ล
306.8
ก322ค

ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียด ปัจจัยบางประการทางชีวสังคม สิ่งแวดล้อม และบุคลิกภาพของสตรีที่สมรสแล้ว

ปริญญานิพนธ์

ของ

วรารัตน์ กิตติรักษนนท์

13 ก.ย. 2536

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ
มีนาคม 2536

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

185785

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....ประธาน

(ดร.นิยะดา จิตต์จรัส)

.....กรรมการ

(ผศ.ประณต เค้าฉิม)

คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน

(ดร.นิยะดา จิตต์จรัส)

.....กรรมการ

(ผศ.ประณต เค้าฉิม)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผศ.มยุรี กุลแพทย์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาวิทยาลัย วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศ.ดร.สมพร บัวทอง)

วันที่..4..เดือน..มีนาคม....พ.ศ. 2536

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีทั้งนี้เนื่องจากความกรุณาของอาจารย์ ดร. นิยะดา จิตต์จรัส ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประณต เค้าฉิม ผู้ช่วยศาสตราจารย์มยรี กลแพทย์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์อัจฉรา เตชะฤทธิ์พิทักษ์ รวมทั้งคณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยาทุกท่าน ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและข้อคิดในการทำวิจัย รวมทั้งแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งทั้งในแง่ที่ช่วยให้งานวิจัยนี้มีความสมบูรณ์ และช่วยเพิ่มพูนความรู้ให้แก่ผู้วิจัย ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่งและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ คณบดีคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ผู้อำนวยการโรงพยาบาลศิริราช หัวหน้าฝ่ายงานการพยาบาลโรงพยาบาลศิริราช หัวหน้าแผนกงานการพยาบาลทุกแผนก และพยาบาลประจำการในโรงพยาบาลศิริราช ทุก ๆ ท่านที่ได้กรุณาให้ความช่วยเหลือ อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดียิ่ง

ท้ายที่สุด ขอน้อมระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อคุณแม่ และขอขอบคุณสมาชิกทุกคนภายในครอบครัว เพื่อน ๆ และผู้ร่วมงานทุกท่านที่คอยเป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยอย่างเต็มที่ตลอดมา รวมทั้งผู้ที่ให้ความช่วยเหลืออีกหลายท่าน ซึ่งมิได้เอ่ยนามไว้ ณ ที่นี้

วรารัตน์ กิตติรักษนนท์

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	5
	ความสำคัญในการศึกษาค้นคว้า	5
	ขอบข่ายของการศึกษาค้นคว้า	6
	นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
	ความสุขในชีวิตสมรส	13
	ความหมายของความสุขในชีวิตสมรส	13
	ความขัดแย้งในชีวิตสมรส	14
	รูปแบบของความขัดแย้งในชีวิตสมรส	14
	สาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตสมรส	16
	ผลกระทบของความขัดแย้งในชีวิตสมรส	19
	ความเครียด	20
	ความหมายของความเครียด	20
	พฤติกรรมเผชิญความเครียด	20
	กระบวนการเผชิญความเครียด	22
	รูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด	24
	ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดและงานวิจัยต่าง ๆ ...	29

บทที่ | หน้า

งานวิจัยเกี่ยวกับความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด 37
ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตสมรส 40
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า 47

3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า 50
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง 50
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล 51
การเก็บรวบรวมข้อมูล 67
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 67

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมล 77
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 77
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล 79

5 บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ 110
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า 110
สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า 110
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า 111
การวิเคราะห์ข้อมูล 112
สรุปผลการวิจัย 113
อภิปรายผล 116
ข้อจำกัดของงานวิจัย 139
ข้อเสนอแนะ 139

บทที่ หน้า

บรรณานุกรม 141

ภาคผนวก 147

ประวัติย่อของผู้วิจัย 166

บัญชีตาราง

ตาราง หน้า

1 จำนวนและร้อยละของสตรีที่สมรสแล้วจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา 79

2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ 85

3 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับอายุ 86

4 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระยะเวลาการสมรส 89

5 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับความเชื่ออำนาจภายในตน 91

6 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน 93

7 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน 94

8 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน 95

9 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับการสนับสนุนทางสังคม 96

ตาราง หน้า

10 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน 98

11 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน 99

12 แสดงผลสรุปการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรอายุ ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตนและการสนับสนุนทางสังคม 100

13 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของตัวทำนาย และระหว่างตัวแปรเกณฑ์กับตัวทำนาย 102

14 แสดงการหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่มีสมรสแล้ว 107

15 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน 148

16 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความสุขในชีวิตสมรส 148

17 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม 149

18 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญความเครียด 149

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ หน้า

1 แสดงกรอบความคิด (Conceptual Framework) ในการศึกษาค้นคว้า ... 49

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ครอบครัวเป็นมโนทัศน์ที่รู้จักกันโดยทั่วไป และเป็นที่ยอมรับโดยสากลว่าเป็นสถาบันแห่งแรกและเป็นสถาบันหลักของสังคม ซึ่งก่อกำเนิดมาจากการที่หญิงและชายคู่หนึ่ง ทำการสมรสกัน ครองชีวิตร่วมกันฉันท์สามีภรรยา อันเป็นวิธีการที่จะนำไปสู่การสืบเผ่าพันธุ์ การถ่ายทอดวัฒนธรรมทางสังคมที่สำคัญ และเป็นการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์วิธีหนึ่ง โดยทั่วไปมักจะถือว่าการสมรสเป็นแง่มุมส่วนหนึ่งของชีวิตของวัยหนุ่มสาว อันเป็นวัยที่มีความสำคัญยิ่งวัยหนึ่งของชีวิต ซึ่งตามทฤษฎีของ อีริคสัน (Erikson. 1963) กล่าวว่า วัยหนุ่มสาวเป็นวิกฤตการณ์ของการพัฒนาตนเองช่วงหนึ่ง ซึ่งเป็นงานพัฒนาการที่เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดกับเพศตรงข้าม (Whit, Bourne and Weinstock. 1979 : 151) ในทำนองเดียวกัน ซัลลิแวน ได้กล่าวถึง งานพัฒนาการของวัยนี้ว่าเป็นวัยที่สร้างความสัมพันธ์ในเรื่องความรักกับบุคคลอื่น การมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเป็นสิ่งที่สำคัญของบุคคลที่อยู่ในวัยนี้ โดยบุคคลจะพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลต่างเพศในเรื่องที่ไม่ใช่ธุรกิจการงานแต่ในลักษณะให้ความพึงพอใจในชีวิตเป็นสำคัญและลึกซึ้ง ลงไปในขอบข่ายของความสนใจ (นวลละออ สุภาผล. 2527 : 172)

มีนักปรัชญาหลายท่านได้ให้ภาพพจน์เกี่ยวกับสถาบันครอบครัวไว้แตกต่างกัน เช่น มาร์ติน ลูเธอร์ (Martin Luther) มองว่าชีวิตครอบครัวเป็นชีวิตที่หวานชื่น น่ารักและละเอียดละออ นุ่มนวล ในทางตรงกันข้าม สตีเวนซัน (Stevenson) มีความเห็นว่าชีวิตครอบครัวเปรียบเสมือนเวทีของการต่อสู้หรือสมรภูมิ หาใช่ทางที่ประดับด้วยกลีบกุหลาบไม่ย่อมประสบทั้งความสุข และความทุกข์ปะปนกัน (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 1 อ้างอิงมาจาก Luther. n.d. ; Stevenson. 1881) หญิงและชายเมื่อตัดสินใจเข้าสู่ชีวิตสมรส ทั้งคู่ย่อมคาดหวังและปรารถนาชีวิตสมรสที่ประสบแต่ความสุข ความเข้าใจกัน กล่าวได้ว่าไม่มีคู่สมรสคู่ใดต้องการชีวิตสมรสที่ต้องประสบกับความล้มเหลวจนกระทั่งต้องลงเอย

ด้วยการหย่าร้างอย่างแน่นอน ซึ่งจากผลงานวิจัยของ เกล็น และวีเวอร์ (Glenn and Weaver. 1981 : 161 - 168) พบว่าความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับความสุขส่วนรวมของชีวิตสูงกว่าปัจจัยสำคัญอื่น ๆ และความสุขในชีวิตสมรสยังส่งผลให้คู่สมรสเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีด้วย นอกจากนี้คู่สมรสที่มีความสุขในชีวิตสมรส ยังเป็นตัวบ่งชี้ตัวหนึ่งของการมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 4 ; อ้างอิงมาจาก Lewis and Spainer. 1979) และบ่งบอกถึงการมีความมั่นคงในชีวิตสมรสสูงอีกด้วย (บุญประคอง ภาณุรัตน์. 2531 : 78 - 80)

เนื่องจากสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสไม่สามารถดำเนินไปโดยลำพังด้วยตัวเอง แต่คู่สมรสเป็นผู้ที่มีบทบาทต่อสัมพันธภาพ ดังนั้น สามีและภรรยาจึงเป็นจุดเริ่มต้นของสัมพันธภาพที่สำคัญที่สุดของครอบครัว ถ้าสามีและภรรยามีความรัก เข้าใจกันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สามารถครองชีวิตคู่ได้อย่างมีความสุข ตลอดจนรับผิดชอบและร่วมกันแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ภายในครอบครัวย่อมทำให้ครอบครัวมีความราบรื่นมั่นคง ซึ่งจะส่งผลให้สมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะบุตรมีความสุข อยู่ในครอบครัวที่มีสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่ดี ซึ่งจะช่วยให้บุตรเจริญเติบโตทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างสมบูรณ์ ดังข้อความที่ปรากฏในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 6 ว่า "ครอบครัวเป็นกุญแจสำคัญในการป้องกันและการแก้ไขปัญหาสังคมทั้งในระยะสั้นและระยะยาว (วรรภา ลำเจียกเทศ. 2530 : 7) ดังนั้น สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวจึงมีความสำคัญทั้งต่อสมาชิกในครอบครัว และต่อสังคมโดยส่วนรวมด้วย

แต่ทว่า ความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยามีความแตกต่างจากความสัมพันธ์ในรูปแบบอื่น ๆ เช่นระหว่างเพื่อนกับเพื่อน นายจ้างกับลูกจ้าง ในแง่ที่ความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยา มีความใกล้ชิดมากกว่า (อังกาบ กอศรีพร. 2526 : 24) และการเปลี่ยนแปลงจากขั้นตอนของคู่รักมาเป็นสามีภรรยาและเป็นพ่อแม่ของคู่สมรสบางคู่ อาจก่อให้เกิดความตึงเครียดในรูปแบบของสัมพันธภาพที่เปลี่ยนรูปไปนี้ได้ ทั้งนี้เนื่องมาจาก ผู้ที่ดำรงสถานภาพเป็นคู่รัก ซึ่งเราคิดว่าเป็นผู้ที่เรารัก เราพึงพอใจ มีความเข้าใจกัน และมีหลายสิ่งหลายอย่างที่คล้ายคลึงกันนั้น อาจมีหลายสิ่งหลายอย่างที่แตกต่างกันออกไปเมื่อต้องมาดำรงสถานภาพในฐานะสามีหรือภรรยา เพราะต่างก็มีปัจจัยก่อนการสมรสที่แตกต่างกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับว่าระดับ

ความแตกต่างนั้นจะมากน้อยเพียงใดเงื่อนไขต่าง ๆ เหล่านี้ อาจก่อให้เกิดปัญหาหรือเกิดความขัดแย้ง ซึ่งก่อให้เกิดความเครียดระหว่างคู่สมรสได้มากกว่ามสัมพันธภาพในรูปแบบอื่น ๆ ดังเช่น จากการศึกษาของ เบอร์เกส (Argyle, Michael and Furnham. 1983 : 481 ; citing Burgess. 1981) พบว่าความขัดแย้งและความไม่ลงรอยกันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นนิจในชีวิตสมรส และการโต้แย้งเป็นกิจกรรมเฉพาะ (Distinctive Activities) ซึ่งพบได้อย่างหนึ่งของคู่สมรส (Argyle, Michael and Furnham. 1983 : 481 ; citing Argyle and Furnham. 1982) คู่สมรสอาจสรุปว่า สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นเพียงเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือเป็นเพียงส่วนหนึ่งของชีวิตสมรส แต่ปัญหาหรือความขัดแย้งอย่างมีนัยสำคัญซึ่งไม่ได้รับการแก้ไขหรือได้รับการแก้ไขไม่เพียงพอนี้ สามารถกลายเป็นสิ่งคุกคามต่อชีวิตสมรสได้และอาจทำให้ชีวิตสมรสดำเนินไปสู่การหย่าร้างได้ในที่สุด ดังที่ แคมเบลและคนอื่น ๆ ศึกษาพบว่าปัญหาในชีวิตสมรส และความทุกข์ยากที่เกี่ยวกับชีวิตสมรสมีส่วนสนับสนุนให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ หมดหวัง และเกิดความไม่พึงพอใจมากขึ้น (Menaghan. 1982 : 220 - 233 ; citing Campbell and others. 1976) และเช่นเดียวกับที่ บุญประคอง ภาณุรัตน์ (2531) ศึกษาพบว่า ความขัดแย้งในชีวิตสมรส เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่มีผลต่อความไม่มั่นคงในชีวิตสมรส สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่บั่นทอนความผาสุขของคู่สมรสเอง และยังส่งผลกระทบไปยังสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะบุตรด้วย ดังที่ ดอกเตอร์หลุยส์เดสปอร์ท กล่าวไว้ว่าการหย่าร้างไม่ใช่เป็นสิ่งที่ทำลายเด็ก ๆ อย่างฉับพลันทันที แต่สิ่งที่เป็นพิษร้ายต่อเด็ก ๆ ก็คือภาวะการสมรสที่กำลังดำเนินไปสู่ภาวะการหย่าร้างต่างหาก (ธิตา. 2530 : 20 - 21) ทำนองเดียวกัน จากการศึกษาโดยการสัมภาษณ์ นิสิตอุดมศึกษา ชาย 12 คน และหญิง 12 คน ซึ่งพ่อแม่ หย่าร้างกันก่อนที่กลุ่มตัวอย่างจะอายุ 16 ปี พบว่า ครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างประสบความเครียดมากที่สุดในช่วงที่พ่อแม่มีความขัดแย้งกัน นั่นคือช่วงก่อนการหย่าร้างนั่นเอง (Luepnitz-Deborah-A. 1979 : 79 - 85) นอกจากนี้ จากการศึกษาของ ศุภลักษณ์ พฤทธิพงศ์สิทธิ์ (2534 : 2) ซึ่งได้ทำการศึกษา สุขภาพจิตและพฤติกรรมทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง พบว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีสุขภาพจิตผิดปกติร้อยละ 36.7 และเมื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมทางการเรียนระหว่างนักเรียน

ที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกันกับนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาไม่ได้หย่าร้างกัน พบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกันมีความสนใจในการเรียนขณะที่ครูกำลังสอนน้อยกว่า มีการขาดเรียนมากกว่ามีมนุษยสัมพันธ์น้อยกว่า มีพฤติกรรมชอบแกล้งเพื่อนมากกว่า และมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในเรื่องการพกพาอาวุธ ลักขโมย เล่นการพนัน เสพของมึนเมา หรือสิ่งเสพติดอื่น ๆ ตลอดจนเรื่องชู้สาว ตั้งกลุ่มมั่วสุม หรือเที่ยวในสถานเริงรมย์ต่าง ๆ มากกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาไม่ได้หย่าร้างกัน โดยสรุปจะเห็นได้ว่า ความขัดแย้งในชีวิตสมรสเป็นสิ่งที่คุกคามต่อความสุขของสมาชิกในครอบครัว

พฤติกรรมเผชิญความเครียด เป็นกระบวนการทางสติปัญญาและทางจิตใจซึ่งบุคคลแสดงออกมาในรูปแบบของพฤติกรรมในรูปต่าง ๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อที่จะพยายามกำจัด ควบคุม หรือบรรเทาความเครียดที่มาคุกคาม เพื่อให้จิตใจกลับสู่ภาวะสมดุล วิธีการที่บุคคลเผชิญกับความเครียดนี้ส่งผลกระทบต่อความผาสุกทั้งทางกาย ทางใจ และทางสังคมของบุคคล (Folkman and Lazarus. 1980 : 219 - 239 ; citing Antonovsky. 1979 ; Coelho and others. 1974 ; Cohen and Lazarus. 1979 ; Janis and Mann. 1977 ; Moos. 1977) จากการศึกษาของ เพียร์ลิน และสคูเลอร์ พบว่าพฤติกรรมเผชิญความเครียดมีพลังในการบรรเทาความตึงเครียดในชีวิตสมรสและในการเลี้ยงดูเด็กมากกว่าการบรรเทาปัญหาในบทบาทอื่น ๆ (Bowman. 1990 : 463 ; citing Pearlin and Schooler. 1978) นอกจากนี้ ยังมีหลักฐานที่แสดงว่าเมื่อคู่สมรสมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบที่เหมาะสม จะทำให้ความเครียด และความขัดแย้งในชีวิตสมรสบรรเทาลง และทำให้คู่สมรสมีความสุขในชีวิตสมรสมากขึ้น (Bahr. 1989 : 129 ; citing Galvin and Brommel. 1986 ; Mandershield and others. 1982 ; Menaghan. 1982 : 220 - 234 ; Bowman. 1990 : 463 - 474)

อย่างไรก็ดี ผู้วิจัยพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด และความสุขในชีวิตสมรสในประเทศไทยยังมีอยู่น้อย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่าในสภาพสังคมไทย รูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรสรูปแบบใดมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรส ตลอดจนศึกษาถึงปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ ปัจจัยด้านชีวสังคม ด้านบุคลิกภาพ

และปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ว่ามีความสัมพันธ์กับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดอย่างไร โดยเลือกศึกษาในกลุ่มตัวอย่างสตรีที่ทำการสมรสแล้วในเขตกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมความเข้าใจและเป็นแนวทางในการศึกษาปัญหาชีวิตสมรสในสังคมไทยต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว

2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคมของสตรีที่สมรสแล้ว

3. เพื่อค้นหาตัวแปรที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรส จากพฤติกรรมเผชิญความเครียด ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม อายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาการสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการวิจัยครั้งนี้ คาดว่าจะได้รับข้อค้นพบที่น่าเชื่อถือ ซึ่งสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งทางด้านวิชาการและด้านปฏิบัติดังต่อไปนี้

1. ทำให้ทราบว่ารูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดรูปแบบใดมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรสของสตรีอย่างไร ซึ่งจะเป็นประโยชน์และเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่สมรสแล้วและผู้ที่จะทำการสมรสในการนำไปปฏิบัติ เพื่อก่อให้เกิดความผาสุกในชีวิตสมรสต่อไป

2. ทำให้ทราบว่าพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว มีความแตกต่างกันหรือไม่ เพียงใด เมื่อพิจารณาความแตกต่างกันทางด้านอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคมของคู่สมรส ซึ่งจะเป็นประโยชน์และส่งเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาในชีวิตสมรสแก่บุคคลหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสถาบันครอบครัวต่อไป

3. ทำให้ทราบว่าตัวแปรต่าง ๆ ได้แก่ พฤติกรรมเผชิญความเครียด ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม อายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาการสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว ตัวแปรใดที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้ และอยู่ในลำดับแตกต่างกันอย่างไร ซึ่งจะช่วยให้สามารถวางแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม ในการให้การศึกษาและคำแนะนำในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยและการพัฒนาสถาบันครอบครัวต่อไป

<u>ขอบข่ายของการศึกษาค้นคว้า</u>

การศึกษาครั้งนี้มุ่งศึกษาในขอบข่ายดังต่อไปนี้

1. ประชากร ได้แก่ สตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นพยาบาลประจำการ ทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535 จำนวน ประมาณ 400 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ สตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นพยาบาลประจำการ ทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535 จำนวน 200 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ความสุขในชีวิตสมรส

3.2 พฤติกรรมเผชิญความเครียด แบ่งเป็น 5 รูปแบบคือ

3.2.1 การแสดงความขัดแย้ง

3.2.2 การตำหนิตนเอง

3.2.3 การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

3.2.4 การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง

3.2.5 การหลีกเลี่ยง

3.3 ปัจจัยด้านชีวสังคม ได้แก่

3.3.1 อายุ

3.3.2 ระดับการศึกษา

3.3.3 ระยะเวลาการสมรส

3.4 ปัจจัยด้านบุคลิกภาพ
ความเชื่ออำนาจภายในตน

3.5 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม
การสนับสนุนทางสังคม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเครียด (Stress) หมายถึง ภาวะอันเกิดจากสิ่งใดก็ตามที่มาคุกคามหรือมากระตุ้นทำให้ร่างกายและจิตใจขาดสมดุล และก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางร่างกายและจิตใจ

2. ความขัดแย้งในชีวิตสมรส หมายถึง ความไม่ลงรอยกันหรือความคิดเห็นที่แตกต่างกันของคู่สมรส สืบเนื่องมาจากผลของความไม่ลงรอยกันด้านความต้องการจุดประสงค์และความคาดหวัง ของคู่สมรส

3. อายของสตรีที่สมรสแล้ว หมายถึง ระดับของอายของสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ระดับคือ

3.1 อายุ 20 - 29 ปี

3.2 อายุ 30 - 39 ปี

3.3 อายุ 40 - 49 ปี

3.4 อายุ 50 - 59 ปี

4. ระดับการศึกษา หมายถึง ระดับการศึกษาสูงสุดของสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง ในการศึกษาครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

4.1 ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี

4.2 ระดับปริญญาตรี

4.3 สูงกว่าระดับปริญญาตรี

5. ระยะเวลาการสมรส หมายถึง จำนวนปีที่สตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ทำการสมรส แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

5.1 ต่ำกว่า 10 ปี

5.2 10 ปี - 19 ปี

5.3 20 ปี - 29 ปี

5.4 30 ปี - 39 ปี

6. สตรีที่สมรสแล้ว หมายถึง พยาบาลประจำการสตรีซึ่งทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยายาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535

นิยามปฏิบัติการ

1. พฤติกรรมเผชิญความเครียด หมายถึง พฤติกรรมรูปแบบต่าง ๆ อันเกิดจากกระบวนการทางความคิดและจิตใจของสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งแสดงออกมาเพื่อที่จะควบคุม ลดหรือบรรเทาความเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งในชีวิตสมรสของตน เพื่อดำรงไว้ซึ่งภาวะสมดุลทางจิตใจ แบ่งออกเป็น 5 รูปแบบ คือ

1.1 การแสดงความขัดแย้ง (Conflict) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกัน

1.2 การตำหนิตนเอง (Introspective Self-Blame) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะของการตำหนิตนเอง มีความวิตกกังวล รู้สึกกังวล รู้สึกไม่สบายใจ ยุ่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สุขภาพร่างกายอ่อนแอ

1.3 การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (Positive Approach) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกันหวนรำลึกถึงความทรงจำที่ดีที่มีต่อกันร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน

1.4 การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (Self-Interest) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น

1.5 การหลีกเลี่ยง (Avoidance) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะพยายามที่จะปฏิเสธ ระงับหรืออดกลั้นความรู้สึกเอาไว้

พฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ สามารถวัดได้โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียดของคู่สมรสของไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474)

2. ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความเชื่อของบุคคลว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่าง ๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากทักษะหรือความสามารถของตนมิใช่จากโชคชะตา ความบังเอิญ หรือบุคคลที่มีอำนาจอยู่เหนือตน

ความเชื่ออำนาจภายในตน สามารถวัดได้โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนของ จันทร์เพ็ญ เจริญพลารักษ์ (2516) ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่า จะเป็นผู้ที่เชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำกว่า

ในกรณีที่มีการศึกษาเปรียบเทียบ ผู้วิจัยจะแบ่งความเชื่ออำนาจภายในตนออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่า + 1 S.D

ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในช่วง - 1 S.D ถึง + 1 S.D

ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนต่ำกว่า -1 S.D

3. การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Need) ของตนจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น จากสมาชิกภายในครอบครัว เพื่อน ผู้ร่วมงาน ญาติ และเพื่อนบ้าน เป็นต้น

การสนับสนุนทางสังคมแบ่งออกเป็น 3 ชนิดคือ

3.1 การสนับสนุนด้านเครื่องมือ (Instrumental aid) หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้วได้รับความช่วยเหลือด้านแรงงาน วัสดุอุปกรณ์ สิ่งของ เงินทอง ที่จะทำให้บุคคลที่ได้รับนั้นสามารถดำรงบทบาทหรือหน้าที่รับผิดชอบได้ตามปกติ

3.2 การได้รับการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational aid) หมายถึงการที่สตรีสมรสแล้วได้รับข้อมูล ข่าวสาร รวมทั้งการได้รับคำแนะนำและการป้อนกลับ

3.3 การได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์และสังคม (Socioemotional aid) หมายถึงการที่สตรีสมรสแล้วได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ได้รับการยอมรับ เห็นคุณค่า และรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

การสนับสนุนทางสังคม สามารถวัดได้โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของ เจียงคำ อินทรชัย (2533)

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าจะเป็นผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมต่ำกว่า

ในกรณีที่มีการศึกษาเปรียบเทียบผู้วิจัยจะแบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

การสนับสนุนทางสังคมระดับสูง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่า + 1 S.D

การสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมอยู่ในช่วง - 1 S.D ถึง +1 S.D

การสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมต่ำกว่า - 1 S.D

4. ความสุขในชีวิตสมรส หมายถึง ความพึงพอใจหรือเป็นสุขของสตรีที่สมรสแล้วที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตัวเองในแง่ต่าง ๆ คือด้านเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิทยา

4.1 ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ การเงินและการใช้จ่ายภายในครอบครัว ฯลฯ

4.2 ด้านสังคม เมื่อคู่สมรสใช้ชีวิตอยู่เป็นครอบครัว เขาปฏิบัติกันอย่างไร เช่น ให้เกียรติและยกย่องซึ่งกันและกัน ให้โอกาสแก่กันในการแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ฯลฯ

4.3 ด้านจิตวิทยา ซึ่งเกี่ยวกับความรู้สึกในส่วนลึกของจิตใจของคู่สมรส เมื่อเปลี่ยนสถานภาพจากโสด มาเป็นสถานภาพการสมรส เขารู้สึกว่าชีวิตสมรสของเขาเป็นอย่างไร รวมทั้งความรู้สึกที่มีต่อความสัมพันธ์ทางเพศ

ความสุขในชีวิตสมรส สามารถวัดได้โดยแบบวัดความสุขในชีวิตสมรสของคู่สมรส ที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของ จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล (2526)

ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความสุขในชีวิตสมรสสูงกว่าจะเป็นผู้ที่มีความสุขในชีวิตสมรสสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัดความสุขในชีวิตสมรสต่ำกว่า

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียด ปัจจัยบางประการทางชีวสังคม สิ่งแวดล้อม และบุคลิกภาพของสตรีที่สมรสแล้ว ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อประกอบการศึกษาเรียงลำดับในการเสนอ ดังหัวข้อต่อไปนี้

1. ความสุขในชีวิตสมรส

   ความหมายของความสุขในชีวิตสมรส

2. ความขัดแย้งในชีวิตสมรส

   2.1 รูปแบบของการขัดแย้งในชีวิตสมรส

   2.2 สาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตสมรส

   2.3 ผลกระทบของความขัดแย้งในชีวิตสมรส

3. ความเครียด

   3.1 ความหมายของความเครียด

   3.2 พฤติกรรมเผชิญความเครียด

   3.3 กระบวนการเผชิญความเครียด

   3.4 รูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด

   3.5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด และงานวิจัยต่าง ๆ

4. งานวิจัยเกี่ยวกับความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด

5. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตสมรส

ความสุขในชีวิตสมรส

ความหมายของความสุขในชีวิตสมรส (Marital Happiness)

เบอร์ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 6 ; อ้างอิงมาจาก Burr. 1976) กล่าวว่า นักทฤษฎีมักใช้ความสุขในชีวิตสมรสในความหมายใกล้เคียงคำว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยเฉพาะ Landis (1963)

ฮอว์คินส์ (บุญประคอง ภาณุรัตน์. 2531 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Hawkins. 1968) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสหมายถึง ความรู้สึกเชิงอัตวิสัย (Subjective Feeling) ในลักษณะของความพึงพอใจ และความเพลิดเพลิน ซึ่งคู่สมรสได้รับโดยพิจารณาจากชีวิตสมรสในแง่ต่าง ๆ ในหลาย ๆ ด้าน โดยเน้นที่การรับรู้เกี่ยวกับชีวิตสมรสของบุคคลฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง

เบอร์ (บุญประคอง ภาณุรัตน์. 2531 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Burr. 1973) กล่าวว่า ความพึงพอใจหมายถึง ระดับซึ่งความปรารถนาของบุคคลได้รับการตอบสนอง โดยอาจเป็นความพึงพอใจในความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต เป็นต้น ความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นเป้าหมายที่สำคัญในชีวิตสมรส

จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล (2526 : 24) ให้ความหมาย ความพึงพอใจในชีวิตสมรสว่า หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจของสามีหรือภรรยา ที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตัวเองในแง่ต่าง ๆ คือ ด้านเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิทยา

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้ความหมายของความสุขในชีวิตสมรสว่าหมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจ หรือเป็นสุข ของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตัวเองในแง่ต่าง ๆ คือด้านเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิทยา และผู้วิจัยใช้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสในความหมายเดียวกับความสุขในชีวิตสมรสด้วย

<u>ความขัดแย้งในชีวิตสมรส</u> (Marital Conflict)

ความขัดแย้งในชีวิตสมรส คือความไม่ลงรอยกันหรือความคิดเห็นที่แตกต่างกันของคู่สมรส สืบเนื่องมาจากผลของความไม่ลงรอยกันด้านความต้องการ จุดประสงค์ และความคาดหวังของคู่สมรส ความขัดแย้งในชีวิตสมรสแสดงถึงความต้องการการปรับตัว ซึ่งคู่สมรสต้องการแก้ไขเพื่อที่จะคงไว้ซึ่งความสุขในชีวิตสมรสและเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความรู้สึกขัดแย้งมักเป็นสาเหตุหนึ่งของการก่อให้เกิดความเครียด (Morris. 1990 : 495)

<u>รูปแบบของความขัดแย้งในชีวิตสมรส</u>

มีผู้กล่าวถึงรูปแบบของความขัดแย้งในชีวิตสมรสไว้หลายท่าน ดังนี้

โคลแมน (Coleman. 1988 : 338 - 340) กล่าวถึงรูปแบบของความขัดแย้งในชีวิตสมรสไว้ดังนี้

1. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่สามารถอธิบายได้ด้วยเหตุผล (Rational Conflict)

เป็นความขัดแย้งที่มีรากฐานอยู่บนความแตกต่างของความคิดเห็นในหัวข้อต่าง ๆ ที่เห็นได้ชัด ยกตัวอย่างเช่น คู่สมรสมีความคิดเห็นไม่สอดคล้องกันในเรื่องค่าใช้จ่าย โดยสามีต้องการจะนำเงินไปซื้อรถยนต์ ในขณะที่ภรรยาคิดว่าควรจะเก็บสะสมเงินนี้ไว้เพื่อนำไปจ่ายค่าเช่าคอนโดมิเนียมมากกว่า ซึ่งความขัดแย้งในลักษณะนี้สามารถคลี่คลายด้วยวิธีการเชิงเหตุผล การเจรจา ประนีประนอม

2. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยเหตุผล (Irrational Conflict)

เป็นความขัดแย้งที่มีรากฐานมาจากคุณลักษณะส่วนบุคคลที่ผิดปกติ ของคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่าย ยกตัวอย่างเช่น สามีหรือภรรยาอาจจะเป็นคนที่มีความรู้สึกไวมากเกินไป อารมณ์ร้อน ชอบโต้เถียง หรือมีแนวโน้มที่จะตำหนิคู่สมรสของตนเมื่อมีบางสิ่งบางอย่างผิดปกติ

3. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีลักษณะเปิดเผย (Overt Conflict)

เป็นความขัดแย้งซึ่งมักจะเกิดขึ้นโดยคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งต้องการแก้ไขในบางเรื่อง การแสดงความขัดแย้งแบบเปิดเผยซึ่งทำให้คู่สมรสสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้ ไม่ใช่สิ่งที่บอกได้อย่างแน่ชัดว่า ปัญหานั้นจะแก้ไขได้เสมอไป

4. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีลักษณะไม่เปิดเผย (Covert Conflict)

เป็นความขัดแย้งที่มีลักษณะปกปิดหรือซ่อนเร้น ซึ่งมักจะปรากฏออกมาในอาการต่าง ๆ เช่น ลดการให้ความร่วมมือ ไม่มีการสื่อสารกัน มีปฏิกิริยาด้านจิตใจ ซึ่งแสดงออกมาทางกาย เช่น ปวดศีรษะ เก็บกด มีการเกร็งของกล้ามเนื้ออย่างเรื้อรัง

5. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีลักษณะเฉียบพลัน (Acute Conflict)

เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาสั้น ๆ ที่มีแนวโน้มที่จะเกิดในระยะแรกของการสมรส ซึ่งคู่สมรสพยายามที่จะแก้ไขความแตกต่างที่เกิดขึ้น

6. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีลักษณะเรื้อรัง (Chronic Conflict)

