430	53.7
	ทั้งสามมีและภรรยา	60	7.5
	สามมีรับราชการทหารเรือ	268	33.5
	ภรรยาไม่รับราชการทหารเรือ	102	12.7
	สามมีหรือภรรยาที่ไม่ได้รับราชการทหารเรือ	370	46.3

ตาราง 5 (ต่อ)

รายการ		กลุ่มมรส	
		จำนวน	ร้อยละ
รายได้ของกลุ่มมรส	10,000 บาท ลงมา	60	7.5
	10,001-20,000 บาท	265	33.1
	20,001-30,000 บาท	265	33.1
	30,001-40,000 บาท	112	14.0
	มากกว่า 40,000 บาท ขึ้นไป	98	12.3
รายจ่ายของครอบครัว	พอเพียง	503	62.9
	ไม่พอเพียง	297	37.1
ระยะเวลาที่แต่งงาน	1-5 ปี	137	17.1
	6-10 ปี	150	18.8
	11-15 ปี	173	21.6
	16-20 ปี	169	21.1
	21-25 ปี	100	12.5
	มากกว่า 25 ปี ขึ้นไป	71	8.9
จำนวนบุตร	ไม่มีบุตร	108	13.4
	บุตร 1 คน	302	37.8
	บุตร 2 คน	304	38.0
	บุตร 3 คน	86	10.0
	บุตร 4 คน ขึ้นไป	6	0.8
บุคคลอื่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัว(ไม่รวมบุตร)	ไม่มี	640	80
	มี	160	20

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 41-50 ปี (ร้อยละ 39.6) รองลงมา คือ 31-40 ปี (ร้อยละ 35.4) การศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 69) รองลงมา คือ ปริญญาตรี (ร้อยละ 20.8) ส่วนใหญ่รับราชการทหารเรือ (ร้อยละ 53.7) รองลงมาไม่ได้รับราชการทหารเรือ (ร้อยละ 46.3) ในจำนวนนี้เป็นสามีที่รับราชการทหารเรือ (ร้อยละ 33.5) รองลงมา คือ ภรรยารับราชการทหารเรือ (ร้อยละ 12.7) และรับราชการทหารเรือทั้งสามีและภรรยา (ร้อยละ 7.5) รายได้ของกลุ่มสมรสทหารเรือส่วนใหญ่ คือ 10,001-20,000 บาท และ 20,001-30,000 บาท เท่ากัน (ร้อยละ 33.1) ส่วนรายจ่ายของครอบครัว ส่วนใหญ่ใช้จ่ายอย่างพอเพียง (ร้อยละ 62.9) รองลงมา คือ ไม่พอเพียง (ร้อยละ 37.1) ส่วนระยะเวลาที่แต่งงานส่วนใหญ่ คือ 11-15 ปี (ร้อยละ 21.6) รองลงมา คือ 16-20 ปี (ร้อยละ 21.1) การมีบุตรส่วนใหญ่มีบุตร (ร้อยละ 86.6) และไม่มีบุตร (ร้อยละ 13.4) โดยส่วนใหญ่มีบุตร 2 คน (ร้อยละ 38) และส่วนใหญ่ไม่มีผู้อื่นอาศัยอยู่ด้วย (ร้อยละ 80)

1.2 ผลของการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือโดยรวมของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือมาหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 6

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
[n = 800 คน (400 คู่)]

คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ	$\bar{X}$	SD	ระดับ คุณภาพ ชีวิตสมรส
ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส	2.31	.35	ปานกลาง
ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส	2.99	.66	สูง
ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส	2.21	.40	ปานกลาง
ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส	2.54	.37	สูง
ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส	2.73	.53	สูง
ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว	2.29	.46	ปานกลาง
ด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส	2.19	.45	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือโดยรวม	2.52	.29	สูง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 6 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสโดยรวมของคู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 2.52$) เมื่อจำแนกคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือเป็นรายด้าน พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ($\bar{X} = 2.99$) ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ($\bar{X} = 2.73$) และด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ($\bar{X} = 2.54$) และคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ($\bar{X} = 2.31$) ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ($\bar{X} = 2.29$) ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ($\bar{X} = 2.21$) และด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส ($\bar{X} = 2.19$)

1.3 การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ เป็นการวิเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows สกัดองค์ประกอบด้วยเทคนิคแกนสำคัญ (Principal Component Analysis) และใช้การหมุนแกนแบบออร์ทogonal (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) ผู้วิจัยได้ดำเนินการและเสนอตามลำดับ ดังนี้

1.3.1 การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 400 ครอบครัว(คู่) ได้องค์ประกอบที่มีค่าไอเกนมากกว่า 1 จำนวน 12 องค์ประกอบ เท่ากับ 63.084 % ของความแปรปรวนทั้งหมด โดยการหมุนแกนแบบออร์ทogonal (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 7

ตาราง 7 จำนวนองค์ประกอบ ค่าความร่วมกัน ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน
ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม ในแต่ละองค์ประกอบของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรส
ของคู่สมรสทหารเรือ [n = 800 คน (400 คู่)]

ตัวแปร	ค่าความ ร่วมกัน	องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของ ความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความ แปรปรวนสะสม
1	1.00	1	18.554	30.923	30.923
2	1.00	2	3.681	6.135	37.058
3	1.00	3	2.365	3.942	41.000
4	1.00	4	2.246	3.743	44.743
5	1.00	5	1.903	3.172	47.915
6	1.00	6	1.680	2.799	50.714
7	1.00	7	1.416	2.360	53.074
8	1.00	8	1.387	2.312	55.386
9	1.00	9	1.256	2.093	57.480
10	1.00	10	1.191	1.985	59.465

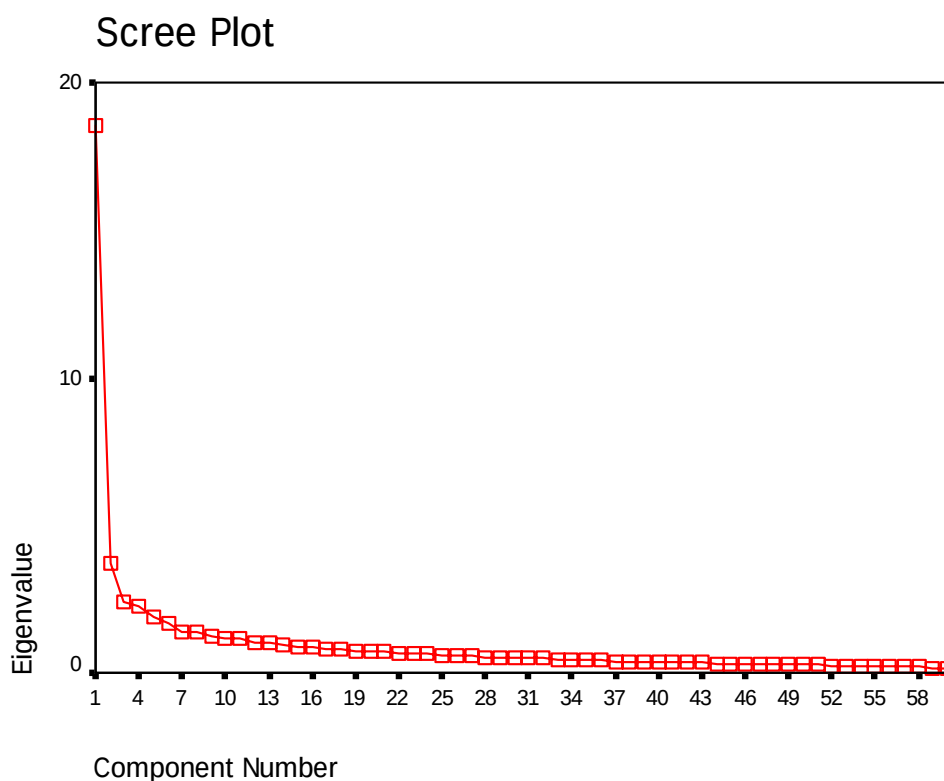
ตาราง 7 (ต่อ)

ตัวแปร	ค่าความ ร่วมกัน	องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของ ความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความ แปรปรวนสะสม
11	1.00	11	1.136	1.893	61.358
12	1.00	12	1.035	1.726	63.084
13	1.00	13	0.987	1.646	64.729
14	1.00	14	0.940	1.566	66.296
15	1.00	15	0.899	1.498	67.794
16	1.00	16	0.849	1.416	69.209
17	1.00	17	0.797	1.328	70.538
18	1.00	18	0.775	1.291	71.829
19	1.00	19	0.735	1.226	73.054
20	1.00	20	0.712	1.187	74.242
21	1.00	21	0.697	1.162	75.403
22	1.00	22	0.676	1.126	76.529
23	1.00	23	0.660	1.099	77.629
24	1.00	24	0.630	1.050	78.678
25	1.00	25	0.606	1.010	79.689
26	1.00	26	0.591	0.985	80.673
27	1.00	27	0.567	0.946	81.619
28	1.00	28	0.529	0.909	82.528
29	1.00	29	0.513	0.882	83.410
30	1.00	30	0.499	0.856	84.266
31	1.00	31	0.478	0.832	85.098
32	1.00	32	0.456	0.797	85.895
33	1.00	33	0.449	0.760	85.656
34	1.00	34	0.423	0.748	87.403
35	1.00	35	0.410	0.706	88.109
36	1.00	36	0.397	0.684	88.793
37	1.00	37	0.370	0.661	89.454
38	1.00	38	0.361	0.650	90.104

ตาราง 7 (ต่อ)

ตัวแปร	ค่าความ รวมกัน	องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของ ความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความ แปรปรวนสะสม
39	1.00	39	0.356	0.647	90.751
40	1.00	40	0.345	0.617	91.368
41	1.00	41	0.322	0.602	91.970
42	1.00	42	0.318	0.593	92.563
43	1.00	43	0.305	0.574	93.138
44	1.00	44	0.296	0.537	93.675
45	1.00	45	0.318	0.530	94.205
46	1.00	46	0.305	0.508	94.713
47	1.00	47	0.296	0.493	95.206
48	1.00	48	0.282	0.471	95.676
49	1.00	49	0.279	0.466	96.142
50	1.00	50	0.268	0.447	96.589
51	1.00	51	0.262	0.437	97.026
52	1.00	52	0.242	0.403	97.429
53	1.00	53	0.230	0.384	97.813
54	1.00	54	0.215	0.359	98.171
55	1.00	55	0.209	0.348	98.519
56	1.00	56	0.197	0.329	98.848
57	1.00	57	0.189	0.315	99.163
58	1.00	58	0.187	0.311	99.474
59	1.00	59	0.178	0.297	99.771
60	1.00	60	0.137	0.229	100.000

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 7 พบว่า เมื่อพิจารณาค่าไอเกน (Eigen Value) ซึ่งเป็นผลรวมกำลังสองของสัมประสิทธิ์ขององค์ประกอบ ในแต่ละองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า 1 มี 12 องค์ประกอบ เท่ากับร้อยละ 63.084 ของความแปรปรวนทั้งหมด นอกจากนี้ยังพบว่าค่าไอเกน (Eigen Value) และค่าร้อยละของความแปรปรวนในองค์ประกอบที่ 10-12 มีค่าใกล้เคียงกันมาก ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 กราฟ Scree test ค่าไอเกน(Eigen Value) ในแต่ละองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า 1

การพิจารณาค่าไอเกน (Eigen Value) ตามกราฟและค่าร้อยละขององค์ประกอบ มีจำนวนองค์ประกอบชัดเจนเพียง 9 องค์ประกอบ

1.3.2 การหมุนแกน

การวิเคราะห์องค์ประกอบขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้ทำการหมุนแกนแบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) เพื่อให้ตัวแปรสัมพันธ์กับองค์ประกอบในลักษณะที่ชัดเจนขึ้นจนได้แผนองค์ประกอบ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 8

ตาราง 8 แมตริกองค์ประกอบภายใต้การหมุนแกนแบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal Rotation)
โดยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method)

ตัวแปร	องค์ประกอบ								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	-.235	-.090	.726	.098	-.168	.088	-.073	.009	.007
2	-.270	-.114	.669	.086	.058	-.068	-.070	-.032	-.047
3	-.132	-.150	.752	.099	-.098	-.057	.045	-.047	.081
4	.570	.176	-.026	-.118	-.009	.084	-.064	.084	-.127
5	-.201	-.152	.590	.093	.083	-.041	-.063	-.152	.237
6	.349	.022	-.188	-.180	.427	-.061	-.112	-.061	-.022
7	.613	.204	-.196	-.170	.253	.143	-.005	.070	-.094
8	-.149	-.058	.620	.213	-.113	-.176	-.011	-.077	.126
9	.548	.156	-.300	-.128	.341	.007	.118	-.052	-.028
10	.718	.223	-.194	-.076	.154	-.007	-.015	.146	-.047
11	.723	.234	-.226	-.097	.123	.074	.016	.089	-.010
12	.744	.217	-.186	-.109	.055	.129	.124	.063	-.029
13	.713	.273	-.149	-.100	.110	.165	.090	.076	-.061
14	.667	.047	-.016	-.071	.064	.133	.202	.007	-.180
15	.620	.130	-.123	-.029	.201	.060	.035	.166	.028
16	.682	.168	-.138	-.108	.145	.245	.173	.116	-.001
17	.535	.240	-.115	-.045	.127	.458	.136	.031	-.140
18	.585	.239	-.224	-.071	.200	.196	.242	.029	-.010
19	.462	.309	-.223	-.114	.264	.103	.082	.365	-.010
20	.340	.123	.095	-.467	.145	.302	.159	.144	.205
21	-.062	-.015	.167	.676	.027	.004	-.004	.107	.200
22	-.012	-.080	.080	.690	.088	.082	.059	-.179	.161
23	.321	.204	.070	-.472	.183	.090	.105	.417	.150
24	-.172	-.030	.171	.587	-.059	.049	-.099	-.093	.066
25	.241	.048	.156	-.496	.205	.332	.113	.204	.155
26	-.009	-.022	.238	.629	-.105	-.168	-.110	.206	.021

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	องค์ประกอบ								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27	-.159	-.124	.267	.655	-.122	-.122	-.051	-.143	.113
28	.017	.056	.243	.039	.438	.046	.160	-.105	.078
29	.180	.040	-.056	.078	.633	.110	.052	.122	-.049
30	.426	.075	-.221	-.092	.607	.142	.172	.236	.005
31	.346	.044	-.190	-.079	.565	.074	.175	.248	-.037
32	.408	.117	-.141	-.190	.410	.001	.155	.412	-.008
33	-.062	-.098	.390	.382	-.386	-.072	-.086	.028	.042
34	-.183	-.049	.453	.330	-.197	-.072	-.157	.000	.319
35	-.173	-.050	.464	.355	-.157	-.130	-.132	-.282	.127
36	.074	.229	-.082	-.188	.624	.134	-.044	-.078	-.138
37	.364	.198	-.165	-.112	.442	.059	.094	.370	-.112
38	-.269	.015	.346	.271	.033	-.283	-.345	-.077	.013
39	-.334	-.086	.200	.249	.152	-.163	-.235	-.286	.111
40	.202	.535	-.054	-.183	.126	.454	.010	.072	-.119
41	.377	.450	-.162	-.090	.090	.548	.074	.036	-.078
42	.386	.527	-.193	-.076	.188	.275	.056	.272	-.052
43	.378	.370	-.181	-.126	.097	.514	.084	.119	-.061
44	.371	.484	-.141	-.147	.138	.181	.142	.387	-.138
45	.336	.214	-.106	-.140	.034	.462	.286	-.095	-.032
46	.359	.552	-.200	-.045	.056	.108	.211	.151	-.128
47	.306	.541	-.018	-.154	-.038	.281	.282	.026	.032
48	.314	.719	-.019	.019	.055	.050	.174	-.050	.036
49	.321	.750	-.138	-.033	.173	.059	.205	.077	.005
50	.281	.708	-.220	-.105	.152	-.012	.164	.157	-.031
51	.076	.292	-.072	-.091	.112	.081	.706	-.066	-.016
52	.123	.296	-.026	-.098	.209	.171	.681	-.062	-.055
53	.118	.178	-.020	.009	.095	.022	.652	.278	-.050

ตาราง 8 (ต่อ)

ตัวแปร	องค์ประกอบ								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
54	-.010	-.085	.300	.229	-.156	.195	-.201	-.219	.230
55	-.155	.015	.247	.246	.085	.128	-.502	-.402	.195
56	.175	.072	-.040	.010	.216	.689	.024	.201	-.108
57	.223	.185	-.156	-.040	.057	.299	.030	.665	-.002
58	-.114	.043	.189	.140	-.127	-.143	.058	.207	.632
59	-.070	-.300	.173	.112	-.012	.191	-.049	-.250	.654
60	-.149	.034	.058	.157	-.010	-.234	-.187	-.085	.631

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นค่าน้ำหนักองค์ประกอบในแต่ละตัวแปรจำนวน 60 ตัวแปร มีจำนวน 9 องค์ประกอบ

1.3.3 เพื่อพิจารณาตัวแปรว่าอยู่ในองค์ประกอบใด ใช้การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบตามเกณฑ์ คือ เลือกตัวแปรที่มีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า .30 ขึ้นไป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 8 พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบในแต่ละข้อจำนวน 60 ข้อ มีจำนวน 9 องค์ประกอบ เมื่อพิจารณาข้อว่าอยู่ในองค์ประกอบใด ใช้การพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบตามเกณฑ์ คือ เลือกข้อที่มีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า .30 ขึ้นไป (โดยไม่พิจารณาเครื่องหมาย) เลือกสายแถว (รายตัวแปร) และรายคอลัมน์ (องค์ประกอบ) ข้อใดมีน้ำหนักอยู่บนองค์ประกอบมากกว่าหนึ่งองค์ประกอบ จะเลือกน้ำหนักสูงสุดบนองค์ประกอบนั้น และหากน้ำหนักองค์ประกอบใกล้เคียงกันจะถูกตัดทิ้งไป ปรากฏผลดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 มี 14 ตัวแปร คือ ข้อ 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 39

องค์ประกอบที่ 2 มี 8 ตัวแปร คือ ข้อ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49, 50

องค์ประกอบที่ 3 มี 10 ตัวแปร คือ ข้อ 1, 2, 3, 5, 8, 33, 34, 35, 38, 54

องค์ประกอบที่ 4 มี 8 ตัวแปร คือ ข้อ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27

องค์ประกอบที่ 5 มี 7 ตัวแปร คือ ข้อ 6, 28, 29, 30, 31, 36, 37

องค์ประกอบที่ 6 มี 4 ตัวแปร คือ ข้อ 41, 43, 45, 56

องค์ประกอบที่ 7 มี 4 ตัวแปร คือ ข้อ 51, 52, 53, 55

องค์ประกอบที่ 8 มี 2 ตัวแปร คือ ข้อ 32, 57

องค์ประกอบที่ 9 มี 3 ตัวแปร คือ ข้อ 58, 59, 60

จากการพิจารณาแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 60 ตัวแปร ตามตาราง 8 ปรากฏว่า องค์ประกอบที่ 8 มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากกว่า .30 ขึ้นไป เพียง 2 ตัวแปร ซึ่งน้อยกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ ต้องมีจำนวนไม่น้อยกว่า 3 ตัวแปร ในองค์ประกอบนั้นๆ จึงถูกตัดทิ้งไป (ส.วาสนา ประवालพฤษ์. ม.ป.ป.) ดังนั้นจึงมีองค์ประกอบที่ชัดเจน จำนวน 8 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 และองค์ประกอบที่ 9 จำนวน 58 ตัวแปร

1.3.4 การตั้งชื่อองค์ประกอบ

ผู้วิจัยตั้งชื่อองค์ประกอบตามที่วิเคราะห์ได้ชัดเจน 8 องค์ประกอบที่ชัดเจน โดยพิจารณาทั้งค่าน้ำหนักองค์ประกอบ จำนวนความถี่ของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ พิจารณาข้อความโดยรวมทั้งหมดที่อยู่ในองค์ประกอบนั้นๆ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 9-16

ตาราง 9 องค์ประกอบที่ 1

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
4	ท่านและคู่สมรสจะพูดความจริงต่อกัน	.570
7	ท่านและคู่สมรสต่างก็ให้ความสนใจและรับฟังซึ่งกันและกัน เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งพูดหรือระบายความในใจ	.613
9	ท่านและคู่สมรสจะพูดคุยกันอย่างสุภาพและอ่อนโยน	.548
10	ท่านและคู่สมรสยอมรับในข้อดีและข้อเสียซึ่งกันและกัน	.718
11	ท่านและคู่สมรสต่างก็เคารพในการตัดสินใจของกันและกัน	.723
12	ท่านและคู่สมรสมักจะเล่าปัญหาส่วนตัวให้กันและกันฟัง	.744
13	ท่านและคู่สมรสปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน	.713
14	ท่านและคู่สมรสสามารถช่วยกันทำงานบ้าน	.667
15	ท่านและคู่สมรสมีสิทธิเท่าเทียมกัน ในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องของครอบครัวท่าน	.620
16	ท่านและคู่สมรสมีเวลาที่จะใส่ใจหรือให้ความสนใจกันและกัน	.682
17	ท่านและคู่สมรสมีกิจกรรมบางอย่างร่วมกัน เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ดูภาพยนตร์ ร้องเพลง ซ้อมของ เล่นกีฬา เป็นต้น	.535
18	ท่านและคู่สมรสต่างชมเชย ยกย่องและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน	.585
19	เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรค ท่านและคู่สมรสจะช่วยเหลือกันอย่างเต็มที่ เพื่อให้ทุกสิ่งทุกอย่างผ่านไปด้วยดี	.462
39	ในแต่ละวันท่านและคู่สมรส แทบไม่มีเวลาพูดคุยกันเลย	-.334
ค่าไอเกน เท่ากับ 18.554		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 9 พบว่า องค์ประกอบที่ 1 มี 14 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง -.334 ถึง .744 และค่าไอเกนเท่ากับ 18.554 ประกอบด้วยด้านต่างๆ คือ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 3 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 4, 7, 9 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส จำนวน 10 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 และ 19 และด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 39 เมื่อพิจารณาด้านความถี่จะเห็นว่าด้านการปรับตัวของคู่สมรส มีความถี่สูงสุดและมีน้ำหนักองค์ประกอบรวมกันมากที่สุด เมื่อพิจารณาข้อความโดยรวมจะเด่นชัดในเรื่องของการปรับตัวของคู่สมรสมากกว่าด้านอื่นๆ ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส”

ตาราง 10 องค์ประกอบที่ 2

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
40	ท่านและคู่สมรสมักจะไปไหนมาไหนด้วยกัน	.535
42	ท่านและคู่สมรสเข้าใจความรู้สึกของกันและกัน	.527
44	ท่านและคู่สมรสต่างชื่นชมยินดีในความสำเร็จของกันและกัน	.484
46	ท่านและคู่สมรสมักจะโทรศัพท์ถึงกัน เวลาที่อยู่ห่างไกลกัน	.552
47	ท่านและคู่สมรสจะไปงานสังคมด้วยกัน	.541
48	ท่านและคู่สมรสสามารถพูดคุยเปิดเผยเรื่องความต้องการทางเพศกันได้	.719
49	ท่านและคู่สมรสต่างได้รับความสุขในการมีเพศสัมพันธ์	.750
50	ท่านพึงพอใจเรื่องเพศสัมพันธ์ในชีวิตแต่งงานปัจจุบัน	.708
ค่าไอเกน เท่ากับ 3.681		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 10 พบว่า องค์ประกอบที่ 2 มี 8 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .484 ถึง .750 และค่าไอเกนเท่ากับ 3.681 ซึ่งประกอบด้วยด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 8 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49 และตัวแปรที่ 50 เมื่อพิจารณาด้านความถี่และน้ำหนักองค์ประกอบจะเห็นว่า องค์ประกอบ 2 จะประกอบไปด้วยตัวแปรที่อยู่ในด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสทั้งหมด และเมื่อพิจารณาข้อความจะเป็นความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสทั้งหมด ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส”