เป็นความขัดแย้งที่ไม่เคยได้รับการแก้ไขที่พึงพอใจและยังคงเป็นความขัดแย้งในชีวิตสมรส ยกตัวอย่างเช่น แม้ว่าคู่สมรสจะหมดงบประมาณค่าใช้จ่าย แต่คู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง อาจจะยังคงใช้จ่ายเงินฟุ่มเฟือยอยู่เสมอ ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีลักษณะเรื้อรังนี้อาจจะเป็นเรื่องความแตกต่างของความคาดหวังของบทบาททางเพศ ซึ่งคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่ายไม่สามารถปรับตัวได้

7. ความขัดแย้งในชีวิตสมรสที่มีคุณลักษณะส่วนบุคคลหรือระหว่างบุคคล

โดยปกติเรามักจะคิดว่าความขัดแย้งในชีวิตสมรสเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างคู่สมรส อย่างไรก็ตามความขัดแย้งสามารถเกิดขึ้นได้ในระดับส่วนบุคคล ยกตัวอย่างเช่น สามีและภรรยาโต้เถียงกันในเรื่องการมีลูก สามีอาจจะไม่อยากมีลูกอย่างมาก ส่วนภรรยาทั้ง ๆ ที่อยากมีลูกแต่ก็อาจจะพยายามคล้อยตามความคิดของสามี ดังนั้นความขัดแย้งก็ยังคงอยู่ในความรู้สึกของภรรยาต่อไป

นอคส์ (Knox. 1985 : 311 - 312) ได้กล่าวถึงรูปแบบต่าง ๆ ของความขัดแย้งในชีวิตสมรสไว้ดังนี้

1. ประพฤติตรงข้ามกัน

สามีและภรรยามักกระทำไปในทางตรงกันข้าม เช่น ไอ้อวด กับถ่อมตัว พูดมากกับไม่พูด กระตือรือร้นกับเฉื่อยชา เป็นต้น

2. ประพฤติเช่นเดียวกัน

ทั้งคู่ประพฤติในแบบอย่างเดียวกัน เช่น ถ้าภรรยาตะคอก สามีก็ตะคอกกลับ เป็นต้น

3. ประพฤติเป็นเส้นคู่ขนาน

สามีและภรรยาจะปฏิเสธ เพิกเฉย ไม่สนใจปัญหา

<u>สาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตสมรส</u>

เมื่อบุคคลสองคนตกลงที่จะแต่งงานกัน ปัจจัยหลายอย่างก็จะตามมามีอิทธิพลต่อผลของความสัมพันธ์ของเขาทั้งสองคน พวกเขาจะทำอะไรในชีวิตสมรสนั้นขึ้นอยู่กับรูปแบบการใช้ชีวิตประจำวัน ขึ้นอยู่กับการปรับตัวต่อความต้องการ นิสัย และบุคลิกภาพของแต่ละฝ่ายอย่างมาก และยังขึ้นอยู่กับความสามารถของคู่สมรสที่จะจัดการกับความขัดแย้งทั้งที่เป็นความขัดแย้งมากและเป็นความขัดแย้งน้อย ซึ่งเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในการดำเนินสัมพันธภาพในชีวิตสมรส สาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตสมรสได้มีผู้กล่าวถึงว่าเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ กันดังนี้

โคลแมน (Coleman. 1988 : 343 - 353) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตสมรสว่า เกิดจากสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

1. ความต้องการและความคาดหวัง

2. เงิน

เงินเป็นสาเหตหนึ่งของความขัดแย้งในชีวิตสมรส ความขัดแย้งเริ่มตั้งแต่ใครจะเป็นผู้หาเงิน ใครใช้จ่ายเงินเท่าไรในเรื่องอะไร และใครจะเป็นผู้จัดการเรื่องเงิน ฯลฯ

3. บทบาทและความรับผิดชอบ

นอคส์ (Knox. 1985 : 308 - 312) กล่าวถึงที่มาของความขัดแย้งในชีวิตสมรสว่าเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

1. พฤติกรรมของคู่สมรส

พฤติกรรมของคู่สมรสสามารถก่อให้เกิดความรู้สึกในทางลบและก่อให้เกิดความขัดแย้งได้

2. การรับรู้ต่อพฤติกรรมของคู่สมรสของตน

การแปลความหมายหรือการรับรู้ต่อพฤติกรรมที่คู่สมรสของตนแสดงออกมา อาจก่อให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสได้ ยกตัวอย่างเช่น ภรรยาคนหนึ่งพยายามรีดเสื้อให้สามีใส่ไปทำงาน ทั้ง ๆ ที่ตนเองไม่มีความถนัดทางด้านนี้ ส่วนสามีซึ่งมีความเข้าใจและเห็นใจว่าภรรยาของตนไม่มีความถนัดในด้านการรีดเสื้อ จึงบอกภรรยาว่าไม่ต้องรีดเสื้อให้ตน ฝ่ายภรรยากลับนึกน้อยใจและกลับคิดไปว่าที่สามีไม่ให้ตนรีดผ้า เนื่องจากตนเองรีดเสื้อไม่เรียบพอ

3. ค่านิยมที่แตกต่างกัน

เนื่องจากสามีและภรรยาต่างก็มีสังคมที่แตกต่างกันเป็นเวลาหลายปีก่อนที่จะแต่งงานกัน ดังนั้นค่านิยมบางอย่างย่อมแตกต่างกัน ยกตัวอย่างเช่น เรื่องเงิน (สามีอาจรู้สึกว่าการเป็นหนี้สินเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ แต่ภรรยาอาจจะมีความคิดว่าควรจะซื้อก่อนผ่อนทีหลัง) กฎเกณฑ์ของสังคม (สามีรู้สึกว่าต้องรับผิดชอบต่อพ่อแม่ที่แก่เฒ่า แต่ภรรยาอาจจะไม่เห็นด้วย) เป็นต้น

4. ความไม่สอดคล้องในกฎเกณฑ์หรือการปฏิบัติตัวต่าง ๆ

สัมพันธภาพมักก่อให้เกิดเป็นกฎระเบียบซึ่งช่วยให้สัมพันธภาพนั้นดำเนินไปได้อย่างราบรื่น ซึ่งกฎระเบียบเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร แต่เป็นที่เข้าใจของทั้งสองฝ่าย เช่น ภายหลังเลิกงาน สามีควรจะกลับถึงบ้านเวลาเท่าใด เมื่อกลับถึงบ้านค่ำ ควรจะโทรบอกที่บ้านหรือไม่ เป็นต้น ความขัดแย้งมักจะเกิดเมื่อคู่สมรสไม่ได้ทำตามกฎระเบียบหรือเริ่มเกิดกฎระเบียบที่ไม่คงที่

5. ความคลุมเครือของการเป็นผู้นำ

ถ้าคู่สมรสไม่ได้ทำความเข้าใจกันว่าใครจะเป็นผู้ตัดสินใจในเรื่องอะไร แต่ละฝ่ายอาจจะพยายามเอาชนะกันในเรื่องที่ตนไม่เห็นด้วย ก่อให้เกิดความขัดแย้งขึ้นได้

แช็กตั้น (อังกาบ กอศรีพร. 2526 : 25 - 26 ; อ้างอิงมาจาก Zagton. 1977 : 305 - 317) กล่าวว่า ความขัดแย้งระหว่างสามีภรรยาเกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

1. การที่ฝ่ายหนึ่งมีปฏิกิริยาเชิงลบต่อพฤติกรรมของฝ่ายตรงข้าม และฝ่ายตรงข้ามไม่ต้องการปรับพฤติกรรมใหม่ เพื่อให้อีกฝ่ายมีปฏิกิริยาสนองตอบที่ดีกับตน เช่น ภรรยาบอกว่าสามีกินเหล้ามากเกินไป หรือสามีบอกว่าภรรยาใช้เงินเติบเกินไป โดยที่ฝ่ายที่ถูกตำหนิไม่พิจารณาตัวเอง แต่ไทษฝ่ายตรงข้ามว่าจุกจิก หรือขี้เหนียวเกินไป

2. การมีกรอบอ้างอิง (Frame of Reference) ต่างกัน กรอบอ้างอิงนี้หมายถึง ค่านิยมความคาดหมาย ความคิดความเชื่อต่าง ๆ ที่บุคคลแต่ละคนมีและได้รับมาจากประสบการณ์ในครอบครัวเดิมและกลุ่มสังคมอื่น ๆ ความแตกต่างนี้เช่น การที่ภรรยาเห็นว่า ถ้าตนทำงานนอกบ้านแล้ว สามีน่าจะช่วยกันทำงานบ้านบ้าง แต่สามีไม่เห็นด้วย เพราะถูกเลี้ยงมาว่าผู้ชายไม่มีหน้าที่เกี่ยวกับงานบ้าน

3. การทำลายภาพพจน์ที่ดี ที่สามีหรือภรรยามีต่อตัวเขาเองด้วยการเรียกถ้อยคำต่าง ๆ หรือการใช้ถ้อยคำเป็นนัย อันอาจเป็นการจี้จุดอ่อนของอีกฝ่ายหนึ่งหรือทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเกิดจุดอ่อนขึ้น

4. การมีความหวังให้สามีหรือภรรยาของตนชอบแบบเดียวกับตนหรือมีพฤติกรรมแบบเดียวกับตนทุกอย่าง ซึ่งเป็นความคาดหวังที่ผิดความจริง เพราะคนทุกคนมีความชอบที่ต่างกันไปบ้าง เนื่องจากมีภูมิหลังทางสังคมที่แม้จะคล้ายกันก็ไม่อาจเหมือนกันเสียทุกอย่าง

5. การที่สามีหรือภรรยาเกิดความหงุดหงิดเนื่องจากถูกปฏิเสธ เช่น ฝ่ายหนึ่งจะไปงานเลี้ยงแต่ไม่อยากให้อีกฝ่ายหนึ่งไปด้วย ทั้งที่ฝ่ายนั้นต้องการไปด้วย หรือการที่ฝ่ายหนึ่งต้องการมีความสัมพันธ์ทางเพศขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งไม่ต้องการ เมื่อเกิดเหตุการณ์ดังนี้ ฝ่ายที่ถูกปฏิเสธอาจมีปฏิกิริยาอย่างใดอย่างหนึ่งคือ 1. มีปฏิกิริยาต่อสิ่งอื่นหรือคนที่เกี่ยวข้อง เช่น ขว้างปาข้าวของเพื่อแสดงความไม่พอใจ หรือต่อว่าภรรยา หรือ 2. มีปฏิกิริยาต่อตนเอง เช่น นึกสงสัยว่าตนเองมีความบกพร่องอะไรหรือมีความผิดอะไรจึงได้รับการปฏิเสธ หรือ 3. การหาทางออกอื่นทดแทน เช่น ไปหาเพื่อน อยู่บ้านดูโทรทัศน์ หรือไปหาโสเภณี เป็นต้น

6. การมีพฤติกรรมชนิดปรับตัวเพื่อลดความตึงเครียด โดยไม่ได้แก้ปัญหา การมีความต้องการที่ต่างกัน เช่น ภรรยาต้องการให้สามีสนใจบ้านและลูกเมียบ้างแต่สามีทำแต่งาน และภรรยาปรับตัวโดยพยายามทำเป็นไม่ยินดียินร้าย หรือละเลยงานบ้านเรือน หรือเล่นไพ่แก้กลุ้มหรือมีชู้ เป็นต้น

ผลกระทบของความขัดแย้งในชีวิตสมรสต่อชีวิตสมรส

ผลกระทบของความขัดแย้งในชีวิตสมรสต่อชีวิตสมรส ขึ้นอยู่กับรูปแบบของความโต้แย้ง ความรุนแรงของความขัดแย้ง และประสิทธิผลของการแก้ไขความขัดแย้งหรือปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งอาจแบ่งได้เป็นสองรูปแบบ คือ

1. ผลกระทบต่อชีวิตสมรสในเชิงบวก เช่น ความขัดแย้งในชีวิตสมรส สามารถช่วยให้คู่สมรสพัฒนาทักษะในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ช่วยให้คู่สมรสเข้าใจตัวเองเข้าใจซึ่งกันและกัน และช่วยให้หลีกเลี่ยงความขัดแย้งในอนาคตได้ เป็นต้น

2. ผลกระทบต่อชีวิตสมรสในเชิงลบ (Possilbe Negative Effects) เช่น จากการศึกษาของ เทอร์แมน (Terman. 1938) พบว่าปัจจัยหนึ่งที่เด่นชัดซึ่งคู่สมรสที่มีความสุขแตกต่างจากคู่สมรสที่ไม่มีความสุข คือจำนวนความขัดแย้งในชีวิตสมรส ยกตัวอย่าง เช่น คำบ่นที่พบได้จากคู่สมรสที่ไม่มีความสุขคือ สามีหรือภรรยาของตนอารมณ์ร้อน มีความรู้สึกที่ไวมากเกินไป ชอบโต้แย้ง ดุด่า และจากการศึกษาของเบอร์เชอร์ ไวส์และ วินเซนต์ (Bircher, Weiss and Vincent. 1975) พบว่า คู่สมรสที่มีความทุกข์ในชีวิตสมรสรายงานว่าในระยะเวลา 5 วัน มีความขัดแย้ง 3.4 เรื่อง ในขณะที่คู่สมรสที่มีความสุขมีความขัดแย้งกันเพียง 1 เรื่องในระยะเวลา 5 วัน

อย่างไรก็ตาม จากงานวิจัยของ เบรเกอร์ และเคลลี่ (Coleman. 1988 ; citing Braiker and Kelley. 1979) สรุปได้ว่า ความขัดแย้งมีแนวโน้มที่จะส่งผลกระทบในเชิงลบต่อการพัฒนาสัมพันธภาพ ยกเว้นภายใต้เงื่อนไขต่าง ๆ ดังนี้คือ 1. ความถี่และความรุนแรงของความขัดแย้งต่ำ 2. คู่สมรสมีรากฐานของปฏิสัมพันธ์ในเชิงบวกต่อกัน 3. คู่สมรสมีความสามารถในการจัดการกับความขัดแย้งได้เป็นอย่างดี

<u>ความเครียด</u> (Stress)

<u>ความหมายของความเครียด</u>

มีผู้กล่าวถึงความหมายของความเครียดไว้มากมายหลายท่านดังนี้

ลัคแมน และซอเรนเซน (วราภรณ์ นาครัตน์ 2533 : 22 ; อ้างอิงมาจาก Luckman and Sorensen. n.d.) สรุปความหมายของความเครียดไว้ดังนี้

1. สิ่งใดก็ตามที่คุกคามหรือพยายามที่จะทำลายบุคคล
2. สิ่งที่ทำให้บุคคลประสบกับความไม่พึงพอใจ ในสิ่งที่เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน
3. สิ่งที่ขัดขวางต่อพัฒนาการ ทางด้านร่างกายและจิตใจของมนุษย์
4. สิ่งที่มาคุกคาม ซึ่งเป็นผลให้สภาวะของร่างกายขาดสมดุล

ไฟคแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1985 : 152) กล่าวว่า ความเครียดเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อมซึ่งบุคคลประเมินว่ามีผลต่อความผาสุกของตนและเป็นสภาวะแวดล้อมที่บุคคลรู้สึกว่าตนถูกล่วงละเมิดหรือถูกเอารัดเอาเปรียบ

แคปแลน (วราภรณ์ นาครัตน์. 2533 : 22 ; อ้างอิงมาจาก Kaplan. n.d.) ให้ความหมายความเครียดว่าคือความไม่สมดุลหรือความไม่พอดีระหว่างความหวังและความสามารถของบุคคลในการมีปฏิกิริยาตอบสนอง

มอริส (Morris. 1990 : 491) กล่าวว่า ความเครียด หมายถึง ความต้องการการปรับตัวใด ๆ ก็ตาม ซึ่งทำให้เกิดความตึงเครียดหรือการคุกคาม และต้องการการเปลี่ยนแปลงหรือการปรับตัว

สรุปความเครียด หมายถึง ภาวะอันเกิดจากสิ่งใดก็ตามที่มาคุกคามหรือมากระตุ้นทำให้ร่างกายและจิตใจ ขาดสมดุล และก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

<u>พฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

เมื่อคู่สมรสมีความขัดแย้งในชีวิตสมรส จะก่อให้เกิดความเครียดขึ้นในชีวิตสมรส และย่อมกระทบกระเทือนต่อภาวะดุลยภาพของคู่สมรสเอง และต่อการดำเนินสัมพันธภาพของ

คู่สมรสด้วยทำให้คู่สมรสมีการปรับตัวและแก้ไขปัญหาเพื่อให้เกิดภาวะดุลยภาพตามเดิม มีผลให้เกิด การเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ต่าง ๆ พฤติกรรมที่คู่สมรสแสดงออกเมื่อเผชิญกับสิ่งที่มาคุกคามหรือปัญหาที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียด ซึ่งมีผู้ให้ความหมายของพฤติกรรมเผชิญความเครียดไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้

การ์แลนด์ และบุช (Garland and Bush. 1982 : 6) กล่าวว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียดเป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามระงับ แบ่งเบา หรือขจัดความเครียดหรือสิ่งที่มาคุกคาม กระบวนการนี้อาจประกอบด้วยพฤติกรรมที่ไม่เปิดเผยหรือเปิดเผย (Covert and Overt Behavior) ก็ได้

โฟคแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1985 : 152) กล่าวว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียด เป็นความพยายามในการใช้กระบวนการทางความคิดและทางด้านพฤติกรรมเพื่อจัดการ (ควบคุม ลด หรือบรรเทา) เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม

โชคอฟ และคนอื่น ๆ (สุวนีย์ เกี่ยวกิ่งแก้ว. 2527 : 99; อ้างอิงมาจาก Chodoff and others. n.d.) ให้ความหมายของพฤติกรรมเผชิญความครียดว่าเป็นพฤติกรรมของจิตใจในกระบวนการปรับสมดุลย์ทางอารมณ์ หรือกลวิธีทางด้านจิตใจ เพื่อแก้ไขสภาวะที่คุกคามต่อเสถียรภาพทางด้านจิตใจ เพื่อลดความกดดันทางจิตใจ และอารมณ์

เรย์ และคนอื่น ๆ (ปัทมา คุปจิต. 2533 : 13 ; อ้างอิงมาจาก Ray. 1982) กล่าวว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียดเป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียด ซึ่งมีความเป็นอิสระในแต่ละบุคคล

โบว์แมน (Bowman. 1990 : 464) กล่าวว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียดเป็นปฏิกิริยาเฉพาะที่เกิดขึ้นในสถานการณ์หนึ่ง เพื่อที่จะลดปัญหาหรือความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์นั้น

โฟคแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980 : 223) ให้ความหมายของการเผชิญความเครียดว่าเป็นความพยายามของบุคคลทั้งด้านความคิด และการกระทำเพื่อจัดการ บรรเทาหรือลดความต้องการหรือความขัดแย้ง ทั้งภายในและภายนอกบุคคล

185783

ฮอลาเดย์ (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 19 ; อ้างอิงมาจาก Holaday. 1984 : 363) กล่าวถึง กลวิธีการเผชิญความเครียด ว่าเป็นพฤติกรรมที่เปิดเผยและไม่เปิดเผย ที่บุคคลใช้จัดการเมื่อเกิดสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด และพฤติกรรมนั้นอาจเกิดในระดับจิตสำนึก และจิตใต้สำนึก

สำหรับการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสรุปความหมายของพฤติกรรมเผชิญความเครียดว่าเป็นพฤติกรรมรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากกระบวนการทางความคิดและจิตใจของสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งแสดงออกมาเพื่อที่จะควบคุม ลดหรือบรรเทาความเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งในชีวิตสมรสของตน เพื่อดำรงไว้ซึ่งภาวะสมดุลทางจิตใจ

<u>กระบวนการเผชิญความเครียด</u> (Coping Process)

ตามแนวความคิดของ ลาซารัส การเผชิญความเครียดเป็นกระบวนการซึ่งเกี่ยวข้องกับกระบวนการรู้คิด (Cognitive Process) หรือการประเมินด้วยสติปัญญา (Cognitive Appraisal) เกิดขึ้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ซึ่งก็คือเหตุการณ์ที่มากระทบบุคคลนั้น ทำให้บุคคลประเมินเหตุการณ์ที่มากระทบดังนี้ (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 20 - 21 ; Folkman and Lazarus. 1985 : 150 - 170)

1. การประเมินขั้นปฐมภูมิ (Primary Appraisal) เป็นการประเมินตัดสินเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่มีความสำคัญต่อความปกติสุข ซึ่งเริ่มต้นเมื่อบุคคลรับสิ่งกระตุ้น และจะประเมินได้เป็น 3 ทางคือ

1.1 การไม่มีผลได้ผลเสีย (Irrelevant) คือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่ก่อให้เกิดผลดีหรือผลเสียเลยต่อบุคคลนั้น

1.2 เกิดผลดีหรือได้ประโยชน์ (Benign Positive) คือผลจากเหตุการณ์ส่งเสริมให้เกิดความสุข และความสนุก

1.3 เกิดความเครียด (Stress) คือผลจากเหตุการณ์ก่อให้เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ ซึ่งสามารถแบ่งการประเมินได้เป็น 3 แบบคือ

1.3.1 ภาวะอันตรายหรือการสูญเสีย (Harm/Loss) หมายถึงเหตุการณ์นั้น เกิดอันตรายหรือสูญเสียไปแล้ว เช่นการเจ็บป่วย การสูญเสียคนรัก การสูญเสียมิตรภาพ การสูญเสียความมั่นใจในตนเอง เป็นต้น

1.3.2 ภาวะคุกคาม (Threat) เป็นการคาดการณ์ว่า กำลังจะเกิดอันตราย หรือสูญเสียโดยไม่สามารถยับยั้งได้

1.3.3 ภาวะท้าทาย (Challenge) เหตุการณ์มีโอกาสจะส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จหรือควบคุมได้

เหตุการณ์ที่ได้รับการประเมินว่าก่อให้เกิดภาวะอันตรายหรือสูญเสีย (Harm/Loss) หรือก่อให้เกิดภาวะคุกคาม (Threat) มักจะก่อให้เกิดอารมณ์ในเชิงลบ เช่น โกรธ วิตกกังวล หวาดกลัว เป็นต้น ส่วนเหตุการณ์ที่ได้รับการประเมินว่า เป็นสิ่งท้าทาย มักจะก่อให้เกิดอารมณ์ ที่บ่งบอกถึงความพึงพอใจ เช่น ตื่นเต้น กระตือรือร้น เป็นต้น

2. การประเมินขั้นทุติภูมิ (Secondary Appraisal) เป็นการประเมินหรือตัดสินว่าควรเลือกใช้วิธีใดในการเผชิญปัญหาให้เกิดผลดีที่สุด โดยการหาแหล่งและแนวทางในการเผชิญความเครียดที่เกิดขึ้น และแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมต่าง ๆ การประเมินขั้นทุติยภูมิ มีจุดมุ่งหมายเพื่อเผชิญความเครียดให้ประสบความสำเร็จ และเปลี่ยนแปลงความเครียด (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Scott. 1980 : 20)

3. การประเมินซ้ำ

เมื่อการประเมินในขั้นที่หนึ่งและสองสมบูรณ์แล้ว ก็อาจมีการเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมหรือลักษณะเฉพาะบุคคลซึ่งจะเกิดการประเมินในระดับต่อไป (Reappraisal) ซึ่งถือเป็นการประเมินซ้ำ โดยใช้ข้อมูลเพิ่มเติม และติดตามประเมินผลของวิธีการเผชิญความเครียดที่ได้กระทำไปแล้ว

การประเมินโดยใช้สติปัญญานี้เป็นกระบวนการที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน ยกตัวอย่างเช่น ถ้าแหล่งการเผชิญความเครียดเพียงพอสำหรับจัดการกับสิ่งที่มาคุกคาม ระดับของการคุกคามก็จะสิ้นสุดลง ในทางตรงกันข้าม ถ้าเหตุการณ์หนึ่งได้รับการประเมินในขั้นต้นว่าดูเหมือนจะไม่ใช่สิ่งคุกคามสามารถแปรเปลี่ยนกลายเป็นสิ่งคุมคามได้ ถ้าแหล่งการเผชิญความเครียดไม่เพียงพอสำหรับจัดการกับความต้องการได้ (Folkman and Lazarus. 1985 : 152)

<u>รูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

สำหรับพฤติกรรมในการเผชิญความเครียดที่บุคคลแสดงออกมานั้น มีนักวิชาการหลายท่านได้แบ่งไว้หลายแบบ โดยอาศัยเกณฑ์การแบ่ง 2 อย่าง ดังนี้คือ

1. แบ่งตามวิธีการเผชิญความเครียด (Method of Coping)
2. แบ่งตามจุดมุ่งหมายของการเผชิญความเครียด (Focus of Coping)

1. <u>พฤติกรรมเผชิญความเครียด แบ่งตามวิธีการเผชิญความเครียด</u> ซึ่งมีหลายท่านที่แบ่งพฤติกรรมเผชิญความเครียดตามเกณฑ์นี้ได้แก่

เพียร์ลิน และสคูเลอร์ (ปัทมา คุปจิตร. 2533 : 17 ; citing Pealin and School. 1987 : 2) ได้แบ่งรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดไว้ 3 แบบ ได้แก่

1. ป้องกันเหตุการณ์ไม่ให้มีความรุนแรงยิ่งขึ้น

เพียร์ลินกล่าวว่า เป็นวิธีการที่ใช้กันทั่วไป โดยเฉพาะถ้าเหตุการณ์นั้นไม่มีความรุนแรงมากนักก็จะใช้ได้ผลดี ได้แก่ การหลีกเลี่ยง (Avoidance) การมองเห็นเป็นเรื่องเล็ก (Minimization) เป็นต้น

2. สร้างกันชนระหว่างตนเองและสิ่งแวดล้อมที่ก่อให้เกิดความตึงเครียด (The Buffer Strategy) ได้แก่ การปฏิเสธ (Denial) การเก็บกด (Repression) เป็นต้น

3. เรียนรู้ที่จะจัดการกับความเครียดนั้น (The Crisis Management Strategy) ได้แก่ การค้นหาข้อมูลและแหล่งความช่วยเหลือ (Information Seeking) การยอมรับเหตการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เป็นต้น

คูเบอร์ และฮาร์รอป (Orthner. 1981 : 217 - 221 ; citing Cuber and Harroff. 1966) ได้แบ่งกลวิธีการจัดการความขัดแย้งในชีวิตสมรสออกเป็น 4 วิธี ดังนี้

1. วิธีการป้องกัน (Prevention Strategies)

1.1 โดยการยับยั้งสัมพันธภาพที่กำลังดำเนินต่อไปของหนุ่มสาวผู้ซึ่งมีโอกาสเกิดความขัดแย้งกันได้ง่ายหากต้องแต่งงานกัน เช่น มีหน่วยให้คำปรึกษาก่อนแต่งงาน การว่ากล่าวตักเตือนจากผู้ปกครองและกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

1.2 คู่สมรสมีการจัดแบ่งอำนาจในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว เช่น สามีเป็นผู้มีอำนาจในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องการเรียนของบุตร เป็นต้น

2. วิธีการเจรจา (Negotiation Strategies)

การเจรจา (Negotiation) คือกระบวนการการระงับความแตกต่างโดยใช้การเจรจา ซึ่งการเจรจาที่ประสบความสำเร็จ ประกอบด้วยขั้นตอน ดังต่อไปนี้

2.1 ขั้นกำหนด (Identification Peroid) โดยการเปิดเผยความต้องการ และความสนใจที่แตกต่างกันออกมาด้วยความตั้งใจ

2.2 ขั้นไตร่ตรอง (A Deliberation Period) มีการเสนอแนวทางในการแก้ไขด้วยวิธีต่าง ๆ พร้อมทั้งพิจารณาวิธีการเหล่านั้น

2.3 ขั้นตัดสินใจ (A Decision - Making Period) ตัดสินใจเลือกวิธีการใดวิธีการหนึ่ง

2.4 ขั้นเจรจาร่วมกัน (Cooperative Negatiations) เป็นการหาแนวทางแก้ไขความขัดแย้งร่วมกัน ซึ่งผลที่ปรากฏ อาจเป็นไปในรูปของการประนีประนอมกัน (Compromise)

3. วิธีการใช้สื่อกลาง (Mediation Strategies)

บุคคลที่สามหรือหน่วยงานต่าง ๆ อาจช่วยแนะนำการตัดสินใจให้แก่คู่สมรสเมื่อค่สมรสไม่สามารถแก้ไขความขัดแย้งด้วยตนเอง

4. วิธีการแยกกันอยู่ (Seperation Strategies)

โดยแท้จริง แล้วการแยกกันอยู่ไม่ใช่การแก้ไขความขัดแย้งที่แท้จริงแต่วิธีการนี้อาจถูกนำไปใช้เสมือนเป็นหนทางในการแก้ไขความขัดแย้ง (Cubbin. 1979) ยกตัวอย่างเช่น การแยกกันอาจทำให้คู่สมรสต่างตระหนักถึงความต้องการของพวกเขาในการที่จะคงไว้ ซึ่งสัมพันธภาพและมีพลังทำให้พวกเขาค้นหาวิธีการที่จะลดความตึงเครียด

เมนากาน (Menaghan. 1982 : 220 - 234) ได้แบ่งรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดต่อปัญหาในชีวิตสมรสของคู่สมรส ออกเป็น 4 วิธีคือ

1. โดยใช้การเจรจาและวิเคราะห์ปัญหา (Negotiation)

2. โดยการคิดเปรียบเทียบกับสถานการณ์ที่ผ่านมาในอดีตของตนหรือคิดเปรียบเทียบกับกลุ่มเพื่อนของตนในแง่ที่ดี (Optismistic Comparison)

3. โดยการไม่สนใจต่อเรื่องที่ไม่พึงพอใจและมุ่งความสนใจไปที่ส่วนที่ดีของสถานการณ์ (Selective Ignoring)

4. โดยการระงับอารมณ์ ความรู้สึก ห่างเหินจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Resignation)

ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้เพื่อเผชิญกับปัญหาในชีวิตสมรส พบว่า ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมาการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้เพื่อเผชิญกับปัญหาชีวิตสมรสนั้นยังมีน้อยมาก และเครื่องมือเหล่านี้ยังไม่เป็นเครื่องมือเดี่ยวที่มีคุณสมบัติของการวัด (Psychometric Properties) ที่ดีพอ ประกอบกับจากการศึกษาของ เมนากาน และเวอทแมน (Bowman. 1990 : 463 ; citing Menaghan. 1983A and Wortman. 1983) ที่ได้ทำการศึกษาจากพยานหลักฐานต่าง ๆ (ยกตัวอย่างเช่นจากผลการศึกษาของ Folkman and Lazarus. 1980) ซึ่งชี้ให้ เห็นว่า การเลือกรูปแบบพฤติกรรมเผชิญ ความเครียดของบุคคลนั้นมีลักษณะเฉพาะกับปัญหา ดังนั้นผู้ตอบแบบสอบถามจึงควรเป็นผู้กำหนดปัญหาเอง มากกว่าที่จะให้ผู้ทำการวิจัยเป็นผู้กำหนดปัญหาหรือสถานการณ์ที่เป็นปัญหาขึ้น เพราะสิ่งที่ผู้ทำการวิจัยกำหนดนั้น อาจไม่ใช่ปัญหาหลักหรือปัญหาที่แท้จริงของผู้ตอบแบบสอบถามด้วยเหตุนี้ ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) จึงได้พัฒนาเครื่องมือขึ้นมาชุดหนึ่งเพื่อใช้ในการประเมินการใช้รูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสใช้เมื่อต้องเผชิญกับความเครียดหรือปัญหาในชีวิตสมรส (A Marital Coping Inventory) ซึ่งจากการศึกษานี้ได้พบรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้ 5 วิธีดังนี้

1. การแสดงความขัดแย้ง (Conflict) เป็นวิธีการเผชิญความเครียด ซึ่งสามีหรือภรรยาแสดงออกมาในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าว ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกัน

2. การตำหนิตนเอง (Introspective Self-Blame) เป็นวิธีเผชิญความเครียดซึ่งสามีหรือภรรยาแสดงออกมาในลักษณะของการตำหนิตนเองมีความวิตกกังวล รู้สึกไม่สบายใจ ยุ่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สุขภาพร่างกายอ่อนแอ

3. การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (Positive Approach) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดในชีวิตสมรส ซึ่งสามีหรือภรรยาแสดงออกมาในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกัน หวนระลึกถึงความทรงจำที่ดีที่มีต่อกันร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน

4. การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (Self - Interest) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดในชีวิตสมรส ซึ่งสามีหรือภรรยาแสดงออกมาในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น

5. การหลีกเลี่ยง (Avoidance) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสามีหรือภรรยาแสดงออกมาในลักษณะ พยายามที่จะปฏิเสธ ระงับหรืออดกลั้นความรู้สึกเอาไว้

2. <u>พฤติกรรมเผชิญความเครียดแบ่งตามจุดมุ่งหมายของการเผชิญความเครียด</u>

โฟคแมน และลาซาลัส (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 23 ; อ้างอิงมาจาก Folkman and Lazarus. 1980) ได้วิเคราะห์พฤติกรรมเผชิญความเครียดของบุคคลต่อเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิตประจำวัน (Stressful Life - Events) ได้แบ่งพฤติกรรมเผชิญความเครียดไว้ 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. การเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น (Problem - Focus Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามทั้งความคิดและการกระทำเพื่อจัดการเปลี่ยนแปลงเพื่อแก้ไขปัญหาโดยตรง ได้แก่ การวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น ค้นหาข้อมูลที่จำเป็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหา ตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหา พยายามหาวิธีการต่าง ๆ ในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหา โดยอาจเป็นการจัดการที่ตัวปัญหา มุ่งแก้ที่ตัวเอง ปรับสิ่งแวดล้อม ป็นต้น

2. การเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ เป็นกระบวนการคิดและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลใช้เพื่อจัดการ หรือบรรเทาความเครียดที่เกิดขึ้น เป็นการรักษาความสมดุลทางจิตใจไว้ ได้แก่ การผ่อนคลาย การนั่งสมาธิ เพื่อให้จิตใจสงบ การดื่มสุรา การใช้ยานอนหลับ และการใช้กลไกการป้องกันในรูปแบบต่าง ๆ กัน

จากการศึกษา พบว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ที่แสดงออกในรูปเชิงบวกจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหาได้ ในทางตรงกันข้าม รูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ซึ่งแสดงออกในรูปเชิงลบ เช่น การตำหนิตนเอง ฯลฯ จะขัดขวางการเกิดพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น (Folkman and Lazarus. 1985 : 168)

นอกจากนี้ รายงานจากงานวิจัยพบว่า บุคคลมักจะนำเอารูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นและโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์มาใช้ร่วมกันเสมอในการเผชิญเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดต่าง ๆ และอาจมีการใช้กลับไปกลับมาได้ ความสัมพันธ์ของสัดส่วนของการใช้แต่ละรูปแบบนี้แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับว่าเหตุการณ์นั้นได้รับการประเมินอย่างไร แต่ถ้าบุคคลนั้น มุ่งแก้ไขโดยการลดอารมณ์ที่ตึงเครียด และนำกลไกการป้องกันทางจิตมาใช้บ่อย ๆ โดยมิได้มุ่งแก้ไขที่ปัญหา แต่มุ่งไปเพื่อจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกที่ตึงเครียดเพียงอย่างเดียว จะทำให้บุคคลนั้นมีการปรับตัวได้ยากมากกว่าบุคคลที่ใช้รูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหา ซึ่งเป็นวิธีการเผชิญความเครียดที่นำไปสู่การปรับตัวที่ประสบผลสำเร็จและเข้าสู่ภาวะสมดุลทางจิต (ปัทมา คุปจิต. 2533 : 17 ; อ้างอิงมาจาก Lazarus and Launier. 1978 ; Folkman and Lazarus. 1985 : 150 - 170 ; citing Folkman and Lazarus. 1980)

สำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดการแบ่งรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดตามแบบของ ไบว์ แมน ซึ่งได้แบ่งรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียดออกเป็น 5 รูปแบบ ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น ทั้งนี้เนื่องจาก พฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 5 รูปแบบของไบว์แมนนี้ได้มาจากการศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้เมื่อเผชิญกับปัญหาในชีวิตสมรสซึ่งอยู่ในขอบข่ายที่ใกล้เคียงกับการศึกษาในครั้งนี้ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังมีความคิดเห็น

ตรงกับไบว์แมนในแง่ที่ว่า ควรที่จะให้ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นผู้กำหนดปัญหาหรือสถานการณ์ที่เป็นปัญหาด้วยตนเอง มากกว่าที่จะให้ผู้วิจัยเป็นผู้กำหนดปัญหาต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจไม่ใช่ปัญหาหลักหรือปัญหาที่แท้จริงของผู้ตอบแบบสอบถามทุกคน ผู้วิจัยมีความเห็นว่าวิธีการนี้จะทำให้เราได้คำตอบใกล้เคียงกับความเป็นจริง หรือเด่นชัดมากยิ่งขึ้น

<u>ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดและงานวิจัยต่าง ๆ</u>

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมตัวแปรที่คิดว่าน่าจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดของสตรีที่สมรสแล้ว โดยได้ศึกษาและรวบรวมตำรา และเอกสารอ้างอิงต่าง ๆ ดังจะได้กล่าวถึงต่อไป อย่างไรก็ตามจากการค้นคว้าและรวบรวมเอกสารอ้างอิงต่าง ๆ ซึ่งเป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดของสตรีที่สมรสแล้วในขอบข่ายของปัญหาในชีวิตสมรสยังมีอยู่น้อยมาก ผู้วิจัยจึงได้นำผลการศึกษาซึ่งศึกษาถึงความสัมพันธ์อันเดียวกันนี้ แต่เป็นการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างและในขอบข่ายของปัญหาอื่น มารวบรวมไว้ในที่นี้ด้วย เพื่อเป็นประโยชน์ในการทำให้ผู้วิจัยเห็นแนวโน้มของความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดของคู่สมรสเมื่อเผชิญความขัดแย้งในชีวิตสมรสได้ดีขึ้น

<u>ปัจจัยทางด้านชีวสังคม</u>

<u>อายุกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

โฟคแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980 : 219 - 239) ศึกษาวิธีที่หญิงและชายอายุ 45 - 64 ปี ซึ่งอาศัยอยู่ในเมืองจัดการกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่ก่อให้เกิดความเครียดในระยะเวลา 1 ปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุต่างกัน (ไม่ว่าจะแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่ม โดยใช้ช่วงอายุ 5 ปี หรือแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้ช่วงอายุ 10 ปี) มีวิธีการเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกัน

เจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง พบว่า อายุของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรังมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดอย่างไม่มีนัยสำคัญ

อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาของ ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียด ความสุขในชีวิตสมรส และอายุ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 7 กลุ่ม ตามระดับอายุดังนี้คือ ต่ำกว่า 19 ปี 20 - 29 ปี 30 - 39 ปี 40 - 49 ปี 50 - 59 ปี 60 - 69 ปี และ 70 - 94 ปี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุ 20 - 29 ปี ใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้ง และการตำหนิตนเองสูงสุด และเมื่อกลุ่มตัวอย่างอายุเพิ่มขึ้นจะใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 2 รูปแบบนี้น้อยลง สำหรับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกมักใช้ในระดับต่ำสุดในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 40 ปี และจะใช้พฤติกรรมนี้มากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น

ในทำนองเดียวกัน ลาซารัส และโฟคแมน (Lazarus and Folkman. 1984 : 172) กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น บุคคลจะมีความสามารถในการคิด การวินิจฉัยไตร่ตรอง และตัดสินใจเลือกวิธีในการเผชิญปัญหามากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลได้ผ่านภาวะวิกฤต มีประสบการณ์ พัฒนาการ ทำให้วุฒิภาวะสูงขึ้น

จากผลการวิจัยที่ได้รวบรวมมานี้จะเห็นได้ว่ามีความขัดแย้งของผลการวิจัยของแต่ละเล่ม อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยมีความเห็นสอดคล้องกับ ลาซารัส และโฟคแมน (1984) ผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ คือ กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

<u>ระดับการศึกษากับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

เจโลไวส์ และพาวเวอร์ (บัทมา คุปจิต. 2533 : 20 ; อ้างอิงมาจาก Jalowise and Power. 1980 : 10) กล่าวว่า การศึกษาที่ดีจะช่วยให้บุคคลตระหนักถึง

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีกว่า เพราะจะใช้การเรียนรู้ในอดีตและพฤติกรรมที่เคยใช้ประสบผลสำเร็จมาแล้ว มาเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน แต่จากการศึกษาของ ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้เมื่อเผชิญปัญหาในชีวิตสมรสนั้น กลุ่มตัวอย่างซึ่งมีระดับการศึกษาต่างกัน ไม่มีความแตกต่างกันในการใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียด

ในทำนองเดียวกัน จากการศึกษาของ เจียงคำ อินทรชัย ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการ การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง พบว่า ระดับการศึกษาของมารดา เด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรังไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียด

อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยมีความคิดเห็นสอดคล้องกับ เจโลไวน์ และพาวเวอร์ ที่ว่าการศึกษาที่ดีจะช่วยให้บุคคลตระหนักถึงปัจจัยที่เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีกว่าหรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือผู้ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน น่าจะมีรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดต่างกันด้วยซึ่งความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษา กับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่กล่าวมาข้างต้นมิได้เป็นพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของคู่สมรสอันมีสาเหตุมาจากความขัดแย้งในชีวิตสมรส ผู้วิจัยจึงได้นำตัวแปรนี้มาศึกษาถึงความสัมพันธ์อีกครั้งหนึ่ง โดยผู้วิจัยตั้งสมมติฐานว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการศึกษาต่างกัน น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

<u>ระยะเวลาการสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

ระยะเวลาการสมรส หมายถึง จำนวนปีที่สตรีที่สมรสแล้ว ทำการสมรส

เรย์ ลินดอฟ และกิ๊บสัน (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 34 ; อ้างอิงมาจาก Ray, Lindop and Gibson. 1982 : 385) กล่าวว่า บุคคลใช้เวลาช่วงหนึ่ง พัฒนาความชำนาญในการเผชิญปัญหาและการปรับตัว

เมนากาน (Menagnan. 1982 : 202 - 233) ศึกษาตัวทำนายและประสิทธิผลของพฤติกรรมเผชิญความเครียดเกี่ยวกับปัญหาในชีวิตสมรสพบว่าคู่สมรสที่มีจำนวนปีการอยู่ด้วยกันมากกว่า ใช้วิธีการเผชิญความเครียดในรูปแบบของการเพิกเฉย ไม่สนใจต่อสิ่งที่ไม่พึงใจ

มุ่งความสนใจไปที่ส่วนที่ดีของสถานการณ์และใช้วิธีการระงับอารมณ์ ความรู้สึก ห่างเหินจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน มากกว่าใช้วิธีการเจรจา และคิดเปรียบเทียบในแง่ดี

โบว์แมน (Bowman. 1990 : 464) ศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียดในชีวิตสมรสและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดพบว่า คู่สมรสที่มีจำนวนปีการสมรสมากกว่าจะใช้วิธีการเผชิญความเครียดแบบหลีกเลี่ยงและแสดงพฤติกรรมเชิงบวกมากกว่า สำหรับคู่สมรสที่มีจำนวนปีการสมรสน้อยกว่ามักใช้วิธีการเผชิญความเครียดในรูปแบบของการแสดงความขัดแย้งและตำหนิตนเอง

จากหลักฐานที่รวบรวมไว้ข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความคิดเห็นว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

<u>ปัจจัยด้านบุคลิกภาพ</u>

<u>ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

ปัจจัยด้านบุคคลซึ่งเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการประเมินครั้งแรกของบุคคลที่สำคัญที่สุด ก็คือความเชื่อและการยึดมั่น (Beliefs and Commitments) ทั้งนี้เนื่องจากความเชื่อเป็นความคิดเห็นเกี่ยวกับความเป็นจริงซึ่งมีอยู่ก่อนอันเปรียบเสมือนเลนซ์ แห่งการรับรู้ (Wrubel Benner and Lazarus. 1981) ความเชื่อเกี่ยวกับอำนาจภายในตนซึ่งเกี่ยวข้องกับขอบข่ายที่ว่าแต่ละบุคคลสรุปว่าเขาสามารถควบคุมผลของสิ่งที่เกิดขึ้นได้นั้น เป็นความเชื่ออย่างหนึ่งที่มีผลต่อ การประเมินขั้นปฐมภูมิ (Susan Folkman. 1984 : 839 - 851) ซึ่งย่อมจะส่งผลต่อพฤติกรรมเผชิญความเครียดของบุคคลด้วย

ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายในและภายนอกตน (Internal Versus External Control) ที่รู้จักกันมากที่สุดอันหนึ่งก็คือข้อคิดเห็นของ รอตเตอร์ (Rotter. 1966) โดยรอตเตอร์ ได้ศึกษามโนทัศน์ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) และอธิบายว่า ผลตอบแทนอย่างหนึ่งที่ได้จากพฤติกรรมของบุคคคล ย่อมก่อให้เกิดความคาดหวังที่จะได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกันจากพฤติกรรมอันใหม่ซ้ำอีก ในสภาพการณ์ที่คล้ายกับสภาพการณ์เดิม และถ้าเหตุการณ์เป็นไปตามที่

เขาคาดหวังไว้ความคาดหวังของเขาจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ แต่ถ้าผิดหวังก็จะทำให้ความคาดหวังของเขาลดลง การลดหรือเพิ่มความคาดหวังนี้ จะก่อตัวขึ้นจากพฤติกรรมอย่างหนึ่งก่อนแล้วจึงขยายครอบคลุมพฤติกรรมหรือเหตุการณ์อื่น ๆ ที่คล้ายคลึงหรือเกี่ยวข้องกับสภาพการณ์เดิมเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนกลายเป็นบุคลิกภาพที่สำคัญในตัวบุคคล ถ้าประสบการณ์ที่ผ่านมาได้รับการเสริมแรงบ่อยครั้ง เมื่อแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นจะเป็นผลทำให้บุคคลนั้นเชื่อว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นผลจากทักษะหรือความสามารถของตน ซึ่งเรียกว่า ความเชื่ออำนาจภายในตน แต่ถ้าไม่ค่อยได้รับการเสริมแรง จะทำให้บุคคลรับรู้ว่า สิ่งที่ได้รับนั้น ไม่ใช่ผลจากการกระทำของตน แต่เป็นเพราะโชคเคราะห์ ความบังเอิญ หรือสิ่งแวดล้อม บันดาลให้เป็นไป ซึ่งเรียกว่า ความเชื่ออำนาจภายนอกตน(Folkman. 1984 : 839 - 851 ; วรรณี บรรเทิง. 2527 : 20)

จากการศึกษาหลายอันพบว่า ความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน มีความสัมพันธ์ กับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด โดยผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดต่างกัน ยกตัวอย่างเช่น จากการศึกษาของ สตริกแลนด์ ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายนอก - ภายในตนกับทัศนคติ และพฤติกรรมต่อการมีสุขภาพดี ชี้ให้เห็นว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนดูเหมือนจะเกี่ยวข้องกับการค้นหาข่าวสารซึ่งสัมพันธ์กับการมีสุขภาพที่ดี และการปฏิบัติตัวเพื่อเป็นการป้องกัน เช่น การรัดเข็มขัดนิรภัย และการไปตรวจสุขภาพฟันประจำปี ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สามารถจัดอยู่ในกลุ่มการเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหา ตามทฤษฎี ของลาซารัส (Folkman. 1984 : 839 - 351; citing Strickland. 1978)

แอนเดอร์ชัน (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; citing Anderson. 1977) พบว่า ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหามากกว่า ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน และผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะใช้กลไกการป้องกันทางจิต (Defense Mechanism)

ชโรเดอร์ และมิลเลอร์ (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 66 ; อ้างอิงมาจาก Schroeder and Miller. n.d.) ศึกษาความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนในผู้ป่วยที่เป็นโรคเกี่ยวกับหลอดเลือดส่วนปลาย พบว่า การเผชิญภาวะเครียดของผู้ที่มีความเชื่อ

อำนาจภายในตน คือ การควบคุมสภาพแวดล้อม และการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง แต่การเผชิญความเครียดของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน คือการปฏิเสธ หรือการแสดงความรู้สึกผิดและจะพยายามลดความวิตกกังวลด้วยการเชื่ออำนาจภายนอกตน

อีวิก (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 67 ; อ้างอิงมาจาก Ewig. n.d.) ศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียด ของผู้ป่วยที่มีความเจ็บป่วยเรื้อรัง พบว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียด แบบช่วยตนเอง (Active Coping Behavior) โดยการแสวงหาและหาวิธีผ่อนคลาย (Relaxation) ส่วนผู้ที่เชื่ออำนาจภายนอกตนนั้น จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบไม่ช่วยตนเอง (Passive Coping Behavior) โดยการถอยหนี (Withdrawal) ปฏิเสธ (Denial) และไม่พยายามค้นหาข้อเท็จจริง

ซอเบอร์ (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 68 ; อ้างอิงมาจาก Sauber. 1971) ศึกษาพบว่า บุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนเมื่อเผชิญกับความเครียด มักจะใช้กลไกป้องกันทางจิตแบบปฏิเสธและหลีกเลี่ยง แต่ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีความพยายามมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม การศึกษาหญิงและชายอายุ 45 - 64 ปี ของ โฟคแมน แอลวิน และลาซารัส (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; citing Folkman Aldwin and Lazarus. 1981) พบว่า ความคาดหวังในการควบคุมทั่วไป (ซึ่งวัดโดยมาตราวัด Internal - External Locus of Control ของ Rotter) ในกลุ่มตัวอย่างนี้ ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียด นั่นคือ ผู้ถูกวิจัยที่มีความเชื่ออำนาจภายในตัวเองมากที่สุด จำนวน 15 คน ไม่ได้ใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหามากกว่าผู้ถูกวิจัยที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากที่สุดจำนวน 15 คน และผู้ถูกวิจัยที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากที่สุดจำนวน 15 คน ดังกล่าวก็ไม่ได้ใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่มุ่งแก้ไขที่อารมณ์มากกว่าผู้ถูกวิจัยที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนมากที่สุดจำนวน 15 คน

โดยสรุปจากหลักฐานที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความคิดเห็นว่าสตรีที่ทำการสมรสแล้วซึ่งมีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

<u>การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

<u>ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม</u>

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Need) ของตนจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น จากสมาชิกภายในครอบครัว เพื่อน ผู้ร่วมงาน ญาติ และเพื่อนบ้าน เป็นต้น (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 39 - 40 ; Thoits. 1986 : 417 ; citing House. 1981 ; Turner. 1983 : Thoits. 1982 : 147 ; citing Kaplan and others. 1977) ซึ่งได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิดคือ

1. การสนับสนุนด้านเครื่องมือ (Instrumental Aid) หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือด้านแรงงาน วัสดุอุปกรณ์ สิ่งของ เงินทอง ที่จะทำให้บุคคลที่ได้รับนั้นสามารถดำรงบทบาทหรือหน้าที่รับผิดชอบได้ตามปกติ

2. การได้รับการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational Aid) หมายถึง การได้รับข้อมล ข่าวสาร รวมทั้งการได้รับคำแนะนำและการป้อนกลับ

3. การได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์และสังคม (Socioemotional Aid) หมายถึง การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ การได้รับการยอมรับ เห็นคุณค่าและรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ดังเป็นที่ปรากฏว่า บางคนไม่เกิดความรู้สึกเป็นทุกข์ ถึงแม้จะต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ จำนวนมาก ในขณะที่บางคนเกิดความรู้สึกเป็นทุกข์เมื่อต้องเผชิญเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาเพียงเล็กน้อย ที่เป็นเช่นนี้ จากสมมติฐานกันชน (Buffering Hypothesis) เสนอแนะว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถบรรเทาผลกระทบของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตได้ หรือกล่าวได้ว่า บุคคลที่มีระบบการสนับสนุนทางสังคมควรจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ ๆ ของชีวิตได้ดีกว่าบุคคลที่ไม่มีหรือมีการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่าโดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา

นอกจากนี้ The Symbolic Interactionist Tradition ซึ่งเขียนโดย คูลเลย์ (Cooley. 1902) และมี้ด (Mead. 1934) กล่าวว่า การประเมินคุณค่า และเอกลักษณ์

ทางสังคมของคน มีแหล่งที่มาจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่น และการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยกระตุ้นหรือดำรงความเชื่อมั่นในตนเองและเอกลักษณ์ทางสังคมของบุคคลไว้ ซึ่งเป็นแง่มุมส่วนหนึ่งที่สำคัญของการเกิดความผาสุกทางใจ (Psychological Well - Bing) (Cooley. 1902 ; Mead. 1934 ; citing Tholts. 1982 : 154) เช่นเดียวกับที่เดอร์เคม (Durkheim. 1951) กล่าวไว้ใน DURKHEIMIAN ANOMIE THEORY ว่า ความผาสุกทางใจของบุคคล คงอยู่ได้ด้วยการเป็นหน่วยหนึ่งของสังคม (Social Integration) กฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดบุคลิกลักษณะของกลุ่มทางสังคมทำให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึกว่าชีวิตมีจุดหมาย การสนับสนุนทางสังคมอันเป็นเสมือนแง่มุมหนึ่งของหน่วยทางสังคมจึงส่งผลกระทบอย่างมากต่อสภาวะจิตใจของบุคคลด้วย (Durkheim. 1951; citing Tholts. 1982 : 154) ดังนั้น การได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ และด้านความรู้สึกที่เกี่ยวพันกับบุคคลอื่น ๆ สามารถทำให้บุคคลทนต่อความเครียดได้มากขึ้น ยิ่งมีระดับของการสนับสนุนเริ่มแรกมากเท่าใดและระดับของการสนับสนุนนั้นสามารถคงอยู่ตลอดชั่วระยะวิกฤตมากเท่าใด ผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงของชีวิตต่อสภาพจิตใจยิ่งน้อยเท่านั้น (Tholts. 1982 : 154)

แมคเนท (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 41 ; อ้างอิงมาจาก McNett. 1987 : 99) กล่าวถึง การทำหน้าที่ของการสนับสนุนทางสังคมไว้ดังนี้

1. การสนับสนุนทางสังคมจะเป็นตัวทำให้ความเครียดหรือการประเมินว่าสิ่งคุกคามนั้นมีความรุนแรงน้อย

2. การสนับสนุนทางสังคม จะช่วยลดปฏิกิริยาที่เกิดจากการคุกคาม โดยเตรียมการในการแก้ปัญหา หรือลดความสำคัญของปัญหานั้น

<u>งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 117) ศึกษาความสัมพันธ์ของการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง โดยผู้วิจัยประเมินพฤติกรรมเผชิญความเครียดออกมาเป็นคะแนนว่าระดับความเหมาะสมมากหรือน้อย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไปในทางที่เหมาะสม คือมีพฤติกรรม

เผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ในบางรูปแบบซึ่งเป็นรูปแบบที่เหมาะสม ยกตัวอย่าง เช่น หวังว่าบุตรของตนจะอาการดีขึ้น ทำกิจกรรมทางศาสนามากขึ้น คิดว่ายังมีคนที่โชคร้ายกว่าตน เป็นต้น กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่ำ จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไปในทางที่ไม่เหมาะสม คือมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม ยกตัวอย่าง เช่น หลบไปอยู่คนเดียว พาบุตรไปรักษาทางไสยศาสตร์ ปล่อยการเจ็บป่วยของบุตรไปตามชะตากรรม เป็นต้น

เมื่อพิจารณาจากหลักฐานที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความเชื่อว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนแตกต่างกัน น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

<u>งานวิจัยที่เกี่ยวกับความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

ฮอว์ดินส์ (จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล. 2526 : 18 ; อ้างอิงมาจาก Hawkins. 1968 : 647 - 650) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต (Companionship) และการแก้เผ็ดหรือร้ายเข้าหากัน (Hostility) กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ของกลุ่มคู่สมรสจากสถานพยาบาล และคู่สมรสที่เลือกจากสามะโนครัวประชากรในชุมชน ที่มีสถานภาพเศรษฐกิจสังคมใกล้เคียงกัน ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีเท่ากับ .44 และภรรยาเท่ากับ .50 ตามลำดับ ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นศัตรูกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีและภรรยาเท่ากับ -.70 และ -.67 ตามลำดับ

ครอคอฟ (Bahr. 1989 : 130 ; citing Krokoff. 1987) ศึกษาความสัมพันธ์ของอารมณ์ในเชิงลบของชีวิตสมรส พบว่า การโต้ตอบกันและกันในเชิงลบเป็นสิ่งที่พบได้เป็นปกติของความขัดแย้งในชีวิตสมรส เมื่อคน ๆ หนึ่งถูกคู่สมรสของตนบ่น ผู้ถูกบ่นมักจะโต้ตอบกลับด้วยการบ่น เช่นเดียวกันมากกว่าจะพยายามเข้าใจในสิ่งที่ตนเองถูกบ่น การโต้ตอบกันและกันในเชิงลบในระดับสูงจะทำให้ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลง

จากผลงานวิจัยหลายชิ้นที่ศึกษาเปรียบเทียบคู่สมรสที่มีความสุขกับคู่สมรสที่ไม่มีความสุข พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของแบบแผนการติดต่อสื่อสารของคู่สมรส โดยคู่สมรสที่มี

ความสุขมักจะเป็นผู้ที่มีทักษะของการสื่อสารในเชิงบวกมากกว่า มีการยอมรับมากกว่า ตำหนิกล่าวร้ายกันน้อยกว่า มีปฏิกิริยาต่อข้อความในเชิงลบน้อยกว่า แสดงความรู้สึก ให้การสนับสนุนและให้กำลังใจกันมากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ส่วนคู่สมรสที่ไม่มีความสุขจะแสดงอารมณ์ในเชิงบวกน้อยกว่า แสดงอารมณ์ในเชิงลบมากกว่า และแสดงอารมณ์ในเชิงลบซึ่งกันและกันมากกว่า มีการเปิดเผยตนเองน้อยกว่าและมักเปิดเผยในแง่อารมณ์ในเชิงลบ (Bahr. 1989 : 107 - 109 ; citing Fowers and Olson. 1986 ; Levenson and Gottman. 1983 ; Margolin and Wampold. 1981 ; Jacobson and others. 1980 ; Fiore and Swesen. 1977 ; Levingen and Senn. 1967)

นอกจากนี้ จากผลการศึกษาจำนวนหนึ่ง ซึ่งเปรียบเทียบพฤติกรรมของคู่สมรสที่มีความสุขและคู่สมรสที่ไม่มีความสุข พบว่า คู่สมรสที่มีความสุขมักจะใช้คำพูดที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจมากกว่า และใช้คำพูดในแง่ลบหรือทำให้เกิดความไม่พึงพอใจน้อยกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตำหนิ ว่ากล่าวกัน (Criticisms) ซึ่งคู่สมรสที่ไม่มีความสุขมักจะมีการตอบโต้ด้วยการแสดงออกในเชิงลบซึ่งกันและกัน และคู่สมรสที่มีความสุขมักจะใช้กิริยาท่าทางที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจแก่คู่สมรส เช่น การกอดจูบ การให้ของขวัญ ให้ความร่วมมือกัน มีเพศสัมพันธ์ที่ดี ใช้เวลาร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ มีความสอดคล้องกันในด้านการใช้จ่ายเงิน มากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข (Argyle. 1987 : 17)

มิสเชอร์ และแวกซ์เลอร์ (Bahr. 1989 ; citing Mischer and Waxler. 1968 ; Rishin and Faunce. 1970) พบว่าคู่สมรสที่มีความสุขในชีวิตสมรส มีอารมณ์ขันหัวเราะเกื้อกูลกันมากกว่า และใช้กลวิธีป้องกันตนเองน้อยกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข

กิลฟอร์ด และเบนสัน พบว่า การทำกิจกรรมร่วมกันเป็นปัจจัยเชิงบวกของการดำเนินชีวิตสมรส และ ความถี่ของการแสดงความรักต่อกันในแง่ลบเป็นปัจจัยเชิงลบของการดำเนินชีวิตสมรส (Argyle and Furnham. 1982 : 481 - 492 ; citing Gilford and Bengtson. 1979)

โฮวาด และคาเวส พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสนั้นเป็นการทำหน้าที่เชิงบวกของปฏิสัมพันธ์เชิงบวก และ เป็นการทำหน้าที่เชิงลบของปฏิสัมพันธ์เชิงลบ (Argyle and Furnham. 1982 : 481 - 492 ; citing Howard and Bengtson. 1976)

อาร์กิล และเฟิร์นแฮม (Argyle and Furnham. 1982 : 481 - 492) พบว่าในชีวิตสมรสมีปัจจัยที่เป็นแหล่งของความพึงพอใจในชีวิตสมรส 3 ปัจจัยคือ การให้สิ่งของเป็นรางวัลแก่กัน (Instrumental Reward) การสนับสนุนทางอารมณ์ และการเอาใจใส่กัน ส่วนปัจจัยที่เป็นแหล่งของความขัดแย้งในชีวิตสมรสคือ ความขัดแย้งทางด้านอารมณ์ และการตำหนิติเตียน กล่าวร้ายกัน

กอลวิน และบรอมเมล (Bahr. 1989 : 129 ; citing Galvin and Brommel. 1986) กล่าวว่า กลไกการจัดการความขัดแย้งแบบไม่เปิดเผย เช่นการปฏิเสธการเบี่ยงเบน และการไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง มีแนวโน้มที่จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำลง ทั้งนี้เป็นเพราะความขัดแย้งไม่ได้รับการแก้ไขโดยตรงจนกระทั่งความขัดแย้งถูกสะสมจนถึงระดับที่สูงระดับหนึ่ง และระเบิดออกมาในรูปความขัดแย้งแบบเปิดเผย กลวิธีการจัดการความขัดแย้งที่มีแนวโน้มในการปรับปรุงความพึงพอใจในชีวิตสมรส ที่สำคัญที่สุดวิธีหนึ่งคือการฟังเพื่อทำความเข้าใจมากกว่า ฟังเพื่อตัดสินว่าดีหรือไม่ดี อีกวิธีหนึ่งคือการสื่อสารซึ่งแสดงถึงความเข้าใจและมีแนวโน้มที่จะลดธรรมชาติการแข่งขันของปฏิสัมพันธ์ (Bahr. 1989 : 130 ; citing Galvin and Brommel. 1986 ; Mandersheid and others. 1982)

เมนากาน (Menaghan. 1982 : 220 - 234) พบว่า การเผชิญความเครียดของคู่สมรสจากชนกลุ่ม Metropolitan โดยวิธีไม่สนใจต่อเรื่องที่ไม่พึงพอใจและมุ่งความสนใจไปที่ส่วนที่ดีของสถานการณ์ (Selective Ignoring) และโดยวิธีการระงับอารมณ์ ความรู้สึกห่างเหินจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Resignation) ก่อให้เกิดความทุกข์มากขึ้น และมีผลกระทบต่อระดับปัญหาในภายหลังเล็กน้อย สำหรับวิธีการเจรจาและวิเคราะห์ปัญหา (Negotiation) ไม่ได้ลดความรู้สึกทุกข์ยากลำบากแต่ก่อให้เกิดปัญหาในภายหลังน้อยกว่า วิธีการเปรียบเทียบในแง่ดีกับสถานการณ์ของคน ๆ หนึ่ง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับอดีตกลุ่มเพื่อน (Optimistic Comparison) เท่านั้นที่ก่อให้เกิดความทุกข์ใจและปัญหาในภายหลังน้อยกว่า

ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่คู่สมรสนำมาใช้เพื่อเผชิญปัญหาในชีวิตสมรส กับความสุขในชีวิตสมรสพบว่า ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเผชิญความเครียดแบบการแสดงพฤติกรรม

เชิงบวก (Positive Approach) และมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการเผชิญความเครียดในลักษณะการแสดงความขัดแย้ง (Conflict) ตำหนิตนเอง (Introspective Self - Blame) การหันมาเพิ่มความสนใจตนเอง (Self - Interest) และโดยการหลีกเลี่ยง (Avcidance)

จากผลการศึกษาต่าง ๆ ที่รวบรวมได้นี้ ทำให้ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าความสุขในชีวิตสมรสมีแนวโน้มที่จะมีความสัมพันธ์กับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด โดยที่น่าจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และน่าจะมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และรูปของการหลีกเหลี่ยง

<u>ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตสมรส</u>

จากผลการศึกษาต่าง ๆ ที่ผ่านมา พบว่า มีตัวแปรหลายตัวที่มีความสัมพันธ์หรือส่งผลกระทบต่อความสุขในชีวิตสมรส ผู้วิจัยได้รวบรวมตัวแปรดังกล่าวเพื่อนำมาประกอบกับการศึกษาครั้งนี้ โดยจะแยกกล่าวถึงเป็นตัวแปรก่อนการสมรส และตัวแปรระหว่างการสมรส ดังต่อไปนี้

1. ตัวแปรก่อนการสมรส

1.1 ความคล้ายคลึงของภูมิหลังทางสังคมของสามีและภรรยา

แชดวิค อัลเบรชท์ และคุนท์ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Chadwick and Albrecht and Kunt. 1976 : 431 - 440) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระเกี่ยวกับภูมิหลังทางสังคมกับตัวแปรตาม ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยการส่งแบบสอบถามไปยังคู่สมรส จำนวน 755 คู่ ในมลรัฐยูท่าห์พบว่า ความคล้ายคลึงกันของภูมิหลังทางสังคม มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ฮิค และแพลท (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 17 ; อ้างอิงมาจาก Hick and Platt. 1970 : 55) สรุปรายงานการวิจัยในปี 1960 พบว่าตัวแปรที่สำคัญจากงานวิจัยก่อนหน้านี้ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือความคล้ายคลึงในด้านการศึกษา ศาสนา และสถานภาพทางเศรษฐกิจของสามีภรรยา และได้เสนอแนะสมมติฐานว่าความคล้ายคลึงดังกล่าวจะช่วยลดความขัดแย้งระหว่างค่านิยม ความคาดหวัง และแบบแผนพฤติกรรมระหว่างคู่สมรส

ในทางตรงกันข้าม จากการศึกษาของ จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล (2526 : 96) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเกี่ยวกับภูมิหลังทางสังคม ซึ่งได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และระดับตำแหน่งของกลุ่มตัวอย่างกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ในทำนองเดียวกัน จากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531 : 80) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคล้ายคลึงของอายุ และความคล้ายคลึงทางการศึกษาของคู่สมรสที่เป็นข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ความคล้ายคลึงทางการศึกษาและความคล้ายคลึงทางอายุของคู่สมรสไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