ตาราง 11 องค์ประกอบที่ 3

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
1	คู่สมรสของท่านพูดน้ำเสียงไม่น่าฟัง เช่น เสียงดังเกินไป ตะโกน ข่มขู่ ตะคอก กระแทกเสียง เป็นต้น	.726
2	ท่านลังเลใจที่จะพูดคุยบางเรื่องกับคู่สมรส	.669
3	คู่สมรสของท่านชอบพูดเหน็บแนม ค่อนแคะ หรือประชดประชันท่าน	.752
5	เมื่อคู่สมรสพูดท่านจะแสร้งทำเป็นฟัง แต่แท้จริงแล้วแทบไม่ได้ฟังเลย	.590
8	ยังไม่ทันฟังคำชี้แจงให้เข้าใจคู่สมรสก็ชวนท่านทะเลาะเสียแล้ว	.620
33	เมื่อทะเลาะหรือขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสจะใช้ถ้อยคำรุนแรงต่อกัน	.390
34	เมื่อถกเถียงในปัญหาใดๆ ท่านและคู่สมรสมักจะเอาปัญหาอื่นๆ เพิ่มเข้ามาอีก	.453
35	เมื่อท่านและคู่สมรสมีปัญหาขัดแย้งกัน ต่างฝ่ายต่างไม่ยอมอ่อนข้อให้แก่กัน	.464
38	คู่สมรสไม่ค่อยสนใจ ใฝ่ถาม ความสุขความทุกข์ในตัวท่านเท่าที่ควร	.346
54	พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อน หรือผู้ใหญ่ที่รู้จัก ชอบเข้ามาวุ่นวายและสร้างปัญหาให้กับชีวิตสมรสของท่าน	.300
ค่าไอเกน เท่ากับ 2.365		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 11 พบว่า องค์ประกอบที่ 3 มี 10 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .300 ถึง .752 และค่าไอเกนเท่ากับ 2.365 ประกอบด้วยด้านต่างๆ คือ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 5 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 1, 2, 3, 5, 8 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 3 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 33, 34, 35 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 38 และด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 54 เมื่อพิจารณาถึงความถี่จะเห็นว่าด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส มีความถี่สูงสุดและมีน้ำหนักองค์ประกอบรวมกันมากที่สุด เมื่อพิจารณาข้อความโดยรวมจะเด่นชัดในเรื่องของการสื่อสารระหว่างคู่สมรสมากกว่าด้านอื่นๆ ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “การสื่อสารระหว่างคู่สมรส”

ตาราง 12 องค์ประกอบที่ 4

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
20	ทุกเดือนท่านและคู่สมรสมีเงินเหลือพอ ที่จะเก็บออมไว้ใช้ในยามจำเป็น	-.467
21	ท่านและคู่สมรสจําหน่ายหรือขายของใช้ส่วนตัว เพื่อนําเงินมาใช้จ่ายในครอบครัว	.676
22	ท่านและคู่สมรสไม่สามารถชำระหนี้หรือชำระเงินผ่อนได้ทันตามกำหนด	.690
23	ท่านและคู่สมรสมีการวางแผนในการใช้จ่ายเงินอย่างรอบคอบ	-.472
24	สาเหตุสำคัญส่วนหนึ่งที่ทำให้ท่านและคู่สมรสเกิดปัญหาเรื่องเงินในครอบครัว คือ การเล่นเกมพนัน หรือ การดื่มสุรา หรือการเที่ยวเตร่ หรือการซื้อของฟุ่มเฟือย เป็นต้น	.587
25	ในแต่ละเดือนท่านและคู่สมรสมีรายได้เพียงพอ ที่จะซื้อของใช้ส่วนตัว ซื้อสิ่งอำนวยความสะดวก หรือเครื่องตกแต่งบ้านได้ตามต้องการ	-.497
26	ท่านและคู่สมรสต้องงดไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ ตามที่ตั้งใจไว้เพราะมีปัญหาเรื่องเงิน	.629
27	ท่านและคู่สมรสมีปากเสียงหรือทะเลาะกัน เกี่ยวกับเรื่องเงิน	.655
ค่าไอเกน เท่ากับ 2.246		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 12 พบว่า องค์ประกอบที่ 4 มี 8 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .467 ถึง .690 และค่าไอเกนเท่ากับ 2.246 ประกอบด้วยด้านต่างๆ คือ ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 8 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 และตัวแปรที่ 27 เมื่อพิจารณาด้านความถี่และน้ำหนักองค์ประกอบจะเห็นว่าองค์ประกอบ 4 ประกอบไปด้วยตัวแปรที่อยู่ในด้านสภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรสทั้งหมด และเมื่อพิจารณาข้อความจะเป็นด้านสภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรสทั้งหมด ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส”

ตาราง 13 องค์ประกอบที่ 5

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
6	แม้ว่าจะมีอารมณ์โกรธหรือโมโห ท่านและคู่สมรสสามารถพูดโต้แย้งกันได้ โดยไม่ขึ้นเสียงหรือกล่าวคำหยาบต่อกัน	.427
28	ท่านหรือคู่สมรสทำงานล่วงเวลาหรือทำงานทำพิเศษ เพื่อเพิ่มรายได้ของครอบครัว	.438
29	เมื่อมีความขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสพยายามกำหนดขอบข่ายการพูด แต่เฉพาะเรื่องที่เป็นประเด็นปัญหาเท่านั้น	.633
30	ทุกครั้งที่มีความขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสใช้เหตุผลพูดจากัน	.607
31	เมื่อความขัดแย้งเพิ่มความรุนแรงขึ้น ท่านและคู่สมรสจะหยุดการปะทะคารมกันและพูดกันใหม่เมื่ออารมณ์ดีขึ้น	.565
36	ท่านและคู่สมรสสามารถแสดงความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน โดยไม่โกรธ หรือโมโห	.624
37	หากมีปัญหาท่านและคู่สมรสจะพูดคุยกันเพื่อคลี่คลายปัญหาความขัดแย้ง	.442
ค่าไอเกน เท่ากับ 1.903		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 13 พบว่า องค์ประกอบที่ 5 มี 7 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .427 ถึง .633 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.903 ประกอบด้วยด้านต่างๆ คือ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 6 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 28 และด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 5 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 29, 30, 31, 36 และตัวแปรที่ 37 เมื่อพิจารณาด้านความถี่จะเห็นว่าด้านความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส มีความถี่สูงสุดและมีน้ำหนักองค์ประกอบรวมกันมากที่สุด เมื่อพิจารณาข้อความโดยรวมจะเด่นชัดในเรื่องของด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสมากกว่าด้านอื่น ๆ ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “การจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส”

ตาราง 14 องค์ประกอบที่ 6

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
41	ท่านและคู่สมรสทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน	.548
43	ท่านและคู่สมรสมีเวลาว่างให้กันและกัน	.514
45	ในวันสำคัญของชีวิต เช่น วันเกิด หรือวันปีใหม่ เป็นต้น ท่านจะได้รับ ของขวัญจากคู่สมรสเสมอ	.462
56	ท่านและคู่สมรสไปทำบุญที่วัดในวันสำคัญทางศาสนาอยู่เสมอ เช่น บิณฑบาต ตักบาตร ฟังเทศน์ เป็นต้น	.689
ค่าไอเกน เท่ากับ 1.680		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 14 พบว่า องค์ประกอบที่ 6 มี 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .462 ถึง .689 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.680 ประกอบด้วยด้านต่าง ๆ คือ ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 3 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 41, 43 และตัวแปรที่ 45 และด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส จำนวน 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 56 เมื่อพิจารณาด้านความถี่จะเห็นว่าด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสมีความถี่สูงสุดและมีน้ำหนักองค์ประกอบรวมกันมากที่สุด เมื่อพิจารณาข้อความโดยรวมจะเด่นชัดในเรื่องของความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ซึ่งตรงกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ใหม่ว่า “การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส”

ตาราง 15 องค์ประกอบที่ 7

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
51	พ่อแม่หรือญาติพี่น้องของท่าน สามารถให้ความช่วยเหลือท่านและ คู่สมรสในเรื่องต่างๆ ได้	.706
52	พ่อแม่หรือญาติพี่น้องของคู่สมรส สามารถให้ความช่วยเหลือท่านและ คู่สมรสในเรื่องต่างๆ ได้	.681
53	มีญาติผู้ใหญ่หรือบุคคลที่เคารพนับถือ ช่วยให้คุณและคู่สมรสมีกำลังใจ เมื่อเกิดความท้อแท้	.652
55	เมื่อมีปัญหาท่านและคู่สมรส ไม่รู้ว่าจะหันหน้าไปปรึกษาใคร	-.502
ค่าไอเกน เท่ากับ 1.416		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 15 พบว่า องค์ประกอบที่ 7 มี 4 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง -.502 ถึง .706 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.416 ประกอบด้วยด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน 4 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 51, 52, 53 และตัวแปรที่ 55 เมื่อพิจารณาด้านความถี่และน้ำหนักองค์ประกอบจะเห็นว่าองค์ประกอบ 7 ประกอบไปด้วยตัวแปรที่อยู่ในด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวทั้งหมด จำนวน 4 ตัวแปร เมื่อพิจารณาข้อความจะเป็นด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวทั้งหมด ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว”

ตาราง 16 องค์ประกอบที่ 8

ตัวแปร (ข้อ)	ข้อความ	น้ำหนัก องค์ประกอบ
58	ท่านมักจะพูดปิด เมื่อคิดแล้วว่ามันไม่ใช่เรื่องเสียหายมาก	.632
59	ท่านมีความสัมพันธ์ทางเพศกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส	.654
60	ท่านไม่สนใจว่าเพื่อนของท่านจะเป็นคนดีหรือไม่ดี ขอเพียงแต่ว่าเขาช่วยเหลือท่านได้	.631
ค่าไอเกน เท่ากับ 1.256		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 16 พบว่า องค์ประกอบที่ 8 มี 3 ตัวแปร มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .631 ถึง .654 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.256 ประกอบด้วยด้านการปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของคู่สมรส จำนวน 3 ตัวแปร คือ ตัวแปรที่ 58, 59 และตัวแปรที่ 60 เมื่อพิจารณาด้านความถี่และน้ำหนักองค์ประกอบจะเห็นว่าองค์ประกอบ 8 ประกอบไปด้วยตัวแปรที่อยู่ในด้านการปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของคู่สมรสทั้งหมด จำนวน 3 ตัวแปร เมื่อพิจารณาข้อความจะเป็นด้านการปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของคู่สมรส ซึ่งตรงกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ดังนั้นจึงตั้งชื่อองค์ประกอบนี้ว่า “ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส”

โดยสรุป จากการสกัดองค์ประกอบ หมุนแกนองค์ประกอบ และตั้งชื่อองค์ประกอบ พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มีองค์ประกอบที่ชัดเจน จำนวน 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การสื่อสารระหว่างคู่สมรส การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว และความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส องค์ประกอบทั้ง 8 องค์ประกอบนี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนทั้งหมดได้ คิดเป็นร้อยละ 55.386

2. การวิเคราะห์ข้อมูลจากการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดไปใช้ในการให้คำปรึกษารอบครัว เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลการเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว มาหาค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 17

ตาราง 17 ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว [n = 20 คน(10 คู่)]

องค์ประกอบ	ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผล	
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD
1. ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส	1.84	0.34	3.32	0.31	3.25	0.37
2. ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส	1.39	0.29	3.47	0.28	3.41	0.32
3. ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส	2.67	0.46	3.33	0.31	3.28	0.33
4. ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส	2.37	0.51	3.37	0.24	3.33	0.27
5. ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส	2.56	0.56	3.31	0.32	3.19	0.40
6. ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว	1.31	0.41	3.26	0.30	3.11	0.30
7. ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส	1.96	0.45	3.24	0.38	3.16	0.39
8. ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส	1.78	0.78	3.55	0.25	3.47	0.27
รวม	1.98	0.18	3.36	0.18	3.28	0.21

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 17 พบว่า กลุ่มสมรสหหารเรือภายหลังที่เข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีคุณภาพชีวิตสมรสทั้งโดยรวมและเป็นรายด้านเพิ่มขึ้น โดยมีคุณภาพชีวิตสมรสโดยเฉลี่ยรวมเพิ่มขึ้นเท่ากับ 3.36 และมีคุณภาพชีวิตสมรสในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส และด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส เพิ่มขึ้นเฉลี่ยเท่ากับ 3.32, 3.47, 3.33, 3.37, 3.31, 3.26, 3.24 และ 3.55 ตามลำดับ

ส่วนการติดตามผลภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า กลุ่มสมรสหหารเรือที่เข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีคุณภาพชีวิตสมรสทั้งโดยรวมและเป็นรายด้านเพิ่มขึ้น โดยมีคุณภาพชีวิตสมรสโดยเฉลี่ยรวมเพิ่มขึ้นเท่ากับ 3.28 และมีคุณภาพชีวิตสมรสในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส และด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส เพิ่มขึ้นเฉลี่ยเท่ากับ 3.25, 3.41, 3.28, 3.33, 3.19, 3.11, 3.16 และ 3.47 ตามลำดับ

2.2 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เห็นด้านการรู้คิด

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวมาทดสอบความแตกต่างโดยใช้สถิติ One-way ANOVA with repeated measure ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 18-19

ตาราง 18 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบรวม ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.98	0.18	3.36	0.18	3.28	0.21	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		23.73	2	11.86	322.71*	.000
ภายในกลุ่ม		2.09	57	.04		
รวม		25.82	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 18 เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 19 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรส
ทหารเรือขององค์กรประกอบรวม ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว
[n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการ ให้คำปรึกษา	ภายหลังการ ให้คำปรึกษา	ติดตามผล หลังเข้ารับการ ให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.371*	1.293*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.079
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 19 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือขององค์กรประกอบรวม ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน ภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 20 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์กรประกอบ
ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.84	0.34	3.32	0.31	3.25	0.37	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		27.85	2	13.93	120.49*	.000
ภายในกลุ่ม		6.89	57	.12		
รวม		34.44	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 20 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์กรประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.84, 3.32 และ 3.25 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์กรประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในองค์กรประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 21 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.479*	1.410*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.069
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 21 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ ในองค์ประกอบด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 22 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ
ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.39	0.29	3.47	0.29	3.41	0.32	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		56.27	2	28.14	314.60*	.000
ภายในกลุ่ม		5.10	57	.09		
รวม		61.37	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 22 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.39, 3.47 และ 3.41 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 23 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผล หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	2.082*	2.026*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.057
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 23 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 24 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
2.67	0.46	3.33	0.31	3.28	0.33	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		5.53	2	2.77	19.95*	.000
ภายในกลุ่ม		7.91	57	.14		
รวม		13.44	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 24 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.67, 3.33 และ 3.28 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 25 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเกี่ยวกับการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	.670*	.615*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.055
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 25 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเกี่ยวกับการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเกี่ยวกับการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 26 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
2.37	0.51	3.37	0.24	3.33	0.27	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		12.87	2	6.44	49.07*	.000
ภายในกลุ่ม		7.48	57	.13		
รวม		20.35	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 26 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.37, 3.37 และ 3.33 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 27 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.001*	.963*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.038
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 27 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 28 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือของ
องค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผล
หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
2.55	0.57	3.31	0.32	3.19	0.40	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		6.66	2	3.33	17.48*	.000
ภายในกลุ่ม		10.86	57	.19		
รวม		17.52	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 28 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือของ
องค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้า
รับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.55, 3.31 และ 3.19 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และ
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกัน
ระหว่างคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษา
ครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มี
ต่อกันระหว่างคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 29 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	.756*	.642*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.115
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 29 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 30 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือขององค์กรประกอบ
ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ก่อน หลัง และติดตามผล
หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.31	0.41	3.26	0.30	3.11	0.30	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		47.10	2	23.55	203.29*	.000
ภายในกลุ่ม		6.60	57	.15		
รวม		53.70	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 30 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือขององค์กรประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.31, 3.26 และ 3.11 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์กรประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในองค์กรประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 31 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.950*	1.800*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.150
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 31 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว กับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 32 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ
ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผล
หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.96	0.45	3.24	0.38	3.16	0.39	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		20.48	2	10.24	62.22*	.000
ภายในกลุ่ม		9.38	57	.17		
รวม		29.85	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 32 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.96, 3.24 และ 3.16 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในองค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 33 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.275*	1.200*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.075
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 33 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตาราง 34 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบ
ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

ระยะที่วัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ						
ก่อนการให้คำปรึกษา		หลังการให้คำปรึกษา		ติดตามผลหลัง เข้าร่วมการให้คำปรึกษา		
$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	
1.78	0.78	3.55	0.24	3.47	0.27	
แหล่งความแปรปรวน		SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม		39.87	2	19.93	78.66*	.000
ภายในกลุ่ม		14.44	57	.25		
รวม		54.31	59			

* มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการวิเคราะห์ตามตาราง 34 พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือขององค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.78, 3.55 และ 3.47 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลของการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวขององค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวมีผลให้คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ตาราง 35 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อน หลัง และติดตามผล หลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว [n = 20 คน (10 คู่)]

	ระยะเวลา		
	ก่อนการให้คำปรึกษา	ภายหลังการให้คำปรึกษา	ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา
ก่อนการให้คำปรึกษา	-	1.768*	1.688*
ภายหลังการให้คำปรึกษา		-	.081
ติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษา			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 35 พบว่า ความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนภายหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวกับติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาครอบครัวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือในองค์ประกอบด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรสให้ดีขึ้น ทั้งภายหลังและการติดตามผลการให้คำปรึกษาครอบครัว

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายสำคัญ เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยมีความมุ่งหมายเฉพาะของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ
2. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

สมมติฐานของการวิจัย

คุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ก่อน ภายหลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ กำหนดขอบเขตของการศึกษาเป็น 2 ขั้นตอน คือ

1. การศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ
2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยใช้การให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัด กองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่ จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก กลุ่มประชากรนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารพักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ทุ่งมหาเมฆ บุคคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา จัดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ โดยผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นกลุ่มสมรสทหารเรือ คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหาร

สังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศ ตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่างนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ท่วมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกัน จันทน์ที่มีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คู่ โดยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ดังนี้

1.1 สุ่มแบบตามความสะดวก (Convenience Sampling) โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามพื้นที่ตั้งอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือในกรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบไปด้วย 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ท่วมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 แล้วเลือกกลุ่มตัวอย่างมา 1 พื้นที่ ได้แก่ อาคารที่พักอาศัยพื้นที่ส่วนบางนาจำนวน 1,300 คู่ ทั้งนี้เนื่องผู้วิจัยได้พิจารณาเห็นว่า มีจำนวนประชากรมากกว่าพื้นที่แห่งอื่นๆ อยู่ใกล้ที่ทำงานของกลุ่มตัวอย่าง และอยู่ใกล้กับโรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ ซึ่งเป็นสถานที่ให้คำปรึกษาครอบครัว

1.2 สุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยนำประชากรที่พักอาศัยอยู่อาคารพื้นที่ส่วนบางนา จำนวน 1,300 คู่ ที่ได้จากการสุ่มในข้อ 1.1 มาสุ่มแบบแบ่งชั้นโดยใช้ชั้นยศ (นายทหารชั้นประทวนและนายทหารชั้นสัญญาบัตร) เป็นชั้น(Strata) กำหนดขนาดของตัวอย่างตามตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามาเน่ (Yamane. 1967: 886-887) จากนั้นสุ่มอย่างง่าย(Simple Random Sampling) ตามสัดส่วนจำนวนคู่สมรสของแต่ละชั้นได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คู่

2. กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส คือ สามีหรือ/และภรรยาที่เป็นข้าราชการทหารสังกัดกองทัพเรือ แบ่งออกเป็นชั้นประทวนและชั้นสัญญาบัตร สำหรับชั้นประทวนกำหนดชั้นยศตั้งแต่จ่าตรีถึงพันจ่าเอก และชั้นสัญญาบัตรกำหนดชั้นยศตั้งแต่เรือตรีถึงนาวาเอก โดยกลุ่มตัวอย่างนี้พักอาศัยอยู่ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพเรือกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ บางนา ท่วมหาเมฆ บุคโล และสุขสวัสดิ์ 26 จำนวน 4,498 คู่ ที่แต่งงานกันและคงอยู่ร่วมกัน จันทน์ที่มีภรรยา จดทะเบียนสมรสถูกต้องตามกฎหมาย และนับถือศาสนาพุทธ โดยการนำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้จากคู่สมรสทหารเรือในข้อ 1 ที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 10 คู่ โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วคัดเลือกมาโดยสมัครใจ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

2.1 ให้คู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 400 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 นำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.1 มาจัดเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย

2.3 คัดเลือกคู่สมรสทหารเรือที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้จำนวนทั้งสิ้น 100 คู่ แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง(Purposive Sampling) จำนวน 10 คู่ แบ่งออกเป็นคู่สมรสทหารเรือชั้นสัญญาบัตรจำนวน 5 คู่ และคู่สมรสทหารเรือชั้นประทวนจำนวน 5 คู่

สอบถามความสนใจและความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยมีเงื่อนไขว่าต้องสามารถเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัวได้ครบทั้ง 12 ครั้ง ได้คู่สมรสทหารเรือมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 10 คู่

ข้อจำกัดในการวิจัย

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างเฉพาะคู่สมรสทหารเรือ คือ สามิและภรรยาของแต่ละครอบครัวเท่านั้น โดยไม่รวมสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัวเข้าร่วมด้วย เช่น บิดา มารดา บุตร หลาน เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากมีข้อจำกัดในเรื่องเวลาและภารกิจหน้าที่ของบุคคลเหล่านั้น

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ คือ คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ตัวแปรที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ได้แก่

1. ตัวแปรอิสระ คือ การให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก
2. ตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
 - 1.1 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
 - 1.2 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีลำดับขั้น ดังนี้

1.1 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาองค์ประกอบของ
คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.1.1 ศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ
คุณภาพชีวิตสมรส และประมวลสาระจากการสัมภาษณ์เชิงลึก(Indepth Interview) กับคู่สมรส
ทหารเรือทั้งสามีและภรรยาที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง จำนวน 10 คู่ ซึ่งคัดเลือกจากการวัด
ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยวัดคู่สมรสทั้งสามีหรือ/และภรรยา จำนวน 50
คู่ (100 คน) โดยดัดแปลงแบบวัดมาจากแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสในมิติด้านความพึงพอใจใน
ชีวิตสมรส ของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) แล้วรวบรวมข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการสร้าง
แบบวัด ให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1.1.2 ประมวลสาระจากการดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion)
จากผู้เชี่ยวชาญด้านครอบครัวและชีวิตสมรส จำนวน 7 ท่าน (ภาคผนวก ก) ประกอบไปด้วย
จิตแพทย์ 1 คน นักจิตวิทยา 1 คน นักสังคมสงเคราะห์ 1 คน พยาบาลจิตเวช 1 คน ผู้ทรงคุณวุฒิ
1 คน และคู่สมรสทหารเรือ(ครอบครัวตัวอย่าง)ทั้งสามีและภรรยา 2 คน แล้วรวบรวมข้อมูลมาใช้
เป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด ให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1.1.3 นำข้อมูลที่รวบรวมได้จากการประมวลสาระใน ข้อ 1.1.1 และข้อ 1.1.2 มา
ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการสร้างแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ซึ่งแบบวัด
คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีทั้งหมด 7 ด้าน ดังนี้

- 1.1.3.1 ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
- 1.1.3.2 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
- 1.1.3.3 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
- 1.1.3.4 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
- 1.1.3.5 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
- 1.1.3.6 ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
- 1.1.3.7 ด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส

ข้อคำถามของแบบวัดที่สร้างขึ้น มีจำนวน 84 ข้อ ข้อคำถามแต่ละข้อมีลักษณะ
คำตอบเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง
จริงเพียงเล็กน้อย ไม่จริงเลย โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่ง

1.1.4 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างเสร็จแล้ว
นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้แก่ (1) นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ จิตแพทย์
และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ (2) นาวาเอก นายแพทย์ วิชัย

มนัสศิริจรรยา จิตแพทย์ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ (3) พลเรือตรี หญิง ดร. สุภัทรา เอื้อวงศ์ ผู้ช่วยอธิการบดีมหาวิทยาลัยสยาม (4) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงศ์อินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ(5) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) เพื่อคัดเลือกและปรับปรุงข้อความให้สอดคล้องกับนิยามที่กำหนดไว้ โดยข้อความทั้งหมดต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Item - Objective Congruence) ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ได้ข้อคำถามจำนวน 73 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.60-1.00 และจากที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้เสนอแนะให้ปรับปรุงแก้ไขข้อความบางข้อความ ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแก้ไขข้อความบางข้อความตามที่คุณวุฒิได้เสนอแนะ

1.1.5 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 73 ข้อ ที่ได้รับการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try Out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คู่ เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้สูตร t-test แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าที (t) ตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป หรือมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้ข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 1.86-9.47 มาใช้ในการศึกษาวิจัยต่อไป (ภาคผนวก จ)

1.1.6 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 60 ข้อ ตามที่ได้คัดเลือกไว้แล้วในข้อ 1.1.5 มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) มีสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.85 (ภาคผนวก จ)

1.1.7 ได้แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับสมบูรณ์ทั้ง 7 ด้าน ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว มีจำนวน 60 ข้อ โดยจำนวนข้อคำถามในแต่ละด้าน มีดังนี้

1.1.7.1 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

1.1.7.2 การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส จำนวน 10 ข้อ

1.1.7.3 การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

1.1.7.4 การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 9 ข้อ

1.1.7.5 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 13 ข้อ

1.1.7.6 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน

5 ข้อ

1.1.7.7 การปฏิบัติตนตามหลักศาสนาของคู่สมรส จำนวน 5 ข้อ

1.1.8 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับสมบูรณ์ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว จำนวน 60 ข้อ ในข้อ 1.1.7 ไปวัดกลุ่มตัวอย่าง (คู่สมรสทหารเรือ) จำนวน 400 คู่ เพื่อศึกษาและวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

1.2 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก

1.2.1 นำผลจากการศึกษาและวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือตามข้อ 1.1.8 ที่ได้องค์ประกอบใหม่ทั้งหมด 8 ด้านและมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ โดยข้อคำถามจำนวน 58 ข้อนั้น ได้จากข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือในข้อ 1.1.8 แต่ผู้วิจัยได้ตัดข้อ 32 และข้อ 57 ทิ้งไป เนื่องจากทั้งสองข้อนี้ไม่ได้ถูกจัดให้อยู่ในองค์ประกอบใดๆ ทั้ง 8 ด้าน ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1.2.1.1 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส จำนวน 14 ข้อคำถาม คือ ข้อ 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 39

1.2.1.2 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จำนวน 8 ข้อคำถาม ข้อ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49 และ 50

1.2.1.3 ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส จำนวน 10 ข้อคำถาม คือ ข้อ 1, 2, 3, 5, 8, 33, 34, 35, 38 และ 54

1.2.1.4 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส จำนวน 8 ข้อคำถาม คือ ข้อ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 และ 27

1.2.1.5 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส จำนวน 7 ข้อคำถาม คือ ข้อ 6, 28, 29, 30, 31, 36 และ 37

1.2.1.6 ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส จำนวน 4 ข้อคำถาม คือ ข้อ 41, 43, 45 และ 56

1.2.1.7 ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จำนวน 4 ข้อคำถาม คือ ข้อ 51, 52, 53 และ 55

1.2.1.8 ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส จำนวน 3 ข้อคำถาม คือ ข้อ 58, 59 และ 60

1.2.2 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่มีองค์ประกอบทั้งหมด 8 ด้าน และมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ ในข้อ 1.2.1 มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) มีสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ 0.84 (ภาคผนวก จ)

1.2.3 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่มีองค์ประกอบ 8 ด้าน และมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ จากข้อ 1.2.2 ไปวัดกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง)ที่เข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 10 คู่ ทั้งก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษารอบครัว

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

การสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีลำดับขั้น ดังนี้

2.1 นำองค์ประกอบทั้ง 8 ด้านที่ได้จากศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบ มาสร้างกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.2 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตสมรส และการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

2.3 ดำเนินการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้เทคนิคต่างๆ ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาครอบครัวกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด ให้สอดคล้องกับตัวแปรตามที่ต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส คือ การสื่อสารระหว่างคู่สมรส การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส การจัดการความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส และความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ได้แก่ (1) นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ (2) นาวาเอก นายแพทย์ วิชัย มั่นศิริจรรยา จิตแพทย์ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ (3) พลเรือตรี หญิง ดร. สุภัทรา เอื้อวงศ์ ผู้ช่วยอธิการบดีมหาวิทยาลัยสยาม (4) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงศ์อินทร์ อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และ (5) นางตรุณี นาทะสิริ นักสังคมสงเคราะห์และนักให้คำปรึกษาชีวิตสมรส ประจำศูนย์ให้คำปรึกษาชีวิตสมรส กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา ตรวจสอบคุณภาพให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการศึกษาวิจัย โดยผลการตรวจสอบโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ (ค่าดัชนี IOC ต้องเท่ากับหรือมากกว่า 0.50) โดยค่าดัชนี IOC ของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว มีค่าเท่ากับ 0.80-1.00

2.5 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มาปรับปรุง

แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วไปทดลองใช้(Try out) กับกลุ่มสมรสหหารเรือ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คู่ เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ความเหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการและระยะเวลาที่ใช้ในการทดลอง ก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

2.6 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว ไปดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัวกับกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ณ ห้องประชุม โรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ บางนา กรุงเทพฯ ระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2548 ถึงวันที่ 21 ตุลาคม 2548 โดยให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ได้แก่วเวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น. ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์ โดยก่อนทำการทดลอง(การให้คำปรึกษาครอบครัว) ให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ แล้วนำผลคะแนนที่ได้จากการตอบ มาเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2.7 ภายหลังจากทดลองไปแล้ว 1 เดือน ในช่วงวันที่ 20-22 พฤศจิกายน 2548 ให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลอง เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน และหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว แล้วนำคะแนนที่ได้จากการตอบมาเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2.8 เมื่อสิ้นสุดการทดลองไปแล้ว 3 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ในช่วงวันที่ 21-22 มกราคม 2549 เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ในขั้นก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว แล้วนำคะแนนที่ได้จากการตอบมาเก็บไว้เป็นคะแนนติดตามผลหลังการทดลอง (Follow up)

2.9 นำผลคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังการทดลอง มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติ เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย การศึกษาและพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อทำหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ไปยังกรมสวัสดิการทหารเรือ กองทัพเรือ ซึ่งมีหน้าที่ดูแลและรับผิดชอบเกี่ยวกับอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางทหารเรือ

2. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปทดลองใช้(Try Out) กับคู่สมรสทหารเรือที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คู่ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ

2.2 นำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ไปวัดคู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คู่ เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ และเพื่อนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วไปทดลองใช้(Try out) กับคู่สมรสทหารเรือ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คู่ เพื่อหาข้อบกพร่องและนำมาปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปทดลองใช้จริงต่อไป

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขจากการทดลองใช้ไปแล้ว มาดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัวกับกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มทดลอง) โดยการนำคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้จากคู่สมรสทหารเรือ ในข้อ 2.2 มาจัดเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย แล้วคัดเลือกคู่สมรสทหารเรือที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้จำนวนทั้งสิ้น 100 คู่ สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษารอบครัว มีคู่สมรสที่สนใจและสมัครเข้าร่วมการให้คำปรึกษารอบครัว จำนวน 30 คู่ แล้วคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้คู่สมรสทหารเรือมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 10 คู่

2.5 ให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับให้คำปรึกษารอบครัว

2.6 หลังการทดลอง 1 เดือน ให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง)จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนการทดลอง เก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับให้คำปรึกษารอบครัว

2.7 หลังการทดลอง 3 เดือน ให้กลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) จำนวน 10 คู่ ตอบแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ฉบับเดียวกันกับฉบับที่ใช้วัดก่อนและหลังการทดลอง เก็บไว้เป็นคะแนนติดตามผลหลังการทดลอง เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับให้คำปรึกษารอบครัว

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรส

ทหารเรือ โดยการแสดงค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ

3. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ
4. วิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ
5. วิเคราะห์องค์ประกอบ(Factor Analysis)ของคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ
6. วิเคราะห์หาความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ โดยการแสดงค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือกับนิยามเชิงปฏิบัติการ

7. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ ของกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) ก่อน หลัง และติดตามผลหลังการให้คำปรึกษาครอบครัว

สรุปผลการวิจัย

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผลการวิจัยสรุปได้ตามลำดับ ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ

2. การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

1. การศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยการสกัดองค์ประกอบ ด้วยเทคนิคแกนสำคัญ (Principal Component Analysis) และใช้การหมุนแกนแบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) พบว่า คุณภาพชีวิตสมรรถของคู่สมรสทหารเรือ มี 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การสื่อสารระหว่างคู่สมรส การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ความรักใคร่ผูกพันที่

มีต่อกันระหว่างคู่สมรส การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว และความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส มีความแปรปรวนสะสมรวม คิดเป็นร้อยละ 55.39 ของความแปรปรวนทั้งหมด โดยมีรายละเอียดแต่ละองค์ประกอบดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 ตั้งชื่อว่า “การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 39 รวม 14 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง -.334 ถึง .744 และค่าไอเกนเท่ากับ 18.554

องค์ประกอบที่ 2 ตั้งชื่อว่า “ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49 และ 50 รวม 8 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .484 ถึง .750 และค่าไอเกนเท่ากับ 3.681

องค์ประกอบที่ 3 ตั้งชื่อว่า “การสื่อสารระหว่างคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 1, 2, 3, 5, 8, 33, 34, 35, 38 และ 54 รวม 10 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .300 ถึง .750 และค่าไอเกนเท่ากับ 2.365

องค์ประกอบที่ 4 ตั้งชื่อว่า “การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 และ 27 รวม 8 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .467 ถึง .690 และค่าไอเกนเท่ากับ 2.246

องค์ประกอบที่ 5 ตั้งชื่อว่า “การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 6, 28, 29, 30, 31, 36 และ 37 รวม 7 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .427 ถึง .633 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.903

องค์ประกอบที่ 6 ตั้งชื่อว่า “การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 41, 43, 45 และ 56 รวม 4 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .462 ถึง .689 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.680

องค์ประกอบที่ 7 ตั้งชื่อว่า “การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 51, 52, 53 และ 55 รวม 4 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง -.502 ถึง .706 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.416

องค์ประกอบที่ 8 ตั้งชื่อว่า “ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส” ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 58, 59 และ 60 รวม 3 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .631 ถึง .654 และค่าไอเกนเท่ากับ 1.256

2. การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

2.1 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือโดยรวม จากการวัดก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือโดยรวมเป็นรายคู่ระหว่างก่อน และหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนระหว่างก่อน และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระหว่างหลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในแต่ละองค์ประกอบทั้ง 8 ด้าน ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในแต่ละองค์ประกอบทั้ง 8 ด้าน เป็นรายคู่ ระหว่างก่อน และหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนระหว่างก่อน และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระหว่างหลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาครั้งนี้ มีประเด็นสำคัญที่จะนำมาเสนอ อภิปราย และแสดงข้อคิดเห็นเพิ่มเติม ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้การนำคะแนนของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ จำนวน 400 คู่ ในแต่ละข้อไปวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows โดยทำการสกัดองค์ประกอบ ด้วยเทคนิคแกนสำคัญ (Principal Component Analysis) และใช้การหมุนแกนแบบออร์ทोगอนอล (Orthogonal Rotation) โดยวิธีแวนแมกซ์ (Varimax Method) เพื่อให้ตัวแปรสัมพันธ์กับองค์ประกอบในลักษณะที่ชัดเจนขึ้นจนได้แผนองค์ประกอบ แล้วทำการพิจารณาคัดเลือกจำนวนองค์ประกอบที่มีไอเกนเท่ากับหรือมากกว่า 1 และพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบตามเกณฑ์คือ เลือกข้อที่มีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีค่ามากกว่า .30 ขึ้นไป (ข้อใดมีน้ำหนักอยู่บนองค์ประกอบมากกว่าหนึ่งองค์ประกอบ จะเลือกน้ำหนักสูงสุดบนองค์ประกอบนั้น และหากน้ำหนักองค์ประกอบใกล้เคียงกันจะถูกตัดทิ้งไป) และในองค์ประกอบนั้นๆ ต้องมีจำนวนตัวแปรไม่น้อยกว่า 3 ตัวแปร (ส.วาสนา ประวาลพฤกษ์. ม.ป.ป.) จึงได้องค์ประกอบที่ชัดเจน จำนวน 8 องค์ประกอบ จากนั้นผู้วิจัยตั้งชื่อองค์ประกอบตามที่วิเคราะห์ได้ชัดเจน โดยพิจารณาทั้งค่าน้ำหนักองค์ประกอบ จำนวนความถี่ของคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ พิจารณาข้อความโดยรวม

ทั้งหมดที่อยู่ในองค์ประกอบนั้นๆ พบว่า องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ชัดเจนมีจำนวน 8 องค์ประกอบ โดยมีความแปรปรวนสะสมรวม คิดเป็นร้อยละ 55.39 ของความแปรปรวนทั้งหมด ได้แก่

- 1.1 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส
- 1.2 การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส
- 1.3 การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส
- 1.4 การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
- 1.5 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
- 1.6 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
- 1.7 การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส
- 1.8 ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

ในการวิเคราะห์องค์ประกอบถือว่าเป็นวิธีทางสถิติที่ช่วยค้นหาลักษณะของตัวแปรหลายๆ ตัวที่มีสหสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เป็นการลดจำนวนตัวแปรให้น้อยลงเพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจและทำให้ทราบว่าตัวแปรใดเกี่ยวข้องกับตัวแปรใด ซึ่งสอดคล้องกับ สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์ (2534 : 55-56) ที่กล่าวว่า เทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบเป็นเทคนิคหนึ่งที่ใช้ในการจัดตัวแปรต่างๆ โดยให้มีจำนวนกลุ่มน้อยกว่าจำนวนตัวแปร การที่ตัวแปรจะจัดกลุ่มกันได้ก็ต่อเมื่อตัวแปรเหล่านั้นจะต้องมีบางสิ่งบางอย่างร่วมกันหรือมีความร่วมกัน(Communality) ซึ่งจะมากน้อยแตกต่างกันไปตามแต่ละตัวแปรและสอดคล้องกับ บุญชม ศรีสะอาด (2535 :178-179) ที่กล่าวว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบเป็นเทคนิคทางสถิติที่ใช้วิเคราะห์ผลการวัด โดยใช้เครื่องมือหรือเทคนิคหลายชุดหรือหลายด้าน (อาจใช้แบบทดสอบ แบบวัด แบบสำรวจ ฯลฯ อาจใช้ชุดเดียวแต่มีการแยกเป็นหลายด้านหรือหลายชุดก็ได้) ผลการวิเคราะห์จะช่วยให้ทราบว่า เครื่องมือหรือเทคนิคเหล่านั้นวัดในสิ่งเดียวกัน หรือที่เรียกว่าวัดองค์ประกอบร่วมกันหรือไม่ มีกี่องค์ประกอบ เครื่องมือหรือเทคนิคเหล่านั้นจะวัดแต่ละองค์ประกอบมากน้อยเพียงใด ผู้วิจัยจะพิจารณาผลการวิเคราะห์แล้วใช้หลักเหตุผลระบุหรือกำหนดชื่อองค์ประกอบที่วัดนั้น และยังสอดคล้องกับ บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์ (2545 : 106) ที่กล่าวว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบเป็นการจัดสมรรถภาพ หรือคุณลักษณะต่างๆ ทางจิตวิทยาที่วัดได้ให้เป็นหมวดหมู่ทางโครงสร้าง เพราะเป็นวิธีการทางสถิติที่สามารถตรวจชี้ลักษณะประจำทางจิตวิทยา เนื่องจากตัวแปรต่างๆ เมื่อนำมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จะพบว่ามีตัวแปรบางคู่มีความสัมพันธ์กันสูงหรือบางที่ก็พบว่า มีกลุ่มตัวแปรบางกลุ่มมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันสูง นั้นแสดงว่าตัวแปรเหล่านั้นวัดบางสิ่งบางอย่างที่เป็นองค์ประกอบร่วมกัน

ผลจากการวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือดังที่กล่าวมาข้างต้น มีความสอดคล้องกับแนวคิดและการศึกษาของนักวิชาการด้านครอบครัวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศหลายท่าน อาทิเช่น สอดคล้องกับลูอิสและสแปเนียร์(Lewis; & Spanier.1979) ที่กล่าวว่า ชีวิตสมรสที่มีคุณภาพสูงนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบของการปฏิสัมพันธ์ระหว่าง

คู่สมรส เช่น การแสดงความรักใคร่ใยดีต่อกัน ความสัมพันธ์ทางเพศ ประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างกันด้วยการเปิดเผยต่อกัน ความเข้าใจกัน การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาและปริมาณการทํากิจกรรมร่วมกัน เป็นต้น และสอดคล้องกับกรมสุขภาพจิต (2539) ที่กล่าวว่า ปัจจัยที่ช่วยให้คู่สมรสประสบความสำเร็จในชีวิตคู่และดำเนินชีวิตสมรสได้อย่างมีความสุขประกอบไปด้วยปัจจัยต่างๆ ได้แก่ คู่สมรสต้องมีความรักใคร่ผูกพันต่อกัน มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่เจ้าชู้หรือนอกใจ มีความเข้าใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ดี การรับบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อครอบครัว มีการสื่อสารพูดคุยและปรึกษาหารือกันได้เกือบทุกเรื่อง การมีความอดทน และร่วมกันจัดการกับปัญหาและความขัดแย้งต่างๆที่เกิดขึ้น การช่วยกันแสวงหารายได้เข้าครอบครัวและรู้จักประหยัด อดออมในทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ รวมถึงการปรับตัวให้เข้ากับบิดามารดา ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูงของสามีหรือภรรยาของตน และสอดคล้องกับการศึกษาของ งามตา วณิชทานนท์; และคนอื่นๆ (2544 : 1-3) ซึ่งมีแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสว่า ปัจจัยเชิงเหตุชุดปัจจัยเสริม 7 ด้าน สามารถทำนายคุณภาพชีวิตสมรสได้ซึ่งได้แก่ การรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลภายนอกครอบครัว การสื่อสารระหว่างคู่สมรส วิธีการจัดการกับความขัดแย้งแบบบวก จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การรับรู้ค่านิยมด้านชีวิตครอบครัวของคู่สมรส การรับรู้การปฏิบัติทางพุทธของคู่สมรส และทัศนคติต่อคู่สมรส และนอกจากนั้นยังสอดคล้องกับการที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) กับคู่สมรสทหารเรือ ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสและที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรสจำนวน 10 คู่ (คู่สมรสทหารเรือ. สัมภาษณ์. 2548) ซึ่งสามารถสรุปประเด็นและแนวคิดที่เกี่ยวกับคู่สมรสที่มีคุณภาพชีวิตสมรสสูงได้ว่า จะต้องประกอบไปด้วยปัจจัยต่างๆ ได้แก่ คู่สมรสต้องมีความรักใคร่ผูกพันต่อกัน คู่สมรสต้องมีความซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่เจ้าชู้ไม่นอกใจ คู่สมรสต้องมีความเข้าใจและไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ดี คู่สมรสต้องรับบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบที่ตนเองมีต่อครอบครัว คู่สมรสต้องมีการพูดคุยและปรึกษาหารือกันได้เกือบทุกเรื่อง คู่สมรสต้องมีความอดทน และร่วมกันจัดการกับปัญหาและความขัดแย้งต่างๆที่เกิดขึ้น คู่สมรสต้องมีศีลธรรมประจำใจ คู่สมรสต้องช่วยกันแสวงหารายได้เข้าครอบครัวและรู้จักประหยัดอดออมในทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ คู่สมรสต้องปรับตัวให้เข้ากับบิดามารดา ญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูงของสามีหรือภรรยาของตนเอง และคู่สมรสต้องช่วยกันเลี้ยงดูอบรมสั่งสอนลูก

จากผลการวิเคราะห์องค์ประกอบดังกล่าวข้างต้น จึงอาจกล่าวได้ว่าการวิเคราะห์องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สามารถนำไปใช้ในการประเมินคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือได้

2. ผลการพัฒนาผลคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านารุ้คิด โดยการเปรียบเทียบผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ก่อน หลัง และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า คู่สมรสทหารเรือภายหลังที่เข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว และติดตามผลหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวไปแล้ว 3 เดือน มีคะแนนคุณภาพ

ชีวิตสมรสเพิ่มขึ้นในองค์ประกอบทุกๆ ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือได้

ผลจากการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ เบลโลโม(Bellomo. 1986 : 419 - A) ซึ่งได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวที่มีต่อการปรับตัวและการอยู่ร่วมกันของครอบครัวที่มีสมาชิกป่วยเป็นโรคมะเร็ง พบว่า ภายหลังจากที่ได้เข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัวบิดามารดาและวัยรุ่นของครอบครัวที่มีสมาชิกป่วยเป็นโรคมะเร็งมีการเปลี่ยนแปลงด้านการปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน และสอดคล้องกับการศึกษาของ เพ็ญนภา กุลนาคดล (2547 : 174-182) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาและการพัฒนาการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวในครอบครัวผู้ป่วยโรคมะเร็ง พบว่า การปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัว(สามีและบุตร)ในครอบครัวผู้ป่วยโรคมะเร็ง ก่อน ระหว่าง และภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้างของครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีโครงสร้างของครอบครัว มีผลให้การปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

การให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ตามทฤษฎีทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักในครั้งนี้ มีกลุ่มสมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง)เข้าร่วมการวิจัย จำนวน 10 คู่ โดยใช้สถานที่ ณ ห้องประชุม โรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ บางนา กรุงเทพฯ ระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2548 ถึงวันที่ 21 ตุลาคม 2548 โดยให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ใต้แก่ เวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น. ใช้ระยะเวลาในการทดลอง จำนวน 12 ครั้ง (12 สัปดาห์ / สัปดาห์ละ 1 ครั้ง) สาเหตุที่ผู้วิจัยเลือกใช้ สถานที่ที่โรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ บางนา กรุงเทพฯ เนื่องจากเป็นโรงพยาบาลของทหารเรือที่อยู่ใกล้กับอาคารที่พักอาศัยส่วนกลางกองทัพบกเรือ บางนา และอยู่ใกล้หน่วยราชการต่างๆ ของทหารเรือ เช่น กรมสรรพาวุธทหารเรือ เป็นต้น ทำให้กลุ่มสมรสทหารเรือสามารถลงงานและเดินทางมารับคำปรึกษาครอบครัวได้สะดวก

ในการพบกันครั้งแรกระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มสมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง) ผู้วิจัยได้สร้างสัมพันธภาพและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว ประโยชน์ของการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัว จุดมุ่งหมายของขั้นตอนนี้เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับกลุ่มสมรส รับฟังความคิดเห็นและความรู้สึกของกลุ่มสมรสทหารเรือ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น ได้แก่ การฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ และการสรุปความ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลสำหรับวางแผนในการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งต่อไป สำหรับการสร้างสัมพันธภาพในครั้งนี้ เนื่องมาจากกลุ่มสมรสทหารเรือจำนวน 10 คู่ นั้น เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยคัดเลือกมาจากกลุ่มสมรสทหารเรือที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วคัดเลือกมาโดยสมัครใจ จึงทำให้ได้กลุ่ม

ตัวอย่างที่มีความปรารถนาและตั้งใจจริงในการที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของตนเอง มองเห็นประโยชน์ของการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว รวมทั้งตัวผู้วิจัยเองเคยรับราชการเป็นพยาบาลทหารเรือมาเป็นเวลา 14 ปี กลุ่มสมรสที่เป็นกลุ่มตัวอย่างบางคู่ก็รู้จักและคุ้นเคยกับผู้วิจัยเป็นอย่างดี ดังนั้นในการสร้างสัมพันธภาพให้เกิดความไว้วางใจ ความสนิทสนม ความคุ้นเคย และความเป็นกันเองกับกลุ่มตัวอย่างจึงเกิดขึ้นได้ง่าย และมีผลต่อการให้คำปรึกษาครอบครัวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในครั้งต่อไปเป็นอย่างดี

กำหนดระยะเวลาของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือในครั้งนี้มีจำนวนทั้งหมด 12 ครั้ง (12 สัปดาห์ / สัปดาห์ละ 1 ครั้ง / ครั้งละ 90 นาที) ระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2548 ถึงวันที่ 21 ตุลาคม 2548 โดยให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ได้แก่ เวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น.