1.2 อายุแรกสมรส

ผลจากการศึกษาหลายอัน พบว่า ตัวแปรทางอายุมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวในชีวิตสมรส (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 19 - 20 ; อ้างอิงมาจาก Burgess and Cottrell. 1931 : 122, 171 ; Gurgess and Wallin. 1963 : 524 ; Lock. 1956 : 102, 343 ; Terman. 1938 : 181 ; Karlsson. 1963 : 56) ซึ่งผลจากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ให้ผลในทำนองเดียวกันคือ อายุแรกสมรสมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในเชิงบวก (ค่า Gamma = 0.01050)

อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาของ จันทร์เพ็ญ คุปกาญจนากุล (2526 : 76) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับตัวแบบสมุฏฐานความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

1.3 คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา

หมายถึง การที่คู่สมรสได้สัมผัสหรือเกิดความประทับใจกับตัวบทบาทที่สมบูรณ์ตามหน้าที่ชีวิตสมรสของครอบครัวบิดามารดา จากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ซึ่งศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสในมิติของความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = 0.30575)

1.4 การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ

หมายถึง การที่คู่สมรสได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนจากพ่อแม่และเครือญาติในการที่จะตัดสินใจแต่งงาน (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531)

เจดลิคคา (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 23 ; อ้างอิงมาจาก Jedlicka. 1984 : 65) ศึกษาพบว่า พ่อแม่มีอิทธิพลโดยอ้อมในการเลือกคู่ครอง โดยเขาศึกษาจากคู่สมรสจำนวน 110 คน ในมลรัฐฮาวาย พบว่า แม่มีอิทธิพลในการเลือกคู่ครองให้ลูกมากกว่าพ่อ โดยเฉพาะแม่มีอิทธิพลในการเลือกคู่ครองให้ลูกชายมากกว่าลูกสาว ส่วนพ่อจะมีอิทธิพลในการเลือกคู่ครองให้ลูกสาวมากกว่าลูกชาย แต่ผลจากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) พบว่า การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ (พ่อแม่) มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = - 0.16315) และการสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ (ญาติพี่น้อง) มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสเช่นเดียวกัน (ค่า Gamma = -0.32623)

2. ตัวแปรระหว่างการสมรส

2.1 รายได้ของครอบครัว

หมายถึง รายได้หรือเงินเดือนที่คู่สมรสได้รับในแต่ละเดือนรวมกัน จากการศึกษาของ คัทไรต์ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 24 ; อ้างอิงมาจาก Cutright. 1971 : 296 - 299) พบว่า รายได้ของครอบครัวมีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และคู่สมรสที่มีรายได้สูง จะมีความมั่นคงในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสที่มีรายได้ต่ำ โดยเขาได้แสดงให้เห็นถึงสถิติของการหย่าร้าง โดยการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มีรายได้สูงกับกลุ่มที่มีรายได้ต่ำ เขาอธิบายว่ารายได้จะเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงโดยตรงในการทำให้เกิดแบบแผนพฤติกรรมบริโภคภายในครอบครัว การบริโภคจึงเป็นกิจกรรมประจำวันที่เป็นลางบอกเหตุให้ภรรยารู้สึกว่าสามีได้ทำหน้าที่ในบทบาทผู้หาเลี้ยงครอบครัวดีอย่างไร และระดับความพึงพอใจของการบริโภคจะช่วยให้ภรรยารักษาความรู้สึกของการมีอำนาจในบทบาทภรรยาและบทบาทของแม่บ้าน ซึ่งสิ่งนี้จะเป็นการเสริมแรงความรู้สึกที่ดีของภรรยาที่มีต่อตัวสามี ในทำนองเดียวกัน ความรู้สึกของสามีที่มีต่อตนเองนั้น จะสนองความรู้สึกในบทบาทการเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวที่เพียงพอ ซึ่งจะเป็นการประเมินตนเอง และการประเมินในแง่บวก จะเป็นการสร้างความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตสมรสให้เกิดขึ้นได้

กู๊ด และคนอื่น ๆ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 24 ; อ้างอิงมาจาก Good and others. 1968) พบว่า คู่สมรสที่มีรายได้สูงในกลุ่มคนผิวขาวจะมีความชอบในสิ่งที่คล้าย ๆ กัน มากกว่าคู่สมรสที่มีรายได้ต่ำในกลุ่มคนผิวดำ

ฟีดแมน และคอมบ์ส และคอมบ์ส และคนอื่น ๆ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนันท์. 2531 : 24 ; อ้างอิงมาจาก Feedman and Combs. 1966 a ; Combs and others. 1970) อธิบายว่า รายได้สูงจะเป็นปัจจัยส่งเสริมความสามารถในการสะสมทรัพย์สมบัติในรูปแบบของการออม การลงทุน และการใช้ดุลพินิจภายในบ้าน ดังนั้นภาวะที่ส่งเสริมให้คู่สมรสรู้สึกถึงความมั่นคงในชีวิตจะทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสขึ้น

แต่ผลจากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสองนี้ในสภาพสังคมไทย โดยศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่ารายได้ของครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

2.2 ระยะเวลาการสมรส

หมายถึง จำนวนปีที่สมรสกับคู่สมรส

จากผลงานของ มิลเลอร์ (Miller. 1916) ศึกษาพบว่าการแต่งงานในระยะเริ่มแรกนั้นบุตรจะเพิ่มภาระให้แก่คู่สมรส ทำให้ไม่มีเวลาให้แก่กันมากเหมือนในระยะแรก ๆ ดังนั้น ความพึงพอใจจะลดลง และจะเพิ่มขึ้นเมื่อบุตรแยกครอบครัวออกไป และจากผลงานวิจัยอื่นก็สนับสนุนผลการศึกษานี้ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 25 ; อ้างอิงมาจาก Rollins and Feldman. 1970 ; Figley. 1973 ; Rollins and Cannon. 1974 ; Miller. 1916) รวมทั้งการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ก็ให้ผลในทำนองเดียวกันคือ ระยะเวลาการสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

2.3 การมีบุตร

บลัด และ วูลฟ์ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Blood and Wolfe. 1960) พบว่า บุตรจะทำให้ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตของคู่สมรสลดลง เพราะบุตรจะเบนความสนใจไปจากกันและกัน ทำให้ความรู้สึกที่ผูกพันกันและเวลาที่ให้แก่กันของคู่สมรสลดน้อยลงไปกว่าในช่วงที่ยังไม่มีบุตร

มิลเลอร์ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Miller. 1976 : 643 - 658) ได้สร้างตัวแบบในเชิงทฤษฎีเกี่ยวกับตัวแปรที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และได้ทำการศึกษากับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 212 คู่ ในเมือง Minneapolis พบว่า จำนวนบุตรมีผลกระทบในทางตรงข้ามกับความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต

รัสเซล (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Russell. 1974 : 294 - 302) พบว่า จำนวนบุตรจะไปลดความถี่ของการใช้เวลาร่วมกันในการทำกิจกรรมหรือสิ่งสนใจในเวลาว่าง ซึ่งมีผลทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลง

จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล (2526) ศึกษาตัวแบบสมุฏฐานความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยศึกษากรณีข้าราชการกระทรวงอุตสาหกรรม พบว่าจำนวนบุตรมีผลกระทบโดยตรงกับความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และมีผลกระทบโดยอ้อมต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยผ่านทางความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต

ในทำนองเดียวกัน ผลการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีบุตรกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า จำนวนตัวอย่างที่มีบุตรมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงเพียงร้อยละ 28.5 ในขณะที่จำนวนตัวอย่างที่ไม่มีบุตรมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงถึงร้อยละ 44.9

2.4 ความสมานฉันท์ทางบทบาท (Role Consensus)

ความสมานฉันท์ทางบทบาท หมายถึง ระดับความสอดคล้องเกี่ยวกับความเชื่อหรือความปรารถนาของปัจเจกชนสองคน ที่มีเกี่ยวกับพฤติกรรมว่า พฤติกรรมใดควรทำหรือไม่ควรทำในบทบาทหนึ่งโดยเฉพาะ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 30 ; อ้างอิงมาจาก Burr. 1976 : 307)

มีผลงานวิจัยต่าง ๆ ในต่างประเทศ ที่พบว่าความสอดคล้องเกี่ยวกับความคาดหวังทางบทบาทของสามีภรรยา มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (อุบลรัตน์ พิชญ์ชนะนนท์. 2531 : 31 ; อ้างอิงมาจาก Tiggle, Kelley and Vincent. 1982 : 209 - 219 ; Stuckert. 1963 : 415 - 419 ; Chadwick, Albrecht and Kung. 1976 : 431 - 440 ; Hawkin and Johnson. 1968)

ในทำนองเดียวกันจากการศึกษาในสภาพสังคมไทยของ จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล (2526 : 95) พบว่า ความสมานฉันท์ทางบทบาทความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความเสียเปรียบสมพัทธ์ มีผลกระทบโดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส และจากการเปรียบเทียบผลกระทบของทั้งสามตัวแปร พบว่า ความสมานฉันท์ทางบทบาท มีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากที่สุด และจากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ให้ผลสอดคล้องกันคือ ความสมานฉันท์ทางบทบาท มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = 0.46920)

2.5 ความเสียเปรียบสัมพัทธ์

หมายถึง ความรู้สึกของสามีหรือภรรยาอันเป็นผลจากการนำเอาสภาพชีวิตการแต่งงานของตนเองไปเปรียบเทียบกับชีวิตสมรสของคู่อื่น ๆ แล้วเขาคิดว่าสภาพชีวิตการแต่งงานของตนเองดีกว่าหรือเหมือนกันหรือด้อยกว่าชีวิตการแต่งงานของคู่อื่น ๆ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531)

จากการศึกษาของ จันทร์เพ็ญ คุปกาญจนากุล (2526) พบว่า เมื่อทดสอบความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นตัวแปรตาม ความสมานฉันท์ทางบทบาท ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความเสียเปรียบสัมพัทธ์มีผลกระทบโดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ซึ่งจากการเปรียบเทียบผลกระทบของทั้งสามตัวแปร พบว่า ความเสียเปรียบสัมพัทธ์มีผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นอันดับสองรองจากความสมานฉันท์ทางบทบาท

เช่นเดียวกัน จากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) พบว่า ความเสียเปรียบสัมพัทธ์มีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = -0.51192) คือถ้าคู่สมรสมีความเสียเปรียบสัมพัทธ์น้อย จะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง หากคู่สมรสมีความเสียเปรียบสัมพัทธ์มาก จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ

2.6 ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต (Companionship)

หมายถึง การที่คู่สมรสทำกิจกรรมร่วมกันในเวลาว่าง ซึ่งครอบคลุมกิจกรรมต่าง ๆ ภายในครอบครัว (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531)

จากการศึกษาของ จันทร์เพ็ญ คุปกาญจนากุล (2526) พบว่า ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต มีผลกระทบโดยตรงต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ผลการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ให้ผลในทำนองเดียวกัน คือพบว่าความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = 0.40957)

2.7 ประสิทธิผลของการสื่อสาร (Effective Communication)

ผลการศึกษาของ นาฟแรน (อุบลรัตน์ ฟิชย์ชยะนนท์. 2531 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Navran. 1967) พบว่า การสื่อสารที่ดีมีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรส โดยเขาเลือกตัวอย่างคู่สมรสที่มีความสุข จำนวน 24 คู่ และคู่สมรสที่ไม่มีความสุขในชีวิตสมรส ทำการทดสอบผลปรากฏว่า คู่สมรสที่มีความสุขในชีวิตสมรส มีความแตกต่างจากคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ดังนี้

1. มีความถี่ในการพูดระหว่างกันมากกว่าเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น
2. แสดงความรู้สึกว่าเข้าใจสิ่งที่กำลังพูดในขณะนั้นต่อกัน
3. มีการเปิดโอกาสในการเป็นผู้พูด ผู้ฟังที่ดี
4. แสดงความรู้สึกรับรู้ความรู้สึกของอีกฝ่ายหนึ่ง ในขณะที่กำลังสื่อสาร

ลีวินเจอร์ และเซนต์ เช่นเดียวกัน ได้สนับสนุนว่าการสื่อสารระหว่างคู่สมรสที่เป็นไปอย่างเปิดเผย มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยคู่สมรสที่มีการสื่อสารกันอย่างเปิดเผยตัวเอง จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสถ่ที่เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตัวเองน้อยในขณะสื่อสาร (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนันท์. 2531 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Levinger and Senn. 1967)

อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ในทำนองเดียวกันได้พบว่าประสิทธิผลของการสื่อสารมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส (ค่า Gamma = 0.42672)

กล่าวโดยสรุป ตัวแปรที่พบว่ามีความสัมพันธ์หรือส่งผลกระทบต่อความสุขในชีวิตสมรสที่ได้มีผู้ศึกษาไว้แล้วมีดังนี้คือ

ตัวแปรก่อนการสมรส

1. ความคล้ายคลึงของภูมิหลังทางสังคม
2. อายุแรกสมรส
3. คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา
4. การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ

ตัวแปรระหว่างการสมรส

1. รายได้ของครอบครัว
2. ระยะเวลาการสมรส
3. การมีบุตร
4. ความสมานฉันท์ทางบทบาท
5. ความเสียเปรียบสัมพัทธ์
6. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต
7. ประสิทธิผลของการสื่อสาร

จะเห็นได้ว่า ตัวแปรที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาในครั้งนี้ มีตัวแปรบางตัว ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคมนั้น ยังไม่มีผู้ใดนำมาศึกษาว่ามีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรสอย่างไร ผู้วิจัยจึงได้นำตัวแปรต่าง ๆ ดังกล่าวรวมทั้งระยะเวลาการสมรสและพฤติกรรมเผชิญความเครียด มาศึกษาว่าตัวแปรใดที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้ และอยู่ในลำดับแตกต่างกันอย่างไร ในการศึกษาครั้งนี้ด้วย

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

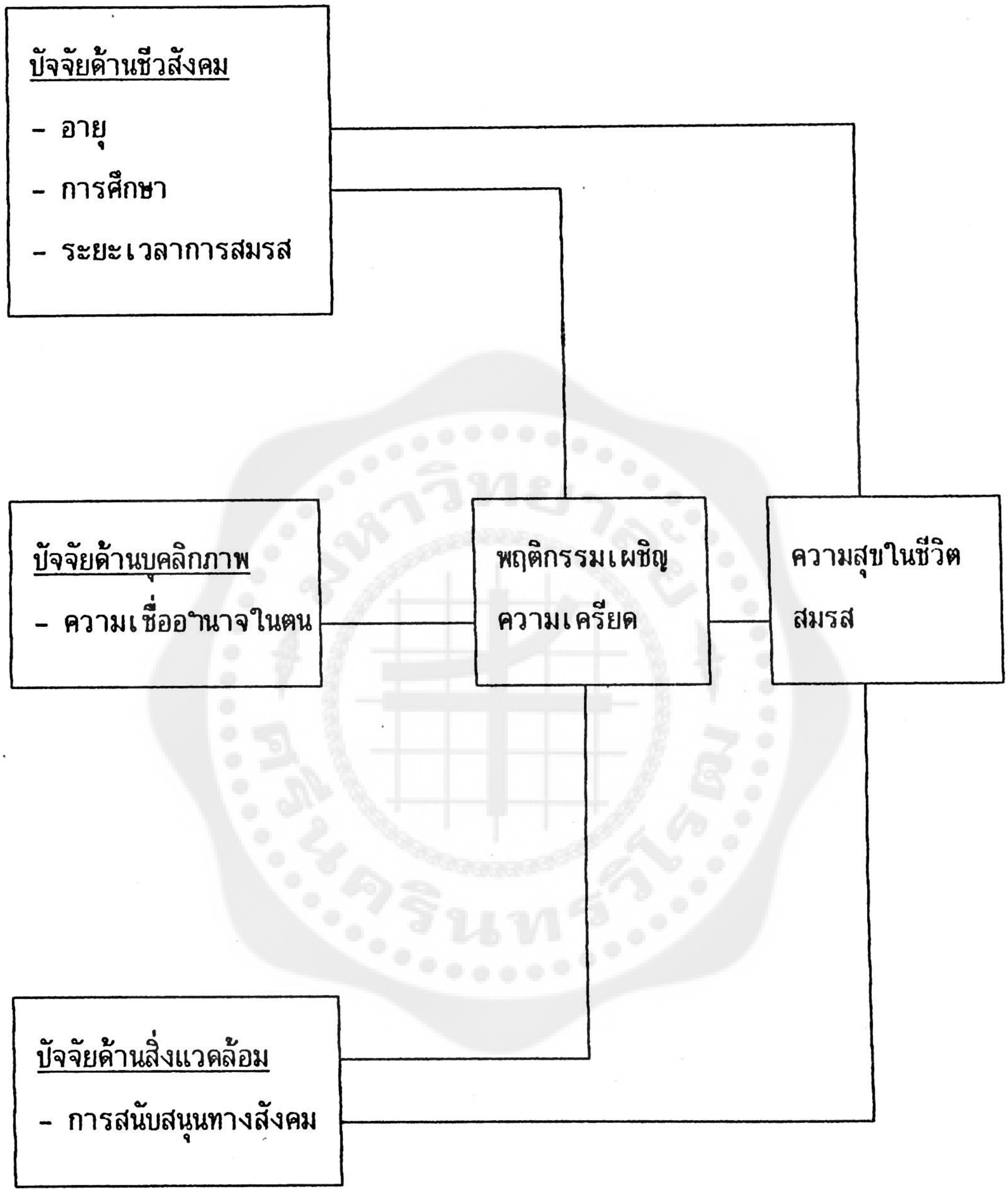
1. ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดดังนี้

1.1 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

1.2 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนในตนเองและการหลีกเลี่ยง

2. สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีระดับการศึกษา หรืออายุ หรือระยะเวลาการสมรส หรือความเชื่ออำนาจภายในตน หรือการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

3. ตัวแปรทั้งหมด ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียด ความสุขในชีวิตสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความสุขในชีวิตสมรส



ภาพประกอบ 1 แสดงกรอบความคิด (Conceptual Framework) ในการศึกษาค้นคว้า

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วยขั้นตอนการดำเนินการที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

<u>การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง</u>

1. ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ สตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นพยาบาลประจำการ ทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535 จำนวนประมาณ 400 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ สตรีที่สมรสแล้วซึ่งเป็นพยาบาลประจำการทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535 จำนวน 214 คน

<u>วิธีดำเนินการเลือกกลุ่มตัวอย่าง</u>

สุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากทะเบียนรายชื่อพยาบาลที่สมรสแล้ว ในปี พ.ศ. 2535 โดยใช้ตารางเลขสุ่ม (Table of Random Sampling)

<u>เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล</u>

การเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ ใช้เครื่องมือซึ่งแบ่งเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลรายละเอียดส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรที่ศึกษาได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส

ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดความสุขในชีวิตสมรส ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ

ตอนที่ 3 เป็นแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ

ตอนที่ 4 เป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ

ตอนที่ 5 เป็นแบบวัดรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ

<u>แบบสอบถามตอนที่ 1</u> ข้อมูลรายละเอียดส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามตัวแปรที่ศึกษา

<u>แบบสอบถามตอนที่ 2</u> แบบวัดความสุขในชีวิตสมรส เป็นแบบวัดความสุขในชีวิตสมรสที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจาก แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของจันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล (2526) ซึ่งใช้ศึกษาตัวแบบสมุฏฐานความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ลักษณะของแบบสอบถาม เป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 คำตอบ แต่ละข้อคำถามวัดเนื้อหาเกี่ยวกับความพึงพอใจ หรือเป็นสุขของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตัวเองในแง่ต่าง ๆ คือ ด้านเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิทยา ด้านละ 4 ข้อ รวมทั้งสิ้น 12 ข้อ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบเพียง 1 คำตอบ

<u>ตัวอย่างแบบสอบถาม</u>

ความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้านเศรษฐกิจ

(0) ท่านรู้สึกพอใจกับฐานะเศรษฐกิจของครอบครัวท่าน

จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

ความพึงพอใจในชีวตสมรสด้านสังคม

(00) ท่านรู้สึกว่าท่านและคู่สมรสของท่านมักจะเปิดโอกาสแก่กัน ในการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว

จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

ความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้านจิตวิทยา

(000) ถ้าสามารถย้อนเวลาได้ ท่านอยากกลับไปเป็นโสดเหมือนเดิม

จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>เกณฑ์การให้คะแนน</u>

เกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามเป็นดังนี้

ข้อความที่เป็นข้อความทางบวกยกตัวอย่างเช่น ข้อ (0) และ (00) เกณฑ์การให้คะแนนคือ

ถ้าตอบในช่อง จริงที่สุด ให้ 5 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ค่อนข้างจริง ให้ 4 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง จริงปานกลาง ให้ 3 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ไม่ค่อยจริง ให้ 2 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ไม่จริงเลย ให้ 1 คะแนน

ข้อคำถามที่เป็นข้อความทางลบ ยกตัวอย่าง ดังเช่นข้อ (000) เกณฑ์การให้คะแนนคือ

ถ้าตอบในช่อง จริงที่สุด ให้ 1 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง จริงปานกลาง ให้ 3 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ไม่ค่อยจริง ให้ 4 คะแนน
ถ้าตอบในช่อง ไม่จริงเลย ให้ 5 คะแนน

<u>การแปลผลคะแนน</u>

คะแนนความสุขในชีวิตสมรสอยู่ในช่วง 12 - 60 คะแนน

คะแนนมาก หมายความว่า มีความสุขในชีวิตสมรสมาก

คะแนนน้อย หมายความว่า มีความสุขในชีวิตสมรสน้อย

<u>วิธีดัดแปลง</u> ดำเนินงานตามลำดับดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 6 ; อ้างอิงมาจาก Burr. 1976 ; จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล. 2526)

2. เขียนนิยามของความสุขในชีวิตสมรส เพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องที่ศึกษาดังนี้

ความสุขในชีวิตสมรส หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจ หรือเป็นสุขของสตรีที่สมรสแล้วที่มีต่อสถานการณ์ในชีวิตสมรสของตัวเองในแง่ต่าง ๆ คือ ด้านเศรษฐกิจ สังคม และจิตวิทยา ดังนี้คือ

2.1 ด้านเศรษฐกิจ ซึ่งเกี่ยวกับการเงิน และการใช้จ่ายภายในครอบครัวฯลฯ

2.2 ด้านสังคม เมื่อคู่สมรสใช้ชีวิตอยู่เป็นครอบครัว เขาปฏิบัติกันเช่นไร เช่น ให้เกียรติและยกย่องซึ่งกันและกัน ให้โอกาสแก่กันในการแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ฯลฯ

2.3 ด้านจิตวิทยา ซึ่งเกี่ยวกับความรู้สึกในส่วนลึกของจิตใจของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อเปลี่ยนสถานภาพจากโสด มาเป็นสถานภาพการสมรส เขารู้สึกว่าชีวิตสมรสของเขาเป็นอย่างไร รวมทั้งความรู้สึกที่มีต่อความสัมพันธ์ทางเพศ

3. สร้างข้อคำถามโดยดัดแปลงให้ครอบคลุมตามคำนิยามที่กำหนดไว้ ให้ครอบคลุมทุกด้าน จำนวน 24 ข้อ ลักษณะของแบบทดสอบเป็นประโยคบอกเล่า ประกอบด้วย มาตราวัด 5 หน่วย จากไม่จริงเลย ถึง จริงที่สุด

4. ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบเบื้องต้นด้วยการหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นอาจารย์ทางด้านจิตวิทยา 2 ท่าน คือ ดร.นิยะดา จิตต์จรัส และ ผศ.ประณต เค้าฉิม อาจารย์พยาบาล 1 ท่าน คือ ผศ.อัจฉรา เตชะฤทธิ์พิทักษ์ พิจารณาตรวจสอบแบบวัดความสุขในชีวิตสมรสว่า ตรงตามคำนิยามศัพท์เฉพาะที่ตั้งไว้หรือไม่ และนำผลการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบโดยนำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 52 คน นำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบ (Construst Validity) ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมทั้งฉบับกับคะแนนเฉพาะข้อนั้น ๆ โดยใช้สูตร การหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยถือว่าคะแนนรวมเป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวมของสถานการณ์ที่ต้องการจะวัด ดังนั้นข้อคำถามใดก็ตามที่มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมต่ำ แสดงว่าข้อคำถามนั้นไม่ได้วัดในสิ่งที่เป็นโครงสร้างของความสุขในชีวิตสมรส จึงต้องตัดข้อคำถามนั้นออกไป และคัดเลือกคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ให้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ด้านละ 4 ข้อ รวม 12 ข้อ ซึ่งการวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างลักษณะนี้เป็น

การวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบรายข้อ (Item Analysis) ไปในคราวเดียวกัน ผลปรากฏได้ข้อคำถามตามเกณฑ์ดังกล่าว มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .5462 - .7899

6. นำข้อสอบที่ได้คัดเลือกแล้วจากข้อ 5 มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟ่า (α - Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8886

<u>แบบสอบถามตอนที่ 3</u> แบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนที่ จันทร์เพ็ญ เจริญผลารักษ์ (2516 : 160) ดัดแปลงจากแบบทดสอบของรอดเตอร์ (Rottor) แครนดอลล์ แคทคอสกี้ และเพรสตัน (Crandall, Katkousky and Presten) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะความเป็นผู้นำกับความเกรงใจและไลกทัศน์แบบควบคุมจากภายนอก - ภายใน มาดัดแปลงเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 คำตอบ แต่ละข้อคำถามวัดเนื้อหาเกี่ยวกับความเชื่อของบุคคลว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่าง ๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากการกระทำของตนเอง มิใช่จากโชคชะตา ความบังเอิญ หรือบุคคลที่มีอำนาจอยู่เหนือตนรวมทั้งสิ้น 10 ข้อ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบเพียง 1 คำตอบ

<u>ตัวอย่างของแบบสอบถาม</u>

<u>ข้อความทางบวก</u>

(0) เมื่อท่านวางโครงการที่จะทำอะไร ก็เกือบแน่ใจได้ว่าท่านจะทำสิ่งนั้นสำเร็จ

-------	-------	------	------	------
จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>ข้อความทางลบ</u>

(00) ส่วนมากเรื่องเศร้าในชีวิตของคนเรา เป็นผลมาจากโชคร้าย

-------	-------	------	------	------
จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>เกณฑ์การให้คะแนน</u>

เกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามเป็นดังนี้

ข้อความที่เป็นข้อความแสดงถึงความเชื่ออำนาจในตน ยกตัวอย่างเช่น ข้อ (0) เกณฑ์การให้คะแนนคือ

ถ้าตอบในช่อง	จริงที่สุด	ให้	5	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ค่อนข้างจริง	ให้	4	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	จริงปานกลาง	ให้	3	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ไม่ค่อยจริง	ให้	2	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน

ข้อคำถามที่เป็นข้อความแสดงถึงความเชื่ออำนาจภายนอกตน ยกตัวอย่าง ดังเช่น ข้อ (00) เกณฑ์การให้คะแนนคือ

ถ้าตอบในช่อง	จริงที่สุด	ให้	1	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ค่อนข้างจริง	ให้	2	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	จริงปานกลาง	ให่	3	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ไม่ค่อยจริง	ให้	4	คะแนน
ถ้าตอบในช่อง	ไม่จริงเลย	ให้	5	คะแนน

<u>การแปลผลคะแนน</u>

คะแนนความเชื่ออำนาจภายในตนของสตรีที่สมรสแล้วจะอยู่ในช่วง 10 - 50 คะแนน โดยสตรีที่สมรสแล้วผู้ซึ่งได้คะแนนสูงกว่าจะมีอำนาจภายในตนสูงกว่าผู้ซึ่งได้คะแนนต่ำกว่า

<u>วิธีดัดแปลงแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน</u> มีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี นิยาม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นกรอบในการสร้างแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; วรรณี บรรเทิง. 2527 : 20 ; จันทร์เพ็ญ เจริญผลารักษ์. 2516 : 160)

2. เขียนนิยามของความเชื่ออำนาจภายในตน ตามทฤษฎีของรอตเตอร์ ดังนี้

ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความเชื่อของบุคคลว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่าง ๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากการกระทำของตนเองมิใช่เกิดจากโชคชะตา ความบังเอิญ หรือบุคคลที่มีอำนาจอยู่เหนือตน โดยวัดในเรื่องของชีวิตสมรสและเรื่องเหตุการณ์ทั่วไป

3. สร้างข้อคำถามโดยดัดแปลงให้ครอบคลุมตามคำนิยามที่กำหนดไว้ จำนวน 20 ข้อ ลักษณะของคำถามเป็นประโยค ประกอบด้วยมาตาส่วนประเมินค่า 5 อันดับ จัดแบบสอบถามให้อยู่ในรูปที่นำไปใช้ได้ แล้วนำแบบสอบถามฉบับนี้ไปหาคุณภาพต่อไป

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นอาจารย์ทางจิตวิทยา 2 ท่าน คือ ดร.นิยะดา จิตต์จรัส ผศ.ประณต เค้าฉิม และอาจารย์พยาบาล 1 ท่าน คือ ผศ.อัจฉรา เตชะฤทธิพิทักษ์ พิจารณาว่าแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนตรงตามคำนิยามศัพท์เฉพาะที่ตั้งไว้หรือไม่ แล้วนำผลจากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิต่อไป

5. นำแบบวัดความเชื่ออำนายภายในตนที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 52 คน นำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับโดยใช้สูตรของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยถือว่าคะแนนรวมเป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวม ๆ ของสถานการณ์ที่ต้องการวัด ดังนั้นข้อคำถามใดก็ตามที่มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมต่ำ แสดงว่าข้อคำถามนั้นไม่ได้วัดในสิ่งที่เป็นโครงสร้างของความเชื่ออำนาจภายในตน จึงต้องตัดข้อคำถามนั้นออกไป แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงสุดกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 10 ข้อ ซึ่งข้อคำถามที่คัดเลือกตามเกณฑ์ดังกล่าวนี้มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .3205 - .7120 การวิเคราะห์ในลักษณะนี้เป็นการวิเคราะห์หาค่าอำนาจของข้อสอบรายข้อ (Item Analysis) และเป็นการวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบไปในคราวเดียวกัน

6. หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบทั้งฉบับ ด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α- Coefficient) พบว่ามีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .7386

<u>แบบสอบถามตอนที่ 4</u> เป็นแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมที่ เจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) สร้างขึ้นโดยอาศัยแนวทางการสร้างข้อคำถามจากแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมของ สมจิต สินธุชัย (2532) และจากการศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยอาศัยแนวคิดของทอยส์ (Thoits. 1982) เพื่อใช้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการการสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรังมาดัดแปลงเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Ratings Scale) 5 คำตอบ แต่ละข้อคำถามเป็นข้อความที่แสดงความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Need) ของบุคคลซึ่งเกิดจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร ด้านเครื่องมือ ด้านอารมณ์และสังคม 3 ด้าน ด้านละ 4 ข้อ รวมทั้งสิ้น 12 ข้อ

ตัวอย่างแบบสอบถาม

<u>การสนับสนุนทางสังคม ด้านข้อมูล ข่าวสาร</u>

ข้อ (0) เมื่อท่านมีปัญหา ท่านมักจะได้รับคำแนะนำที่เป็นประโยชน์จากคนใกล้ชิดเสมอ

-------	-------	------	------	------
จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>การสนับสนุนทางสังคมด้านเครื่องมือ</u>

ข้อ (00) ถ้าท่านมีปัญหาเรื่องการเงิน เพื่อนฝูง ญาติมิตรจะช่วยเหลือหรือให้ท่านยืมได้

-------	-------	------	------	------
จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>การสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์และสังคม</u>

ข้อ (000) เมื่อท่านมีปัญหากับคู่สมรสของท่าน ท่านมักจะได้รับความเห็นใจจากคนใกล้ชิดเสมอ

-------	-------	------	------	------
จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย

<u>เกณฑ์การให้คะแนน</u>

เกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามเป็นดังนี้

ถ้าตอบในช่อง จริงที่สุด ให้ 5 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง ค่อนข้างจริง ให้ 4 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง จริงปานกลาง ให้ 3 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง ไม่ค่อยจริง ให้ 2 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง ไม่จริงเลย ให้ 1 คะแนน

การแปลผลคะแนน คะแนนการสนับสนุนทางสังคมของสตรีที่สมรสแล้ว จะอยู่ในช่วง 12 - 60 คะแนน โดยที่สตรีที่สมรสแล้วผู้ซึ่งได้คะแนนสูงกว่าจะได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

<u>วิธีดัดแปลงแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม</u> มีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี นิยาม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 117 ; Thoits. 1982 : 147)

2. เขียนนิยามของการสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องที่ศึกษา โดยอาศัยแนวความคิดของ ทอยส์ (Thoits. 1982, 1986) ดังนี้

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางสังคม (Basic Social Need) ของตนจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่นจากสมาชิกภายในครอบครัว เพื่อน ผู้ร่วมงาน ญาติ และเพื่อนบ้าน เป็นต้น