ในขั้นตอนการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งผู้วิจัยจะดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น ได้แก่ การฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเจียบ การให้กำลังใจ การตีความ และการสรุปความ โดยผู้วิจัยจะพิจารณาเลือกใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ให้สอดคล้องและช่วยสนับสนุนส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การให้การศึกษา การสอน การฝึกทักษะการแก้ปัญหา การทำสัญญา การเสริมแรงทางบวก การทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อแลกเปลี่ยนบางสิ่งบางอย่าง การใช้หลักฟรีแมค การโต้แย้งกับความคิดที่ไม่มีเหตุผล และการมอบหมายการบ้าน โดยในการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ผู้วิจัยอาจใช้มากกว่า 1 เทคนิคในแต่ละครั้งแล้วแต่ความเหมาะสมกับปัญหาของกลุ่มสมรสแต่ละคู่

การนัดหมายในการให้คำปรึกษาครอบครัว ผู้วิจัยได้คำนึงถึงความสะดวกในด้านเวลาและการเดินทางของกลุ่มตัวอย่างเป็นหลักสำคัญเพื่อไม่ให้กระทบกระเทือนต่อสถานะอื่นๆ เช่น การทำงานของกลุ่มสมรสทั้งงานบ้านและงานราชการ หรือการใช้เวลาว่างของสมาชิกในครอบครัว ผู้วิจัยจึงเลือกใช้โรงพยาบาลสรรพาวุธทหารเรือ บางนา ซึ่งอยู่ใกล้อาคารที่พักอาศัยและอยู่ใกล้สถานที่ทำงานของกลุ่มตัวอย่าง โดยนัดหมายให้คำปรึกษาครอบครัวในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ วันละ 2 คู่ ได้แก่ เวลา 10.00-11.30 น. และเวลา 14.00-15.30 น. ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่รับราชการสามารถขออนุญาตลางานมาได้ในวันครึ่งวัน อีกทั้งไม่มีภาระดูแลบุตรเนื่องจากไปโรงเรียน และไม่มีภาระงานบ้านเพราะสามารถทำได้ในวันหยุดเสาร์อาทิตย์ นอกจากนั้นผู้วิจัยยังยึดหยุ่นให้กลุ่มตัวอย่างที่ติดภารกิจสำคัญ สามารถเลื่อนนัดหมายได้หากไม่สะดวกมารับคำปรึกษาตามวันเวลา และให้เลือกมาในวันเวลาที่สะดวกแทน จึงทำให้การให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างด้วยความเต็มใจในการมารับการให้คำปรึกษา กลุ่มตัวอย่างมีความพร้อมในการที่จะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของกลุ่มสมรสที่ตั้งไว้

ในระหว่างดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัว ผู้วิจัยได้คำนึงถึงบรรยากาศของการให้คำปรึกษาโดยพยายามกระตุ้นให้ผู้สมรสกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น สามารถเข้าใจและยอมรับ

ความแตกต่างซึ่งกันและกัน ดังนั้นในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีตั้งแต่ระยะเริ่มต้นระหว่างคู่สมรสด้วยกันเองและกับผู้วิจัยจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก ซึ่งส่งผลต่อความร่วมมือตลอดระยะเวลาการให้คำปรึกษาครอบครัว นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้แสดงบทบาทถึงความเป็นกลาง ในการประเมินและวิเคราะห์ปัญหาของคู่สมรส โดยชี้แจงให้คู่สมรสเข้าใจว่าปัญหาต่างๆไม่ได้เกิดจากคนเดียวทั้งคู่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน ในการชี้แจงผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ตำหนิฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งว่าเป็นต้นเหตุของปัญหา พร้อมกระตุ้นให้ทั้งคู่เกิดความตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้น ร่วมมือกันและช่วยกันหาทางออกหรือหาทางแก้ไขในที่สุด

ขั้นสรุปและยุติการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้งเป็นขั้นตอนที่เกิดขึ้น เมื่อสภาพปัญหาในด้านต่างๆของคู่สมรสได้รับการแก้ไขหรือได้รับการพัฒนาให้ดีขึ้น คู่สมรสเกิดความเข้าใจในพฤติกรรมและการกระทำของตนเองและคู่สมรสมากขึ้น เรียนรู้ว่าจะทำอะไรไม่ควรทำและทำอย่างไรที่จะไม่ให้เกิดปัญหาด้านต่างๆ เหล่านี้ขึ้นมาอีก หรือหากมีปัญหากเกิดขึ้นก็สามารถร่วมกันจัดการหรือแก้ไขปัญหาลงสู่ลงไปได้ด้วยดีทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของตน ในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้คู่สมรสร่วมกันอภิปราย และแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสในแต่ละด้าน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม รวมทั้งนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศคู่สมรสทหารเรือ เป็นการสร้างสัมพันธภาพกับคู่สมรสทหารเรือ โดยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เริ่มต้นจากผู้วิจัยกล่าวทักทาย ต้อนรับ แนะนำตนเองและให้คู่สมรสแต่ละคนแนะนำตนเอง เพื่อสร้างคุ้นเคย อบอุ่น เป็นกันเอง ไว้วางใจ และเกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส นอกจากนี้ได้อธิบายและชี้แจงให้คู่สมรสทราบถึงวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว รวมทั้งได้ชี้แจงถึงบทบาทหน้าที่ของคู่สมรสและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัว พบว่า คู่สมรสทั้ง 10 คู่ ต่างให้ความร่วมมือและมีความยินดีที่ได้เข้าร่วมในการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการที่คู่สมรสทหารเรือส่วนใหญ่รู้จักและคุ้นเคยกับผู้วิจัยมาก่อน รวมไปถึงคู่สมรสทหารเรือทุกคู่ต่างก็ได้รับข้อมูลและเข้าใจเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาครอบครัวมาบ้างแล้วในขั้นของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้ารับการทดลอง จึงทำให้การสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรสเกิดขึ้นได้ง่าย และส่งผลต่อการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งต่อไป

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 2 การสื่อสารระหว่างคู่สมรส ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการสอน เทคนิคการฝึกทักษะ การสื่อสาร เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยเริ่มจากผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ให้คู่สมรสเข้าใจและตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีสาเหตุมาจากการสื่อสาร จากนั้นอธิบายให้คู่สมรสเข้าใจถึงเป้าหมายของการฝึกทักษะการสื่อสาร แล้วให้คู่สมรสร่วมกันแสดงบทบาทสมมติที่คล้ายกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจริง และนำเสนอสถานการณ์นั้นมาวิเคราะห์กันภายหลังว่าปัญหาเกิดขึ้นที่จุดใดแล้วนำมาแก้ไขปรับปรุง โดยผู้วิจัยใช้เทคนิคการสอนวิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพทั้งภาษาพูด

และภาษาท่าทาง จากนั้นให้กลุ่มรสฝึกทักษะการสื่อสารโดยแสดงบทบาทสมมติอีกครั้ง หลังการฝึกในชั่วโมงแล้ว ผู้วิจัยมอบหมายให้กลุ่มรสไปฝึกเป็นการบ้านที่บ้านทุกๆ วัน เพื่อให้เกิดความชำนาญยิ่งขึ้น

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษาครอบครัว ด้านการสื่อสารระหว่างกลุ่มรสในครั้งนี้ พบว่า ในระยะเริ่มต้นชั่วโมงการให้คำปรึกษามีกลุ่มรสบางคู่ปฏิเสธหรือไม่คิดว่าการสื่อสารในครอบครัวตนเองเป็นปัญหา เช่น อ้างว่าเป็นความเคยชินหรือปฏิบัติกันแบบนี้มาเป็นเวลานาน แต่หลังจากได้วิเคราะห์ปัญหาภายหลังการแสดงบทบาทสมมติ จึงทำให้เกิดการตระหนักรู้และเข้าใจในปัญหาของการสื่อสารของตนเองกับกลุ่มรส จากการประเมินผลพบว่า กลุ่มรสทหารเรือทุกคู่ต่างยอมรับว่าการสื่อสารระหว่างกลุ่มรสนั้น เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างมากต่อสัมพันธภาพในครอบครัว ซึ่งจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสในที่สุด เพราะจะช่วยให้กลุ่มรสเกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน เปิดเผย จริงใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน จากข้อสังเกตในการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ ผู้วิจัยคิดว่าควรจะมีการบันทึกวีดิโอเทปในช่วงที่ใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อจะได้นำภาพจากวีดิโอเทปมาวิเคราะห์พฤติกรรมการสื่อสารระหว่างกลุ่มรสได้อย่างละเอียดทั้งคำพูด น้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง ซึ่งจะให้ประโยชน์ต่อกลุ่มรสมากยิ่งขึ้น

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 3-4 การปรับตัวต่อกันของกลุ่มรส ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิควันแห่งการเอื้ออาทร เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยและกลุ่มรสร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการปรับตัวของกลุ่มรส และให้กลุ่มรสสำรวจตนเองและกลุ่มรสของตน ว่ามีคุณลักษณะอย่างไร มีบทบาทหน้าที่อย่างไรในครอบครัว มีข้อดีข้อเสีย(บกพร่อง)อย่างไร รวมถึงความคาดหวังที่กลุ่มรสมีต่อกันและกัน ต้องการให้อีกฝ่ายเปลี่ยนแปลงอะไร หรือทำอะไรให้แก่ตนเอง แล้วให้อีกฝ่ายพิจารณาว่าสามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใด และเมื่อทำได้จะได้รับรางวัลอะไร โดยอภิปรายร่วมกันทั้งผู้วิจัยและกลุ่มรส แล้วเขียนสัญญาตามที่ได้ตกลงร่วมกัน จากการสำรวจและอภิปรายหัวข้อต่างๆ ดังกล่าวพบว่า กลุ่มรสทั้ง 10 คู่ ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง เช่น ข้อดี ข้อเสีย นิสัยใจคอ บทบาทหน้าที่และความผิดชอบต่อครอบครัว รวมไปถึงการยอมรับในความแตกต่างระหว่างกันของตนเองกับกลุ่มรส ความคาดหวังและการตอบสนองต่อความคาดหวังระหว่างกัน

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ พบว่า ในมอบหมายการบ้านโดยการใช้เทคนิควันแห่งการเอื้ออาทรและการใช้เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข มีกลุ่มรสบางคู่ไม่สามารถปฏิบัติได้โดยอ้างว่า รู้สึกเขินหรืออายบุคคลอื่นๆ ที่อาศัยอยู่ในครอบครัว เช่น บุตร หรือ บิดามารดา ดังนั้นผู้ที่จะนำเทคนิควันแห่งการเอื้ออาทรและเทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไขไปใช้ในการให้คำปรึกษาครอบครัวควรพิจารณาให้ถึงความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของแต่ละครอบครัว

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 5 การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของกลุ่มรส ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการฝึกทักษะการ

แก้ปัญหา เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยและคู่สมรส ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของสภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรส และให้คู่สมรสสำรวจ รายได้และรายจ่ายประจำเดือนของตนเองและคู่สมรสว่าเป็นอย่างไร เพียงพอหรือไม่ มีปัญหา ใดบ้าง รวมถึงความคาดหวังที่คู่สมรสมีต่อกันและกัน แล้วให้คู่สมรสร่วมกันวางแผนแก้ปัญหา ทางเศรษฐกิจของคู่สมรสตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ การศึกษาปัญหาทั่วไป การ นิยามและกำหนดปัญหา การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา การตัดสินใจ และการตรวจสอบ ความถูกต้องของทางเลือก ในการเลือกทางเลือกโดยให้คู่สมรสตกลงร่วมกันและเขียนลงในเอกสาร ด้วยว่าหากตนเองและคู่สมรสปฏิบัติตามทางเลือกตามกระบวนการแก้ปัญหาแล้ว จะได้รับรางวัล ใดบ้าง ซึ่งเป็นการใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวกต่อกัน จากนั้นมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการ จัดการด้านเศรษฐกิจและการเงินของคู่สมรส โดยให้ทำบัญชีแสดงรายรับ-รายจ่ายของครอบครัว ทุกๆ วัน เป็นเวลา 1 สัปดาห์ จากการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ พบว่า คู่สมรสทั้ง 10 คู่ ต่างเข้าใจถึงปัญหาการเงินที่เกิดขึ้นในครอบครัวของตนเอง รวมทั้งสามารถจัดการกับปัญหาด้วย การทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายประจำวันและประจำเดือน สามารถวางแผนการใช้จ่ายเงินของตนเอง และครอบครัวได้สมดุลกับรายรับ และสามารถวางแผนการออมเงินในอนาคตได้

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ พบว่า คู่สมรสทั้ง 10 คู่ มีความ พึงพอใจในการวางแผนจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรสในครั้งนี้มากและคิดว่าจะนำวิธีการ แก้ปัญหาที่ได้รับการฝึกทักษะการแก้ปัญหาจากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ไปใช้ในการจัดการ เกี่ยวกับเศรษฐกิจและการเงินของครอบครัวต่อไป

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 6-7 การขจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ในการให้ คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการสอน เทคนิคการ ปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา เทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันสำรวจและอภิปรายเกี่ยวกับปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างคู่สมรส ว่ามีอะไรบ้าง และวิธีการขจัดปัญหาความขัดแย้งนั้นๆ ได้อย่างไร ได้ผลหรือไม่ เพราะเหตุใด จากนั้นผู้วิจัยให้คู่สมรสช่วยกันคัดเลือกปัญหาความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสมา 1 ปัญหา โดยฝึกให้ คู่สมรสใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ ด้วยการให้สามีหรือภรรยาปรับเปลี่ยนความคิด หรือการรับรู้ของตนเองที่มีต่อคู่สมรส หรือที่มีต่อปัญหาที่เกิดขึ้นในรูปแบบที่แตกต่างไปจากเดิมใน แง่มุมใหม่ที่ไม่เคยคิดมาก่อน โดยมีจุดมุ่งหมายที่ดีต่อการแก้ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นของ คู่สมรส ซึ่งจะช่วยให้คู่สมรสสามารถปรับตัวกับคู่สมรสหรือปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดี จากนั้นผู้วิจัยใช้ เทคนิคการสอน เช่น ธรรมชาติของความแตกต่างระหว่างเพศ การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ เป็นต้น รวมทั้งเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ การศึกษา ปัญหาทั่วไป การนิยามและกำหนดปัญหา การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา การตัดสินใจ และ การสอบความถูกต้องของทางเลือก

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งนี้ พบว่า ในการคัดเลือกปัญหา ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส มาฝึกเทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่และฝึกทักษะการ

แก้ปัญหา ในระยะเริ่มต้นฝึกฝนใหม่ๆ ควรเป็นปัญหาที่ไม่ยุ่งยากนักหรือไม่สลบซับซ้อนมากเกินไป เพราะอาจจะทำให้คู่สมรสรู้สึกท้อแท้ เบื่อหน่าย และขาดแรงจูงใจในการฝึกได้

การให้คำปรึกษารอบคร้วครั้งที่ 8 ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ในการให้คำปรึกษารอบคร้วครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับของการแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส จากนั้นผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันสำรวจถึงการแสดงออกของตนและคู่สมรสเกี่ยวกับความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันว่าเป็นอย่างไร มากน้อยเพียงใด พึงพอใจหรือไม่ คาดหวังหรือต้องอะไรจากคู่สมรสหรือไม่ อย่างไร ต่อจากนั้นผู้วิจัยให้คู่สมรสแสดงบทบาทสมมติที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส แล้วให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการแสดงบทบาทนั้นๆ รวมไปถึงการฝึกทักษะการสื่อสารและเทคนิคการเสริมแรงทางบวกให้กับคู่สมรส เมื่อคู่สมรสฝ่ายหนึ่งสามารถแสดงออกถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันได้อย่างเหมาะสม จากนั้นมอบหมายให้คู่สมรสไปฝึกทักษะการแสดงออกถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสเป็นการบ้าน

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษารอบคร้วในครั้งนี้ พบว่า การให้คำปรึกษารอบคร้วด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ยังมีประเด็นบางด้านที่คู่สมรสไม่ได้กล่าวถึง ได้แก่ เรื่องของเพศสัมพันธ์ของคู่สมรส ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความรู้สึกเขินอายของคู่สมรส หรือข้อจำกัดในด้านการเวลาในการให้คำปรึกษารอบคร้วในครั้งนี้ ดังนั้นผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าคู่สมรสบางคู่ที่มีประเด็นปัญหาเกี่ยวเรื่องเพศสัมพันธ์ ควรจะได้รับการช่วยเหลือในการเข้ารับคำปรึกษาเรื่องเพศต่อไป

การให้คำปรึกษารอบคร้วครั้งที่ 9 การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ในการให้คำปรึกษารอบคร้วครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ และเทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว จากนั้นผู้วิจัยให้คู่สมรสสำรวจเกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวว่ามีมากน้อยแค่ไหน จากใครบ้าง อย่างไร ต่อจากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ และการฝึกทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับคู่สมรส เกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว โดยให้คู่สมรสร่วมกันวางแผนหาวิธีการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ การศึกษาปัญหาทั่วไป การนิยามและกำหนดปัญหา การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา การตัดสินใจ และการตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษารอบคร้ว ด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวครั้งนี้ พบว่า คู่สมรสทั้ง 10 คู่ สามารถเรียนรู้ในการเผชิญปัญหา

และจัดการกับปัญหาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ในการนำเทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ไปใช้ ผู้วิจัยเห็นว่าควรจะนำไปใช้ในขั้นตอนของการนิยามและกำหนดปัญหา(เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา) เพราะเมื่อกลุ่มสามารถระบุปัญหาได้ชัดเจนแล้ว การปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ก็จะง่ายขึ้นช่วยในการมองปัญหาที่เกิดขึ้นในเชิงบวก ซึ่งจะช่วยให้การแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 10 การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรส ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา เทคนิคการใช้หลักฟรีแมค และเทคนิคการมอบหมายการบ้าน โดยผู้วิจัยและกลุ่มสมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรส จากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสสำรวจถึงปัญหาและความต้องการของตนเองในเรื่องที่เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรสว่าเป็นอย่างไร มากน้อยแค่ไหน รวมทั้งมีความต้องการหรือความคาดหวังอะไรจากกลุ่มสมรสของตน ต่อจากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคหลักฟรีแมค และเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับกลุ่มสมรส โดยให้กลุ่มสมรสร่วมกันวางแผนหาวิธีการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกัน ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ การศึกษาปัญหาทั่วไป การนิยามและกำหนดปัญหา การเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา การตัดสินใจ และการตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษาครอบครัว ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรสในครั้งนี้ พบว่า กลุ่มสมรสทั้ง 10 คู่ สามารถเรียนรู้และจัดการกับปัญหาเกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรสได้อย่างเหมาะสม โดยสามารถรับรู้ เข้าใจถึงการแสดงออกของกลุ่มสมรส รวมทั้งการลดความต้องการหรือความคาดหวังของตนเองที่มีต่อกลุ่มสมรสเพื่อปรับให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของการดำเนินชีวิตของบุคคลในครอบครัว นอกจากนี้ในการนำเทคนิคหลักฟรีแมคไปใช้กับกลุ่มสมรสให้ได้ประสิทธิภาพ ผู้วิจัยเห็นว่าควรจะนำไปใช้ในขั้นตอนของการเสนอทางเลือกและการตัดสินใจในการแก้ปัญหา(เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา) เพราะว่า เป็นขั้นตอนที่กลุ่มสมรสร่วมกันพิจารณาทางเลือกตามความต้องการของตนเองและกลุ่มสมรส ส่วนเทคนิคหลักฟรีแมคนั้นเป็นการที่กลุ่มสมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งต้องยอมทำในสิ่งที่ตนเองไม่ชอบก่อน จึงจะได้รับอนุญาตให้ได้ทำในสิ่งที่ตนชอบ ตัวอย่างเช่น สามีที่ไม่ชอบอยู่บ้านในวันเสาร์อาทิตย์ แต่ชอบไปเล่นกีฬากับเพื่อนนอกบ้าน ภรรยาจึงใช้หลักฟรีแมคโดยจะบอกกับสามีว่าเขาจะต้องอยู่บ้านในวันเสาร์ 1 วัน จึงจะสามารถออกไปเล่นกีฬากับเพื่อนในวันอาทิตย์ได้ ดังนั้นเทคนิคการใช้หลักฟรีแมคจะช่วยให้กลุ่มสมรสปรับความต้องการหรือความคาดหวังของตนเองเข้าหากลุ่มสมรสได้ง่ายขึ้น

การให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 11 ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของกลุ่มสมรส ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น เทคนิคการสอน เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก โดยผู้วิจัยและกลุ่มสมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของกลุ่มสมรส จากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสสำรวจตนเองและกลุ่มสมรสว่าแต่ละคนปฏิบัติตนเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันอย่างไร รวมถึงความคาดหวังหรือความ

ต้องการที่คู่สมรสมีต่อกันและกัน ว่าต้องการให้อีกฝ่ายเปลี่ยนแปลงอะไรหรือปฏิบัติตนอย่างไร เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรสทั้งทางคำพูดและการกระทำ จากนั้นให้คู่สมรสร่วมกันพิจารณาว่าสามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใด และเมื่อทำได้จะได้รับรางวัลอะไรจากคู่สมรส ต่อจากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคการสอน การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไขและเทคนิคการเสริมแรงทางบวก

ข้อสังเกตจากการให้คำปรึกษารอบครัว ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรสในครั้งนี้ พบว่า คู่สมรสทั้ง 10 คู่ สามารถสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรสได้อย่างเหมาะสมทั้งคำพูดและการกระทำ นอกจากนั้นผู้วิจัยยังสังเกตพบว่า คู่สมรสบางคู่ที่ยึดถือและปฏิบัติตนตามหลักศาสนาพุทธ เช่น ปฏิบัติตามหลักของศีล 5 หรือการละเว้นจากอบายมุข เป็นต้น คู่สมรสจะมีความซื่อสัตย์ต่อกัน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ผู้ให้คำปรึกษาควรจะนำหลักทางพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในเทคนิคการสอนด้วย

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งที่ 12 การปัจฉิมนิเทศ ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายของโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักตัวผู้วิจัยได้ให้คู่สมรสเล่าถึงประสบการณ์ที่ได้รับ รวมทั้งให้แสดงความรู้สึกในการเข้ารับคำปรึกษารอบครัว พบว่า คู่สมรสทหารเรือทั้ง 10 คู่ ทุกคนมีความพึงพอใจและได้รับประโยชน์อย่างมากในการเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัวในครั้งนี้ เช่น ได้รับรู้และเข้าใจในความรู้สึกของคู่สมรสของตน (บางเรื่องก็ไม่เคยทราบมาก่อน) เข้าใจในความแตกต่างระหว่างชายกับหญิง ได้ข้อคิดและหลักการที่ดีนำไปปฏิบัติต่อกันในครอบครัว ทำให้รู้สึกรักและห่วงใยคู่สมรสมากขึ้น เป็นต้น นอกจากนั้นคู่สมรสทหารเรือที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง(กลุ่มทดลอง)ทุกคน กล่าวว่า หากมีโอกาสก็อยากเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัวแบบนี้อีก รวมทั้งจะชักชวนให้คู่สมรสทหารเรือคนอื่นๆ ที่ตนเองรู้จักมาเข้าร่วมด้วย เพราะเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ดีและมีประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตร่วมกันของคู่สมรสเป็นอย่างมาก

สรุปผลจากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษารอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จักตัวผู้วิจัย สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือให้เพิ่มสูงขึ้นได้ อย่างไรก็ตามในการให้คำปรึกษารอบครัวจะบรรลุผลตามเป้าหมายหรือไม่อย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับการได้รับความร่วมมือจากคู่สมรสทั้งสองฝ่ายที่มีความสนใจและเกิดความปรารถนาอย่างแรงกล้าในการเข้าร่วมรับคำปรึกษารอบครัว นอกจากนั้นผู้ให้คำปรึกษารอบครัวจะต้องวางตัวเป็นกลางไม่เอนเอียงเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง โดยบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นเพียงผู้เอื้อหรือสนับสนุน ช่วยเหลือ (Facilitator) ให้คู่สมรสจัดการกับปัญหาต่างๆในครอบครัวได้ด้วยตนเอง ด้วยการใช้เทคนิคต่างๆ ในช่วงโมฆะของการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งให้เหมาะสม สอดคล้อง ตรงกับประเด็นปัญหา และลักษณะของตัวบุคคล

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ และโปรแกรมการให้คำปรึกษาคอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด สามารถนำไปปรับใช้ตามความเหมาะสม ดังนี้

1. แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ สามารถนำไปใช้กับคู่สมรสกลุ่มอื่นๆ ทั่วไปในสังคมไทย ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้ แต่ควรศึกษาในรายละเอียดของแบบวัด และวิธีการนำแบบวัดไปใช้ รวมทั้งการแปลความหมายจากแบบวัด

2. การนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาคอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดไปใช้ ควรเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาคอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด ได้รับการฝึกปฏิบัติ และผ่านการอบรมจากผู้เชี่ยวชาญในด้านการให้คำปรึกษาคอบครัวก่อนที่จะนำไปใช้

3. ก่อนนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาคอบครัว ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสไปใช้กับคู่สมรสกลุ่มอื่นๆ ควรได้รับการศึกษา ฝึกปฏิบัติและทดลองใช้ ตลอดจนศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับคู่สมรสของกลุ่มที่จะนำไปใช้ให้เข้าใจอย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรมีศึกษากับสมาชิกทุกคนในครอบครัว เช่น บุตร หลาน ปิตามารดา หรือบุคคลอื่นๆ ที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวกัน

2. ควรมีการติดตามผลระยะยาว เช่น 1 ปี 2 ปี หรือ 4 ปี ในกลุ่มคู่สมรสทหารเรือที่เข้าร่วมการทดลองในครั้งนี้ เพื่อศึกษาถึงความเปลี่ยนแปลงของคุณภาพชีวิตสมรสที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งจะได้มีการประยุกต์รูปแบบวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส ให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้นต่อไป

3. ควรมีการศึกษากับคู่สมรสกลุ่มอื่นๆ ทั่วไปในสังคมไทย เพื่อให้การศึกษาและพัฒนาในด้านเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตสมรสได้ครอบคลุมไปยังกลุ่มบุคคลทุกกลุ่ม และได้รับประโยชน์โดยทั่วกัน

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กุหลาบ รัตนสังขธรรม. (2540). *สัมพันธภาพทางครอบครัวกับปัญหาเสพติดและพฤติกรรมทางเพศของนักศึกษาในระดับอาชีวศึกษาในภาคตะวันออก*. กรุงเทพฯ : รายงานการวิจัยโครงการวิจัยโรคเอดส์.
- กระบี่ ชลวิทย์. (2543). *ครอบครัวที่มีคุณภาพในทัศนะของพนักงานธนาคารทหารไทย ในเขต 1*. วิทยานิพนธ์ สส.ม (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- กรมการปกครอง. (2548). *ประมวลสถิติ งานการทะเบียน ปี 2548*. กรุงเทพฯ : ส่วนการทะเบียนทั่วไป สำนักบริหารการทะเบียน กระทรวงมหาดไทย.
- กรมสุขภาพจิต. (2539). *คู่มือการครองเรือน*. นนทบุรี : กระทรวงสาธารณสุข.
- เกรียงไกร อนันตสานต์. (2548, สิงหาคม). การประเมินผลแบบสมดุลงของกระทรวงกลาโหม. *นาวิกศาสตร์*. 88(8) : 1-5.
- คู่สมรสทหารเรือจำนวน 10 คู่. (2548, 1-15 มกราคม). สัมภาษณ์โดย ชูวิทย์ รัตนพลแสนย์ ที่อาคารที่พักอาศัยส่วนกลางทหารเรือกรุงเทพมหานคร พื้นที่ส่วนบางนา.
- งามตา วนินทานนท์; และคนอื่น ๆ. (2544). *การวิเคราะห์ตรรกะเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จริยวัตร คมพยัคฆ์. (2531, ตุลาคม). แรงสนับสนุนทางสังคม : มโนทัศน์และการนำไปใช้. *วารสารพยาบาลศาสตร์*. 6(2) : 99-112.
- จรรยา สุวรรณทัต ; และคนอื่น ๆ. (2545). *รายงานการวิจัยเรื่อง การพัฒนาระบบสารสนเทศ* กรุงเทพฯ: โครงการกิตติเมธี สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ชุมพร ยงกิตติกุล; และนิรมล ชยุตสาหกิจ. (2532). *การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมสมัยใหม่ทางอุตสาหกรรมของครอบครัวไทย ในเขตกรุงเทพมหานคร*. รายงานการวิจัย กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐสุดา สุจินันท์กุล. (2541). *ปัจจัยด้านครอบครัว การทำงาน และลักษณะส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพ*. วิทยานิพนธ์ วท.ม (วิจัยพฤติกรรม-ศาสตร์ประยุกต์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- เดือนเพ็ญ วอนเพียร. (2531). *การแบ่งรับงานบ้านของสามี*. วิทยานิพนธ์ สม.ม. (สังคมวิทยา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2537). *สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เบญจา ยอดดำเนิน-แอ็ดติง ; และคนอื่น ๆ. (2541). *การศึกษาเชิงคุณภาพ : เทคนิคการวิจัย* นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). *การวิจัยเบื้องต้น*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- บุญเชิด ภิญโญนันตพงษ์. (2545). *การพัฒนาเครื่องมือสำหรับการประเมินทางการศึกษา*.
นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2540) *เอกสารประกอบการสอนวิชาการให้คำปรึกษาครอบครัว*
กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ :
สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เพ็ญภา กุลนาคดล. (2547). *การศึกษาและพัฒนากาปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกครอบครัวของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า*. ปรินญญานิพนธ์ กศ.ด (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ภาณี วงษ์เอก. (2541). *การศึกษาเชิงคุณภาพ : เทคนิคการวิจัยภาคสนาม*. พิมพ์ครั้งที่ 4
นครปฐม : โครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร สถาบันวิจัยประชากร
และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เมธินันท์ ภิญญชน. (2539). *การให้คำปรึกษาครอบครัวเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการ
แนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- โยธิน แสงดี. (2530). *เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. (2536). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 3
กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วัจมาย สุวรรณรัตน์. (2541). *ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้พฤติกรรมทารก สัมพันธภาพ
ระหว่างคู่สมรสและการแสดงบทบาทการเป็นมารดาในมารดาวัยรุ่นหลังคลอด*.
วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลแม่และเด็ก) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). *สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- วีรุฒิ เอกกมลกุล. (2537, พฤษภาคม-สิงหาคม). *ครอบครัวบำบัด*. *โรงพยาบาลศิริสัญญา*. 2(2):1-6.
- วรรณภา ลำเจียกเทศ. (2530). *แนวทางพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัวในทัศนะของสตรีที่
สมรสแล้ว : ศึกษาเฉพาะกรณีสตรีที่มารับบริการจากศูนย์วิจัยการวางแผนครอบครัว
โรงพยาบาลศิริราช*. วิทยานิพนธ์ สม.ม. (สังคมวิทยา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์; และโยธิน แสงดี. (2536). *การสนทนากลุ่ม: เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพ*.
กรุงเทพฯ : สมาคมวิจัยเชิงคุณภาพแห่งประเทศไทย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีสว่าง พัววงศ์แพทย์ (ศรีสังคม). (2540). *แนวความคิด หลักการ วิธีการ งานพัฒนาและ
สวัสดิการสังคม*. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.

- ศักดิ์ชัย บุญเพ็ง. (2542). *ทัศนคติต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจกองบังคับการตำรวจนครบาล 6*. วิทยานิพนธ์ สส.ม (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ส.วาสนา ประवालพฤษ. (ม.ป.ป.). *การวิเคราะห์ห้องค์ประกอบ. เอกสารประกอบการสอนวิชา วัตถุประสงค์. กรุงเทพฯ : ภาควิชาวัตถุประสงค์การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สายสุรี จุติกุล. (2539). *ความรักความอบอุ่นในครอบครัว : ในขณะอนุกรรมการด้านครอบครัว สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ สำนักงานปลัด-สำนักนายกรัฐมนตรี (บรรณธิการ). การพัฒนาครอบครัว. กรุงเทพฯ : อัมรินทร์พรินติ้ง.*
- สมพงษ์ ธนัญญา. (2540). *แนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวเพื่อส่งเสริม การศึกษาของนักเรียน : ศึกษาเฉพาะกรณี โรงเรียนปทุมคงคา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (สังคมวิทยา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.*
- สมรักษ์ ชวนิชวงศ์. (ม.ป.ป.). *การฝึกการสื่อสารในครอบครัว. กรุงเทพฯ: เอกสารวิชาการ. หน้า 16-17. อัดสำเนา.*
- สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2544). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : เฟื่องฟ้าปรีณติง.*
- สุพิศ รนขาว. (2542). *ผลของการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีของชะเทียร์ที่มีต่อการสื่อสาร ในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านบ่อไทย จังหวัดเพชรบูรณ์. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- สุธีรา นุ้ยจันทร์. (2530). *การศึกษาบทบาทของครอบครัวในการดูแลครอบครัวผู้สูงอายุ : ศึกษา เฉพาะกรณีครอบครัวผู้ใช้บริการทางสังคมผู้สูงอายุดินแดงและครอบครัว สมาชิกชมรม ผู้สูงอายุโรงพยาบาลสงฆ์. วิทยานิพนธ์ สส.ม. (สังคมสงเคราะห์ศาสตร์) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.*
- สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์. (2535). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความพึงพอใจใน ชีวิตสมรสในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ทำงานแล้ว. วิทยานิพนธ์ สด.ม. (สังคมวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.*
- สุภรณ์ ลิ้มอารีย์; และพนม ลิ้มอารีย์. (2536). *สตรีและการหย่าร้าง. รายงานการวิจัย มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.*
- โสภา ขปิลมันธ์; และคนอื่น ๆ. (2534). *การศึกษารูปแบบครอบครัวไทยที่พึงปรารถนาในสังคม เมืองในประเทศไทย. รายงานการวิจัย กรุงเทพฯ : สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย.*

- หยกแก้ว กมลวรรณ. (2533). *การทดลองใช้วิธีการให้คำปรึกษาครอบครัวต่อพฤติกรรมหนีเรียนของนักเรียน โรงเรียนวัดโบสถ์ศึกษา จังหวัดพิษณุโลก*. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษามหาบัณฑิต) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- อุบลรัตน์ พิชญ์ชนะนนท์. (2531). *คุณภาพชีวิตสมรส : กรณีศึกษาข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ สม.ม. (สังคมวิทยา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- อุทุมพร ทองอุไทย (2523). *วิธีวิเคราะห์ห้อยประกอบ*. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2543). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว*. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์.
- (2545). *จิตวิทยาชีวิตคู่และการบำบัดคู่สมรส*. กรุงเทพฯ : ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว.
- อำพล สุอำพัน. (2535). *จิตวิทยากับการดำรงชีวิตประจำวัน*. กรุงเทพฯ : เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาจิตวิทยาทั่วไป หน่วย 8-15. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- Aldous, J., Osmond; & Hicks, M.W. (1979). Men's Work and Men's Family. In W.R.. Burr; et al.(Ed.), *Contemporary Theories About The Family Vol. 1*. London : The Free Press : 282-294.
- Barrera, J.M. (1982). Social Support in the Adjust of Pregnant Adolescents Issues. In B.H. Gottlieb (Ed.), *Social Network and Social Support*. London : SAGE, 70-95.
- Bellomo, Practicia Ann. (1986). An Initial Investigation of the Effects of Family Therapy on Adaptability and Cohesion in Cancer Patient Family. *Dissertation Abstracts International*. 47 : 419 – A.
- Biggs, D.A. (1994) *Dictionary of counseling*. Westport, Connecticut : Greenwood Press.
- Bowman, M.L. (1990). Coping efforts on marital satisfaction : Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and the Family* . Vol.53 : 463-474.
- Blair, S.L.. (1993). Employment, family and perception of marital quality among husbands and Wives. *Journal of Family Issues*. 14(2) : 199.
- Burr, Wesley R. (1973). *Theory Construction and the Sociology of the Family*. New York : John Wiley & Son.
- Burgess, E.W. (1962). The Family as a Unity of Interacting Personality. *The Family*. 7(1) : 3-9.

- Clark-Nicolus, P.; & Gray-Little, B. (1991) Effect of economic resources on marital quality in black married couples. *Journal of Marriage and the Family*. Vol.53 : 645-655.
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*. 38(4) : 300-311.
- Edwards, Allen Louis. (1957). *Techniques of Attitude Scale Construction*. Englewood. Cliffs, New Jersey, Prentice – Hall : 152-154.
- Filsinger; & Wilson. (1984). Religiosity,socioeconomic rewards, and family development : Predictor of marital adjustment. *Journal of Marriage and Family* . Vol.46 : 663-670.
- Gladding, S.T. (1995). *Family Therapy : History, theory and practice*. Englewood. Cliffs, New Jersey, Prentice – Hall.
- Goldenberg, I.; & Goldenberg, H. (1996) *Family Therapy : An Overview*. 4 th Edition, Book/Cole Publishing Company, USA.
- Habbard, P.; & Brown, N. (1984). Relationship Between Social Support and Self Care Practices. *Nursing Research*. 33(4) : 266-280.
- Hawkin , James L. (1968). Association between companionship, hostility and marital Satisfaction. *Journal of Marriage and Family*. Vol.30 : 550.
- Kahn, R.L. (1975). *Aging and Social Support, Aging form Birth to Death : Interdisciplinary Perspectives*. Corolado : Westview Press: 85-94.
- Kamo, Y. (1993). Determinants of marital satisfaction : A comparison of the United State and Japan. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol.10 : 551-568.
- Landis, Judson T.; & Landis, Marry G. (1977). *Building a Successful Marriage*. New Jersey : Eglewood Cliffs : 240-241.
- Lewis, Robert A.; & Spanier, Graham B. (1979) Theorizing about the quality and stability of marriage. *In Contempolary Theoires about the Family*. New York : The Free Press.
- Lyn, R.J. (1996). Examining the marriages of nontraditional women : Marital processes and outcomes. *Dissertation Abstracts International*. November, DAI-A 57/05 : 2221.
- Matthew R. Sanders; et all. (1999). Parental Divorce and Premarital Couple Communication. *Journal of Family Psychotherapy*. 13(1) : 60-70.
- Retting, K.D.; & Bubolz, M.M. (1983). Interpersonal Resource Exchanges as Indicators of Quality of marriage. *Journal of Marriage and the Family*. Vol.45 : 498-499.

- Stryker, S. (1964). *Handbook of Marriage and The Family*. Chicago : Rand McNally : 125-141.
- Tashman. H.A. (1983). *Developments in family therapy*. New York : Jason Aronson, Inc.
- Thoits, P.A. (1982). Conceptual, Methodological and Theoretical Problems in Studying Social Support as Better Against Life Stress. *Journal of Health and Behavior*. 23 : 147-160.
- Weiss, R. (1974). *The Provision of Social Relationship : Doing into Others*. New Jersey : Prentice Hall.
- Wolf, R. (1995). *Marriages and Families in a Diverse Society*. New York : Harper Collins.
- Wood, L.F.; & Jacobson, N.S. (1990). Behavioral Marital Therapy : The training experience in retrospect. *Voices in Family Psychology*. Vol. 2 : 159-174
- Yamane, Taro. (1967). *Statistic ; An Introductory Analysis* . New York : Harper and Row.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญที่ร่วมสนทนากลุ่ม

1. นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ
จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว
รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ กรมแพทย์ทหารเรือ
2. นาวาเอกหญิง พรทิพย์ อินทริเชียร
นักจิตวิทยา
ผู้อำนวยการกรมแพทย์ทหารเรือ ปฏิบัติหน้าที่รักษาการ หัวหน้าบำบัด
ยาเสพติดและหัวหน้าสุขภาพจิต ประจำแผนกจิตเวชและแผนกบำบัดยาเสพติด
โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ กรมแพทย์ทหารเรือ
3. คุณตรุณี นาทะสิริ
นักสังคมสงเคราะห์ 7 ประจำศูนย์ให้คำปรึกษาชีวิตสมรส
กลุ่มงานสังคมสงเคราะห์ สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระยา
4. คุณจันทรรจา บำเหน็จพันธ์
พยาบาลวิชาชีพ 7 หัวหน้าตึกจิตเวชวัยรุ่น สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระยา
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบุลย์ อ่อนมั่ง
อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
6. นาวาตรีเฉลิม ลาสมวงศ์
คู่สมรสทหารเรือที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรส(สามี)
ข้าราชการทหารเรือ สังกัดกรมสรรพาวุธทหารเรือ กองทัพเรือ
7. คุณยุพิน ลาสมวงศ์
คู่สมรสทหารเรือที่ประสบความสำเร็จในชีวิตสมรส(ภรรยา) แม่บ้านทหารเรือ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญตรวจพิจารณาเครื่องมือในการวิจัย

1. นาวาเอก นายแพทย์ วศิน บำรุงชีพ
จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว
รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ กรมแพทย์ทหารเรือ
2. นาวาเอก นายแพทย์ วิชัย มนัสศิริจรรยา
จิตแพทย์และแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว
หัวหน้ากองวิชาการ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ
3. พลเรือตรีหญิง ดร. สุภัทรา เอื้อวงศ์
ผู้ช่วยอธิการบดี ฝ่ายประกันคุณภาพการศึกษา มหาวิทยาลัยสยาม
อดีตผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ
อดีตผู้อำนวยการกรมแพทย์ทหารเรือ
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร.ไพบูลย์ อ่อนมั่ง
อาจารย์ประจำภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์
อาจารย์ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคผนวก ข
รายชื่อคู่สมรสทหารเรือที่ให้สัมภาษณ์เชิงลึก

รายชื่อคู่สมรสทหารเรือที่ให้สัมภาษณ์เชิงลึก

1. นาวาตรี สุเทพ สุขสมัย และ นางวัชรีย์ สุขสมัย
2. นาวาตรี เฉลิม ลาสมวงศ์ และ นางยุพิน ลาสมวงศ์
3. เรือเอก ดิเรก เรืองเกษร และ นางกลีบผกา เรืองเกษร
4. เรือเอก เสนาะ สมใจเพ็ง และ นางรัตนา สมใจเพ็ง
5. เรือเอก ถาวร น้อยธิ และ นางพัชรี น้อยธิ
6. เรือโท นิพนธ์ จันทรโนนม่วง และ นางทิพวรรณ จันทรโนนม่วง
7. พันจ่าเอก นิวัฒน์ รัตนพิมพ์ภากรณ์ และ นางวราภรณ์ รัตนพิมพ์ภากรณ์
8. พันจ่าตรี สุรศักดิ์ บุญมี และ นางแก้วตา บุญมี
9. จ่าเอก พรรสิน สมจิตต์ และนางสมบุญ สมจิตต์
10. จ่าเอก พีรชัย วาสนา และนางมนัสวดี วาสนา

ภาคผนวก ค
ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)
ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ตาราง 36 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ข้อ	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					IOC	การพิจารณา
	1	2	3	4	5		
1	-1	1	1	-1	1	0.2	ตัดทิ้ง
2	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
3	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
4	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
5	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
6	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
7	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
8	1	1	0	1	0	0.6	คัดเลือกไว้
9	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
10	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
11	0	1	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
12	0	0	1	0	0	0.2	ตัดทิ้ง
13	1	1	1	0	0	0.6	คัดเลือกไว้
14	1	1	1	-1	1	0.6	คัดเลือกไว้
15	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
16	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
17	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
18	0	1	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
19	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
20	-1	1	1	-1	1	0.2	ตัดทิ้ง
21	0	1	1	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
22	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
23	0	1	1	1	0	0.6	คัดเลือกไว้
24	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
25	0	1	1	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
26	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
27	1	1	0	0	-1	0.2	ตัดทิ้ง
28	0	1	1	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
29	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
30	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้