2.1 การสนับสนุนด้านเครื่องมือ (Instrumental Aid) หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้ว ได้รับความช่วยเหลือด้านแรงงาน วัสดุอุปกรณ์ สิ่งของ เงินทอง ที่จะทำให้บุคคลที่ได้รับนั้นสามารถดำรงบทบาทหรือหน้าที่รับผิดชอบได้ตามปกติ

2.2 การได้รับการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Informational Aid) หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้วได้รับข้อมล ข่าวสาร รวมทั้งได้รับคำแนะนำและการป้อนกลับ

2.3 การได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์และสังคม (Socioemctional Aid) หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้วได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ได้รับการยอมรับเห็นคุณค่า และรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

3. สร้างข้อคำถามโดยดัดแปลงให้ครอบคลุมตามคำนิยามที่กำหนดไว้ ให้ครอบคลุมทุกด้าน จำนวน 24 ข้อ ลักษณะของแบบทดสอบเป็นประโยคบอกเล่าประกอบด้วยมาตราวัด 5 หน่วย จาก ไม่จริงเลย ถึงจริงที่สุด

4. ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบเบื้องต้นด้วยการหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์ทางด้านจิตวิทยา 2 ท่าน คือ อาจารย์ ดร.นิยะดา จิตต์จรัส ผศ.ประณต เค้าฉิม และอาจารย์พยาบาล 1 ท่าน คือ ผศ.อัจฉรา เตชะฤทธิ์พิทักษ์ พิจารณาตรวจสอบแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมว่าตรงตามคำนิยามศัพท์เฉพาะที่ตั้งไว้หรือไม่ และนำผลการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบโดยนำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 52 คน นำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบ (Construct Validity) ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมทั้งฉบับกับคะแนนเฉพาะข้อนั้น ๆ โดยใช้สูตรการหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยถือว่าคะแนนรวมเป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวมของสถานการณ์ที่ต้องการจะวัด ดังนั้นข้อคำถามใดก็ตามที่มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมต่ำ แสดงว่าข้อคำถามนั้นไม่ได้วัดในสิ่งที่เป็นโครงสร้างของการสนับสนุนทางสังคมจึงต้องตัดข้อคำถามนั้นออกไป แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ในทางบวกกับ

คะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ให้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ๆ ละ 4 ข้อ รวม 12 ข้อ ซึ่งการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างลักษณะนี้เป็นการวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบรายข้อ (Item Analysis) ไปในคราวเดียวกัน ผลปรากฏได้ข้อคำถามตามเกณฑ์ดังกล่าว มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมทั้งฉบับอยู่ระหว่าง .3491 - .7176

6. นำข้อสอบที่ได้คัดเลือกแล้วจากข้อ 5 มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α- Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8351

<u>แบบสอบถามตอนที่ 5</u>

เป็นแบบวัดรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด ที่ผู้วิจัยดัดแปลง โดยแปลและปรับปรุงมาจากแบบทดสอบ A Marital Coping Inventory ของโบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ลักษณะของแบบสอบถามนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่กลุ่มตัวอย่างใช้ ประกอบด้วย 5 รูปแบบได้แก่ การแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจตนเอง และการหลีกเลี่ยงรูปแบบละ 10 ข้อ รวมทั้งสิ้น 50 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 คำตอบ โดยให้ผู้ตอบเลือกเพียง 1 คำตอบ

<u>ตัวอย่างแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

<u>โปรดอ่านข้อความข้างล่างก่อนลงมือทำแบบสอบถามตอนนี้</u>

1. ในชีวิตสมรสนั้นเป็นปกติธรรมดาที่คู่สมรสอาจเกิดความขัดแย้งกันได้ ในฐานะที่ท่านเป็นภรรยา ขอให้ระลึกถึงปัญหาซึ่งเป็นปัญหาใหญ่ หรือปัญหาหลักที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง ระหว่างท่านและคู่สมรสของท่าน (ไม่ต้องเขียนระบุปัญหา เพียงแต่ระลึกไว้ในใจ)

<u>ตัวอย่าง</u> ปัญหาที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง เช่น ท่านไม่พอใจที่สามีของท่านไม่ช่วยเลี้ยงดูบุตร ท่านไม่พอใจที่สามีไม่ช่วยทำงานบ้าน ท่านไม่เห็นด้วยกับการใช้เงินฟุ่มเฟือยของสามีของท่าน ท่านรู้สึกว่าสามีไม่เข้าใจความรู้สึกของท่าน ท่านและสามีของท่านมีความต้องการที่ไม่สอดคล้องกันในเรื่องทางเพศสัมพันธ์ ฯลฯ

2. นำปัญหาที่ระลึกนั้นมาเป็นแนวทางในการตอบแบบสอบถามว่า <u>เมื่อเกิดปัญหานั้นแล้ว ท่านได้กระทำสิ่งต่าง ๆ ที่ระบุไว้</u> ในข้อคำถามแต่ละข้อต่อไปนี้ <u>บ่อยครั้งเพียงใด</u> (โดยเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวจากบ่อยที่สุดถึงไม่เคยเลย

<u>ตัวอย่างแบบสอบถาม</u>

ข้อที่	การกระทำของท่าน เมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
รูปแบบที่ 1 0	<u>การแสดงความขัดแย้ง</u> ท่านจะพูดตะคอกใส่สามีของท่าน	.....	....	....	....	.....
รูปแบบที่ 2 00	<u>การตำหนิตนเอง</u> ท่านจะคิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นความผิดของตัวท่านเอง	.....	....	....	....	.....
รูปแบบที่ 3 000	<u>การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก</u> ท่านจะบอกให้สามีของท่านทราบว่าท่านยังคงรักและห่วงใยเขาอยู่เสมอ	.....	....	....	....	.....

ข้อที่	การกระทำของท่าน เมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
รูปแบบที่ 4	<u>การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง</u> ท่านจะออกงานสังคมเพียงลำพังมากกว่าปกติ	.....	....	....	....	.....
รูปแบบที่ 5 00000	<u>การหลีกเลี่ยง</u> ท่านจะปฏิเสธที่จะมีเพศสัมพันธ์กับคู่สมรสของท่าน					

<u>เกณฑ์การให้คะแนนรูปแบบพฤติกรรมเผชิญความเครียด</u>

เกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามเป็นดังนี้

ถ้าตอบในช่อง บ่อยที่สุด ให้ 5 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง บ่อยครั้ง ให้ 4 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง บางครั้ง ให้ 3 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง น้อยมาก ให้ 2 คะแนน

ถ้าตอบในช่อง ไม่เคยเลย ให้ 1 คะแนน

<u>การแปลผลคะแนน</u>

คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในแต่ละรูปแบบจะอยู่ในช่วงระหว่าง 10 - 50 คะแนน

คะแนนมากหมายความว่า มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดอยู่ในรูปแบบนั้นมาก

คะแนนน้อย หมายความว่า มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนั้นน้อย

<u>วิธีดัดแปลง</u> ดำเนินงานตามลำดับดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด โดยเฉพาะการสร้างแบบทดสอบวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียดของคู่สมรส (A Marital Coping Inventory) ของไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474)

2. เขียนนิยามปฏิบัติการของพฤติกรรมเผชิญความเครียด เพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องที่ศึกษาดังนี้

พฤติกรรมเผชิญความเครียด หมายถึง ความพยายามในการใช้กระบวนการทางความคิดและจิตใจสตรีที่สมรสแล้วซึ่งแสดงออกมาในรูปพฤติกรรมแบบต่าง ๆ เพื่อที่จะควบคุมลด หรือบรรเทาความเครียดที่เกิดจากความขัดแย้งในชีวิตสมรสของตน เพื่อดำรงไว้ซึ่งภาวะสมดุลทางจิตใจ แบ่งออกเป็น 5 รูปแบบ ดังนี้

2.1 การแสดงความขัดแย้ง เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกัน

2.2 การตำหนิตนเอง (Introspective Self-Blame) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะของการตำหนิตนเอง มีความวิตกกังวล รู้สึกไม่สบายใจยุ่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สุขภาพร่างกายอ่อนแอ

2.3 การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (Positive Approach) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งถึงความรักที่มีต่อกันหวนระลึกถึงความทรงจำที่ดีที่มีต่อกัน ร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน

2.4 การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (Self - Interest) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น

2.5 การหลีกเลี่ยง (Avoidance) เป็นวิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะพยายามที่จะปฏิเสธ ระงับ หรืออดกลั้นความรู้สึกเอาไว้

3. เขียนข้อความตามรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียด โดยผู้วิจัยได้ทำการแปลแบบสอบถามของ ไบว์แมน (Bowman. 1990) และเขียนเพิ่มเติมในบางส่วนให้ครอบคลุมทุกรูปแบบ รูปแบบละ 20 ข้อ รวมทั้งหมด 100 ข้อ ลักษณะของข้อความเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 อันดับ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 คำตอบ

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบทดสอบ โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์ทางจิตวิทยา 2 ท่าน คือ ดร.นิยะดา จิตต์จรัส และ ผศ.ประณต เค้าฉิม อาจารย์พยาบาล 1 ท่าน คือผศ.อัจฉรา เตชะฤทธิ์พิทักษ์ พิจารณาตรวจสอบแบบวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียดว่าตรงตามคำนิยามศัพท์เฉพาะที่ตั้งไว้หรือไม่ แล้วผลการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. ตรวจสอบคุณภาพของแบบทดสอบโดยนำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 52 คน นำผลที่ได้มาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบ (Construct Validity) ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมแต่ละข้อกับคะแนนรวมเฉพาะของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ โดยใช้สูตรของ เพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) โดยถือว่าคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบเป็นคะแนนที่แทนโครงสร้างรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบที่ต้องการ ดังนั้นข้อคำถามใดก็ตามที่มีค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมต่ำ แสดงว่าข้อคำถามนั้นไม่ได้วัดในสิ่งที่เป็นโครงสร้างของพฤติกรรมนั้น จึงต้องตัดข้อคำถามนั้นออกไป แล้วคัดเลือกข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในแต่ละรูปแบบที่มีค่าสหสัมพันธ์ในทางบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนั้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รูปแบบละ 10 ข้อ รวมเป็น

50 ข้อ ซึ่งการวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างลักษณะนี้เป็นการวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบรายข้อ (Item Analysis) ไปในคราวเดียวกัน ผลปรากฏได้ข้อคำถามตามเกณฑ์ดังกล่าวดังนี้คือ

ข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบการแสดงความขัดแย้ง มีค่าสหสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้อยู่ระหว่าง .5007 - .7813

ข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบการตำหนิตนเอง มีค่าสหสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดรูปแบบนี้อยู่ระหว่าง .5099 - .7903

ข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก มีค่าสหสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้อยู่ระหว่าง .3866 - .7497

ข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง มีค่าสหสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้อยู่ระหว่าง .3484 - .5673

ข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง มีค่าสหสัมพันธ์เชิงบวกกับคะแนนรวมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้อยู่ระหว่าง .5430 - .7453

6. นำข้อสอบที่ได้คัดเลือกแล้วจากข้อ 5 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่นของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยงมีค่าเท่ากับ .8553, .8739, .8652, .6263 และ .8129 ตามลำดับ

<u>การเก็บรวบรวมข้อมูล</u>

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ติดต่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการโรงพยาบาลที่จะไปทำการเก็บข้อมูล

2. นำแบบสอบถามที่มีความเรียบร้อยสมบูรณ์แล้วมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

<u>การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล</u>

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Sciences version 10 : SPSS^{x}) และวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับต่อไปนี้

1. แยกคะแนนตามกลุ่มตัวแปรอิสระที่ศึกษา

2. หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าความแปรปรวนของคะแนน ความสุข.ในชีวิตสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามกลุ่มตัวอย่างที่แยกตามระดับของตัวแปรอิสระ

3. ทดสอบสมมติฐานข้อ 1 โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แบบเพียร์สัน (Person Product Moment Coefficient of Correlation) และทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสหสัมพันธ์ด้วย t-test

4. ทดสอบสมมติฐานข้อ 2 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว โดยใช้สถิติ (F-test) และในกรณีที่พบว่ามีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม จะทำการทดสอบต่อโดยการเปรียบเทียบรายคู่โดยใช้ Student q-Statistic แบบ Newman-Keuls Method

5. ค้นหาอำนาจในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสจากตัวแปรต่าง ๆ ที่ศึกษาโดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

<u>สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล</u>

1. หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความแปรปรวน

2. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) โดยใช้สูตรของ Cronbach (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 170 - 171)

$$\alpha = \frac{n}{n-1}\left[1 - \frac{\Sigma s_i^2}{s_t^2}\right]$$

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อถือได้

n แทน จำนวนข้อของเครื่องมือ

s_i^2 แทน คะแนนความแปรปรวนเป็นรายข้อ

s_t^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของเครื่องมือทั้งฉบับ

2.2 หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) โดยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมทั้งฉบับกับคะแนนเฉพาะข้อนั้น ๆ โดยใช้สูตรการหาค่าสหสัมพันธ์แบบ Pearson Product Moment Correlation ซึ่งมีสูตรดังนี้ (นิภา ศรีไพโรจน์. 2527 : 183 - 186)

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - \Sigma X\Sigma Y}{\sqrt{\left[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$

เมื่อ r_{xy} แทน ความเที่ยงตรง

X แทน คะแนนที่แต่ละคนตอบข้อนั้น ๆ

Y แทน คะแนนรวมทุกข้อของแต่ละคน

N แทน จำนวนคนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบสมมติฐานข้อ 1 โดยการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Coefficient of Correlation) และทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสหสัมพันธ์ด้วย t-test (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2530 : 321 - 325)

$$r = \frac{N\Sigma XY - \Sigma X\Sigma Y}{\sqrt{\left[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\right]\left[N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\right]}}$$

เมื่อ r แทน สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X กับตัวแปร Y

ΣX แทน ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปร X

ΣY แทน ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปร Y

ΣXY แทน ผลรวมของผลคูณระหว่างค่าของตัวแปร X และ Y

ΣX^2 แทน ผลรวมของกำลังสองของข้อมูลจากตัวแปร X

ΣY^2 แทน ผลรวมกำลังสองของข้อมูลจากตัวแปร Y

$$t = r\sqrt{\frac{n-2}{1-r^2}}$$

เมื่อ t แทน เป็นการแจกแจงของค่า t

N แทน จำนวนคน

df = N - 2

3.2 ทดสอบสมมติฐานข้อ 2 โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 95) โดยใช้สูตร

$$F_{(k-1,\ N-k)} = MS_b/MS_w$$

$$df = k - 1,\ N - k$$

k คือ จำนวนกลุ่ม

N คือ จำนวนคน

เมื่อ F แทน ค่าสถิติที่มีการแจกแจงแบบ F

MS_b แทน ค่าเฉลี่ยของผลรวมกำลังสองระหว่างกลุ่ม

MS_w แทน ค่าเฉลี่ยของผลรวมกำลังสองภายในกลุ่ม

k - 1 แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระของ MS_b

N - k แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระของ MS_w

ถ้าพบว่า F-test มีนัยสำคัญทางสถิติ ก็ทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่ม โดยใช้วิธีของ Student q-Statistic แบบ Newman-Keuls Method

$$q = \frac{\bar{T}_j - \bar{T}_i}{\sqrt{\frac{MS_w}{\tilde{n}}}}$$

เมื่อ q แทน ค่าสถิติ q (Studentized Range Statistic)

$\bar{T}_j$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มมาก

$\bar{T}_i$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มน้อย

MS_w แทน ค่าเฉลี่ยของผลรวมกำลังสองภายในกลุ่ม

$\tilde{n}$ แทน ค่าตัวกลางฮาร์โมนิคของจำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เท่ากัน

4. สถิติที่ใช้ค้นหาอำนาจการทำนาย

4.1 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของตัวทำนายและระหว่างตัวทำนายกับตัวเกณฑ์ โดยใช้สูตรหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Coefficient of Correlation) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 70)

$$r_{xy} = \frac{\sum XY}{NS_x S_y}$$

เมื่อ r แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

$X = x - \bar{x}$, $Y = y - \bar{y}$

S_x แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร

S_y แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร

N แทน จำนวนคน

4.2 ทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่กำหนดให้ระหว่างตัวทำนายด้วยกัน และระหว่างตัวทำนายกับตัวเกณฑ์โดยใช้ สะติวเดนซ์ ที่ (Student's t) ทดสอบที่ degrees of freedom = N - 2 ดังสูตร (Nie and others. 1975 : 280 - 281)

$$t = r \cdot \sqrt{\frac{N - 2}{1 - r^2}}$$

เมื่อ t แทน ค่าอัตราส่วนทดสอบ

r แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสอง

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้

4.3 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (Multiple Correlation) ระหว่างตัวเกณฑ์กับตัวทำนายที่เข้าสมการ โดยใช้สูตร (Nie and others. 1975 : 330)

$$R = \sqrt{\frac{SS_{reg}}{SS_y}}$$

เมื่อ R แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวทำนายกับตัวเกณฑ์

SS_{reg} แทน ความแปรปรวนของตัวเกณฑ์ที่สามารถอธิบายได้ด้วยตัวทำนาย

SS_y แทน ความแปรปรวนทั้งหมดของตัวเกณฑ์

4.4 ทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้ค่าสัดส่วนเอฟ (F - ratio) ดังนี้ (Nie and others. 1975 : 335)

$$F = \frac{R^2.(N - k - 1)}{(1 - R^2).k}$$

เมื่อ R^2 แทน สัมประสิทธิ์การทำนาย

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

k แทน จำนวนตัวทำนาย

defrees of freedom = k และ N - k - 1

4.5 คำนวนหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญในการทำนายความสุขในชีวิตสมรส ตัดตัวทำนายที่ไม่เหมาะสมออก โดยการทดสอบสถิติส่วนรวม เอฟ (Overall F- test) (Kerlinger. 1964 : 625)

$$F = \frac{(R^2_{y.12...k1} - R^2_{y.12...k2})/(k_1 - k_2)}{(1 - R^2_{y.12...k1})/(N - k_1 - 1)}$$

เมื่อ k_1 แทน จำนวนตัวทำนายของค่า R^2 ที่มากกว่า

k_2 แทน จำนวนตัวทำนายของค่า R^2 ที่น้อยกว่า

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

degrees of freedom = $k_1 - k_2$ และ $N - k_1 - 1$

4.6 หาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวทำนายในรูปคะแนนดิบ (b : Unstandardized Regression Coefficient)

$$b_j = B_j \cdot \frac{S_y}{S_j}$$

เมื่อ B_j แทน beta weight ของตัวแปร j หาได้โดยการแก้สมการใช้วิธี matrix algebra

S_y แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวเกณฑ์

S_j แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวทำนาย

4.7 ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์การถดถอยในรูปคะแนนดิบของตัวทำนายแต่ละตัวที่เข้ามาในสมการถดถอย เพื่อพิจารณาตัวทำนายแต่ละตัวที่เข้ามามีนัยสำคัญหรือไม่ดังนี้ (Nie and others. 1975 : 337)

ตัวแปรแรก $F = \frac{r^2_{y.1}/1}{(1 - R^2_{y.12...k})/(N - k - 1)}$

ตัวแปรที่ 2 $F = \frac{r^2_{y.(2.1)}/1}{(1 - R^2_{y.12...k})/(N - k - 1)}$

ตัวแปรที่ 3 $F = \frac{r^2_{y.(3.12)}/1}{(1 - R^2_{y.12...k})/(N - k - 1)}$

ตัวแปรต่อไป มีวิธีการหาค่า F ในทำนองเดียวกันตามลำดับ

เมื่อ $r^2_{y.1}$ แทน ค่ากำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันของตัวเกณฑ์ (y) กับตัวแปรตัวที่ 1

$r^2_{y(2.1)}$ แทน ค่ากำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ First order Semipartial ระหว่างตัวเกณฑ์ (y) กับ ส่วนของตัวแปรตัวที่ 2 ที่ถูกขจัดจากตัวแปรตัวแปรตัวที่ 1

$r^2_{y(3.12)}$ แทน ค่ากำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Second Order Semipartial ระหว่าง ตัวเกณฑ์ (y) กับส่วนของตัวแปรตัวที่ 3 ที่ถูกจัดออกจากตัวแปรตัวที่ 1 และ 2

4.8 หาค่าความเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ถดถอย ดังนี้ (Nie and others. 1975 : 325 - 326)

$$S.E.b. = \sqrt{\frac{SS_{res}/(N-2)}{SS_x}}$$

เมื่อ $S.E.b$ แทน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ถดถอย

SS_{res} แทน ความแปรปรวนของส่วนที่เหลือ

SS_x แทน ความแปรปรวนของตัวทำนาย

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

4.9 หาค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการทำนาย (Standard Error of Estimate and Prediction Accuracy) ได้ดังนี้ (Nie and others. 1975 : 326 - 326)

$$S.E._{est} = \sqrt{\frac{SS_{res}}{N}}$$

เมื่อ $S.E._{est}$ แทน ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการทำนาย

4.10 หาค่าคงที่ของสมการทำนาย ได้ดังนี้ (Steel and Torrie. 1960 : 286)

$$a = \bar{y} - (\sum_{i-1}^{k} b_i \bar{X}_i)$$

เมื่อ $\bar{y}$ แทน ค่าเฉลี่ยของตัวเกณฑ์

$\bar{X}_i$ แทน ค่าเฉลี่ยของตัวทำนายตัวที่ i ถึง k

b_i แทน ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวทำนายในรูปคะแนนดิบ ตัวที่ i ถึง k

4.11 สร้างสมการพยากรณ์ความสุขในชีวิตสมรสในรูปคะแนนดิบได้ดังนี้ (Kerlinger. 1964 : 612)

$$y' = a + b_1x_1 + b_2x_2 + \ldots + b_kx_k$$

เมื่อ y' แทน คะแนนความสุขในชีวิตสมรสที่ได้จากการทำนายด้วยตัวทำนายในรูปคะแนนดิบ

a แทน ค่าคงที่ของสมการทำนาย

$b_1b_2,\ldots b_k$ แทน สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวทำนายแต่ละตัวในรูปคะแนนดิบ

$x_1x_2,\ldots,x_k$ แทน คะแนนดิบของตัวทำนายแต่ละตัว

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์และแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายและเพื่อสะดวกต่อการนำเสนอผล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
S^2	แทน	ค่าความแปรปรวน
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาใน F-distribution
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean Square)
X_1	แทน	อายุของสตรีที่สมรสแล้ว
X_2	แทน	ระดับการศึกษาของสตรีที่สมรสแล้ว
X_3	แทน	ระยะเวลาการสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว
X_4	แทน	ความเชื่ออำนาจภายในตน
X_5	แทน	การสนับสนุนทางสังคม
X_6	แทน	พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง
X_7	แทน	พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง
X_8	แทน	พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

X_9 แทน พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง

X_{10} แทน พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง

Y แทน ความสุขในชีวิตสมรส

R แทน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

R^2 แทน สัมประสิทธิ์ของการทำนาย

R^2 change แทน สัมประสิทธิ์ของการทำนายที่เปลี่ยนแปลงไปจากการเพิ่มตัวทำนายทีละตัว

F change แทน ค่าสถิติ เอฟ (F) ที่ใช้ทดสอบความมีนัยสำคัญของการเพิ่มตัวทำนายเข้าไปครั้งละ 1 ตัว

S.E.est แทน ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการทำนาย

b แทน สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนดิบ

β แทน สัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน

a แทน ค่าคงที่ของสมการทำนาย

P แทน ค่าของระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ

* แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

*** แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

<u>การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล</u>

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูลได้เสนอเป็นลำดับขั้น ดังนี้

<u>ตอนที่ 1</u> ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

<u>ตอนที่ 2</u> แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว

<u>ตอนที่ 3</u> เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตนและการสนับสนุนทางสังคมของสตรีที่สมรสแล้ว

<u>ตอนที่ 4</u> ค้นหาตัวแปรที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรส โดยใช้อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบเป็นตัวทำนาย

<u>ตอนที่ 1</u> ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างแสดงด้วยข้อมูลในตาราง

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของสตรีที่สมรสแล้วจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
1. อายุ		
20 - 29 ปี	17	7.9
30 - 39 ปี	126	58.9
40 - 49 ปี	69	32.2
50 - 59 ปี	2	0.9
รวม	214	100.0

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
2. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี	2	0.9
ระดับปริญญาตรี	208	97.2
สูงกว่าระดับปริญญาตรี	4	1.9
รวม	214	100.0
3. ระยะเวลาการสมรส		
ต่ำกว่า 10 ปี	119	55.6
10 - 19 ปี	89	41.6
20 - 29 ปี	6	2.8
30 - 39 ปี	0	0
รวม	214	100.0
4. ความเชื่ออำนาจภายในตน		
ความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำ	38	17.8
ความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง	141	65.9
ความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง	35	16.4
รวม	214	100.0

(Mean = 39.715 Mode = 42.000 Median = 41.000 S.D. = 5.546

Minimum = 18.00 Maximum = 49.00)

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
5 การสนับสนุนทางสังคม		
การสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ	26	12.1
การสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง	156	72.9
การสนับสนุนทางสังคมระดับสูง	32	15.0
รวม	214	100.0
(Mean = 42.136 Mode = 37.000 Median = 42.000 S.D. = 8.094		
Minimum = 17.00 Maximum = 60.00)		
6 ความสุขในชีวิตสมรส		
มีความสุขในชีวิตสมรสน้อยมาก	1	0.5
ค่อนข้างไม่มีความสุขในชีวิตสมรส	6	2.8
ค่อนข้างมีความสุขในชีวิตสมรส	82	38.3
มีความสุขในชีวิตสมรสมาก	125	58.4
รวม	214	100.0
(Mean = 49.528 Mode = 48.000 Median = 50.000 S.D. = 6.968		
Minimum = 24.00 Maximum = 60.000)		

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
7. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง		
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้น้อย	105	49.1
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างน้อย	101	47.2
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างมาก	8	3.7
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้มาก	0	0.0
รวม	214	100.0
(Mean = 20.397 Mode = 23.000 Median = 21.000 S.D. = 5.459 Minimum = 10.000 Maximum = 38.000)		
8. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง		
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้น้อย	95	44.4
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างน้อย	106	49.5
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างมาก	13	6.1
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้มาก	0	0.0
รวม	214	100.0
(Mean = 21.491 Mode = 20.000 Median = 21.000 S.D. = 5.516 Minimum = 10.000 Maximum = 35.000)		

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
9. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก		
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้น้อย	5	2.3
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างน้อย	78	36.4
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างมาก	120	56.1
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้มาก	11	5.0
รวม	214	100.0
(Mean = 31.836 Mode = 32.000 Median = 32.000 S.D. = 5.783		
Minimum = 17.000 Maximum = 47.000)		
10. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง		
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้น้อย	52	24.3
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างน้อย	138	64.5
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างมาก	23	10.7
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้มาก	1	0.5
รวม	214	100.0
(Mean = 23.893 Mode = 25.000 Median = 24.000 S.D. = 5.600		
Minimum = 10.000 Maximum = 43.000)		

ตาราง 1 (ต่อ)

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	ร้อยละ
11. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง		
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้น้อย	43	20.1
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างน้อย	143	66.8
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้ค่อนข้างมาก	28	13.1
มีพฤติกรรมรูปแบบนี้มาก	0	0.0
รวม	214	100.0
(Mean = 24.696 Mode = 27.000 Median = 25.000 S.D. = 5.514 Minimum = 10.000 Maximum = 36.000)		

จากลักษณะของกลุ่มตัวอย่างนี้ที่แสดงไว้ในตาราง 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่จำแนกตามตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส มีกลุ่มตัวอย่างบางกลุ่มที่มีจำนวนน้อยมาก (กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 50 - 59 ปี มีจำนวน 2 คน ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรี มีจำนวน 2 และ 4 คน ตามลำดับ ระยะเวลาการสมรส 20 - 29 ปี และ 30 - 39 ปี มีจำนวน 6 คน และ 0 คน ตามลำดับ) ซึ่งเมื่อพิจารณาจากค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่จำแนกตามตัวแปรเหล่านี้ พบว่า ถ้ารวมเอากลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยดังกล่าวข้างต้นเข้าไปในการวิเคราะห์ข้อมูล จะทำให้กลุ่มตัวอย่างที่นำมาเปรียบเทียบกันนั้น มีความแปรปรวนแตกต่างกันมาก ซึ่งขัดกับข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย F-test (นั่นคือ กลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มต้องมีความแปรปรวนเท่ากัน) ผู้วิจัยจึงตัดกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยเหล่านี้ออกไปจากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ของการวิจัย ดังนั้นสำหรับตัวแปร

อายุจะมีการเปรียบเทียบเพียง 3 กลุ่ม คือ อายุ 20 - 29 ปี 30 - 39 ปี และ 40 - 49 ปี ตัวแปรระยะเวลาการสมรสจะมีการเปรียบเทียบเพียง 2 กลุ่ม คือต่ำกว่า 10 ปี และ 10 - 19 ปี สำหรับตัวแปรระดับการศึกษานั้น เมื่อตัดกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนน้อยออกจะเหลือกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในระดับปริญญาตรีเพียงกลุ่มเดียว ดังนั้น ผู้วิจัยจึงตัดตัวแปรระดับการศึกษาออกจากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ของการวิจัย

นอกจากนี้จากข้อมูลในตาราง1 แสดงให้เห็นว่าส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา มีอายุอยู่ในช่วง 30 - 39 ปี (58.9%) มีระดับการศึกษาในระดับปริญญาตรี (97.2%) มีระยะเวลาการสมรสต่ำกว่า 10 ปี (55.6%) มีความเชื่ออำนาจภายในตนค่อนข้างสูง (Mean = 39.715 ดังนั้นคะแนนเฉลี่ยรายข้อของผู้ตอบแบบสอบถาม = 3.97 ซึ่งเมื่อพิจารณาเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่ในช่องค่อนข้างจริง) ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลางค่อนไปทางระดับค่อนข้างสูง (Mean = 42.136 ดังนั้นคะแนนค่าเฉลี่ยรายข้อ = 3.5 ซึ่งเมื่อเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่กึ่งกลางระหว่างช่องจริงปานกลางและค่อนข้างจริง) มีความสุขในชีวิตสมรสค่นอข้างมาก (Mean = 49.528 ดังนั้นคะแนนค่าเฉลี่ยรายข้อจะเท่ากับ 4.0 ซึ่งเมื่อเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่ในช่องค่อนข้างจริง) มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเองค่อนข้างน้อย (Mean = 20.397 และ 21.491 ตามลำดับ ดังนั้นค่าคะแนนเฉลี่ยรายข้อจะเท่ากับ 2.04 และ 2.15 ตามลำดับ ซึ่งเมื่อเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่ในช่องน้อยมาก) มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความพฤติกรรมเชิงบวกในระดับปานกลาง (Mean = 31.836 ดังนั้นค่าคะแนนเฉลี่ยรายข้อจะ เท่ากับ 3.18 ซึ่งเมื่อเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่ในช่องบางครั้ง) และมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองค่อนข้างน้อย ค่อนไปทางปานกลาง (Mean = 24.696 และ 23.893 ตามลำดับ ซึ่งค่าคะแนนเฉลี่ยรายข้อจะเท่ากับ 2.47 และ 2.39 ตามลำดับ ซึ่งเมื่อเทียบกับมาตราส่วนประเมินค่าในแบบสอบถามจะอยู่ค่อนมาทางช่องบางครั้ง)

ตอนที่ 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่าความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกและมีความสัมพันธ์ทางลบกับการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยง

ตาราง 2 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ

	พฤติกรรมเผชิญความเครียด				
	การแสดงความขัดแย้ง	การตำหนิตนเอง	การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	การหลีกเลี่ยง
ความสุขในชีวิตสมรส	-.4200***	-.4794***	.2163***	-.4212***	-.3574***

***มีนัยสำคัญที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 2 แสดงให้เห็นว่าความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองและการหลีกเลี่ยงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

<u>ตอนที่ 3</u> เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรต่าง ๆ ดังนี้

1.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามระดับอายุ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 3 ดังนี้

ตาราง 3 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามระดับอายุ

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การแสดงความขัดแย้ง	ระหว่างกลุ่ม	2	0.6296	.3148	.0105
	ภายในกลุ่ม	209	6281.2336	30.0537	
	รวม	211	6281.8632		
การตำหนิตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	5.7993	2.8997	.0961
	ภายในกลุ่ม	209	6305.6724.	30.1707	
	รวม	211	6311.4717		
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	ระหว่างกลุ่ม	2	145.6437	72.8218	2.1991
	ภายในกลุ่ม	209	6920.8233	33.1140	
	รวม	211	7066.4670		

ตาราง 3 (ต่อ)

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	42.6348	21.3174	.7110
	ภายในกลุ่ม	209	6266.2331	29.9820	
	รวม	211	6308.8979		
การหลีกเลี่ยง	ระหว่างกลุ่ม	2	8.9492	4.4746	.1470
	ภายในกลุ่ม	209	6362.3527	30.4419	
	รวม	211	6371.3019		

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 3 แสดงว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในทุกรูปแบบทั้ง 5 รูปแบบ

1.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียด แต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามระยะเวลาการสมรส เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งมีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 4 ดังนี้

ตาราง 4 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามระยะเวลาการสมรส

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การแสดงความขัดแย้ง	ระหว่างกลุ่ม	1	.3218	.3218	.0111
	ภายในกลุ่ม	206	5982.1205	29.0394	
	รวม	207	5982.4423		
การตำหนิตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	1	8.9649	8.9649	.3079
	ภายในกลุ่ม	206	5998.3427	29.1182	
	รวม	207	6007.3077		
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	ระหว่างกลุ่ม	1	248.9852	248.9852	7.6204**
	ภายในกลุ่ม	206	6730.7841	32.6737	
	รวม	207	6979.7692		
การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	1	10.2334	10.2334	.3453
	ภายในกลุ่ม	206	6104.4589	29.6333	
	รวม	207	6114.6923		
การหลีกเลี่ยง	ระหว่างกลุ่ม	1	3.7183	3.7183	.1230
	ภายในกลุ่ม	206	6229.3394	30.2395	
	รวม	207	6233.0577		

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4 แสดงว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน พบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่ำกว่า 10 ปี มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปนี้สูงกว่า ($\overline{X}$ = 32.7731) สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรส 10 - 19 ปี ($\overline{X}$ = 30.5618)

1.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับความเชื่ออำนาจภายในตน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน ดังผลที่แสดงไว้ในตาราง 5 ดังนี้

ตาราง 5 วิเคราะห์ความแปรปรวนของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามระดับความเชื่ออำนาจภายในตน

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การแสดงความขัดแย้ง	ระหว่างกลุ่ม	2	178.0669	89.0334	3.0452*
	ภายในกลุ่ม	211	6169.1715	29.2378	
	รวม	213	6347.2383		
การตำหนิตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	190.0295	95.0148	3.1866*
	ภายในกลุ่ม	211	6291.4518	29.8173	
	รวม	213	6481.4813		
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	ระหว่างกลุ่ม	2	157.9330	78.9665	2.3921
	ภายในกลุ่ม	211	6965.3427	33.0111	
	รวม	213	7123.2757		
การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	371.5792	185.7896	6.2137**
	ภายในกลุ่ม	211	6308.9488	29.9002	
	รวม	213	6680.5280		

ตาราง 5 (ต่อ)

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การหลีกเลี่ยง	ระหว่างกลุ่ม	2	134.6618	67.3309	2.2399
	ภายในกลุ่ม	211	6342.5952	30.0597	
	รวม	213	6477.2570		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 5 แสดงว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนเองแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้งการตำหนิตนเอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน

จึงได้ทำการตรวจสอบค่าความแตกต่างเป็นรายคู่ เพื่อหาว่าในกลุ่มสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันทั้งสามกลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองต่างกัน โดยใช้ Student q - Statistic แบบ Newman - Keuls Method ปรากฏผลดังตาราง 6 ถึง 8

ตาราง 6 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน

ความเชื่ออำนาจภายในตน	$\bar{X}$	ระดับสูง	ระดับปานกลาง	ระดับต่ำ
		18.3429	20.7518	20.9737
ระดับสูง	18.3429	-	2.4089*	2.6308*
ระดับปานกลาง	20.7518		-	0.2219
ระดับต่ำ	20.9737			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 6 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้งต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้งไม่แตกต่างกัน

ตาราง 7 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเอง ของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน

ความเชื่ออำนาจภายในตน	$\bar{X}$	ระดับสูง 19.4286	ระดับปานกลาง 21.7589	ระดับต่ำ 22.3947
ระดับสูง	19.4286	-	2.3303*	2.9661*
ระดับปานกลาง	21.7589		-	0.6358
ระดับต่ำ	22.3947			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน

ตาราง 8 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน

ความเชื่ออำนาจภายในตน	$\bar{X}$	ระดับสูง 21.1429	ระดับปานกลาง 24.1418	ระดับต่ำ 25.5000
ระดับสูง	21.1429	-	2.9989*	4.3571*
ระดับปานกลาง	24.1418		-	1.3582
ระดับต่ำ	25.5000			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำและระดับปานกลาง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองไม่แตกต่างกัน

1.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับการสนับสนุนทางสังคม เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน ดังผลที่ได้แสดงไว้ในตาราง 9 ดังนี้

ตาราง 9 วิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วเมื่อจำแนกตามระดับการสนับสนุนทางสังคม

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การแสดงความขัดแย้ง	ระหว่างกลุ่ม	2	88.4370	44.2185	1.4907
	ภายในกลุ่ม	211	6258.8013	29.6626	
	รวม	213	6347.2383		
การตำหนิตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	249.3819	124.6910	4.2217*
	ภายในกลุ่ม	211	6232.0994	29.5360	
	รวม	213	6481.4813		
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	ระหว่างกลุ่ม	2	456.4360	228.2180	7.2229***
	ภายในกลุ่ม	211	6666.8397	31.5964	
	รวม	213	7123.2757		
การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	41.6362	20.8181	0.6616
	ภายในกลุ่ม	211	6638.8918	31.4639	
	รวม	213	6680.5280		

ตาราง 9 (ต่อ)

พฤติกรรมเผชิญความเครียด	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
การหลีกเลี่ยง	ระหว่างกลุ่ม	2	62.1096	31.0548	1.0214
	ภายในกลุ่ม	211	6415.1474	30.4035	
	รวม	213	6477.2570		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

***มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 9 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองและการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .001 ตามลำดับ แต่มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงความขัดแย้ง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน จึงได้ทำการตรวจสอบค่าความแตกต่างเป็นรายคู่ เพื่อหาว่าในกลุ่มสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันทั้งสามกลุ่มนี้มีคู่ใดบ้างที่มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกต่างกัน โดยใช้วิธีของ Student q - Statistic แบบ Newman - Keuls Method ดังปรากฏผลในตาราง 10 และ 11

ตาราง 10 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน

การสนับสนุนทางสังคม	$\bar{X}$	ระดับสูง	ระดับปานกลาง	ระดับต่ำ
		18.9375	21.8782	22.3077
ระดับสูง	18.9375	-	2.9407*	3.3702*
ระดับปานกลาง	21.8782		-	0.4295
ระดับต่ำ	22.3077			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 10 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง และระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน

ตาราง 11 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน

การสนับสนุนทางสังคม	$\bar{X}$	ระดับต่ำ	ระดับปานกลาง	ระดับสูง
		28.6154	31.8782	34.2500
ระดับต่ำ	28.6154	-	3.2628*	5.6346*
ระดับปานกลาง	31.8782		-	2.3718
ระดับสูง	34.2500			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปของการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรอายุ ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคม เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 อาจสรุปผลได้ดังตาราง 12 ดังนี้คือ

ตาราง 12 แสดงผลสรุปการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปรอายุ ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตนและการสนับสนุนทางสังคม

	พฤติกรรมเผชิญความเครียด				
	การขัดแย้ง	การตำหนิตนเอง	การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง	การหลีกเลี่ยง
1. อายุ	-	-	-	-	-
2. ระยะเวลาการสมรส	-	-	** (ต่ำกว่า 10 ปี>10-19ปี)	-	-
3. ความเชื่ออำนาจภายในตน	* (สูง<กลาง,ต่ำ)	* (สูง<กลาง,ต่ำ)	-	* (สูง<กลาง,ต่ำ)	-
4. การสนับสนุนทางสังคม	-	* (สูง<กลาง,ต่ำ)	** (สูง,กลาง>ต่ำ)	-	-

* แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตาราง 12 ทำให้เห็นว่ามีพฤติกรรมเผชิญความเครียดอยู่ 1 รูปแบบ ซึ่งไม่มีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรทั้ง 4 ที่ศึกษา คือพฤติกรรมเผชิญความเครียดในการหลีกเลี่ยง

<u>ตอนที่ 4</u> การศึกษาอำนาจการทำนายความสุขในชีวิตสมรส โดยใช้อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมเผชิญความเครียดเป็นตัวทำนาย ตามที่ได้ตั้งสมมติฐานไว้ว่า "อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมเผชิญความเครียด สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ตัวทำนาย 10 ตัว คือ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคมและพฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 5 รูปแบบ โดยมีความสุขในชีวิตสมรสเป็นตัวเกณฑ์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

4.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของตัวทำนาย และระหว่างตัวทำนายกับความสุขในชีวิตสมรส ดังแสดงไว้ในตาราง 13

ตาราง 13 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของตัวทำนาย และระหว่างตัวแปรเกณฑ์กับตัวทำนาย

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8	X_9	X_{10}	Y
อายุ (X_1)	1	-.0240	.5635***	-.0985	-.0538	.0349	.0300	-.1275	.1017	.0377	-.0591
ระดับการศึกษา (X_2)		1	.0028	-.0072	.0752	.1858**	.0712	.0791	-.0540	.0336	-.0565
ระยะเวลาการสมรส (X_3)			1	-.0615	-.0845	.0371	-.0085	-.1605*	.0861	-.0143	.0130
ความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4)				1	.1039	-.1394*	-.1766**	.0512	-.2342***	-.2059**	.2582***
การสนับสนุนทางสังคม (X_5)					1	-.1124	-.1905**	.3104***	.0020	-.0807	.2748***
การแสดงความแย้ง (X_6)						1	.6273***	-.0585	.4022***	.5263***	-.4200***

ตาราง 13 (ต่อ)

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8	X_9	X_{10}	Y
การตำหนิตนเอง (X_7)							1	-.0329	.5713***	.6433***	-.4794***
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8)								1	.1802**	.1567*	.2163***
การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9)									1	.6125***	-.4212***
การหลีกเลี่ยง (X_{10})										1	-.3574***
ความสุขในชีวิตสมรส (Y)											1

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 13 พบว่า ตัวทำนายที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 มี 3 ตัว คือความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) การสนับสนุนทางสังคม (X_5) และพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) (r มีค่า .2582, .2748 และ .2163 ตามลำดับ) แสดงว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีคะแนนของตัวทำนาย 3 ตัวนี้สูง ก็จะมีคะแนนความสุขในชีวิตสมรสสูงด้วย หรือถ้ามีคะแนนของตัวทำนาย 3 ตัวนี้ต่ำ จะมีคะแนนความสุขในชีวิตสมรสต่ำด้วย

สำหรับตัวทำนายที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 มี 4 ตัว คือ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) การตำหนิตนเอง (X_7) การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) และในรูปของการหลีกเลี่ยง (X_{10}) (r มีค่า -.4200, -.4794, -.4212 และ -.3574 ตามลำดับ) แสดงว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีคะแนนของตัวทำนาย 4 ตัวนี้สูง จะมีคะแนนความสุขในชีวิตสมรสต่ำ หรือถ้ามีคะแนนของตัวทำนาย 4 ตัวนี้ต่ำ จะมีคะแนนความสุขในชีวิตสมรสสูง

สำหรับตัวทำนายอื่น ๆ คือ อายุ (X_1) ระดับการศึกษา (X_2) และระยะเวลาการสมรส (X_3) ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแสดงว่า อายุ ระดับการศึกษาและระยะเวลาการสมรส เป็นตัวแปรที่ไม่มีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกันของตัวทำนาย พบผลดังนี้

อายุ (X_1) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระยะเวลาการสมรส (X_3) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .5635)

ระดับการศึกษา (X_2) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (r เท่ากับ .1858)

ระยะเวลาการสมรส (X_3) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับอายุ (X_1) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .5635) มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (r = -.1605)

ความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 4 ตัว คือ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) ที่ระดับ .05 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) การหลีกเลี่ยง (X_{10}) ที่ระดับ .01 และในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ -.1394, -.1766, -.2059 และ -.2342 ตามลำดับ)

การสนับสนุนทางสังคม (X_5) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .3104) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) ที่ระดับ .01 (r เท่ากับ -.1905)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 4 ตัว คือ ระดับการศึกษา (X_2) ที่ระดับ .01 (r เท่ากับ .1858) พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) และการหลีกเลี่ยง (X_{10}) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .6273, .4022 และ .5263 ตามลำดับ) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) ที่ระดับ .05 (r เท่ากับ -.1394)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 3 ตัว คือ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) และการหลีกเลี่ยง (X_{10}) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .6273, .5713 และ .6433 ตามลำดับ) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 2 ตัว คือความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) และการสนับสนุนทางสังคม (X_5) ที่ระดับ .01 (r เท่ากับ -.1766 และ -.1905 ตามลำดับ)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 3 ตัว คือพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง (X_{10}) ที่ระดับ .05 การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) ที่ระดับ .01 และการสนับสนุนทางสังคม (X_5) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .1567, .1802 และ .3104

ตามลำดับ) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระยะเวลาการสมรส (X_3) ที่ระดับ .05 (r เท่ากับ - .1605)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 4 ตัว คือพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) ที่ระดับ .01 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการขัดแย้ง (X_6) การตำหนิตนเอง (X_7) และการหลีกเลี่ยง (X_{10}) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .1802, .4022, .5713 และ .6125 ตามลำดับ) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ -.2342)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง (X_{10}) มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปร 4 ตัว คือพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) ที่ระดับ .05 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) การตำหนิตนเอง (X_7) และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) ที่ระดับ .001 (r เท่ากับ .1567, .5263, .6433 และ .6125 ตามลำดับ) และมีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเชื่ออำนาจภายในตนที่ระดับ .01 (r เท่ากับ -.2059)

4.2 ศึกษาหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญหรือมีประสิทธิภาพสูงในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว โดยวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ ดังแสดงผลในตาราง 14

ตาราง 14 แสดงการหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

ลำดับที่	ตัวทำนาย	b	β	F	R^2	R^2 change	F change
1	X_7	-.2133	-.1689	63.2448***	.2298	.2298	63.2448***
2	X_8	.2367	.1965	39.0256***	.2700	.0403	11.6340***
3	X_9	-.3335	-.2681	33.7589***	.3254	.0553	17.2241***
4	X_5	.1307	.1518	27.7757***	.3471	.0217	6.9544**
5	X_6	-.2060	-.1614	23.7427***	.3634	.0163	5.3163*
6	X_4	.1473	.1172	20.7997***	.3761	.0127	4.2372*

ค่าคงที่ (a) เท่ากับ 47.3878

รวมร้อยละที่อธิบายความแปรปรวนของความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

(R^2 x 100) = 37.61 (ตัวทำนาย 6 ตัว)

R = .6133 S.E.est = $\pm$ 5.5828

*p < .05

**p < .01

***p < .001

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณจากตาราง 14 พบว่ามีกลุ่มตัวทำนาย 6 ตัว จากตัวทำนายทั้งหมด 10 ตัวที่มีนัยสำคัญในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว ได้แก่

พฤติกรรมการเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจตนเอง (X_9) การสนับสนุนทางสังคม (X_5) พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) และความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) ตามลำดับ ส่วนตัวแปรที่เหลือไม่สามารถทำนายได้ (เนื่องจาก Fchange ไม่มีนัยสำคัญ)

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (X_7) เป็นตัวทำนายตัวแรกที่มีอิทธิพลสูงสุด สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีอำนาจในการทำนายร้อยละ 22.98

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรุปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (X_8) เป็นตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 2 สามารถร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้ร้อยละ 27.00 (ตัวทำนาย 2 ตัว) โดยอำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายแรกตัวเดียวร้อยละ 4.03 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (X_9) เป็นตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 3 สามารถร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวกทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 32.54 (ตัวทำนาย 3 ตัว) โดยอำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสองตัวแรก ร้อยละ 5.53 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

การสนับสนุนทางสังคม (X_5) เป็นตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 4 สามารถร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 34.71 (ตัวทำนาย 4 ตัว) โดยอำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสามตัวแรก ร้อยละ 2.17 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (X_6) เป็นตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 5 สามารถร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม ทำนาย

ความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ ร้อยละ 36.34 (ตัวทำนาย 5 ตัว) โดยอำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้น จากการใช้ตัวทำนายสี่ตัวแรกร้อยละ 1.63 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ความเชื่ออำนาจภายในตน (X_4) เป็นตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 6 สามารถร่วมกับตัวทำนาย 5 ตัวแรก ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว ได้ร้อยละ 37.61 (ตัวทำนาย 6 ตัว) โดยอำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายห้าตัวแรก ร้อยละ 1.27 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ค่าสัมประสิทธิสหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว กับกลุ่มตัวทำนายทั้ง 6 มีค่าเท่ากับ .6133 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ได้แก่ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง และความเชื่ออำนาจภายในตน) ตัวทำนายทั้ง 6 สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว หรือมีอำนาจทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 37.61

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

<u>ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า</u>

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่มีสมรสแล้ว

2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบตามตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคมของสตรีที่สมรสแล้ว

3. เพื่อค้นคว้าตัวแปรที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรส จากพฤติกรรมเผชิญความเครียด ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม อายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาการสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

<u>สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า</u>

1. ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดดังนี้

1.1 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

1.2 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองและการหลีกเลี่ยง

2. สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีระดับการศึกษา หรืออายุ หรือระยะเวลาการสมรส หรือความเชื่ออำนาจภายในตน หรือการสนับสนุนทางสังคม แตกต่างกัน จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในแต่ละรูปแบบแตกต่างกัน

3. ตัวแปรทั้งหมด ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียด ความสุขในชีวิตสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้

<u>วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า</u>

1. ประชากร เป็นสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นพยาบาลประจำการ ทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราชในปี พ.ศ. 2535 จำนวนประมาณ 400 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นสตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งเป็นพยาบาลประจำการ ทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราช ในปี พ.ศ. 2535 จำนวน 214 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งเป็น 5 ตอน คือ

3.1 ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลรายละเอียดส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง ตามตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาการสมรส

3.2 ตอนที่ 2 แบบวัดความสุขในชีวิตสมรส เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตสมรสของ จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล (2526) ประกอบด้วยข้อคำถาม 12 ข้อ โดยแบ่งเป็นความสุขในชีวิตสมรสด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม และด้านจิตวิทยาด้านละ 4 ข้อ สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดฉบับนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น .8886 สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง คือ ข้อความแต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในทางบวกกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3.3 ตอนที่ 3 แบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตนที่ จันทร์เพ็ญ เจริญผลารักษ์ (2516 : 160) ดัดแปลงจากแบบทดสอบของรอตเตอร์ (Rotter) แครนดอลล์ แคทคอสกี้ และเพรสตัน (Crandall, Katkousky and Presten) ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดฉบับนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α- Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น .7386 สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง คือ ข้อความแต่ละข้อ มีค่าสหสัมพันธ์สูงสุดกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.4 ตอนที่ 4 แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยดัดแปลงมาจากแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ของเจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) โดยแบ่งออกเป็นการสนับสนุน

ทางสังคม 3 ด้าน คือ ด้านข้อมูล ข่าวสาร ด้านเครื่องมือ และด้านอารมณ์และสังคม รวมทั้งสิ้น 12 ข้อ สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดฉบับนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่า (α - Coefficient) พบว่า มีค่าความเชื่อมั่น .8351 สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง คือ ข้อความแต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนรวมทั้งฉบับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.5 ตอนที่ 5 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียด 5 รูปแบบ ผู้วิจัยดัดแปลงโดยแปลและปรับปรุงมาจากแบบทดสอบ A Marital Coping Inventory ของไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) รูปแบบละ 10 ข้อ รวมทั้งสิ้น 50 ข้อ สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดนี้ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา เพื่อหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่า (α- Coefficient) พบว่า ค่าความเชื่อมั่นของพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบมีค่าดังต่อไปนี้ คือ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง เท่ากับ .8553 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง เท่ากับ .8739 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก เท่ากับ .8652 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง เท่ากับ .6263 และพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง เท่ากับ .8129 สำหรับความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง คือ ข้อความแต่ละข้อ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนรวมของแต่ละรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

<u>การวิเคราะห์ข้อมูล</u>

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดฉบับที่สมบูรณ์ลงรหัสในแบบรายการ เพื่อนำเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Science) และทำการวิเคราะห์ข้อมูล พร้อมทั้งทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของข้อมูลดังต่อไปนี้

1. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson

Product Moment Coefficient of Correlation) และทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสหสัมพันธ์ด้วยสถิติทดสอบที (t - test)

2. เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียด แต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคม โดยใช้สถิติทดสอบเอฟ

3. ค้นหาอำนาจในการทำนายความสุขในชีวิตสมรส จากตัวแปรอายุระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม และพฤติกรรมเผชิญความเครียด โดยใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

<u>สรุปผลการวิจัย</u>

การวิจัยตามความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า สรุปผล ได้ดังนี้

1. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว

1.1 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

1.2 ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจตนเอง และการหลีกเลี่ยง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. การเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปรอายุ ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน และการสนับสนุนทางสังคม

2.1 สตรีที่สมรสแล้วที่มีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบ ไม่แตกต่างกันทั้ง 5 รูปแบบ

2.2 สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่ม

ความสนใจในตนเองและการหลีกเลี่ยง แต่แตกต่างกันในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกโดย สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่ำว่า 10 ปี มีพฤติกรรมรูปแบบนี้สูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรส 10 - 19 ปี

2.3 สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการหลีกเลี่ยงแต่จะแตกต่างกันในรูปแบบการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง กล่าวคือ สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูงมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 3 รูปแบบนี้ ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจ ภายในตนระดับปานกลาง และระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้งสามรูปแบบนี้ ระหว่างสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง และระดับต่ำ

2.4 สตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงความขัดแย้ง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยง แต่จะแตกต่างกันในรูปการตำหนิตนเองและการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก ดังนี้

2.4.1 สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง และระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดรูปแบบนี้ระหว่างกลุ่มระดับปานกลางและระดับต่ำ

2.4.2 สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงและปานกลาง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงและระดับปานกลาง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้ไม่แตกต่างกัน

3. การศึกษาอำนาจการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว โดยใช้อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตน การสนับสนุนทางสังคม และ

พฤติกรรมเผชิญความเครียด 5 รูปแบบ พบว่า มีตัวแปร 6 ตัวที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ดังนี้

3.1 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง เป็นตัวทำนายตัวแรก มีอำนาจในการทำนายร้อยละ 22.98

3.2 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกเป็นตัวทำนายลำดับที่ 2 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 27.00 (อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวแปรแรกตัวเดียวร้อยละ 4.03)

3.3 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองเป็นตัวทำนายลำดับที่ 3 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 32.54 (อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวแปรสองตัวแรกร้อยละ 5.53)

3.4 การสนับสนุนทางสังคม เป็นตัวทำนาย ลำดับที่ 4 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 34.71 (อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสามตัวแรกร้อยละ 2.17)

3.5 พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง เป็นตัวทำนายลำดับที่ 5 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 36.34 (อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสี่ตัวแรกร้อยละ 1.63)

3.6 ความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นตัวทำนาย ลำดับที่ 6 ร่วมกับตัวทำนาย 5 ตัวแรก ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 37.61 (อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายห้าตัวแรกร้อยละ 1.27)

<u>อภิปรายผล</u>

การอภิปรายผล ผู้วิจัยได้แยกอภิปรายตามลำดับของความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า ความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองและการหลีกเลี่ยงซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ ดังนี้คือ

1.1 ผลจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = .2163$) หมายความว่า สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกมาก นั่นคือ มีการแสดงออกในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกัน หวนรำลึกถึงความทรงจำที่ดีร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน ในปริมาณที่มากจะมีความสุขในชีวิตสมรสมาก ส่วนสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกน้อยจะมีความสุขในชีวิตสมรสน้อย ซึ่งผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ และให้ผลการศึกษาเช่นเดียวกับการศึกษาของโบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) รวมทั้งสอดคล้องกับการศึกษาของอาร์กิล (Argyle. 1987 : 17) ที่พบว่า คู่สมรสที่มีความสุขมักจะใช้กิริยาท่าทางที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจแก่คู่สมรส เช่น การกอดจูบ การให้ของขวัญ ให้ความร่วมมือกัน มีเพศสัมพันธ์ที่ดี ใช้เวลาร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ ฯลฯ เช่นเดียวกับการศึกษาของกิลฟอร์ด และเบนสัน (Argyle and Furnham. 1982 : 481 - 492 ; citing Gilford and Bengtson. 1979) ที่พบว่า การทำกิจกรรมร่วมกันเป็นปัจจัยเชิงบวกต่อการดำเนินชีวิตสมรส นอกจากนี้จากการศึกษาของอาร์กิล และเฟิร์นแฮม (Argyle and Furnham. 1982 : 481 - 492) ยังพบว่า ในชีวิตสมรสนั้นมีปัจจัยที่เป็น

แหล่งของความพึงพอใจในชีวิตสมรส 3 ปัจจัย คือการให้สิ่งของเป็นรางวัลแก่กัน การสนับสนุนทางอารมณ์และการเอาใจใส่กัน อีกทั้งจากการศึกษาของเมนากาน (Menaghan. 1982 : 220 - 234) ซึ่งพบว่า การใช้วิธีการเจรจาและวิเคราะห์ปัญหาไม่ได้ลดความรู้สึกทุกข์ยากลำบากแต่ก่อให้เกิดปัญหาในภายหลังน้อยกว่า นอกจากนี้ผลการศึกษาของ มิสเชอร์และแวกซ์เลอร์ (Bahr. 1989 ; citing Mischer and Waxler. 1968 ; Rishin and Faunce. 1970) ก็พบว่า คู่สมรสที่มีความสุขในชีวิตสมรสมีอารมณ์ขัน หัวเราะ เกื้อกูลกันมากกว่า และใช้กลวิธีป้องกันตนเอง น้อยกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความสุข ด้วยเหตุต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น เราจึงพบว่า ความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

1.2 ผลจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ค่า r = -.4200) หมายความว่าสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งสูง นั่นคือ มีการแสดงออกในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกันในปริมาณที่สูงจะมีความสุขในชีวิตสมรสต่ำ ส่วนสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งต่ำจะมีความสุขในชีวิตสมรสสูง ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ และให้ผลเช่นเดียวกับการศึกษาของไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) อีกทั้งสอดคล้องกับการศึกษาของครอครอฟ (Bahr. 1989 : 130 ; citing Krokoff. 1987) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ของอารมณ์ในเชิงลบของชีวิตสมรส พบว่า การโต้ตอบกันและกันในเชิงลบในระดับสูงจะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสลดลง รวมทั้งการศึกษาของ ฮอว์คินส์ (จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนกุล. 2526 : 18 ; อ้างอิงมาจาก Hawkins. 1968 : 647 - 650) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต (Companionship) และการแก้เผ็ดหรือร้ายเข้าหากัน (Hostility) กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของกลุ่มคู่สมรสจากสถานพยาบาล และคู่สมรสที่เลือกจากสำมะโนครัวประชากรในชุมชน ที่มีสถานภาพเศรษฐกิจสังคมใกล้เคียงกัน พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตสมรสของร

สามีเท่ากับ .44 และภรรยาเท่ากับ .50 ตามลำดับ ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นศัตรูกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของสามีและภรรยา เท่ากับ -.70 และ -.67 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยหลายชิ้นที่พบว่าคู่สมรสที่มีความสุข จะเป็นผู้ที่มีทักษะของการสื่อสารในเชิงบวกมากกว่า มีการยอมรับมากกว่า ตำหนิ กล่าวร้ายกันน้อยกว่า มีปฏิกิริยาต่อข้อความในเชิงลบน้อยกว่า ใช้คำพูดที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจมากกว่า และใช้คำพูดในแง่ลบน้อยกว่าโดยเฉพาะอย่างยิ่งการตำหนิว่ากล่าวกัน ส่วนคู่สมรสที่ไม่มีความสุขจะแสดงอารมณ์ในเชิงบวกน้อยกว่า แสดงอารมณ์ในเชิงลบมากกว่า แสดงอารมณ์ในเชิงลบซึ่งกันและกันมากกว่า (Bahr. 1989 : 107 - 109 ; citing Fowers and Olson. 1986 ; Levenson and Gottman. 1983 ; Margolin and Wampold. 1981 ; Jacobson and others. 1980 ; Fiore and Swesen. 1977 ; Levingen and Senn. 1967 ; Argyle. 1987 : 17)

1.3 ผลจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = -.4794$) หมายความว่า สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองสูง นั่นคือ มีการแสดงออกในลักษณะของการตำหนิตนเอง มีความวิตกกังวล รู้สึกไม่สบายใจ ยุ่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สุขภาพร่างกายอ่อนแอ ในปริมาณสูงจะมีความสุขในชีวิตสมรสต่ำ ส่วนสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองต่ำ จะมีความสุขในชีวิตสมรสสูง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ และให้ผลการศึกษาเช่นเดียวกับการศึกษาของโบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ซึ่งแสดงออกในรูปเชิงลบ เช่น การตำหนิตนเอง จะขัดขวางการเกิดพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น (Folkman and Lazarus. 1985 : 168) ดังนั้น เราจึงพบว่าความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว

1.4 ผลจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (r = -.4212) ซึ่งหมายความว่า สตรีที่สมรสแล้ว ซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองสูง นั่นคือ มีการแสดงออกมาในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้นในปริมาณที่สูงจะมีความสุขในชีวิตสมรสต่ำ ส่วนสตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองต่ำ จะมีความสุขในชีวิตสมรสสูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ และให้ผลการศึกษาเช่นเดียวกับการศึกษาของโบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลไกลการจัดการความขัดแย้งแบบไม่เปิดเผย เช่น การปฏิเสธการเบี่ยงเบน และการไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง มีแนวโน้มที่จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำลงเนื่องจากความขัดแย้งไม่ได้รับการแก้ไขโดยตรง (Bahr. 1989 : 129 ; citing Galvin and Brommel. 1986) และการเผชิญความเครียดของคู่สมรสโดยวิธีการระงับอารมณ์ความรู้สึก ห่างเหินจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Resignation) ก่อให้เกิดความทุกข์มากขึ้น (Menaghan. 1982 : 220 - 234) ดังนั้นจากผลการศึกษาในครั้งนี้ จึงพบว่าความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว

1.5 ผลการหาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงของสตรีที่สมรสแล้ว พบว่า มีความสัมพันธ์กันในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (r = -.3574) หมายความว่า สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงสูง นั่นคือ มีพฤติกรรมที่แสดงออกมาในลักษณะพยายามที่จะปฏิเสธ ระงับหรืออดกลั้นความรู้สึกไว้ ในปริมาณที่สูงจะมีแนวโน้มที่จะมีความสุขในชีวิตสมรสต่ำ ส่วนสตรีที่สมรสซึ่งมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงต่ำ จะมีแนวโน้มที่จะมีความสุขในชีวิตสมรสสูง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ตั้งไว้ และพบผลการศึกษาเช่นเดียวกับการศึกษา ของโบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่าเป็นเพราะกลไก

การจัด การความขัดแย้งแบบไม่เปิดเผย เช่น การปฏิเสธ การเบี่ยงเบนและการไม่เข้าไปเกี่ยวข้องมีแนวโน้มที่จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำลง เนื่องจากความขัดแย้งไม่ได้รับการแก้ไขโดยตรง และการเผชิญความเครียดของคู่สมรส โดยวิธีระงับอารมณ์ ความรู้สึกห่างเหินจากการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Resignation) ก่อให้เกิดความทุกข์มากขึ้น (Bahr. 1989 : 129 ; citing Galvin and Brommel. 1986 ; Menaghan. 1982 : 220 - 234) ดังนั้นผลการศึกษาในครั้งนี้จึงพบว่า ความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง

กล่าวโดยสรุป สมมติฐานข้อที่ 1 ได้รับการสนับสนุนจากข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ทุกกรณี ซึ่งแสดงในเห็นว่า ความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว มีความเกี่ยวพันกับรูปแบบของพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาด้วย

2. เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียด แต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปรอายุ ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตนและการสนับสนุนทางสังคม อภิปรายผลตามตัวแปรดังนี้

2.1 การศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตัวแปรอายุ

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วที่มีช่วงอายุแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีอายุแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบไม่แตกต่างกันทั้ง 5 รูปแบบ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีช่วงอายุแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การหลีกเลี่ยง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และไม่สอดคล้องกับผลการศึกษาของไบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) อย่างไรก็ตามก็มีผลการศึกษาที่สนับสนุนการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ การศึกษาของโฟคแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980 : 219 - 239) ซึ่งศึกษาวิธีที่หญิงและชายอายุ 45 - 64 ปี ที่อาศัยอยู่ในเมืองจัดการกับเหตุการณ์ในชีวิต