ตาราง 36 (ต่อ)

ข้อ	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					IOC	การพิจารณา
	1	2	3	4	5		
31	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
32	0	1	1	1	0	0.6	คัดเลือกไว้
33	1	1	1	1	0	0.8	คัดเลือกไว้
34	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
35	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
36	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
37	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
38	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
39	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
40	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
41	1	1	1	1	0	0.6	คัดเลือกไว้
42	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
43	-1	-1	1	1	1	0.2	ตัดทิ้ง
44	-1	-1	1	1	1	0.2	ตัดทิ้ง
45	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
46	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
47	0	1	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
48	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
49	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
50	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
51	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
52	0	0	1	-1	1	0.2	ตัดทิ้ง
53	1	-1	1	-1	1	0.2	ตัดทิ้ง
54	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
55	1	0	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
56	-1	1	1	1	1	0.6	คัดเลือกไว้
57	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
58	-1	1	1	-1	1	0.2	ตัดทิ้ง
59	1	1	1	-1	1	0.6	คัดเลือกไว้
60	0	1	1	1	0	0.6	คัดเลือกไว้

ตาราง 36 (ต่อ)

ข้อ	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					IOC	การพิจารณา
	1	2	3	4	5		
61	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
62	1	1	1	-1	1	0.6	คัดเลือกไว้
63	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
64	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
65	0	1	1	1	1	0.8	คัดเลือกไว้
66	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
67	0	1	1	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
68	1	1	1	-1	1	0.6	คัดเลือกไว้
69	1	1	1	0	1	0.8	คัดเลือกไว้
70	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
71	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
72	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
73	1	1	1	0	0	0.6	คัดเลือกไว้
74	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
75	1	1	1	1	1	1	คัดเลือกไว้
76	1	1	0	0	1	0.6	คัดเลือกไว้
77	1	1	1	1	0	0.8	คัดเลือกไว้
78	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
79	1	1	1	1	0	0.8	คัดเลือกไว้
80	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
81	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
82	1	1	1	1	-1	0.6	คัดเลือกไว้
83	1	1	-1	1	-1	0.2	ตัดทิ้ง
84	0	1	1	0	-1	0.2	ตัดทิ้ง

ค่าดัชนี IOC ของแบบวัดอยู่ระหว่าง 0.60-1.00 (คัดเลือกข้อคำถามได้จำนวน 73 ข้อ)

ภาคผนวก ง
แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

คำชี้แจง

แบบวัดนี้มีวัตถุประสงค์ในการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ เพื่อนำผลการศึกษาไปเป็นแนวทางในการช่วยเหลือคู่สมรสทหารเรือ เพื่อให้มีความเข้าใจอันดีต่อกัน เกิดความพึงพอใจซึ่งกันและกัน และทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปอย่างมีความสุข

แบบวัดนี้ไม่จำกัดเวลาในการตอบ จึงขอให้ท่านตอบจนเสร็จเรียบร้อยโดยไม่คำนึงถึงเวลา สำหรับคำตอบของท่านในแบบวัดนี้ จะถือเป็นความลับไม่เปิดเผยเป็นรายบุคคล จะนำเสนอเฉพาะภาพโดยรวมเท่านั้น จึงขอให้ท่านตอบคำถามด้วยความเป็นจริง

แบบวัดนี้ แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบ ประกอบไปด้วยข้อคำถาม จำนวน 9 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นการวัดคุณภาพชีวิตสมรสของผู้ตอบ ประกอบไปด้วยข้อคำถามจำนวน 60 ข้อ

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมายถูก ลงในช่อง(✓) ที่ตรงกับความเป็นจริงสำหรับท่าน และเติมคำ หรือข้อความลงในช่องว่าง

☐ สามี ☐ ภรรยา

1. อายุ.....ปี

2. ระดับการศึกษา

- () ต่ำกว่าปริญญาตรี
() ปริญญาตรี
() สูงกว่าปริญญาตรี
() อื่นๆ โปรดระบุ.....

3. การประกอบอาชีพ

- ☐ ข้าราชการทหารเรือ
() นายทหารชั้นประทวน โปรดระบุ.....
() นายทหารชั้นสัญญาบัตร โปรดระบุ.....
() อื่นๆ โปรดระบุ.....

- ☐ ไม่ใช่ข้าราชการทหารเรือ
() รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ () ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว
() พนักงานองค์กรธุรกิจเอกชน () เกษตรกร
() แม่บ้าน () อื่นๆ โปรดระบุ.....

4. ท่านมีรายได้เดือนละ.....บาท (เงินเดือน+รายได้พิเศษ โดยยังไม่หักค่าใช้จ่าย)

5. คู่สมรสของท่านมีรายได้เดือนละ.....บาท (เงินเดือน+รายได้พิเศษ โดยยังไม่หักค่าใช้จ่าย)

6. รายจ่ายของครอบครัวท่านในแต่ละเดือน

- () พอเพียง
() ไม่พอเพียง

7. ระยะเวลาที่ท่านแต่งงานกับคู่สมรสคนปัจจุบัน.....ปี

8. จำนวนบุตร.....คน

9. นอกจากท่าน คู่สมรส และบุตรแล้ว มีบุคคลอื่นที่อาศัยอยู่ในครอบครัวหรือไม่

- () ไม่มี
() มี จำนวน.....คน โปรดระบุความสัมพันธ์.....

ตอนที่ 2 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่องข้างล่างนี้เพียงช่องเดียว เมื่อท่านได้พิจารณาแล้ว เห็นว่าข้อความแต่ละข้อนั้น เป็นจริงมากน้อยเพียงใดสำหรับตัวท่าน

ข้อความ	จริง ที่สุด	ส่วน ใหญ่ จริง	จริง เพียง เล็กน้อย	ไม่ จริง เลย
1. คู่สมรสของท่านพูดน้ำเสียงไม่น่าฟัง เช่น เสียงดังเกินไป ตะโกน ข่มขู่ ตะคอก กระแทกเสียง เป็นต้น.....				
2. ท่านลังเลใจที่จะพูดคุยบางเรื่องกับคู่สมรส.....				
3. คู่สมรสของท่านชอบพูดเหน็บแนม ค่อนแคะ หรือประชดประชันท่าน.....				
4. ท่านและคู่สมรสจะพูดความจริงต่อกัน.....				
5. เมื่อคู่สมรสพูด ท่านจะแสร้งทำเป็นฟัง แต่แท้จริงแล้วแทบไม่ได้ฟังเลย.....				
6. แม้ว่าจะมีอารมณ์โกรธหรือโมโห ท่านและคู่สมรสสามารถพูดโต้แย้งกันได้ โดยไม่ขึ้นเสียงหรือกล่าวคำหยาบคายต่อกัน.....				
7. ท่านและคู่สมรสต่างก็ให้ความสนใจและรับฟังซึ่งกันและกัน เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งพูดหรือระบายความในใจ.....				
8. ยังไม่ทันฟังคำชี้แจงให้เข้าใจคู่สมรสก็ชวนท่านทะเลาะเสียแล้ว...				
9. ท่านและคู่สมรสจะพูดคุยกันอย่างสุภาพและอ่อนโยน.....				
10. ท่านและคู่สมรสยอมรับในข้อดีและข้อเสียซึ่งกันและกัน.....				
11. ท่านและคู่สมรสต่างก็เคารพในการตัดสินใจของกันและกัน.....				
12. ท่านและคู่สมรสมักจะเล่าปัญหาส่วนตัวให้กันและกันฟัง.....				
13. ท่านและคู่สมรสปรึกษาหารือและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน.....				
14. ท่านและคู่สมรสสามารถช่วยกันทำงานบ้าน.....				
15. ท่านและคู่สมรสมีสิทธิเท่าเทียมกัน ในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องของครอบครัว.....				
16. ท่านและคู่สมรสมีเวลาที่จะใส่ใจหรือให้ความสนใจกันและกัน.....				
17. ท่านและคู่สมรสมีกิจกรรมบางอย่างร่วมกัน เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ดูภาพยนตร์ ร้องเพลง ซ้อมของ เล่นกีฬา เป็นต้น....				
18. ท่านและคู่สมรสต่างชมเชย ยกย่องและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน				
19. เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรค ท่านและคู่สมรสจะช่วยเหลือกันอย่างเต็มที่ เพื่อให้ทุกสิ่งทุกอย่างผ่านไปด้วยดี.....				

ข้อความ	จริง ที่สุด	ส่วน ใหญ่ จริง	จริง เพียง เล็ก น้อย	ไม่ จริง เลย
20. ทุกเดือนท่านและคู่สมรสมีเงินเหลือพอ ที่จะเก็บออมไว้ใช้ในยามจำเป็น.....				
21. ท่านและคู่สมรสจำหน่ายหรือขายของใช้ส่วนตัว เพื่อนำเงินมาใช้จ่ายในครอบครัว.....				
22. ท่านและคู่สมรสไม่สามารถชำระหนี้หรือชำระเงินผ่อนได้ทันตามกำหนด.....				
23. ท่านและคู่สมรสมีการวางแผนในการใช้จ่ายเงินอย่างรอบคอบ.....				
24. สาเหตุสำคัญส่วนหนึ่งที่ทำให้ท่านและคู่สมรสเกิดปัญหาเรื่องเงินในครอบครัว คือ การเล่นการพนัน หรือการดื่มสุรา หรือการเที่ยวเตร่ หรือการซื้อของฟุ่มเฟือย เป็นต้น.....				
25. ในแต่ละเดือนท่านและคู่สมรสมีรายได้เพียงพอ ที่จะซื้อของใช้ส่วนตัว ซื้อสิ่งอำนวยความสะดวก หรือเครื่องตกแต่งบ้านได้ตามต้องการ.....				
26. ท่านและคู่สมรสต้องงดไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ ตามที่ตั้งใจไว้เพราะมีปัญหาเรื่องเงิน.....				
27. ท่านและคู่สมรสมีปากเสียงหรือทะเลาะกัน เกี่ยวกับเรื่องเงิน.....				
28. ท่านหรือคู่สมรสทำงานล่วงเวลาหรือทำงานทำพิเศษ เพื่อเพิ่มรายได้ของครอบครัว.....				
29. เมื่อมีความขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสพยายามกำหนดขอบข่ายการพูดแต่เฉพาะเรื่องที่เป็นประเด็นปัญหาเท่านั้น.....				
30. ทุกครั้งที่มีความขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสใช้เหตุผลพูดจากัน...				
31. เมื่อความขัดแย้งเพิ่มความรุนแรงขึ้น ท่านและคู่สมรสจะหยุดการปะทะคารมกันและพูดกันใหม่เมื่ออารมณ์ดีขึ้น.....				
32. แม้จะคิดไม่ตรงกัน ท่านและคู่สมรสต่างก็ยอมรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน.....				
33. เมื่อทะเลาะหรือขัดแย้งกัน ท่านและคู่สมรสจะใช้ถ้อยคำรุนแรงต่อกัน.....				
34. เมื่อถกเถียงในปัญหาใดๆ ท่านและคู่สมรสมักจะเอาปัญหาอื่นๆเพิ่มเข้ามาอีก.....				
35. เมื่อท่านและคู่สมรสมีปัญหาขัดแย้งกัน ต่างฝ่ายต่างไม่ยอมอ่อนข้อให้แก่กัน.....				

ข้อความ	จริง ที่สุด	ส่วน ใหญ่ จริง	จริง เพียง เล็ก น้อย	ไม่ จริง เลย
36. ท่านและคู่สมรสสามารถแสดงความเห็นที่ไม่ตรงกัน โดยไม่โกรธหรือโมโห.....				
37. หากมีปัญหา ท่านและคู่สมรสจะพูดคุยกัน เพื่อคลี่คลายปัญหาความขัดแย้ง.....				
38. คู่สมรสไม่คอยสนใจ ใถ่ถาม ความสุขความทุกข์ในตัวท่านเท่าที่ควร.....				
39. ในแต่ละวันท่านและคู่สมรส แทบไม่มีเวลาพูดคุยกันเลย.....				
40. ท่านและคู่สมรสมักจะไปไหนมาไหนด้วยกัน.....				
41. ท่านและคู่สมรสทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน.....				
42. ท่านและคู่สมรสเข้าใจความรู้สึกของกันและกัน.....				
43. ท่านและคู่สมรสมีเวลาวางให้กันและกัน.....				
44. ท่านและคู่สมรสต่างชื่นชมยินดีในความสำเร็จของกันและกัน.....				
45. ในวันสำคัญของชีวิต เช่น วันเกิด หรือวันปีใหม่ เป็นต้น ท่านจะได้รับของขวัญจากคู่สมรสเสมอ.....				
46. ท่านและคู่สมรสมักจะโทรศัพท์ถึงกัน เวลาที่อยู่ห่างไกลกัน.....				
47. ท่านและคู่สมรสจะไปงานสังคมด้วยกัน.....				
48. ท่านและคู่สมรสสามารถพูดคุย เปิดเผย เรื่องความต้องการทางเพศกันได้.....				
49. ท่านและคู่สมรสต่างได้รับความสุขในการมีเพศสัมพันธ์.....				
50. ท่านพึงพอใจเรื่องเพศสัมพันธ์ในชีวิตแต่งงานปัจจุบัน.....				
51. พ่อแม่หรือญาติพี่น้องของท่าน สามารถให้ความช่วยเหลือท่านและคู่สมรสในเรื่องต่างๆ ได้.....				
52. พ่อแม่หรือญาติพี่น้องของคู่สมรส สามารถให้ความช่วยเหลือท่านและคู่สมรสในเรื่องต่างๆ ได้.....				
53. มีญาติผู้ใหญ่หรือบุคคลที่เคารพนับถือ ช่วยเหลือท่านและคู่สมรส มีกำลังใจเมื่อเกิดความท้อแท้.....				
54. พ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อน หรือผู้ใหญ่ที่รู้จัก ชอบเข้ามาวุ่นวาย และสร้างปัญหาให้กับชีวิตสมรสของท่าน.....				
55. เมื่อมีปัญหาท่านและคู่สมรส ไม่รู้ว่าจะหันหน้าไปปรึกษาใคร.....				
56. ท่านและคู่สมรสไปทำบุญที่วัดในวันสำคัญทางศาสนาอยู่เสมอ เช่น บิรจาต ดักบาตร ฟังเทศน์ เป็นต้น.....				

ข้อความ	จริง ที่สุด	ส่วน ใหญ่ จริง	จริง เพียง เล็ก น้อย	ไม่ จริง เลย
57. ท่านและคู่สมรส ยึดหลักศาสนาในการครองชีวิตคู่.....				
58. ท่านมักจะพูดปด เมื่อคิดแล้วว่ามันไม่ใช่เรื่องเสียหายมาก.....				
59. ท่านมีความสัมพันธ์ทางเพศกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรส.....				
60. ท่านไม่สนใจว่าเพื่อนของท่านจะเป็นคนดีหรือไม่ดี ขอเพียงแต่ ว่าเขาสามารถให้ความช่วยเหลือท่านได้.....				

ภาคผนวก จ

คำอำนาจจำแนกของแบบวัดรายข้อและ

ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ

แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดรายข้อเพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไข

ตาราง 37 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (t) ของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ

ข้อ	t
ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส	
1	3.10
2	4.22
3	5.78
4	6.95
5	4.96
6	3.53
7	9.47
8	3.60
9	3.54
ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส	
10	6.95
11	6.47
12	7.04
13	6.19
14	5.66
15	4.95
16	5.25
17	3.92
18	5.46
19	5.78
ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส	
20	1.86
21	2.71
22	2.35

ตาราง 37 (ต่อ)

ข้อ	t
23	3.19
24	2.58
25	2.57
26	3.62
27	2.45
28	2.80
ด้านการจัดความขัดแย้งของกลุ่ม	
29	3.14
30	5.67
31	2.33
32*	1.97
33	1.86
34	4.14
35	2.42
36	1.86
37	2.63
ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันของกลุ่ม	
38	3.23
39	5.13
40	3.89
41	3.54
42	6.99
43	6.95
44	4.34
45	2.21
46	4.83
47	5.68
48	4.27
49	3.88
50	6.05

ตาราง 37 (ต่อ)

ข้อ	t
ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว	
51	2.33
52	2.66
53	3.50
54	6.99
55	1.86
ด้านการปฏิบัติตามหลักศาสนาของคู่สมรส	
56	5.17
57*	4.09
58	3.49
59	1.86
60	3.45

หมายเหตุ :

- แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือสำหรับศึกษาองค์ประกอบ
 - มีข้อคำถาม จำนวน 60 ข้อ มีองค์ประกอบทั้งหมด จำนวน 7 ด้าน
 - ผู้วิจัยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป ได้ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดรายข้อ อยู่ระหว่าง 1.86-9.47
 - ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ จำนวน 60 ข้อ มีค่าเท่ากับ 0.85
- แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือสำหรับศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
 - มีข้อคำถาม จำนวน 58 ข้อ มีองค์ประกอบทั้งหมด 8 ด้าน
 - สำหรับองค์ประกอบทั้ง 8 ด้านนั้น ได้จากศึกษาและจัดองค์ประกอบใหม่ในข้อ 1
 - สำหรับข้อคำถาม จำนวน 58 ข้อนั้น ได้จากข้อคำถามของแบบวัดในข้อ 1 ที่มีจำนวนทั้งหมด 60 ข้อ แต่ผู้วิจัยตัดข้อ 32 และ ข้อ 57 ทิ้งไป เนื่องจากทั้งสองข้อนี้ไม่ได้ถูกจัดให้อยู่ในองค์ประกอบใดๆ ทั้ง 8 ด้าน
 - ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือทั้งฉบับ จำนวน 58 ข้อ มีค่าเท่ากับ 0.84

3. รายละเอียดของแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ จำนวน 8 องค์ประกอบ และมีข้อคำถามจำนวน 58 ข้อ มีดังนี้คือ

องค์ประกอบที่ 1 ด้านการปรับตัวต่อกันของคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 และ 39 รวม 14 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 2 ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 40, 42, 44, 46, 47, 48, 49 และ 50 รวม 8 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 1, 2, 3, 5, 8, 33, 34, 35, 38 และ 54 รวม 10 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 4 ด้านการจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26 และ 27 รวม 8 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 5 ด้านการจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 6, 28, 29, 30, 31, 36 และ 37 รวม 7 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 6 ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 41, 43, 45 และ 56 รวม 4 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 7 ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 51, 52, 53 และ 55 รวม 4 ข้อคำถาม

องค์ประกอบที่ 8 ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ประกอบไปด้วยข้อคำถามที่ 58, 59 และ 60 รวม 3 ข้อคำถาม

ภาคผนวก จ

ค่าดัชนี IOC ของผลการตรวจสอบโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

**ค่าดัชนี IOC ของผลการตรวจสอบโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด**

ตาราง 38 ค่าดัชนี IOC ของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว

ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

ครั้งที่	ผลการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ คนที่					ค่าดัชนี IOC
	1	2	3	4	5	
1	1	1	1	1	1	1.00
2	0	1	1	1	1	.80
3	0	1	1	1	1	.80
4	0	1	1	1	1	.80
5	1	1	1	1	1	1.00
6	1	1	1	1	1	1.00
7	1	1	1	1	1	1.00
8	0	1	1	1	1	.80
9	0	1	1	1	1	.80
10	1	1	1	1	1	1.00
11	1	1	1	1	0	.80
12	1	1	1	1	1	1.00

ค่าดัชนี IOC ของโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว อยู่ระหว่าง 0.80-1.00

ภาคผนวก ช
โปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

**ตารางสรุปโปรแกรมการให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด**

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	เทคนิคที่ใช้
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครอบครัว รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของคู่สมรสและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัว 3. เพื่อให้คู่สมรสได้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครอบครัว 4. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตสมรส และความสัมพันธ์ระหว่างกันของคู่สมรสทหารเรือ 5. เพื่อให้คู่สมรสทหารเรือได้สำรวจความต้องการของตนเอง ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา ได้แก่ - การฟัง - การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด - การสะท้อนความรู้สึก - การทวนคำ - การเงี่ยบ - การให้กำลังใจ - การตีความ - การสรุปความ 2. แบบทดสอบการวาดภาพครอบครัว (KFD : Kinetic Family Drawing)
2	การสื่อสารระหว่างคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้รูปแบบของการสื่อสารระหว่างคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับปัญหาการสื่อสารระหว่างคู่สมรส 3. เพื่อให้คู่สมรสสามารถแก้ไขปัญหที่เกิดจากการสื่อสาร	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการสอน 3. เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร 4. เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ 5. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน
3-4	การปรับตัวต่อกันของคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้รูปแบบของการปรับตัวในชีวิตสมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถปรับตัวเข้ากับคู่สมรสของตนเองและการครองชีวิตคู่ร่วมกัน	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิควันเอื้ออาทร 3. เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข 4. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 5. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน

ครั้งที่	หัวเรื่อง	วัตถุประสงค์	เทคนิคที่ใช้
5	การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับจัดการด้านเศรษฐกิจและการเงินของคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับปัญหาทางเศรษฐกิจและการเงินของคู่สมรส	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา 3. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 4. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน
6-7	การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถจัดการกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ 3. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา 4. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน
8	ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกัน	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร 3. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก 4. เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ 5. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน
9	การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับปัญหาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา 3. เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ 4. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน
10	การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกัน 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกถึงการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกัน	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา 3. เทคนิคการใช้หลักฟรีแมค 4. เทคนิคการมอบหมายการบ้าน

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	เทคนิคที่ใช้
11	ความซื่อสัตย์ ต่อกันของ คู่สมรส	1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับ ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส 2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกเกี่ยวกับความ ซื่อสัตย์และไว้วางใจซึ่งกันและกัน	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา 2. เทคนิคการสอน 3. เทคนิคการทำสัญญาโดยมี เงื่อนไข 4. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก
12	ปัจจัยนิเทศ	1. เพื่อสรุปผลของการให้การให้ คำปรึกษาครอบครัวที่มีต่อ คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส ทหารเรือ 2. เพื่อยุติการให้คำปรึกษาครอบครัว	1. เทคนิคพื้นฐานการให้คำปรึกษา

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด
เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
ครั้งที่ 1

เรื่อง การปฐมนิเทศคู่สมรสทหารเรือ

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษารอบครัว รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของคู่สมรสและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษารอบครัว
3. เพื่อให้คู่สมรสได้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษารอบครัว
4. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตสมรส และความสัมพันธ์ระหว่างกันของคู่สมรสทหารเรือ
5. เพื่อให้คู่สมรสทหารเรือได้สำรวจความต้องการของตนเอง ในการเข้ารับการให้คำปรึกษารอบครัว

อุปกรณ์

1. กระดาษขาว A4
2. ดินสอดำ 2B
3. ยางลบ

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้
ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้คู่สมรสแต่ละคนแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษารอบครัว รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของคู่สมรสและผู้วิจัย ตลอดจนระยะเวลา และสถานที่ในการให้คำปรึกษารอบครัว

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสแสดงความรู้สึกที่ดีๆ ต่อกัน

2. ผู้วิจัยสัมภาษณ์กลุ่มสมรสแต่ละคน เกี่ยวกับความต้องการในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว

3. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสแต่ละคน กล่าวถึงความต้องการของตนเอง ว่ามีความต้องการ หรือปรารถนาอะไร จากกลุ่มสมรสของตน

4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุปความ ด้วยการให้กลุ่มสมรสร่วมแสดงความคิดและความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองออกมา เพื่อให้กลุ่มสมรสรู้ว่า ผู้วิจัยยอมรับและเข้าใจ รับรู้เรื่องราวที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส

5. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสแต่ละคน ทำแบบทดสอบการวาดภาพครอบครัว (KFD : Kinetic Family Drawing) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของกลุ่มสมรสและสมาชิกในครอบครัว โดยให้กลุ่มสมรสวาดภาพตามคำสั่ง “ให้ท่านวาดรูปสมาชิกทุกคนในครอบครัว รวมทั้งตัวท่านด้วย และแต่ละคนกำลังทำอะไรพยายามวาดรูปคนทั้งคน อย่าวาดรูปการ์ตูนหรือวาดเป็นแท่งๆ”

6. หลังจากที่ได้กลุ่มสมรสแต่ละคน ทำแบบทดสอบเสร็จ ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสแต่ละคนอธิบาย และแสดงความคิด ความรู้สึกที่มีต่อภาพที่วาด และผู้วิจัยสัมภาษณ์เพิ่มเติม โดยใช้ภาพที่กลุ่มสมรสแต่ละคนวาดเป็นสื่อ เพื่อศึกษาปัญหาคุณภาพชีวิตสมรส และความสัมพันธ์ระหว่างกันของกลุ่มสมรสทหารเรือ

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสช่วยกันสรุปถึงการแสดงความรู้สึกที่ดีต่อกัน การยอมรับความรู้สึกและความต้องการซึ่งกันและกัน แล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสซักถามข้อสงสัย ที่เกี่ยวกับรายละเอียดของการให้คำปรึกษาครอบครัว และผู้วิจัยร่วมกับกลุ่มสมรสช่วยกันสรุปประเด็นที่ได้สนทนาไป เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน

3. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสร่วมกันสรุปเกี่ยวกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรส และบอกถึงผลกระทบที่ได้รับจากปัญหานั้น และให้กลุ่มสมรสบอกแนวทางการแก้ปัญหาในชีวิตสมรส

4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับสภาพปัญหาของครอบครัว และให้กำลังใจในการแก้ปัญหาของกลุ่มสมรส

5. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการที่กลุ่มสมรสให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครอบครัว การแสดงความรู้สึกที่มีต่อชีวิตสมรส และการซักถามในประเด็นต่างๆ

2. ผู้วิจัยสังเกตความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสมรส ทั้งจากการแสดงออก และจากแบบทดสอบการวาดภาพครอบครัว (KFD)

การให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านารรู้คิด
เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ
ครั้งที่ 2

เรื่อง การสื่อสารระหว่างคู่สมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้รูปแบบของการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับปัญหาการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
3. เพื่อให้คู่สมรสสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการสื่อสารระหว่างคู่สมรส

อุปกรณ์

-

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และเทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิด ได้แก่

1. เทคนิคการสอน(Coaching) โดยผู้วิจัยจะสอนคู่สมรสด้วยวาจา เกี่ยวกับการถ่ายทอดถ้อยคำที่มีความชัดเจน สอดคล้อง กลมกลืนกับลักษณะท่าทางและน้ำเสียง ได้แก่ การใช้สรรพนามแทนตนเองได้อย่างเหมาะสม การแสดงความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง การใช้ถ้อยคำการใช้น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทาง โดยถือว่าคู่สมรสก็เช่นเดียวกับนักกีฬา ที่ต้องมีโค้ชมาช่วยบอก ช่วยสอนเทคนิคให้ และเปิดโอกาสให้มีการฝึกหัดพฤติกรรมนั้นๆ

2. เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร (Communication Skills Training) ผู้วิจัยให้คู่สมรสฝึกการใช้ถ้อยคำ การฟัง การใช้น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทางที่เหมาะสม รวมทั้งการฝึกใช้สรรพนาม “ฉัน” (“ I ” Message) เพื่อช่วยให้คู่สมรสมีการสื่อสารที่ชัดเจน และมีความกลมกลืน ผู้วิจัยจะให้คู่สมรสใช้สรรพนามแทนตนเองว่า “ฉัน หรือ ผม หรือ คำอื่นๆ ที่คู่สมรสใช้เรียกกันอยู่ประจำ” เพื่อเป็นการแสดงความรู้สึกถึงความต้องการของคู่สมรส และรับผิดชอบในสิ่งที่คู่สมรสพูด การสื่อสารในลักษณะนี้จะทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง และแสดงออกได้อย่างตรงไปตรงมา เปิดเผย ไม่อ้อมค้อม

3. เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ (Role Play) โดยผู้วิจัยให้คู่สมรสนำสถานการณ์ที่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวมาแสดงให้เห็นจริงในชั่วโมงการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้วิจัยได้

สังเกตพฤติกรรม ท่าทาง คำพูด การแสดงออกถึงความรับผิดชอบ และขณะเดียวกันคู่สมรสจะได้เรียนรู้ความรู้สึกและท่าทางของตนเองด้วย ซึ่งจะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยน และตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้น

4. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไปคู่สมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

โดยผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษา ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษารอบคร้วครั้งที่ 2 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ไว้วางใจและยอมรับผู้วิจัย

2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษารอบคร้วในครั้งที่ผ่านมา

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการสอน เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร และเทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการสื่อสารระหว่างคู่สมรส
2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันสำรวจปัญหาในครอบครัว ที่มีสาเหตุมาจากการสื่อสารระหว่างคู่สมรส แล้วให้คู่สมรสช่วยกันเลือกมา 1 ปัญหา
3. ผู้วิจัยให้คู่สมรสสำรวจความคิด ความรู้สึก และความต้องการของตนเอง เกี่ยวกับปัญหานั้น เพื่อที่จะสื่อให้คู่สมรสของตนได้รับรู้
4. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันแสดงบทบาทสมมติคล้ายกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจริง
5. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการแสดงบทบาทนั้นๆ รวมทั้งร่วมกันเสนอแนวทางในการสื่อสารที่เหมาะสมระหว่างคู่สมรส
6. ผู้วิจัยให้ความรู้คู่สมรสเกี่ยวกับการสื่อสารที่เหมาะสม ด้วยการสอนและฝึกทักษะการสื่อสารที่เหมาะสมเพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสารของคู่สมรส รวมทั้งแนวทางในการพัฒนาการสื่อสารกับคู่สมรสและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการสื่อสารที่เหมาะสม ให้กับคู่สมรสไปฝึกทำที่บ้าน ทุกๆ วัน
3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการสรุปประเด็นสำคัญต่างๆ รวมทั้งสังเกตพัฒนาการในการสื่อสารของคู่สมรส

**รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้จัก
ครั้งที่ 3 - 4**

เรื่อง การปรับตัวของกลุ่มสมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้รูปแบบของการปรับตัวในชีวิตสมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถปรับตัวเข้ากับคู่สมรสและการครองชีวิตคู่

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 1
2. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 2
3. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 3
4. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และเทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ได้แก่

1. เทคนิควันแห่งการเอื้ออาทร (Caring Days) เป็นเทคนิคอย่างหนึ่งในการสร้างการแลกเปลี่ยนกันทางบวกของกลุ่มสมรส โดยการให้คู่สมรสร่วมกันกำหนดวันแห่งการเอื้ออาทรขึ้นมา แล้วแสดงพฤติกรรมที่เป็นที่พึงประสงค์ซึ่งกันและกันอย่างเอื้ออาทร โดยไม่ต้องคำนึงถึงคนอื่น เพื่อเพิ่มความสุขความพอใจในชีวิตสมรส

2. เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข (Contingency Contracts) เป็นการเขียนข้อตกลงระหว่างคู่สมรสอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร โดยข้อตกลงจะต้องมีความชัดเจนว่าจะทำพฤติกรรมอะไร และทำอย่างไร อาจจะเป็นรูปของปริมาณ(ความถี่) หรือคุณภาพของการกระทำแล้วจะได้คะแนนเท่าไร หรือรางวัลอะไร เพื่อเป็นตัวเสริมแรงที่จะแลกเปลี่ยนกับการกระทำพฤติกรรมนั้นๆ

3. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การที่คู่สมรสเสริมแรงทางบวกซึ่งกันและกัน ซึ่งอาจจะเป็นวัตถุ เช่น เสื้อผ้า เครื่องประดับ ขนม เงิน เป็นต้น หรืออาจจะเป็นการให้รางวัลทางสังคม เช่น การยิ้ม การให้คำชม เป็นต้น เป็นตัวเสริมแรง (reinforcer)

การที่จะให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพนั้น ตัวเสริมแรงต้องเป็นสิ่งที่กลุ่มต้องการ จึงจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้นตามที่ต้องการในครอบครัว

4. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับกลุ่มสธไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไป กลุ่มสธจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้กลุ่มสธ ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

โดยผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายกลุ่มสธ เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มสธ พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งที่ 3-4 เพื่อให้กลุ่มสธเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น กันเคย ไว้วางใจและยอมรับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยให้กลุ่มสธทบทวนการให้คำปรึกษารอบครัวในครั้งที่ผ่านมา
3. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้กลุ่มสธไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเจียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิควันเอื้ออาทร เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสธหาเรื่อ ด้านการปรับตัวของกลุ่มสธ โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและกลุ่มสธร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการปรับตัวของกลุ่มสธ
2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 1 แก่กลุ่มสธคนละ 1 แผ่น แล้วให้สำรวจตนเองและกลุ่มสธ ว่าแต่ละคนมีคุณลักษณะอย่างไร มีบทบาทหน้าที่อย่างไรในครอบครัว โดยให้เขียนลงในเอกสารที่แจกให้ หลังจากนั้นให้แต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตนเองได้สำรวจพบ และเขียนไว้ในเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 1
3. ผู้วิจัยให้กลุ่มสธแต่ละคนเล่าเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อคุณลักษณะของตนเองและกลุ่มสธว่าเป็นอย่างไร ความรู้สึกที่มีต่อภารกิจในครอบครัวของตนเองและกลุ่มสธว่าเป็นอย่างไร รวมถึงความคาดหวังที่กลุ่มสธมีต่อกันและกัน
4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก ด้วยการแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 2 และ 3 ให้แก่กลุ่มสธอย่างละแผ่น แล้วให้กลุ่มสธ

เขียนความคาดหวังของตนเองว่าต้องการให้อีกฝ่ายเปลี่ยนแปลงอะไร หรือทำอะไรให้แก่ตนเอง จากนั้นอ่านให้อีกฝ่ายหนึ่งฟัง แล้วส่งเอกสารให้คู่สมรสพิจารณาว่าสามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใด และเมื่อทำได้จะได้รับรางวัลอะไร โดยอภิปรายร่วมกันทั้งผู้วิจัยและคู่สมรส แล้วเขียนสัญญาตามที่ได้ตกลงร่วมกัน

5. ผู้วิจัยใช้เทคนิควันแห่งการเอื้ออาทร โดยให้คู่สมรสกำหนดวันแห่งการเอื้ออาทรขึ้นมาคนละ 1 วัน โดยในวันนั้นให้คู่สมรสปฏิบัติตามเงื่อนไขสัญญาตามที่คู่สมรสได้ตกลงกันไว้ตามข้อ 4 นอกจากนั้นให้คู่สมรสร่วมกันพูดถึงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งกันและกันอย่างเอื้ออาทร และให้คู่สมรสนำไปทดลองปฏิบัติในช่วงเวลาของการให้คำปรึกษาเพื่อนำไปปฏิบัติเป็นการบ้าน

6. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไขร่วมกัน การเสริมแรงทางบวกต่อกัน และการปฏิบัติต่อกันในวันแห่งการเอื้ออาทร

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่าง ๆ ในการปรับตัวให้เข้ากับคู่สมรส ตลอดทั้งแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวให้เข้ากับคู่สมรสและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับวันเอื้ออาทร ให้กับคู่สมรสไปฝึกทำที่บ้าน

3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมและการสรุปประเด็นสำคัญต่างๆ รวมทั้งสังเกตพัฒนาการในการปรับตัวของคู่สมรส

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด
ครั้งที่ 5

เรื่อง การจัดการเกี่ยวกับเศรษฐกิจของคู่สมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการด้านเศรษฐกิจและการเงินของคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญกับปัญหาทางเศรษฐกิจและการเงินของคู่สมรส

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 4
2. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 5
3. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และ เทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิด ได้แก่

1. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา(Problem Solving Skills Training) เป็นการแก้ปัญหาของคู่สมรส ด้วยการฝึกให้คู่สมรสมีทักษะในการคิดหาคำตอบหลายๆ คำตอบ มีทักษะในการคาดคะเนถึงผลการกระทำล่วงหน้าได้ว่า การกระทำใดจะนำไปสู่ผลกระทบใด มีความสามารถในการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาเป็นขั้นตอนตามกระบวนการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยจะสอนหรือหาทางให้คู่สมรสรู้ปัญหาที่เขาประสบอยู่คืออะไร หลังจากนั้นต้องนิยามหรือกำหนดปัญหาให้ชัดเจน แล้วฝึกคิดหรือเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ว่าน่าจะมีวิธีการอะไรบ้าง แล้วตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เห็นว่าน่าจะได้ผลดีที่สุดไปดำเนินการลงมือแก้ปัญหา จากนั้นก็ตรวจสอบว่าใช้ได้ผลหรือไม่ หากใช้ไม่ได้ผลก็ย้อนกลับไปตรวจขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหาใหม่ต่อไป

2. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การที่คู่สมรสเสริมแรงทางบวกซึ่งกันและกัน ซึ่งอาจจะเป็นวัตถุ เช่น เสื้อผ้า เครื่องประดับ ขนม เงิน เป็นต้น หรืออาจจะเป็นการให้รางวัลทางสังคม เช่น การยิ้ม การให้คำชม เป็นต้น เป็นตัวเสริมแรง (reinforcer) การที่จะให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพนั้น ตัวเสริมแรงต้องเป็นสิ่งที่คู่สมรสต้องการจึงจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการในครอบครัวเพิ่มขึ้น

3. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไปคู่สมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 5 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ไว้วางใจ และยอมรับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งที่ผ่านมา และซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อกันในวันแห่งการเอื้ออาทร ว่ามีผลอย่างไรต่อการปรับตัวของคู่สมรส
3. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้คู่สมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเงี่ยบ การให้กำลังใจ การตีความ และการสรุปความ และใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก ได้แก่ การฝึกทักษะการแก้ปัญหา และการเสริมแรงทางบวก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของตน ด้านสภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของสภาพทางเศรษฐกิจของคู่สมรส
2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 4 แก่คู่สมรสคนละแผ่น แล้วให้สำรวจรายได้และรายจ่ายประจำเดือนของตนเองและคู่สมรสว่าเป็นอย่างไร เพียงพอหรือไม่ มีปัญหาอย่างไร โดยให้เขียนลงในเอกสารที่แจกให้ หลังจากนั้นให้แต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตนเองได้สำรวจพบและเขียนไว้ในเอกสารประกอบการให้คำปรึกษา
3. ผู้วิจัยให้คู่สมรสแต่ละคนเล่าเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อรายได้และรายจ่ายประจำเดือนของตนเองและคู่สมรส รวมถึงพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินในครอบครัวของตนเองและคู่สมรสว่าเป็นอย่างไร รวมถึงความคาดหวังที่คู่สมรสมีต่อกันและกัน

4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา ด้วยการแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 5 ให้แก่กลุ่มสมรสคนละแผ่น แล้วให้กลุ่มสมรสร่วมกันวางแผนแก้ปัญหาทางเศรษฐกิจของกลุ่มสมรสตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ

- 4.1 ขั้นของการศึกษาปัญหาทั่วไป
- 4.2 ขั้นนิยามและกำหนดปัญหา
- 4.3 ขั้นการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา
- 4.4 ขั้นการตัดสินใจ
- 4.5 ขั้นตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

5. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงทางบวกต่อกัน โดยให้กลุ่มสมรสตกลงร่วมกันและเขียนลงในเอกสารด้วยว่าหากตนเองและกลุ่มสมรสปฏิบัติตามทางเลือกตามกระบวนการแก้ปัญหาแล้ว จะได้รับรางวัลอะไร

6. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการฝึกทักษะการแก้ปัญหา และการเสริมแรงทางบวก เพื่อพัฒนาพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของตน ด้านสภาพทางเศรษฐกิจของกลุ่มสมรส

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ด้านเศรษฐกิจและการเงินของครอบครัว ตลอดทั้งแนวทางในการจัดการเศรษฐกิจและการเงินของครอบครัว และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการจัดการด้านเศรษฐกิจและการเงินของกลุ่มสมรส โดยให้ทำบัญชีแสดงรายรับ-รายจ่ายของครอบครัว ทุกๆ วัน เป็นเวลา 1 สัปดาห์

2. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่กลุ่มสมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการสรุปประเด็นสำคัญต่างๆ เกี่ยวกับการจัดการเรื่องเศรษฐกิจและการเงินของครอบครัว

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด
ครั้งที่ 6 – 7

เรื่อง การจัดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถจัดการกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 6
2. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และ เทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นความรู้คิด ได้แก่

1. เทคนิคการสอน(Coaching) โดยผู้วิจัยจะสอนคู่สมรสด้วยวาจา เกี่ยวกับการถ่ายทอดถ้อยคำที่มีความชัดเจน สอดคล้อง กลมกลืนกับลักษณะท่าทางและน้ำเสียง ได้แก่ การใช้สรรพนามแทนตนเองได้อย่างเหมาะสม การแสดงความคิดหรือความรู้สึกที่แท้จริง การใช้ถ้อยคำ การใช้ น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทาง โดยถือว่าคู่สมรสก็เช่นเดียวกับนักกีฬา ที่ต้องมีโค้ชมาช่วยบอก ช่วยสอนเทคนิคให้ และเปิดโอกาสให้มีการฝึกหัดพฤติกรรมนั้นๆ

2. เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ (Cognitive Restructuring) เป็นการให้สามีหรือภรรยาปรับเปลี่ยนความคิดหรือการรับรู้ของตนเองที่มีต่อคู่สมรส หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในรูปแบบที่แตกต่างไปจากเดิม ในแง่มุมใหม่ที่ไม่เคยคิดมาก่อน เป็นไปโดยมีจุดมุ่งหมายที่ดีต่อการแก้ปัญหาความขัดแย้งของคู่สมรส ซึ่งจะช่วยให้คู่สมรสสามารถปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้น

3. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving Skills Training) เป็นการแก้ปัญหาคู่สมรส ด้วยการฝึกให้คู่สมรสมีทักษะในการคิดหาคำตอบหลาย ๆ คำตอบ มีทักษะในการคาดคะเนถึงผลการกระทำล่วงหน้าได้ว่า การกระทำใดจะนำไปสู่ผลกระทบใด มีความสามารถในการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาเป็นขั้นตอนตามกระบวนการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยจะสอนหรือหาทางให้คู่สมรสรู้ปัญหาที่เขาประสบอยู่คืออะไร หลังจากนั้นต้องนิยามหรือกำหนดปัญหาให้ชัดเจน

แล้วฝึกคิดหรือเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ว่าน่าจะมีวิธีการอะไรบ้าง แล้วตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เห็นว่าน่าจะได้ผลดีที่สุดไปดำเนินการลงมือแก้ปัญหา จากนั้นก็ตรวจสอบว่าใช้ได้ผลหรือไม่ หากใช้ไม่ได้ผลก็ย้อนกลับไปตรวจขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหาใหม่ต่อไป

4. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไป คู่สมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งที่ 6-7 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ไว้วางใจ และยอมรับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษารอบครัวในครั้งที่ผ่านมา
3. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้คู่สมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ และเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ด้านความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับความสำคัญของการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส
2. ผู้วิจัยถามคู่สมรสเกี่ยวกับปัญหาคความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ว่ามีอะไรบ้าง และวิธีการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสของแต่ละคน ว่าใช้วิธีการกระทำอย่างไร
3. ผู้วิจัยให้คู่สมรสช่วยกันคัดเลือกปัญหาคความขัดแย้งที่ทั้งคู่มีความคิดเห็นตรงกัน ว่าต้องการแก้ไขเป็นอันดับแรกมา 1 ปัญหา แล้วผู้วิจัยใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่เป็นการให้สามีหรือภรรยาปรับเปลี่ยนความคิดหรือรับรู้ของตนเองที่มีต่อคู่สมรส หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในรูปแบบที่แตกต่างไปจากเดิม ในแง่มุมใหม่ที่ไม่เคยคิดมาก่อน เป็นไปโดยมีจุดมุ่งหมายที่ดี

ต่อการแก้ปัญหาความขัดแย้งของกลุ่มสมรส ซึ่งจะช่วยให้กลุ่มสมรสสามารถปรับตัวกับคู่สมรสหรือปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดี

4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสอน และการฝึกทักษะการแก้ปัญหา ด้วยการแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 6 แล้วให้กลุ่มสมรสร่วมกันวางแผนหาวิธีการแก้ไขปัญหาทางความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ

- 4.1 ขั้นตอนของการศึกษาปัญหาทั่วไป
- 4.2 ขั้นตอนนิยามและกำหนดปัญหา
- 4.3 ขั้นตอนการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา
- 4.4 ขั้นตอนการตัดสินใจ
- 4.5 ขั้นตอนตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

5. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสร่วมกันอภิปราย ถึงความรู้สึกลงในการใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ เทคนิคการสอน และเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสร่วมกันอภิปราย และแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาความขัดแย้งต่างๆ ของคู่สมรส ตลอดทั้งแนวทางในการจัดการกับความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการขจัดความขัดแย้ง โดยให้กลุ่มสมรสคิดปัญหาที่ขัดแย้งกันแต่ไม่รุนแรงนักมา 1 เรื่อง แล้วนำไปทดลองปฏิบัติเป็นการบ้าน
3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษารอบครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการสรุปประเด็นสำคัญต่างๆ เกี่ยวกับการจัดการเรื่องความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส

**รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาคอครบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด
ครั้งที่ 8**

เรื่อง ความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกัน

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 7
2. ปากกา

วิธีดำเนินการ

1. เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร (Communication Skills Training) ผู้วิจัยให้คู่สมรสฝึกการใช้ถ้อยคำ การฟัง การใช้น้ำเสียง การแสดงสีหน้าและท่าทางที่เหมาะสม รวมทั้งการฝึกใช้สรรพนาม “ฉัน” (“ I ” Message) เพื่อช่วยให้คู่สมรสมีการสื่อสารที่ชัดเจน และมีความกลมกลืน ผู้วิจัยจะให้คู่สมรสใช้สรรพนามแทนตนเองว่า “ฉัน หรือ ผม หรือ คำอื่นๆ ที่คู่สมรสใช้เรียกกันอยู่ประจำ” เพื่อเป็นการแสดงความรู้สึกถึงความต้องการของคู่สมรสและรับผิดชอบในสิ่งที่คู่สมรสพูด การสื่อสารในลักษณะนี้จะทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง และแสดงออกได้อย่างตรงไปตรงมา เปิดเผย ไม่อ้อมค้อม

2. เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ (Role Play) โดยผู้วิจัยให้คู่สมรสนำสถานการณ์ที่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวมาแสดงให้เห็นจริงในชั่วโมงการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรม ท่าทาง คำพูด การแสดงออกถึงความรับผิดชอบ และขณะเดียวกันคู่สมรสจะได้เรียนรู้ความรู้สึกและท่าทางของตนเองด้วย ซึ่งจะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยน และตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้น

3. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การที่คู่สมรสเสริมแรงทางบวกซึ่งกันและกัน ซึ่งอาจจะเป็นวัตถุ เช่น เสื้อผ้า เครื่องประดับ ขนม เงิน เป็นต้น หรืออาจจะเป็นการให้รางวัลทางสังคม เช่น การยิ้ม การให้คำชม เป็นต้น เป็นตัวเสริมแรง (reinforcer)

การที่จะให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพนั้น ตัวเสริมแรงต้องเป็นสิ่งที่คู่สมรสต้องการจึงจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการในครอบครัวเพิ่มขึ้น

4. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไป คู่สมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งที่ 8 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ใจกว้าง และยอมรับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษารอบครัวในครั้งที่ผ่านมา
3. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้คู่สมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสาร เทคนิคการเสริมแรงทางบวก และเทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ด้านความความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับการแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส
2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 7 ให้คู่สมรส แล้วให้คู่สมรสแต่ละคนตอบคำถามจากเอกสาร หลังจากนั้นถามคู่สมรสโดยให้ร่วมกันตอบว่า มีการแสดงออกถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรสอย่างไรบ้าง
3. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติ โดยให้คู่สมรสแสดงบทบาทสมมติถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงระหว่างคู่สมรส ที่แสดงถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส และตามความรู้สึกของตนเองให้คู่สมรสได้รับรู้
4. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการแสดงบทบาทนั้นๆ

5. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสารที่เหมาะสม และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก เมื่อคู่สมรสสามารถแสดงออกถึงความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันได้อย่างเหมาะสม

6. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปราย ถึงความรู้สึกในการใช้เทคนิคการฝึกทักษะการสื่อสารที่เหมาะสม และเทคนิคการเสริมแรงทางบวกกับคู่สมรส

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันของคู่สมรส ตลอดทั้งแนวทางในการพัฒนาด้านความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการแสดงออก ซึ่งความรักใคร่ผูกพันต่อกันของคู่สมรส แล้วให้คู่สมรสนำไปฝึกปฏิบัติเป็นการบ้าน

3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ การให้ความร่วมมือ ในการเข้าร่วมกิจกรรม และการซักถามในประเด็นต่างๆ รวมทั้งสังเกตจากการแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพันที่มีต่อกันระหว่างคู่สมรส

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านความรู้คิด
ครั้งที่ 9

เรื่อง การสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถเผชิญปัญหาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 8
2. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และเทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นความรู้คิด ได้แก่

1. **เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving Skills Training)** เป็นการแก้ปัญหาคู่สมรส ด้วยการฝึกให้คู่สมรสมีทักษะในการคิดหาคำตอบหลายๆ คำตอบ มีทักษะในการคาดคะเนถึงผลการกระทำล่วงหน้าได้ว่า การกระทำใดจะนำไปสู่ผลกระทบใด มีความสามารถในการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาเป็นขั้นตอนตามกระบวนการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยจะสอนหรือหาทางให้คู่สมรสรู้ปัญหาที่เขาประสบอยู่คืออะไร หลังจากนั้นต้องนิยามหรือกำหนดปัญหาให้ชัดเจน แล้วฝึกคิดหรือเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ว่าน่าจะมีวิธีการอะไรบ้าง แล้วตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เห็นว่าน่าจะได้ผลดีที่สุดไปดำเนินการลงมือแก้ปัญหา จากนั้นก็ตรวจสอบว่าใช้ได้ผลหรือไม่ หากใช้ไม่ได้ผลก็ย้อนกลับไปตรวจขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหาใหม่ต่อไป

2. **เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ (Cognitive Restructuring)** เป็นการให้สามีหรือภรรยาปรับเปลี่ยนความคิดหรือการรับรู้ของตนเองที่มีต่อคู่สมรส หรือปัญหาที่เกิดขึ้นในรูปแบบที่แตกต่างไปจากเดิม ในแง่มุมมองที่ไม่เคยคิดมาก่อน เป็นไปโดยมีจุดมุ่งหมายที่ดี

ต่อการแก้ปัญหาความขัดแย้งของกลุ่มสมรส ซึ่งจะช่วยให้กลุ่มสมรสสามารถปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีขึ้น

3. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับกลุ่มสมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไป กลุ่มสมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง โดยจะเริ่มจากเรื่องง่ายๆ ไปสู่เรื่องยากๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้กลุ่มสมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษารอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายกลุ่มสมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มสมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งที่ 9 เพื่อให้กลุ่มสมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น กันเคย ไว้วางใจ และยอมรับผู้วิจัย

3. ผู้วิจัยให้กลุ่มสมรสทบทวนการให้คำปรึกษารอบครัวในครั้งที่ผ่านมา

4. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้กลุ่มสมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา และเทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของกลุ่มสมรสทหารเรือ ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและกลุ่มสมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญ เกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว

2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 8 ให้กลุ่มสมรส แล้วให้กลุ่มสมรสตอบคำถามจากเอกสาร หลังจากนั้นถามกลุ่มสมรสเกี่ยวกับของการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวอย่างไรบ้าง

3. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ และการฝึกทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับกลุ่มสมรส เกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว โดยให้กลุ่มสมรสร่วมกันวางแผนหาวิธีการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ

3.1 ขั้นตอนของการศึกษาปัญหาทั่วไป

3.2 ขั้่นนิยามและกำหนดปัญหา

3.3 ขั้่นการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

3.4 ขั้่นการตัดสินใจ

3.5 ขั้่นตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

4. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปราย ถึงความรู้สึกรู้สึกในการใช้เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ และการฝึกทักษะการแก้ปัญหา

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว ตลอดทั้งแนวทางในการเผชิญและการจัดการปัญหาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัวให้คู่สมรส โดยนำปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่งไปปรึกษากับบุคคลที่นับถือ เช่น บิดา มารดา ผู้บังคับบัญชา ญาติพี่น้อง เป็นต้น ไปทดลองปฏิบัติเป็นการบ้าน

3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการซักถามในประเด็นต่างๆ เกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมจากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว

ครั้งที่ 10

เรื่อง การทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของกลุ่มสมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกัน
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกถึงการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกัน

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 9
2. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และเทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักคิด ได้แก่

1. เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving Skills Training) เป็นการแก้ปัญหาของกลุ่มสมรส ด้วยการฝึกให้คู่สมรสมีทักษะในการคิดหาคำตอบหลายๆ คำตอบ มีทักษะในการคาดคะเนถึงผลการกระทำล่วงหน้าได้ว่า การกระทำใดจะนำไปสู่ผลกรรมใด มีความสามารถในการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาเป็นขั้นตอนตามกระบวนการแก้ปัญหา โดยผู้วิจัยจะสอนหรือหาทางให้คู่สมรสรู้ปัญหาที่เขาประสบอยู่ว่าคืออะไร หลังจากนั้นต้องนิยามหรือกำหนดปัญหาให้ชัดเจน แล้วฝึกคิดหรือเสนอวิธีการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ว่าน่าจะมีวิธีการอะไรบ้าง แล้วตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่เห็นว่าน่าจะได้ผลดีที่สุดไปดำเนินการลงมือแก้ปัญหา จากนั้นก็ตรวจสอบว่าใช้ได้ผลหรือไม่ หากใช้ไม่ได้ผลก็ย้อนกลับไปตรวจสอบขั้นตอนต่างๆ ในกระบวนการแก้ปัญหาใหม่ต่อไป

2. การใช้หลักฟรีแมค (Premack Principle) เป็นการที่คู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งต้องยอมทำในสิ่งที่ตนเองไม่ชอบก่อน จึงจะได้รับอนุญาตให้ได้ทำในสิ่งที่ตนชอบ ตัวอย่างเช่น สามีที่ไม่ชอบทำงานบ้าน แต่ชอบไปเล่นกีฬากับเพื่อนนอกบ้าน ภรรยาจึงใช้หลักฟรีแมคโดยจะบอกกับสามีว่า เขาจะต้องช่วยกวาดบ้านให้เสร็จก่อนจึงจะสามารถออกไปเล่นกีฬากับเพื่อนได้

3. การมอบหมายการบ้าน (Homework) ในการพบกันแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายการบ้านให้กับคู่สมรสไปทำเป็นการบ้าน ในการพบกันครั้งต่อไป คู่สมรสจะพบกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อพูดคุยกันว่า ได้ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายหรือไม่ มีอะไรเป็นอุปสรรคบ้าง

โดยจะเริ่มจากเรื่องง่าย ๆ ไปสู่เรื่องยาก ๆ ซึ่งจะเป็นการทำให้คู่สมรส ได้นำวิธีการหรือแนวทางที่ได้รับจากในชั่วโมงให้คำปรึกษาไปทดลองใช้จริงและฝึกฝนในครอบครัว

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 10 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ไว้วางใจ และยอมรับผู้วิจัย

5. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งที่ผ่านมา

6. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้คู่สมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเจียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา และเทคนิคการใช้หลักฟรีแมค เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญ เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส

2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 9 ให้คู่สมรส แล้วให้คู่สมรสสำรวจความคิด ความรู้สึก และความต้องการของตนเองในเรื่องที่เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส หลังจากนั้นให้คู่สมรสบอกความรู้สึกของตนเองให้อีกฝ่ายหนึ่งได้รับรู้

3. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการใช้หลักฟรีแมค และเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับคู่สมรสเกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส โดยให้คู่สมรสร่วมกันวางแผนหาวิธีการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการได้รับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ตามกระบวนการแก้ปัญหา 5 ขั้นตอน คือ

3.1 ขั้นของการศึกษาปัญหาทั่วไป

3.2 ขั้นนิยามและกำหนดปัญหา

3.3 ขั้นการเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหา

3.4 ขั้นการตัดสินใจ

3.5 ขั้นตรวจสอบความถูกต้องของทางเลือก

4. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปราย ถึงความรู้สึกในการใช้เทคนิคการใช้หลักฟรีแมค และเทคนิคการฝึกทักษะการแก้ปัญหา

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ในด้านการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ตลอดจนทั้งแนวทางในการจัดการปัญหาที่เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านเกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส ให้คู่สมรสไปทดลองปฏิบัติเป็นการบ้าน
3. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครบครั่งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการซักถามในประเด็นต่างๆ เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของคู่สมรส

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านารู้คิด
ครั้งที่ 11

เรื่อง ความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้คู่สมรสได้เรียนรู้เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส
2. เพื่อให้คู่สมรสสามารถรับรู้ เข้าใจ และแสดงออกเกี่ยวกับความซื่อสัตย์และไว้วางใจซึ่งกันและกัน

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 10
2. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 11
3. เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 12
4. ปากกา

วิธีดำเนินการ

ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และเทคนิคการให้คำปรึกษารอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิด ได้แก่

1. เทคนิคการสอน(Coaching) โดยผู้วิจัยจะช่วยสอนและแนะนำคู่สมรสเกี่ยวกับปฏิบัติตนให้คู่สมรสรับรู้และเข้าใจในความซื่อสัตย์ของตนจนเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยแสดงออกมาให้เห็นทั้งคำพูดและการกระทำซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการสื่อสารด้วยถ้อยคำภาษาที่สอดคล้องกลมกลืนกับลักษณะของสีหน้าท่าทางและน้ำเสียง โดยถือว่าคู่สมรสก็เช่นเดียวกับนักกีฬา ที่ต้องมีโค้ชมาช่วยบอก ช่วยสอนเทคนิคให้ และเปิดโอกาสให้มีการฝึกหัดพฤติกรรมนั้นๆ

2. เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข (Contingency Contracts) เป็นการเขียนข้อตกลงระหว่างคู่สมรสอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร โดยข้อตกลงจะต้องมีความชัดเจนว่าจะทำพฤติกรรมอะไร และทำอย่างไร อาจจะเป็นรูปของปริมาณ(ความถี่) หรือคุณภาพของการกระทำแล้วจะได้คะแนนเท่าไร หรือรางวัลอะไร เพื่อเป็นตัวเสริมแรงที่จะแลกเปลี่ยนกับการกระทำพฤติกรรมนั้นๆ

3. เทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การที่คู่สมรสเสริมแรงทางบวกซึ่งกันและกัน ซึ่งอาจจะเป็นวัตถุ เช่น เสื้อผ้า เครื่องประดับ ขนม เงิน เป็นต้น หรืออาจจะเป็นการให้รางวัลทางสังคม เช่น การยิ้ม การให้คำชม เป็นต้น เป็นตัวเสริมแรง (reinforcer) การที่จะให้การเสริมแรงมีประสิทธิภาพนั้น ตัวเสริมแรงต้องเป็นสิ่งที่คู่สมรสต้องการจึงจะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการในครอบครัวเพิ่มขึ้น

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาครอบครัว ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายคู่สมรส เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับคู่สมรส พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งที่ 11 เพื่อให้คู่สมรสเกิดความรู้สึกที่เป็นกันเองอบอุ่น คั่นเคย ไว้วางใจ และยอมรับผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสทบทวนการให้คำปรึกษาครอบครัวในครั้งที่ผ่านมา
3. ผู้วิจัยพูดคุยและซักถามถึงการบ้านที่ได้มอบหมายให้คู่สมรสไปทำ ว่าได้ผลอย่างไรบ้าง มีอุปสรรคอะไร มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอะไรหรือไม่ และต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมหรือไม่ อย่างไร

ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา

ขั้นนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนคำ การเรียบ การให้กำลังใจ การตีความ การสรุปความ เทคนิคการทำสัญญาโดยมีเงื่อนไข และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส โดยผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยและคู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส
2. ผู้วิจัยแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 10 แก่คู่สมรสคนละแผ่น แล้วให้สำรวจตนเองและคู่สมรสว่าแต่ละคนปฏิบัติตนเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันอย่างไร โดยให้เขียนลงในเอกสารที่แจกให้ หลังจากนั้นให้แต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตนเองได้สำรวจพบ และเขียนไว้ในเอกสารประกอบการให้คำปรึกษา
3. ผู้วิจัยให้คู่สมรสแต่ละคนเล่าเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อกันด้านความซื่อสัตย์ต่อกันว่าเป็นอย่างไร รวมถึงความคาดหวังที่คู่สมรสมีต่อกันและกัน
4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสอน การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไขและเทคนิคการเสริมแรงทางบวก ด้วยการแจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษาที่ 11 และ 12 ให้แก่คู่สมรส แล้วให้คู่สมรสเขียนความคาดหวังของตนเองว่า ต้องการให้อีกฝ่ายเปลี่ยนแปลงอะไรหรือปฏิบัติตนอย่างไร จากนั้นให้ส่งเอกสารให้อีกฝ่ายหนึ่งพิจารณาว่าสามารถทำตามความคาดหวังนั้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใดและเมื่อทำได้จะได้รับรางวัลอะไรจากคู่สมรส โดยอภิปรายร่วมกันทั้งผู้วิจัยและคู่สมรส แล้วเขียนสัญญาตามที่คู่สมรสได้ตกลงร่วมกัน

5. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึกในการได้รับการสอน การทำสัญญาโดยมีเงื่อนไขร่วมกัน และการเสริมแรงทางบวกต่อกัน

ขั้นที่ 3 สรุปและยุติการให้คำปรึกษา

1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสร่วมกันอภิปรายและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส ตลอดทั้งแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสด้านความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาครอบครัวครั้งต่อไป

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และการซักถามในประเด็นต่างๆ เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

**รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด
ครั้งที่ 12**

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

เวลา 90 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสรุปผลของการให้คำปรึกษารอบครัวที่มีต่อคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรส
ทหารเรือ
2. เพื่อยุติการให้คำปรึกษารอบครัว

อุปกรณ์

-

วิธีดำเนินการ

- ในการให้คำปรึกษารอบครัวครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาตามขั้นตอนดังนี้
1. ผู้วิจัยให้คู่สมรสแต่ละคนเล่าถึงประสบการณ์ที่ได้รับในการให้คำปรึกษารอบครัว เพื่อ
พัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสทหารเรือ และให้แสดงความรู้สึกในการให้คำปรึกษารอบครัว
 2. ผู้วิจัยให้คู่สมรสแต่ละคนสรุปผลที่ได้รับจากการให้คำปรึกษารอบครัว รวมทั้ง
ข้อเสนอแนะ ในการนำเอารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสที่เหมาะสมไปใช้ในชีวิตประจำวัน
 3. ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารอบครัวและกล่าวยุติการให้คำปรึกษารอบครัวที่มี
ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรส

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม
และการซักถามในประเด็นต่างๆ
2. ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสเล่าถึงประสบการณ์ที่ได้รับ และการแสดงความรู้สึกในการ
เข้ารับคำปรึกษารอบครัว
3. ผู้วิจัยสังเกตจากการที่คู่สมรสสรุปผลที่ได้รับจากการให้คำปรึกษารอบครัว รวมทั้ง
ข้อเสนอแนะในการนำเอารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสที่เหมาะสมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ภาคผนวก ช
เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว
ตามทฤษฎีกลุ่มพฤติกรรมนิยมและกลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เน้นด้านการรู้คิด

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 1

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจตนเองและคู่สมรสเกี่ยวกับคุณลักษณะและบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบ ภายในครอบครัว

คู่สมรส (สามี/ภรรยา)	งานที่รับผิดชอบตาม บทบาท หน้าที่ ภายในครอบครัว	ลักษณะที่ดี	ลักษณะที่บกพร่อง

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 2

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจความคาดหวังของตนเองว่า ต้องการให้ผู้สมรสเปลี่ยนแปลง แก้ไข หรือ ปฏิบัติอะไรให้แก่ตนเอง

ความคาดหวัง หรือ ความต้องการของท่าน ที่อยากให้คู่สมรสปฏิบัติ	ปฏิบัติ ได้	ปฏิบัติ ไม่ได้	เหตุผล	รางวัลที่จะได้รับ เมื่อลงมือปฏิบัติหรือ ทำได้ตามที่กำหนดไว้

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 3

หนังสือสัญญา
(เกี่ยวกับการปรับตัวของกลุ่มสมรส)

เขียนที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ข้าพเจ้า.....ขอสัญญาว่าจะปฏิบัติตนต่อ
นาย/นาง(ระบวยศ).....ซึ่งเป็นคู่สมรสของข้าพเจ้า ดังต่อไปนี้ คือ

[illegible]

ลงชื่อ.....ผู้ให้สัญญา

ឯងខ្ញុំ.....អ្នកប្រឹក្សា

ลงชื่อ.....พยาน

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 4

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจรายได้และรายจ่ายประจำเดือนของตนเองและคู่สมรส

คู่สมรส	รายได้	รายจ่าย	หมายเหตุ
สามี			
ภรรยา			
รวม			

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 5

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจปัญหา และแนวทางการแก้ไขปัญหของท่านและคู่สมรส

ปัญหา	แนวทางแก้ไข	ทางเลือกที่ดีที่สุด	รางวัลที่จะได้รับ เมื่อลงมือปฏิบัติหรือ ทำได้ตามที่กำหนดไว้

เอกสารประกอบการสอนการให้คำปรึกษาครอบครัว 6

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจปัญหาที่เกิดจากความขัดแย้ง และแนวทางการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งของท่านและคู่สมรส

ปัญหาที่เกิดจากความขัดแย้ง	แนวทางแก้ไข	ทางเลือกที่ดีที่สุด	รางวัลที่จะได้รับเมื่อลงมือปฏิบัติหรือทำได้ตามที่กำหนดไว้
การปรับเปลี่ยน รูปแบบการคิดใหม่ ↓			

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 7

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจพฤติกรรมหรือการกระทำของท่านและคู่สมรส ที่แสดงออกถึงความรักใคร่
ผูกพันที่มีต่อกัน

คู่สมรส (สามี/ภรรยา)	การแสดงออก ในปัจจุบัน	ความคาดหวังหรือ ความต้องการ	รางวัลที่จะได้รับ เมื่อแสดงออก

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 8

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจปัญหา และวิธีการหรือสิ่งที่ได้รับความช่วยเหลือและการสนับสนุนทางสังคม
จากบุคคลสำคัญภายนอกครอบครัว

ปัญหา	บุคคลที่ช่วยเหลือ	วิธีการหรือสิ่งที่ได้รับความช่วยเหลือ

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 9

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจตนเองและคู่สมรส เกี่ยวกับการทำกิจกรรมและการใช้เวลาว่างร่วมกันของ
คู่สมรส รวมทั้งปัญหา และแนวทางการแก้ไข ปรับปรุง หรือพัฒนา

คู่สมรส (สามี/ภรรยา)	ความต้องการ	ปัญหาหรืออุปสรรค	แนวทางแก้ไขหรือ ปรับปรุงหรือพัฒนา

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 10

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจตนเองและคู่สมรส เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส รวมทั้งปัญหา
และแนวทางการแก้ไข ปรับปรุง หรือพัฒนา

คู่สมรส (สามี/ภรรยา)	การปฏิบัติตนหรือ การแสดงออก	ปัญหาหรืออุปสรรค	แนวทางแก้ไขหรือ ปรับปรุงหรือพัฒนา

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 11

คำสั่ง : ให้ท่านสำรวจความคาดหวังของตนเองว่า ต้องการให้คู่สมรสเปลี่ยนแปลง แก้ไขอะไร
เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส

ความคาดหวัง หรือ ความต้องการของท่าน ที่อยากให้คู่สมรสปฏิบัติ	ปฏิบัติ ได้	ปฏิบัติ ไม่ได้	เหตุผล	รางวัลที่จะได้รับ เมื่อลงมือปฏิบัติหรือ ทำได้ตามที่กำหนดไว้

เอกสารประกอบการให้คำปรึกษาครอบครัว 12

หนังสือสัญญา

(เกี่ยวกับความซื่อสัตย์ต่อกันของคู่สมรส)

เขียนที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ข้าพเจ้า.....ขอสัญญาว่าจะปฏิบัติตนต่อ
 นาย/นาง(ระบวยศ).....ซึ่งเป็นคู่สมรสของข้าพเจ้า ดังต่อไปนี้ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ให้สัญญา

ลงชื่อ.....ผู้รับสัญญา

ลงชื่อ.....พยาน

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายชูวิทย์ รัตนพลแสนย์
วันเดือนปีเกิด	7 มิถุนายน 2506
สถานที่เกิด	อ.เมือง จ.มหาสารคาม
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	15/66 ม.5 ซ.ผู้ใหญ่νωม ถ.วัดชัยพฤกษ์มาลา แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กทม. 10170
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์ประจำ
สถานที่ทำงานในปัจจุบัน	ภาควิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และศิลปศาสตร์ วิทยาลัยดุสิตธานี
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ.2534	วท.บ. (จิตวิทยาสังคม) จากมหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ.2536	กศ.บ. (พยาบาลศึกษา) จากวิทยาลัยพยาบาลกรุงเทพ สมทบมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ.2539	ประกาศนียบัตรบัณฑิต (การจัดการอบรม) จากมหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ.2541	กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ.2549	กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