ประจำวันที่ก่อให้เกิดความเครียดในระยะเวลา 1 ปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุต่างกัน มีวิธีการเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกัน และจากการศึกษาของเจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร การสนับสนุนทางสังคม กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ที่พบว่า อายุของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรังมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียดอย่างไม่มีนัยสำคัญ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าตัวแปรอายุไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียด การที่งานวิจัยครั้งนี้ให้ผลออกมาว่าสตรีที่สมรสแล้ว มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในทุกรูปแบบทั้ง 5 รูปแบบ อาจอธิบายได้ว่าเป็นเพราะการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบตัดขวาง (Cross - Sectional Research ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกันที่นำมาเปรียบเทียบเป็นคนละกลุ่มตัวอย่างกัน) ไม่ใช่การวิจัยแบบการศึกษาระยะยาว (Longitudinal Research ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกันที่นำมาเปรียบเทียบเป็นกลุ่มตัวอย่างเดียวกัน) ซึ่งถ้าการวิจัยครั้งนี้ศึกษาแบบระยะยาว (Longitudinal Research) ก็อาจจะพบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุที่ต่างกัน ทั้งนี้เพราะเมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น บุคคลจะมีความสามารถในการคิดวินิจฉัย ไตร่ตรอง และตัดสินใจเลือกวิธีในการเผชิญปัญหามากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลได้ผ่านภาวะวิกฤต มีประสบการณ์พัฒนาการ ทำให้วุฒิภาวะสูงขึ้น (Lazarus and Folkman. 1990 : 463 - 474) อีกทั้งเมื่อพิจารณากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 30 - 39 ปี (58.9%) และ 40 - 49 ปี (32.2%) จึงถือได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีอายุอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (Middle - Adulthood) นอกจากนี้ยังอยู่ในสภาพแวดล้อมทางสังคมที่คล้ายคลึงกัน คือเป็นพยาบาลประจำการ ซึ่งทำงานอยู่ในโรงพยาบาลแห่งเดียวกัน มีระดับการศึกษาสูงสุดเหมือนกัน มีวิถีในการดำเนินชีวิตคล้ายคลึงกัน มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลที่ประกอบวิชาชีพในสาขาหรือในวงการแพทย์เหมือนกัน ดังนั้นประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับในชีวิต จึงน่าจะไม่มีความแตกต่างกันมากนัก ด้วยเหตุดังกล่าวข้างต้นจึงอาจทำให้การศึกษาครั้งนี้ไม่พบการเปลี่ยนแปลงหรือความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดของสตรีที่สมรสแล้วที่มีช่วงอายุแตกต่างกัน

2.2 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียด แต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยง หมายความว่าไม่ว่าสตรีที่สมรสแล้วจะมีระยะเวลาการสมรสเท่าใด จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบทั้ง 4 รูปแบบนี้ ไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลจากการศึกษานี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และไม่สอดคล้องกับ คำกล่าวของ เรย์ ลินดอฟ และกิ๊บสัน (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 34 ; อ้างอิงมาจาก Ray, Lindop and Gibson. 1982 : 385) ที่กล่าวไว้ว่า บุคคลใช้เวลาช่วงหนึ่งพัฒนาความชำนาญในการเผชิญปัญหาและการปรับตัว นอกจากนี้ยังไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 464) ซึ่งศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียดในชีวิตสมรส และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเผชิญความเครียด และพบว่า คู่สมรสที่มีจำนวนปีการสมรสมากกว่าจะใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบหลีกเลี่ยง และแสดงพฤติกรรมเชิงบวกมากกว่า ส่วนคู่สมรสที่มีจำนวนปีการสมรสน้อยกว่า มักใช้วิธีการเผชิญความเครียดในรูปแบบของการแสดงความขัดแย้งและตำหนิตนเอง โดยไบว์แมน (Bowman. 1990 : 464) ได้แบ่งระยะเวลาการสมรสของกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 5 ช่วง ๆ ละ 10 ปี สาเหตุที่ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว ดังเช่น ที่ไบว์แมนพบ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้ โดยส่วนใหญ่มีระยะเวลาการสมรสอยู่ใน 2 ช่วงแรกเท่านั้น คือ ต่ำกว่า 10 ปี (ร้อยละ 55.6) และ 10 ปี - 19 ปี (ร้อยละ 41.6) นั่นคือ ระยะเวลาการสมรสของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้น้อยกว่าระยะเวลาการสมรสของกลุ่มตัวอย่างที่ไบว์แมน (Bowman. 1990 : 464) ศึกษา จึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 4 รูปแบบนี้ในสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้

สำหรับผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาสมรสแตกต่างกัน พบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรม

เชิงบวก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานของการวิจัย โดยสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่ำกว่า 10 ปี มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้สูงกว่า ($\overline{X}$ = 32.7731) สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีระยะเวลาการสมรส 10 - 19 ปี ($\overline{X}$ = 30.5618) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากเมื่อคู่สมรสมีบุตร บุตรจะเพิ่มภาระให้แก่คู่สมรสทำให้คู่สมรสไม่มีเวลาให้แก่กันมากเหมือนในระยะแรก ๆ ของการสมรส ดังนั้น ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะลดลง และความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะเพิ่มขึ้นเมื่อบุตรแยกครอบครัวออกไป (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. 2531 : 25 ; อ้างอิงมาจาก Rollins and Feldman. 1970 ; Figley. 1973 ; Rollins and Cannon. 1974 ; Miller. 1916) และจากการศึกษาของ อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ก็พบว่าระยะเวลาการสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ดังนั้นจากผลการวิจัยต่าง ๆ ดังกล่าวจึงอาจชี้ให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่ำกว่า 10 ปี น่าจะมีความสุขในชีวิตสมรส (สำหรับงานวิจัยนี้ใช้ความสุขในชีวิตสมรสในความหมายเดียวกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส) สูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรส 10 - 19 ปี อีกทั้งจากผลการวิจัยในครั้งนี้ของผู้วิจัยและจากผลการวิจัยของ โบว์แมน (Bowman. 1990 : 463 - 474) พบว่า ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก ดังนั้นสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสต่ำกว่า 10 ปี (ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสุขในชีวิตสมรสมากกว่า) จึงน่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรส 10 - 19 ปี (ซึ่งเป็นผู้ที่มีความสุขในชีวิตสมรสน้อยกว่า)

2.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปรความเชื่ออำนาจภายในตน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจในตนระดับแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหลีกเลี่ยงและการแสดงความขัดแย้ง ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แต่มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแตกต่างกันในรูปการตำหนิตัวเองและการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียด ไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหลีกเลี่ยง และการแสดงความขัดแย้ง อภิปรายได้ดังต่อไปนี้

2.3.1 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (พฤติกรรมเผชิญความเครียดที่สตรีที่สมรสแล้ว แสดงออกในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกัน หวนราลึกถึงความทรงจำที่ดีที่มีต่อกัน ร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน) ของสตรีที่สมรสแล้วที่มีระดับความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน พบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ เนื่องจากการวิจัยนี้คาดหวังไว้ว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูงกว่า (ซึ่งก็คือผู้ที่มีความเชื่อว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่าง ๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากทักษะหรือความสามารถของตน มิใช่จากโชคชะตาความบังเอิญ หรือบุคคลที่มีอำนาจเหนือตนในระดับที่มากกว่า) น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้สูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับต่ำกว่า ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า เป็นเพราะเมื่อพิจารณาจากข้อคำถามของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก พบว่าข้อคำถามส่วนใหญ่เปิดโอกาสให้ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน ระดับแตกต่างกันตอบข้อคำถามได้เหมือน ๆ กัน หรือใกล้เคียงกัน เช่น ท่านพยายามทำตนให้เป็นที่ชื่นชอบหรือพึงพอใจแก่สามี ท่านเตือนตนเองให้ระลึกถึงช่วงเวลาที่เคยมีความสุขด้วยกันในอดีต เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่า ไม่ว่าสตรีที่สมรสแล้วจะมีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับใด ก็มีโอกาสให้แสดงพฤติกรรมเหล่านี้ได้ไม่แตกต่างกัน อีกประการหนึ่งคู่สมรสทุกคู่ ย่อมจะมีพื้นฐานของความรักเอื้ออาทรต่อกัน โดยเฉพาะสตรีในสังคมไทย ซึ่งไม่นิยมการหย่าร้าง ดังนั้นไม่ว่าบุคคลนั้นจะมีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันอย่างไรก็มีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมเชิงบวกต่อคู่สมรสของตนได้ไม่แตกต่างกัน ด้วยเหตุดังกล่าวจึงอาจทำให้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วในการศึกษาครั้งนี้

2.3.2 ผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มี

ความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง (นั่นคือพฤติกรรมที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะพยายามที่จะปฏิเสธ ระงับหรืออดกลั้นความรู้สึกไว้) ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหมายความว่าไม่ว่าสตรีที่สมรสแล้วจะมีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับใด จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลจากการศึกษานี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และไม่สอดคล้องกับการศึกษาของซอเบอร์ (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 68 ; อ้างอิงมาจาก Sauber. 1971) ที่พบว่าบุคคลที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนเมื่อเผชิญกับความเครียดมักจะใช้กลไกป้องกันทางจิตแบบปฏิเสธและหลีกเลี่ยง แต่ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะมีความพยายามมากขึ้น

อย่างไรก็ตามจากการศึกษาหญิงและชายอายุ 45 - 64 ปี ของโฟคแมน แอลวิน และลาซารัส (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; citing Folkman Aldwin and Lazarus. 1981) ก็พบว่าความคาดหวังในการควบคุมทั่วไป (ซึ่งวัดโดยมาตราวัด Internal - External Locus of Control ของ Rotter) ของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเผชิญความเครียด ซึ่งให้ผลในทำนองเดียวกับผลการศึกษาในครั้งนี้

สาเหตุที่ผลการศึกษาเป็นเช่นนี้ อาจจะเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้เป็นผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาล ซึ่งต้องทำงานในลักษณะเป็นผู้ดูแลคนเจ็บป่วยต่าง ๆ ผู้ที่ประกอบวิชาชีพนี้มักจะเป็นผู้ที่ได้รับการอบรมสั่งสอน และมีการฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้ที่รู้จักอดกลั้น ระงับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองไว้เสมอเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ และบุคคลหลากหลายประเภท โดยเฉพาะผู้เจ็บป่วยซึ่งอยู่ในภาวะที่มีความแปรปรวนของอารมณ์ได้ง่ายกว่าบุคคลที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ด้วยเหตุนี้จึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งซึ่งทำให้เราไม่พบความแตกต่างอย่างเห็นได้ชัดของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงในกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา แม้ว่าจะมีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน

อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาจากค่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันทั้งสามกลุ่ม พบว่า ค่ามีแนวโน้มเป็นไปตามสมมติฐานกล่าว คือคะแนนเฉลี่ยของ

คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง ของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำ ปานกลาง และสูง มีค่าเท่ากับ 26.1842, 24.5887 และ 23.5143 ตามลำดับ ซึ่งแสดงว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับที่สูงขึ้น มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงต่ำลงตามลำดับ

2.3.3 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับแตกต่างกัน พบว่า มีความสอดคล้องกับสมมติฐานในบางส่วน นั่นคือ สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูงจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (ซึ่งก็คือการแสดงออกในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย พยาบาท แก้แค้นกัน) ต่ำกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ แต่ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง ($\overline{X}$ = 18.3429) ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง ($\overline{X}$ = 20.7518) และระดับต่ำ ($\overline{X}$ = 20.9737) มีความสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของแอนเดอร์ชัน (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; citing Anderson. 1977) ที่พบว่า ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหา (ได้แก่ การวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น ค้นหาข้อมูลที่จำเป็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหา ตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหา พยายามหาวิธีการต่าง ๆ ในการแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือจัดการกับปัญหา) มากกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน ดังนั้นเมื่อสตรีที่สมรสแล้วซึ่งเป็นผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง (ซึ่งก็คือ ผู้ที่เชื่อว่าจุดมุ่งหมายหรือผลสำเร็จต่าง ๆ ตลอดจนความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมาจากทักษะหรือความสามารถของตนในระดับที่สูงกว่า) ประสบกับความขัดแย้งในชีวิตสมรส ย่อมจะมีความเชื่อหรือความคาดหวังว่าตนจะสามารถจัดการหรือคลี่คลายปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ มากกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับต่ำกว่า ด้วยเหตุนี้อ

ผลการศึกษาในครั้งนี้จึง พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง จึงมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งซึ่งอาจถือได้ว่าเป็นวิธีการเผชิญความเครียดที่แก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ที่แสดงออกในเชิงลบอันจะไปขัดขวางการเกิดพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่มุ่งแก้ไขที่ปัญหา ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับปานกลาง และระดับต่ำ

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน ในระดับปานกลางและต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิตินั้น ไม่สอดคล้องกับความคาดหวัง ของการวิจัย เนื่องจากการวิจัยนี้คาดหวังไว้ว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับปานกลางควรจะได้คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของทั้งสองกลุ่มนี้ ก็พบว่ามีแนวโน้มเป็นไปตามความคาดหวังหรือสมมติฐานของงานวิจัย กล่าวคือ พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง ได้คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้ ($\bar{X}$ = 20.7518) ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 20.9737)

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองแตกต่างกัน อภิปรายได้ดังนี้คือ

2.3.4 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (พฤติกรรมที่สตรีที่สมรสแล้ว แสดงออกในลักษณะของการตำหนิตนเอง มีความวิตกกังวล รู้สึกกังวล รู้สึกไม่สบายใจ ยุ่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สุขภาพร่างกายอ่อนแอ) ของสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับแตกต่างกัน พบว่า มีความสอดคล้องกับสมมติฐานในบางส่วน คือสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองแตกต่างจากสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ระดับสูง น้อยกว่า ระดับปานกลาง และระดับต่ำ) แต่ไม่พบความ

แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ($\bar{X}$ = 19.4286) น้อยกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 21.7589) และระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 22.3947) นั้น มีความสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่าเป็นเพราะผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะเป็นผู้ที่ทำให้ชีวิตของตนสดชื่นได้เสมอ มีความสุขใจในสภาพที่ตนเป็น มีความวิตกกังวลและความเศร้าน้อย ทั้งนี้เนื่องจากรู้จักประเมินจุดเด่นจุดด้อยของตนเองได้แม่นยำ สามารถที่จะต่อสู้กับสังคมและแก้ปัญหาส่วนตัวได้ดี (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Moursand : 346) และจากการศึกษาของชไรเดอร์และมิลเลอร์ (อัจฉรา พุ่มพวง. 2527 : 66 ; อ้างอิงมาจาก Schroeder and Miller. n.d.) ที่พบว่า การเผชิญความเครียดของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนคือ การควบคุมสภาพแวดล้อมและการพัฒนาความสามารถในการดูแลตนเอง แต่การเผชิญความเครียดของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน คือ การปฏิเสธ หรือการแสดงความรู้สึกผิด และจะพยายามลดความวิตกกังวลด้วยการเชื่ออำนาจภายนอกตน ด้วยเหตุดังกล่าวนี้การศึกษาในครั้งนี้พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับความคาดหวังของการวิจัย เนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้คาดหวังไว้ว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางน่าจะได้คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดรูปแบบนี้ของทั้งสองกลุ่ม ก็พบว่ามีแนวโน้มเป็นไปตามความคาดหวังหรือสมมติฐานของงานวิจัย กล่าวคือ พบว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจ

ภายในตนในระดับปานกลาง ได้คะแนนพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ($\bar{X}$ = 21.7589) ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 22.3947)

2.3.5 ผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีความสอดคล้องกับสมมติฐานในบางส่วน กล่าวคือ สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ แต่ไม่พบความแตกต่างกันของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองระหว่างกลุ่มที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ

ผลการศึกษาที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตน ระดับสูงมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง ($\bar{X}$ = 21.1429) ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 24.1418) และระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 25.5000) (ระดับสูง ต่ำกว่าระดับปานกลาง และระดับต่ำ) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนจะใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขที่ปัญหา มากกว่าผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน และผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตนมักจะใช้กลไกป้องกันทางจิต (Defense Mechanism) (Folkman. 1984 : 839 - 851 ; citing Anderson. 1977) นอกจากนี้ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนเมื่อเผชิญกับความเครียด จะมีความพยายามมากขึ้น (อัจฉรา พุ่มพวง. 527 : 68 ; อ้างอิงมาจาก Sauber. 1971) ดังนั้นเมื่อสตรี ที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูง ประสบความขัดแย้งในชีวิตสมรส จึงน่าจะมีการวิเคราะห์ปัญหา ค้นหาข้อมูลที่จำเป็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหา และมีความพยายามหาวิธีการต่าง ๆ ที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มากกว่าที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจใน

ตนเอง (ซึ่งสำหรับงานวิจัยนี้ หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น) เพราะวิธีการเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้อาจถือได้ว่าไม่ได้เป็นพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่มุ่งแก้ไขที่ปัญหา ด้วยเหตุผลดังกล่าวผลการศึกษาในครั้งนี้ จึงพบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับสูงจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลาง และระดับต่ำ

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับปานกลางและระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมเผชิญความเครียด ในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนระดับ ปานกลาง และต่ำ พบว่า มีค่าดังนี้คือ 24.1418 และ 25.5000 ตามลำดับ ซึ่งชี้ให้เห็นว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับปานกลาง มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้ ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนในระดับต่ำ

โดยสรุปอาจกล่าวได้ว่า ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้ของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกันมีแนวโน้มที่จะสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

2.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงความขัดแย้ง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยงซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แต่พบความแตกต่างกันของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในรูปการแสดงความขัดแย้ง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการหลีกเลี่ยง อภิปรายได้ดังนี้คือ

2.4.1 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ และไม่สอดคล้องกับสมมติฐานกันชน (Buffering Hypothesis) ที่กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีระบบการสนับสนุนทางสังคมควรจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ ๆ ของชีวิตได้ดีกว่าบุคคลที่ไม่มีหรือมีการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อพิจารณาพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง (ซึ่งสำหรับการวิจัยครั้งนี้ หมายถึงวิธีการเผชิญความเครียดที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะของการพูดจา ว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกัน) เป็นการแสดงออกในลักษณะของอารมณ์ โกรธหรือไม่พึงพอใจของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อต้องเผชิญปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรส ซึ่ง มาโนช สุขฤกษ์ กล่าวไว้ว่า อารมณ์ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นฉับพลันทันใด แต่กว่าจะสงบลงได้ต้องใช้ระยะเวลา (มาโนช สุขฤกษ์. 2533 : 157) ดังเช่น ผลการศึกษาของครอครอฟ (Bahr. 1989 : 130 ; citing KroKoff. 1987) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ของอารมณ์ในเชิงลบของชีวิตสมรส และพบว่า การโต้ตอบกันและกันในเชิงลบเป็นที่สิ่งที่พบได้เป็นปกติของความขัดแย้งในชีวิตสมรส เมื่อคน ๆ หนึ่ง ถูกคู่สมรสของตนบ่น ผู้ถูกบ่นมักจะโต้ตอบกลับด้วยการบ่น เช่นเดียวกัน ดังนั้น เมื่อสตรีที่สมรสแล้วไม่ว่าจะมีการสนับสนุนทางสังคมระดับใดเมื่อต้องมาเผชิญกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดก็อาจจะเป็นการยากที่จะควบคุมอารมณ์ของตนในขณะนั้นได้ ด้วยเหตุนี้จึงอาจทำให้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันในการศึกษาครั้งนี้

2.4.2 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง ของสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง (ซึ่งสำหรับการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง การที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกในลักษณะจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น)

ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้ อาจเนื่องมาจากลักษณะการทำงานของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาล ซึ่งโดยลักษณะของงานพยาบาลแล้ว จะมีการทำงานในลักษณะเป็นกะ คือ ช่วงเช้า ช่วงบ่าย ช่วงดึก สับเปลี่ยนหมุนเวียนกันไป นอกจากนี้วันหยุดประจำสัปดาห์ก็ไม่แน่นอน และไม่ใช่วันเสาร์อาทิตย์เสมอไป ดังนั้นผู้ที่ประกอบวิชาชีพนี้ โดยพื้นฐานแล้วจะเป็นผู้ที่มีเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ตรงกับบุคคลรอบข้างอยู่แล้ว หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ไม่ว่ากลุ่มตัวอย่างจะมีการสนับสนุนทางสังคมระดับใด ก็มีโอกาสที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับสามีได้ไม่แตกต่างกันมากนัก เนื่องจากลักษณะของงาน ไม่เอื้ออำนวย ยกตัวอย่างเช่น แม้ว่าการวิจัยจะคาดหวังไว้ว่า ผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ น่าจะมีการเผชิญความเครียดโดยหันไปใช้เวลาสังสรรค์หรือเที่ยวเตร่กับเพื่อนมากกว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง แต่ในความเป็นจริง กลุ่มตัวอย่างที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ อาจจะไม่สามารถทำกิจกรรมดังกล่าว หรือทำได้แต่ในปริมาณที่ไม่แตกต่างไปจากกลุ่มตัวอย่างที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงมากนัก เนื่องจากอาจจะมีเวลาว่างไม่ตรงกับเพื่อน เป็นต้น ด้วยเหตุดังกล่าวมาข้างต้นจึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้

2.4.3 ผลการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้ อาจอธิบายได้ว่าเป็นเพราะ ชีวิตสมรสนั้น เป็นสิ่งที่มีคุณค่าและมีความหมายเป็นอย่างยิ่งต่อผู้สมรสทุก ๆ คน เมื่อเกิดความขัดแย้งในชีวิตสมรสย่อมก่อให้เกิดความรู้สึกไม่พึงพอใจ ไม่สบายใจ เสียใจ หรือผิดหวังต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าผู้ที่สมรสแล้วจะเป็นผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันอย่างไร ซึ่งพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง (สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ หมายถึง วิธีการเผชิญความเครียดซึ่งสตรีที่สมรสแล้ว แสดงออกมาในลักษณะพยายามที่จะปฏิเสธ ระงับหรือลดกลั้นความรู้สึกเอาไว้) เป็นพฤติกรรมในลักษณะที่ช่วยให้ผู้ที่สมรสแล้วหลีกหนีจากความรู้สึกต่าง ๆ ดังกล่าวได้ สำหรับผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำกว่านั้น ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นน่าจะมีผลกระทบต่อสภาวะ

จิตใจได้มากกว่าผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูงกว่า ซึ่งก็น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบการหลีกเลี่ยงได้มากกว่า อย่างไรก็ตามสำหรับผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงกว่าซึ่งผลกระทบของปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นน่าจะมีผลกระทบต่อสภาวะจิตใจน้อยกว่าผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำกว่า อาจจะแสดงพฤติกรรมในรูปแบบนี้ เพื่อเป็นการชะลอความรุนแรงของปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ ในระยะหนึ่ง เพื่อจะรอเวลาที่เหมาะสมหรือค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมมาดำเนินการต่อไป นอกจากนี้การครองชีวิตสมรสของคู่สมรสนั้น อาจจะคำนึงถึงความรู้สึกนึกคิดของบุคคลหรือสังคมรอบข้างที่มีต่อชีวิตสมรสของตนด้วย จึงพยายามที่จะประดับประคองชีวิตสมรสของตนไว้ อีกประการหนึ่ง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในครั้งนี้เป็นผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาล ซึ่งผู้ที่ประกอบวิชาชีพพยาบาล มักจะเป็นผู้ที่ได้รับการอบรมสั่งสอน และมีการฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้รู้จักอดกลั้น ระงับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองไว้เสมอ เนื่องจากต้องเผชิญกับบุคคลหลากหลายประเภท ด้วยเหตุดังต่าง ๆ ดังกล่าวนี้ จึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ไม่พบความแตกต่างของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันในการศึกษาครั้งนี้

สำหรับผลการวิจัยที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแตกต่างกันในรูปการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก อภิปรายไว้ดังนี้คือ

2.4.4 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน ผลการศึกษาพบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง (ซึ่งสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ หมายถึงพฤติกรรมที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาในลักษณะของการตำหนิตนเอง มีความวิตกกังวล รู้สึกไม่สบายใจ ย่งยากใจ นอนไม่ค่อยหลับ สขภาพร่างกายอ่อนแอ) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง และระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง ($\bar{X}$ = 18.9395) มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 21.8782) และระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 22.3077) สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ เจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไปในทางที่เหมาะสม คือ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ในบางรูปแบบซึ่งเป็นรูปแบบที่เหมาะสม ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่ำ จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไปในทางที่ไม่เหมาะสม ที่เป็นเช่นนี้เพราะการสนับสนุนทางสังคมสามารถบรรเทาผลกระทบของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตที่มีผลกระทบต่อสุขภาพจิตได้ โดยเป็นตัวทำให้ความเครียดหรือการประเมินว่าสิ่งคุกคามนั้นมีความรุนแรงน้อย ช่วยลดปฏิกิริยาที่เกิดจากการคุกคาม โดยเตรียมการในการแก้ปัญหาหรือลดความสำคัญของปัญหานั้น (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 41 ; อ้างอิงมาจาก McNett. 1987 : 99) และการสนับสนุนทางสังคมยังช่วยกระตุ้นหรือดำรงความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลไว้ (Cooley. 1902 ; Mead. 1934 ; citing Thoits. 1982 : 154) ด้วยเหตุผลดังกล่าวเมื่อสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงกว่า ประสบปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรส จึงน่าจะมีความเชื่อมั่นในตนเองในระดับมากกว่า ไม่ท้อแท้ และค้นหาวิธีการในการเผชิญความเครียดในรูปแบบที่เหมาะสมมากกว่า ผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำกว่า ดังนั้น จึงพบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ซึ่งถือได้ว่าเป็นพฤติกรรมเผชิญความเครียดที่มุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม ต่ำกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง และระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นส่วนที่ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อได้พิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมรูปแบบนี้ของกลุ่มตัวอย่างที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ พบว่ามีค่าเท่ากับ

21.8782 และ 22.3077 ตามลำดับ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับที่สูงขึ้นมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิต่ำลงตามลำดับ

โดยสรุปอาจกล่าวได้ว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเองแตกต่างกันตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

2.4.5 เปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน ผลการศึกษาพบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบแสดงพฤติกรรมเชิงบวก (ซึ่งสำหรับงานวิจัยครั้งนี้หมายถึง วิธีการเผชิญความเครียดที่สตรีที่สมรสแล้ว แสดงออกในลักษณะแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกัน หวนรำลึกถึงความทรงจำที่ดีที่มีต่อกัน ร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ สร้างความสนุกสนานหรือขบขันต่อกัน) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ โดยผู้ที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง ($\bar{X}$ = 34.2500) มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 31.8782) และระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 28.6154) ผลการวิจัยส่วนนี้สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ เจียงคำ อินทรชัย (2533 : 117) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมระดับสูง จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไปในทางที่เหมาะสมคือ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์ในบางรูปแบบซึ่งเป็นรูปแบบที่เหมาะสม ผลการศึกษาครั้งนี้เป็นการสนับสนุนสมมติฐานกันชน (Buffering Hypothesis) ที่เสนอแนะว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถบรรเทาผลกระทบของเหตุการณ์

ต่าง ๆ ในชีวิตที่มีผลต่อสุขภาพจิตได้ หรืออาจกล่าวได้ว่าบุคคลที่มีการสนับสนุนทางสังคมควรจะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ ๆ ของชีวิตได้ดีกว่าบุคคลที่ไม่มีหรือมีการสนับสนุนทางสังคมน้อยกว่าโดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา ทั้งนี้เป็นเพราะการสนับสนุนทางสังคมจะเป็นตัวทำให้ความเครียดหรือการประเมินว่าสิ่งคุกคามนั้นมีความรุนแรงน้อย และช่วยลดปฏิกิริยาที่เกิดจากการคุกคาม โดยเตรียมการแก้ปัญหาหรือลดความสำคัญของปัญหานั้น (เจียงคำ อินทรชัย. 2533 : 41 ; อ้างอิงมาจาก McNett. 1987 : 99) ด้วยเหตุดังกล่าว การศึกษาในครั้งนี้จึงพบว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับสูงจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงกว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ

สำหรับผลการศึกษาที่พบว่า สตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ เมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและระดับต่ำ พบว่า มีค่าคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมเผชิญความเครียดของสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลางและต่ำมีค่าดังต่อไปนี้คือ 31.8782 และ 28.6154 ตามลำดับ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมสูงขึ้นมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบนี้สูงขึ้นด้วยตามลำดับ

จึงอาจกล่าวสรุปได้ว่า ผลการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งคาดหวังว่าสตรีที่สมรสแล้วที่มีการสนับสนุนทางสังคมในระดับที่สูงขึ้น น่าจะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกสูงขึ้นด้วยตามลำดับ มีแนวโน้มที่จะเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. การศึกษาอำนาจการทำนายของตัวแปรต่าง ๆ จากการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ เพื่อค้นหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญ ในการทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วครั้งนี้ พบว่า มีกลุ่มตัวทำนาย 6 ตัว จากตัวทำนาย 10 ตัว ที่มีนัยสำคัญในการทำนายความสุขในชีวิตสมรส ของสตรีที่สมรสแล้วได้แก่ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การสนับสนุน

ทางสังคม พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้งและความเชื่ออำนาจภายในตน ตามลำดับ

จากผลการศึกษาที่ได้แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วมากกว่าตัวทำนายอื่น ๆ เนื่องจากเป็นตัวทำนายที่มีความสำคัญลำดับที่ 1 ที่เข้าสู่สมการทำนาย และสามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 22.98

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกเป็นตัวทำนายลำดับที่ 2 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ทำนายความสุขในชีวิตสมรสในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 27.00 อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวแปรแรกตัวเดียวร้อยละ 4.03

พฤติกรรมเผชิญความเครียดรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองเป็นตัวทำนายลำดับที่ 3 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมทางบวก ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 32.54 อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวแปรสองตัวแรกร้อยละ 5.53

การสนับสนุนทางสังคม เป็นตัวทำนายลำดับที่ 4 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 34.71 อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสามตัวแรกร้อยละ 2.17

พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง เป็นตัวทำนายลำดับที่ 5 ร่วมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 36.34 อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสี่ตัวแรกร้อยละ 1.63

ความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นตัวทำนายลำดับที่ 6 ร่วมกับตัวทำนาย 5 ตัวแรก ทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้ร้อยละ 37.61 อำนาจในการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายห้าตัวแรกร้อยละ 1.27

กล่าวโดยสรุป จากการศึกษาครั้งนี้อาจชี้ให้เห็นว่าตัวแปรที่สำคัญที่สุด ที่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว สำหรับการศึกษาครั้งนี้ก็คือ ตัวแปรพฤติกรรมเผชิญความเครียด ในรูปแบบต่าง ๆ ที่สตรีที่สมรสแล้วนำมาใช้ เมื่อต้องเผชิญกับความเครียดหรือปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรส เพื่อให้จิตใจกลับสู่สภาวะสมดุล และเป็นการยืนยันว่าวิธีการที่บุคคลเผชิญกับความเครียดนี้ส่งผลกระทบต่อความผาสุกทางใจของบุคคล ผลการศึกษาครั้งนี้น่าจะเป็นเครื่องชี้แนะหรือข้อคิดหรือเป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติหรือปรับเปลี่ยนวิธีการในการเผชิญความเครียด อันเนื่องมาจากความขัดแย้งในชีวิตสมรส ของสตรีที่สมรสแล้ว เพื่อดำรงไว้ซึ่งความผาสุกของครอบครัวต่อไป สำหรับสาเหตุที่พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยงไม่เข้าสู่สมการทำนาย ทั้ง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตสมรส ($r = -.3574$) ในทำนองเดียวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปแบบอื่น ๆ นั้นอาจเป็นเพราะพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง และการแสดงความขัดแย้ง ค่อนข้างสูง ($r = .6433, .1567, .6125$ และ $.5263$ ตามลำดับ) ดังนั้นจึงอาจส่งผลต่อความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วโดยผ่านตัวแปรเหล่านี้

ตัวแปรที่มีบทบาทต่อความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วในลำดับต่อมา คือตัวแปรทางด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งสำหรับการศึกษาครั้งนี้คือการสนับสนุนทางสังคม อันเป็นการยืนยันคำกล่าวของ เดอร์เคม (Durkheim. 1951) ที่กล่าวไว้ใน DURKHEIMIAN ANOMIE THEORY ว่า ความผาสุกทางใจของบุคคล คงอยู่ได้ด้วยการเป็นหน่วยหนึ่งทางสังคม (Social Integration) กฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดบุคลิกลักษณะของกลุ่มทางสังคมทำให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึกว่าชีวิตมีจุดหมายการสนับสนุนทางสังคมอันเป็นเสมือนแง่มุมหนึ่งของหน่วยทางสังคมจึงส่งผลกระทบอย่างมากต่อสภาวะจิตใจของบุคคลด้วย ดังนั้นการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้างจึงเป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้สตรีที่สมรสผู้ซึ่งต้องประสบกับความเครียดจากปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรส สามารถเผชิญกับความเครียดได้ดีขึ้น

ตัวแปรสุดท้ายที่มีบทบาทหรือมีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว สำหรับการศึกษาครั้งนี้ก็คือ ตัวแปรทางด้านบุคลิกภาพ ซึ่งได้แก่ความเชื่ออำนาจภายในตน

สำหรับตัวแปรทางชีวสังคมได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ไม่สามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว

ข้อจำกัดในงานวิจัย

1. งานวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะสตรีที่สมรสแล้วซึ่งประกอบวิชาชีพพยาบาล ดังนั้นผลการวิจัยในครั้งนี้ จึงอาจจะไม่สามารถนำไปอ้างอิงกับสตรีที่สมรสแล้วที่ประกอบอาชีพอื่น เนื่องจากผู้ที่ประกอบอาชีพต่างกัน อาจจะมีบุคลิกลักษณะที่ก่อให้เกิดแบบแผนของการใช้วิธีการเผชิญความเครียดที่แตกต่างกันได้

2. งานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยไม่สามารถสำรวจลักษณะบางประการของประชากรที่จะศึกษาก่อนทำการวิจัย เนื่องจากต้องเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากในสำรวจและเนื่องจากทางฝ่ายการพยาบาลมีบุคลากรไม่เพียงพอที่จะจัดหาข้อมูลส่วนนี้ให้แก่ผู้วิจัย ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องดำเนินการวิจัยต่อไป ซึ่งเป็นผลทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ครอบคลุมตัวแปรตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย (ได้แก่ ตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาการสมรส)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเผชิญความเครียดกับความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว ผู้วิจัยคิดว่าผลจากการวิจัยนี้สามารถให้ข้อคิดหรือแนวทางในการปฏิบัติในชีวิตจริง แก่ผู้ที่สมรสแล้วหรือผู้ที่จะทำการสมรสในอนาคตได้ เช่น ทำให้ตระหนักหรือทราบว่า ความสุขในชีวิตสมรสจะมากหรือน้อย ส่วนหนึ่งจะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ตนแสดงออกมาเมื่อต้องเผชิญความขัดแย้งในชีวิตสมรส ยิ่งถ้าผู้ที่สมรสแล้วมีพฤติกรรมในลักษณะของการพูดจาว่ากล่าวกัน ตำหนิติเตียน เยาะเย้ย ถากถาง พยาบาท แก้แค้นกันหรือในลักษณะของการตำหนิตนเอง วิตกกังวล สุขภาพร่างกายอ่อนแอหรือจงใจที่จะหันไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคู่สมรสของตนมากขึ้น เช่น เที่ยวเตร่กับเพื่อนมากขึ้น สนใจแต่เฉพาะเรื่องราวต่าง ๆ ของตนเอง ฯลฯ หรือพยายามที่จะปฏิเสธปัญหาที่เกิดขึ้น เช่น พยายามคิดว่าความขัดแย้ง ที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรสมิใช่เป็นเรื่องสำคัญ ผลัดผ่อนการแก้ไขปัญหาไปเรื่อย ๆ หรืออดกลั้นความรู้สึกต่าง ๆ ของตนไว้ ฯลฯ มากเท่าใด ก็อาจส่งผลกระทบในทางลบต่อความสุขใน

ชีวิตสมรสมากเท่านั้น แต่ถ้าผู้ที่สมรสแล้วมีพฤติกรรมในลักษณะของการแสดงกิริยาหรือท่าทางที่บ่งบอกถึงความรักที่มีต่อกัน เช่น บอกกล่าวให้คู่สมรสของตนทราบถึงความรัก ความอาทรห่วงใยที่ผู้สมรสมีต่อคู่สมรสของตน พยายามทำแต่ในสิ่งที่คู่สมรสของตนพึงพอใจ หรือเตือนใจตนเองหรือคู่สมรสให้ระลึกถึงช่วงเวลาที่เคยมีความสุดด้วยกัน ร่วมกันพิจารณาวิเคราะห์ หาทางแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น หรือมองสิ่งที่เกิดขึ้นในแง่มุมบวกขึ้น หรือมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นรูปแบบนี้มากขึ้น ย่อมส่งผลให้มีความสุขในชีวิตสมรสมากขึ้นด้วยหรือกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ อาจทำให้ผู้ที่สมรสแล้วตระหนักหรือมองเห็นความสำคัญของพฤติกรรมที่ตนแสดงออกมามากขึ้น มีความระมัดระวังมากขึ้น เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อจะดำรงไว้ซึ่งความสุขในชีวิตสมรส อันเป็นรากฐานของความอบอุ่นในครอบครัว และสมาชิกภายในครอบครัวจะได้เติบโต พร้อมทั้งมีสุขภาพจิตที่ดี

2. จากผลการวิจัยที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวแปรตัวหนึ่งซึ่งสามารถทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว การเสนอผลการวิจัยนี้ อาจช่วยให้บุคคลหรือองค์กรทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับสถาบันครอบครัวได้ตระหนักถึงคุณค่าหรือความสำคัญของตนในการที่จะมีส่วนเกื้อหนุนให้สตรีที่สมรสแล้วสามารถดำรงชีวิตสมรสได้อย่างมีความสุขมากขึ้น หรือสามารถเผชิญกับปัญหาในชีวิตสมรสได้ดีขึ้น อีกทั้งมีความเข้าใจถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่สตรีที่สมรสแล้วแสดงออกมาเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาความขัดแย้งในชีวิตสมรส

<u>ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป</u>

1. ควรจะมีการศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียดของสตรีที่สมรสแล้วที่ประกอบอาชีพอื่น เพื่อเปรียบเทียบว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่

2. ควรจะมีการศึกษาพฤติกรรมเผชิญความเครียดของชายที่สมรสแล้วหรือศึกษาทั้งหญิงและชายที่สมรสแล้ว ซึ่งอาจจะเป็นประโยชน์ต่อการเพิ่มพูนความเข้าใจพฤติกรรมที่คู่สมรสแสดงออกมา เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาในชีวิตสมรส

3. เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้มิได้แยกศึกษาว่าการสนับสนุนทางสังคมชนิดใด (เช่น การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านเครื่องมือ ด้านอารมณ์และสังคม) หรือกลุ่มบุคคลใด (เช่น สามี เครือญาติ ผู้ร่วมงาน องค์กรทางสังคม ฯลฯ) ที่มีผลต่อความสุข ในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว แตกต่างกันหรือไม่และอย่างไร จึงน่าจะมีการศึกษาในส่วนนี้เพิ่มเติมในการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อจะได้เห็นความเกี่ยวข้องกันระหว่างการสนับสนุนทางสังคมและความสุขในชีวิตสมรสได้ชัดเจนขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

จันทร์เพ็ญ คุปต์กาญจนากุล. ตัวแบบสมุฏฐานความพึงพอใจในชีวิตสมรสทดสอบเฉพาะกรณีข้าราชการกระทรวงอุตสาหกรรม. วิทยานิพนธ์ สศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2526. อัดสำเนา.

จันทร์เพ็ญ เจริญผลารักษ์. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะการเป็นผู้นำกับความเกรงใจและโลกทัศน์แบบควบคุมจากภายนอก - ภายใน (World Veiw of External-Internal Control). ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2516. อัดสำเนา.

เจียงคำ อินทรชัย. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางประชากร การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของมารดาเด็กป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.

ชศรี วงศ์รัตนะ. เทคนิคการใช้ สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.

ทัศนา ทองภักดี. ความสัมพันธ์ระหว่าง การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล กับความเชื่ออำนาจในตนเองของเด็กวัยรุ่นไทย. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.

นวลละออ สุภาผล. ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.

นิภา ศรีไพโรจน์. หลักการวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร, 2527.

บุญชม ศรีสะอาด. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่มที่ 2. พิมพ์ครั้งที่ 2. มหาสารคาม : ภาควิชาพื้นฐานของการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม, 2532.

บุญประคอง ภาณุรัตน์. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความไม่มั่นคงในชีวิตสมรส : ศึกษากรณีสตรีที่สมรสแล้ว ภาครัฐบาล รัฐวิสาหกิจ และเอกชน. วิทยานิพนธ์ สศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2531. อัดสำเนา.

ปัทมา คุปจิต. ความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์ สัมพันธภาพในคู่สมรสกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมภายหลังได้รับการตัดเต้านม. วิทยานิพนธ์ วท.ม กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.

พิมพ์พิมล ศรีทิพย์. "การปรับตัวในชีวิตสมรส," ประชากรศึกษา. 7(5) : 21 - 30 ; ตลาคม 2523.

มาโนช สุขฤกษ์. "อารมณ์ และความรู้สึก," จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2523.

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร, 2528.

วรรณี บรรเทิง. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตนกับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดก่อนผ่าตัดในผู้ป่วยเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530. อัดสำเนา.

วรรภา ลาเจียกเทศ. แนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัวในทัศนะของสตรีที่สมรสแล้ว. วิทยานิพนธ์ สศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2530. อัดสำเนา.

วราภรณ์ นาครัตน์. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในผู้ป่วยโรคหัวใจ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.

วันเพ็ญ กุลนริศ. ความสัมพันธ์ระหว่าง เจตคติต่อการตั้งครรภ์ ภาพลักษณ์สัมพันธภาพสมรสกับการปรับตัวต่อการเป็นมารดาของหญิงวัยรุ่นในระยะตั้งครรภ์. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530. อัดสำเนา.

ศุภลักษณ์ พฤทธิพงศ์สิทธิ์. สุขภาพจิตและพฤติกรรมทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ สศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2534. อัดสำเนา.

สุวนีย์ เกี่ยวกิ่งแก้ว. เอกสารคำสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชชุมชน. เชียงใหม่ : หน่วยพิมพ์ออฟเซท, 2527.

อดิธ แอคกิน และเอสเทลลี รูบิน. คุณพ่อจ๋าพรุ่งนี้ หยุดทำไม ให้กระเทือนใจฉุก. แปลกจาก Part - time Father โดย ธิดา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สารมวลชน, 2530.

อังกาบ กอศรีพร. "ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส : การวิเคราะห์สาเหตุและทางออก," ใน รายงานการประชุมสัมมนา เรื่องปัญหาครอบครัว. หน้า 24 - 29. กรุงเทพฯ : บริษัทไทยประกันชีวิต จำกัด, 2526.

อัจฉรา พุ่มเพวง. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่ออำนาจภายในภายนอกตนกับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อัดสำเนา.

อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์. คุณภาพชีวิตสมรส : ศึกษากรณีข้าราชการสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ สศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2531. อัดสำเนา.

Barbara, Snell Donrenwend and Bruck P. Dohorenwend. Stressful Life Events : Their Nature And Effects. New York : John Wiley and Sons, 1974.

Bahr, Stephen J. Family Interaction. New York : Macmillan Publishing Company, 1989.

Bowman, Marilyn L. "Coping Efforts and Marital Satisfaction : Measuring Marital Coping and Its Correlates," Journal of Marriage and the Family. 52 : 463 - 474 ; May, 1990.

Coleman, Jame C. Intimate Relationships, Marriage ; and Family. 2 nd ed. New York : Macmillan Publishing Company, 1988.

Folkman, Susan. "Personal Control and Stress and Coping Processes : A Theoretical Analysis," Journal of Personality and Social Psychology. 46(4) : 839 - 852 ; 1984.

Folkman, Susan and Richard S. Lazarus. An Analysis of Coping in a Middle - Aged Community Sample," Journal of Health and Social Behavior. 21 : 219 - 239 ; September, 1980.

_____. "If it changes it must be a process : Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination," Journal of Personality and Social Psychology. 48(1) : 150 - 170 ; 1985.

Garland, La Retta A and Caral T. Rush. Coping Rehavior and Nurring. Reston : Reston Publishing Company, 1982.

Gayla Margolin, Sharon Talovic and Charles D. Weinstein. "Area of Change Questionnaire : A Practical Approach to Marital Assessment," Journal of Conbsulting and Clinical Psyhcology. 51(6) : 920 - 931; 1983.

Glenn Norval D. and Charles N. Weaver. "The Contribution of Marital Happiness to Global Happiness," Journal of Marriage And The Family. 161 - 168 ; February, 1981.

Gove, Walter R., MIchael Hughes and Carolyn Briggs Style. "Does Marriage Have Positive Effects on the Psychological Well - Going of The Individual," Journal of Health and Social Behavior. 24 : 122 - 131 ; June, 1983.

Kerlinger, Fred N. Foundation of Behavior Resrarch. 2nd ed. New York : Holt, Rinchart and Winston, 1964.

Knox, David. Choices in Relationships : An Introduction to Marriage and the Family. Minnesota : West Publishing Company, 1985.

Lazarus, Richard S. Psychological Stress and The Coping Process. New York : McGraw - Hill book Company, 1966.

Lazarus, Richard S. and Susan Folkman. Stress, Appraisal and Coping. New York : Springer Publishing Company, 1984.

Luepnitz, Deborah A. Family - Coordinator. 28(1) : 79 - 85 ; January, 1979.

Luepnitz, Deborah A. "Which aspects of divorce affect children," Family - Coordinator. 28(1) : 79 - 85 ; 1978.

Menaghan, Elizabeth. "Measuring Coping Effectiveness : A Panel Analysis of Marital Problems and coping Efforts," Journal of Health and Social Behavior. 23 : 220 - 234 ; September, 1982.

Michael Argyle. The Psychology of Happiness. New York : Methuenh and Co., 1987.

Michael Argyle and Adrian Furnham. "Sources of Satisfaction and Conflict in Long - Tern Relationships," Journal of Marriage and The Family. 45 : 481 - 493 ; August, 1983.

Morrfis, Charles G. Psychology : An Introduction. 7th ed. New Jersey : Prentice Hall Englewood Cliffs, 1990.

Nie, Norman H. and others. SPSS : Statistical Package For the Social Sciences. 2nd ed. New York : McGraw - Hill, 1975.

Orthner, Dennis K. Intimate Relationship : An Introduction To Marriage and the Family. Addison - Wesley Publishing Company, 1981.

Spanier, Grahan E. and Robert A. Lewis. "Marital Quality : A Review of the Seventies," Journal of Marriage and the Family. 825 - 839 ; November, 1980.

Steel, Robert G.D. and Jame H. Torrie. Principle and Procedures of Statistics. New York : McGraw-Hill book, 1980.

Susan Krauss Whitbourne and Comilda S. Weinstock. Adult Psychology : The Differientiation of Experience. U.S.A., 1979.

Tholts, Peggy A. "Conceptual, Methodological and Theoretical Problems in Studying Social Support as a buffer Against Life Stress," Journal of Health and Social Behavior. 23 : 145 - 149; June, 1982.

White, Lynn K. "Determinants of Spousal Interaction : Marital Structure or Marital Happiness," Journal of Marriage and The Family. 511 - 519 ; August, 1983.

ภาคผนวก

ตาราง 15 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.5170	6	.5764
2	.3349	7	.6739
3	.4917	8	.3675
4	.3205	9	.3903
5	.7120	10	.5745

Reliability = .7386

ตาราง 16 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความสุขในชีวิตสมรส

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.5612	7	.7899
2	.5462	8	.5849
3	.6515	9	.6119
4	.5630	10	.5830
5	.7184	11	.7854
6	.5855	12	.6475

Reliability = .8886

ตาราง 17 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.6137	7	.5280
2	.3491	8	.6087
3	.4361	9	.5267
4	.6065	10	.7176
5	.5784	11	.6019
6	.5999	12	.7116

Reliability = .8351

ตาราง 18 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามพฤติกรรมแสดงความเครียด

	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
	1	.5007	23	.6840
	13	.6616	32	.6680
การแสดงความขัดแย้ง	20	.5434	33	.5820
	21	.7813	38	.6224
	22	.6367	46	.5333

ตาราง 18 (ต่อ)

	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
	3	.6700	26	.7680
	4	.7903	27	.6594
การตำหนิตนเอง	10	.5099	28	.6466
	16	.6175	35	.7156
	25	.5135	50	.6082
	2	.5038	34	.3866
	9	.7497	39	.4524
การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก	14	.6554	40	.5730
	15	.5930	47	.7497
	24	.5277	49	.5930
	5	.3484	29	.5152
	11	.4220	30	.3745
การหันมาเพิ่มความสนใจ	12	.4566	41	.4485
ในตนเอง	17	.4737	43	.4497
	18	.3834	44	.5673

ตาราง 18 (ต่อ)

	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
	6	.5430	36	.7053
	7	.5458	37	.5697
การหลักเลี่ยง	8	.5782	42	.7453
	19	.6110	45	.5782
	31	.5481	48	.5773

Reliability ของ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง = .8553

Reliability ของ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง = .8739

Reliability ของ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก = .8652

Reliability ของ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง = .6263

Reliability ของ พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการหลีกเลี่ยง = .8129

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน พยาบาลประจำการ ที่นับถือ

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามความคิดเห็น

เนื่องด้วยข้าพเจ้า นางสาววรารัตน์ กิตติรักษนนท์ นักศึกษาปริญญาโทจิตวิทยาพัฒนาการมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร กำลังทำวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดและประสบการณ์ในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้ว ในการนี้จำต้องอาศัยข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นของท่านในการตอบแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยจะทำการเสนอผลการวิจัยในรูปส่วนรวม มิได้แยกแยะเป็นรายบุคคล ดังนั้นคำตอบของท่านจะไม่ส่งผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้นต่อตัวท่าน

งานวิจัยนี้คาดว่าจะเป็นประโยชน์ต่อคู่สมรส และหน่วยงานต่าง ๆ ที่ศึกษาเกี่ยวกับชีวิตสมรส ในอันที่จะนำไปเป็นแนวทางปฏิบัติและประยุกต์ใช้ เพื่อก่อให้เกิดความผาสุกในชีวิตสมรส ผู้วิจัยจึงขอขอบคุณในความอนุเคราะห์ของท่านที่กรุณาตอบแบบสอบถามมา ณ ที่นี้

ด้วยความนับถืออย่างสูง

วรารัตน์ กิตติรักษนนท์

<u>คำชี้แจง</u>

แบบสอบถามนี้แบ่งเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลรายละเอียดส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อเหตุการณ์ทั่ว ๆ ไป

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตสมรส

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในชีวิตสมรส

ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับความช่วยเหลือที่ท่านได้รับจากผู้อื่น

<u>ตอนที่</u> 1 แบบสอบถามข้อมูลรายละเอียดส่วนตัว

1. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

2. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

( ) ก. ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี

( ) ข. ระดับปริญญาตรี

( ) ค. สูงกว่าระดับปริญญาตรี

3. ระยะเวลาการสมรส.....ปี

.....

.....

(ในกรณีที่ท่านทำการสมรสมากกว่า 1 ครั้ง โปรดระบุระยะเวลาสมรสในแต่ละครั้ง)

4. จำนวนบุตร.....คน บุตรชาย.....คน

บุตรหญิง.....คน

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึกของท่านที่มีต่อเหตุการณ์ทั่ว ๆ ไป โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าท่านมีความคิดเห็นต่อข้อความแต่ละข้ออย่างไร โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย
1. ส่วนมากเรื่องเศร้าในชีวิตของท่าน เป็นผลมาจากเคราะห์กรรม	....	....	....	....	....
2. บางครั้งท่านกระทำ หรือตัดสินใจตามคำทำนายของผู้อื่น เช่น หมอดู	....	....	....	....	....
3. การที่ท่านจะประสบความสำเร็จในชีวิตสมรสได้ย่อมเป็นผลมาจากการที่ท่านพยายามประคับประคองชีวิตสมรสของท่านอยู่เสมอ	....	....	....	....	....
4. ท่านไม่สามารถที่จะเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดของบุคคลรอบข้างที่มีต่อตัวท่านได้เลย	....	....	....	....	....
5. ชีวิตท่านจะเป็นเช่นใดนั้น ขึ้นอยู่กับโชคชะตากำหนด ..	....	....	....	....	....
6. การที่ไม่สมหวังในสิ่งที่ท่านต้องการมักเป็นเพราะโชคไม่อำนวย	....	....	....	....	....
7. คนเราจะร่ำรวยเพียงใดย่อมขึ้นอยู่กับกุศลบุญที่เคยทำมา	....	....	....	....	....
8. การที่ท่านจะเข้ากับญาติพี่น้องของสามีได้ดีเพียงใดนั้นส่วนหนึ่งก็เพราะความพยายามในการปรับตัวของท่าน .	....	....	....	....	....

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่คอยจริง	ไม่จริงเลย
9. ชีวิตสมรสของท่านจะยืนยาวเพียงใดขึ้นอยู่กับว่าท่านทั้งสองทำบุญร่วมกันมามากน้อยเพียงใด	....	....	....	....	....
10. ท่านจะมีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับดวง หรือวาสนาของท่าน	....	....	....	....	....

<u>หมายเหตุ</u> แบบสอบถามตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามความเชื่ออำนาจภายในตน

ข้อความที่เป็นข้อความเชิงบวก คือข้อความที่แสดงถึงความเชื่ออำนาจในตน ได้แก่ ข้อ 3 และ 8

ข้อความที่เป็นข้อความเชิงลบ คือข้อความที่แสดงถึงความเชื่ออำนาจภายนอกตน ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9 และ 10

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตสมรส

ไปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ข้อความเหล่านั้นตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด โดยเลือกเพียงช่องเดียวจากจริงที่สุดถึงไม่จริงเลย

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่คอยจริง	ไม่จริงเลย
1. ท่านรู้สึกพึงพอใจกับระบบการใช้จ่ายเงินภายในครอบครัวของท่าน	....	....	....	....	....
2. สามีของท่านมักจะเข้าใจความรู้สึกของท่านเสมอ	....	....	....	....	....
3. ท่านรู้สึกภาคภูมิใจในตัวสามี และบุตรของท่านมาก ...	....	....	....	....	....
4. ท่านมีความพอใจในด้านความสัมพันธ์ทางเพศกับสามีของท่าน	....	....	....	....	....
5. ท่านรู้สึกชีวิตสมรสของท่านมีความมั่นคงด้านการเงินเพียงพอ	....	....	....	....	....
6. สามีของท่านมักจะให้เกียรติและยกย่องท่านเสมอ (เช่น ยินยอมให้ท่านมีส่วนรู้เห็นเรื่องการเงินจดทะเบียนสมรสกับท่าน ฯลฯ)	....	....	....	....	....
7. ท่านรู้สึกว่าชีวิตการแต่งงาน ให้ความมั่นใจ และเป็นหลักประกันที่ดีสำหรับท่าน	....	....	....	....	....
8. ท่านและสามีของท่านมักจะมีความขัดแย้งกันเสมอ (เช่น เรื่องการเงิน เรื่องบุตร เรื่องงาน ฯลฯ) ...	....	....	....	....	....

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่ค่อยจริง	ไม่จริงเลย
9. ท่านรู้สึกว่าสามีของท่านให้เงินสนับสนุนครอบครัวไม่เพียงพอ	....	....	....	....	....
10. เมื่อเปรียบเทียบฐานะการเงินของครอบครัวท่านและครอบครัวผู้อื่น ท่านรู้สึกว่าฐานะการเงินของครอบครัวท่านไม่เป็นที่พึงพอใจ	....	....	....	....	....
11. ถ้าท่านสามารถย้อนเวลาได้ ท่านอยากกลับไปเป็นโสดเหมือนเดิม	....	....	....	....	....
12. สามีของท่านมักช่วยเหลือเกื้อกูลท่านเสมอ	....	....	....	....	....

<u>หมายเหตุ</u> แบบสอบถามตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามความสุขในชีวิตสมรส ซึ่งประกอบด้วยข้อความที่เป็นสถานการณ์ในชีวิตสมรส 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ข้อ 1, 5, 9, 10
2. ด้านสังคม ได้แก่ ข้อ 3, 6, 8, 12
3. ด้านจิตวิทยา ได้แก่ ข้อ 2, 4, 7, 11

ตอนที่ 4 การสอบถามเกี่ยวกับการเผชิญความเครียด

ไปรดอ่านข้อความข้างล่างก่อนลงมือทำแบบสอบถามตอนนี้

1. ในชีวิตสมรสนั้นเป็นปกติธรรมดาที่คู่สมรสอาจเกิดความขัดแย้งกันได้ ในฐานะที่ท่านเป็นภรรยาขอให้ระลึกถึงปัญหาซึ่งเป็นปัญหาใหญ่ หรือปัญหาหลักที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง ระหว่างท่านและคู่สมรสของท่าน (ไม่ต้องเขียนระบุปัญหา เพียงแต่ระลึกไว้ในใจ)

ตัวอย่าง ปัญหาที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง เช่น ท่านไม่พอใจที่สามีของท่านไม่ช่วยเลี้ยงดูบุตร ท่านไม่พอใจที่สามีไม่ช่วยทำงานบ้าน ท่านไม่เห็นด้วยกันการใช้เงินฟุ่มเฟือยของสามีของท่าน ท่านรู้สึกว่าสามีไม่เข้าใจความรู้สึกของท่าน ท่านและสามีของท่านมีความต้องการที่ไม่สอดคล้องกันในเรื่องทางเพศสัมพันธ์ ฯลฯ

2. นำปัญหาที่ระลึกนั้นมาเป็นแนวทางในการตอบแบบสอบถามว่า เมื่อเกิดปัญหานั้นแล้ว ท่านได้กระทำสิ่งต่าง ๆ ที่ระบุไว้ ในข้อคำถามแต่ละข้อต่อไปนี้ บ่อยครั้งเพียงใด (โดยเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวจากบ่อยที่สุดถึงไม่เคยเลย)

การกระทำของท่านเมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
1. ท่านทำลายข้าวของต่าง ๆ เช่น โดยการขว้างปาของ	.....	.....	.....	.....	.....
2. ท่านเตือนตัวเองให้ระลึกถึงช่วงเวลาที่เคยมีความสุขด้วยกันในอดีต	.....	.....	.....	.....	.....
3. ท่านครุ่นคิดกับปัญหา จนไม่มีสมาธิในการทำงาน	.....	.....	.....	.....	.....
4. ท่านรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวังต่อปัญหาที่เกิดขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
5. ท่านออกงานสังคมเพียงลำพังมากกว่าปกติ ...	.....	.....	.....	.....	.....
6. ท่านพยายามที่จะไม่คิดถึงปัญหาที่เกิดขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....

การกระทำของท่านเมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
7. ท่านพยายามที่จะแก้ไขปัญหาด้วยตัวเองโดยไม่พูดถึงสิ่งที่เป็นปัญหากับสามี	.....	.....	.....	.....	.....
8. ท่านหลบไปอยู่เพียงลำพัง เพื่อระงับอารมณ์ของตน	.....	.....	.....	.....	.....
9. ท่านแสดงกิริยาต่าง ๆ ที่บ่งบอกถึงความรักต่อสามีมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
10. ท่านรู้สึกว่าร่างกายอ่อนเพลียเหนื่อยง่ายกว่าปกติ	.....	.....	.....	.....	.....
11. ท่านเพิ่มเวลาให้กับงานอดิเรกที่ท่านสนใจมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
12. ท่านพอใจที่จะใช้เวลาว่างพักผ่อนหย่อนใจตามลำพังมากกว่าปกติ	.....	.....	.....	.....	.....
13. ท่านพร่ำบ่นสามีของท่าน	.....	.....	.....	.....	.....
14. ท่านบอกสามีว่าท่านยังคงรักและห่วงใยเขาอยู่เสมอ	.....	.....	.....	.....	.....
15. ท่านพยายามทำตนให้เป็นที่ชื่นชอบหรือพึงพอใจแก่สามีของท่าน (เช่น การจัดสิ่งแวดล้อมให้สวยงาม แต่งตัวให้สวยงาม ฯลฯ)	.....	.....	.....	.....	.....
16. ท่านคิดน้อยเนื้อต่ำใจที่สามีไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นหรือคำอธิบายใด ๆ จากท่าน ...	.....	.....	.....	.....	.....
17. ท่านออกไปนอกบ้านมากขึ้น เพื่อจะได้ไม่ต้องพบปะกับสามี	.....	.....	.....	.....	.....

การกระทำของท่านเมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
18. ท่านใช้เวลาให้หมดไปกับการออกกำลังกาย การกิน หรือการนอนมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
19. ท่านเฝ้าบอกกับตนเองว่าปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ใช่เรื่องสำคัญ	.....	.....	.....	.....	.....
20. ท่านหลีกเลี่ยงการถูกเนื้อต้องตัวกับสามี	.....	.....	.....	.....	.....
21. ท่านพูดประชดประชันสามี	.....	.....	.....	.....	.....
22. ท่านทำทุกวิถีทาง เพื่อให้สามีเจ็บช้ำน้ำใจ ...	.....	.....	.....	.....	.....
23. ท่านพยายามที่จะโต้เถียงกับสามีในทุก ๆ เรื่อง	.....	.....	.....	.....	.....
24. ท่านพยายามทำให้สามีมองปัญหาที่เกิดขึ้นในแง่ขบขัน	.....	.....	.....	.....	.....
25. ท่านนอนไม่ค่อยหลับ	.....	.....	.....	.....	.....
26. ท่านรู้สึกจิตใจหดหู่ ไม่เบิกบาน	.....	.....	.....	.....	.....
27. ท่านเฝ้าแต่รู้สึกเสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
28. ท่านเฝ้าแต่ครุ่นคิดว่าอะไร หรือใครคือสาเหตุของปัญหา	.....	.....	.....	.....	.....
29. ท่านทุ่มเทความสนใจหรือมุ่งมั่นการทำงานมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
30. ท่านใช้เวลาสังสรรค์หรือเที่ยวเตร่กับเพื่อนฝูงมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....

การกระทำของท่านเมื่อเกิดปัญหา หรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
31. ท่านบอกกับตนเองว่า จะจัดการกับปัญหาในคราวถัดไปเพราะตอนนี้ท่านยังไม่พร้อม	.....	.....	.....	.....	.....
32. ท่านหงุดหงิด ฉุนเฉียวกับสามีของท่าน	.....	.....	.....	.....	.....
33. ท่านแสดงอาการปั้นปึ่ง แง่งอนกับสามี	.....	.....	.....	.....	.....
34. ท่านพยายามที่จะเข้าใจความรู้สึก ความคิดและการกระทำของสามี	.....	.....	.....	.....	.....
35. ท่านเบื่อหน่ายต่อสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัว ..	.....	.....	.....	.....	.....
36. ท่านปฏิเสธที่จะพูดกับสามีเกี่ยวกับปัญหานั้น ...	.....	.....	.....	.....	.....
37. ท่านเดินหนีหรือหลีกเลี่ยงไปจากบริเวณนั้นเพื่อยุติการถกเถียงกัน	.....	.....	.....	.....	.....
38. ท่านต่อว่าต่อขาน ที่สามีไม่เข้าใจความรู้สึกของท่าน	.....	.....	.....	.....	.....
39. ท่านร่วมมือกับสามี เพื่อหาแนวทางในการแก้ปัญหา	.....	.....	.....	.....	.....
40. ท่านคอยดูแล เอาใจใส่สามีมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
41. ท่านหันมาสนใจกิจกรรมที่เป็นเรื่องของตัวเองมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....
42. ท่านพยายามที่จะไม่เอ่ยถึงปัญหานั้นอีก	.....	.....	.....	.....	.....
43. ท่านหันมาให้ความสนใจกับความสวยงามของตนเองมากขึ้น	.....	.....	.....	.....	.....

การกระทำของท่านเมื่อเกิดปัญหาหรือหลังจากเกิดปัญหา	บ่อยที่สุด	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	น้อยมาก	ไม่เคยเลย
44. ท่านตัดสินใจในเรื่องราว หรือการกระทำต่าง ๆ ด้วยตนเองโดยไม่ขอความคิดเห็นจากสามี	.....	.....	.....	.....	.....
45. ท่านเก็บงำความรู้สึกทั้งหลายไว้ ภายในใจไม่ให้ผู้อื่นรับรู้	.....	.....	.....	.....	.....
46. ท่านคิดผูกใจเจ็บ	.....	.....	.....	.....	.....
47. ท่านทำตัวให้สนุกสนานร่าเริงเมื่ออยู่กับสามี ..	.....	.....	.....	.....	.....
48. ท่านเก็บกดปัญหาไว้ แล้วไปอารมณ์เสียกับผู้อื่น	.....	.....	.....	.....	.....
49. ท่านปฏิบัติต่อสามีเช่นเดิมเหมือนเมื่อยังไม่มีเรื่องขัดแย้งกัน	.....	.....	.....	.....	.....
50. ท่านคิดว่าตนเองตัดสินใจผิด ที่ทำการสมรส ..	.....	.....	.....	.....	.....

<u>หมายเหตุ</u> แบบสอบถามตอนที่ 4 เป็นแบบสอบถามพฤติกรรมเผชิญความเครียด ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 รูปแบบ ดังนี้

1. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง ได้แก่ ข้อ 1, 13, 20, 21, 22, 23, 32, 33, 38 และ 46

2. พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง ได้แก่ ข้อ 3, 4, 10, 16, 25, 26, 27, 28, 35, และ 50

ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับความช่วยเหลือที่ท่านได้รับจากผู้อื่น

ไปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับความเป็นจริงที่ท่านได้ประสบเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่คอยจริง	ไม่จริงเลย
1. ถ้าท่านมีปัญหาทางการเงิน เพื่อนฝูง ญาติมิตรจะช่วยเหลือท่านได้	....	....	....	....	....
2. ถ้าท่านเจ็บป่วย เพื่อนร่วมงาน หรือหัวหน้างานมักจะช่วยเหลือด้วยความเต็มใจเสมอ	....	....	....	....	....
3. บ่อยครั้งที่เพื่อนฝูงหรือญาติมิตรช่วยให้ท่านตระหนักหรือทราบว่าท่านมีส่วนผิดหรือผูก ต่อปัญหาที่เกิดขึ้น ...	....	....	....	....	....
4. เมื่อท่านมีงานล้นมือ สามี หรือสมาชิกในครอบครัวมักจะช่วยเหลือท่านเสมอ	....	....	....	....	....
5. ท่านสามารถปรึกษาหารือปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตกับคนรอบข้างได้	....	....	....	....	....
6. เมื่อท่านเกิดปัญหา ท่านไม่รู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวเนื่องจากบุคคลรอบข้างเข้าใจความรู้สึกของท่าน	....	....	....	....	....
7. บ่อยครั้งที่ท่านสามารถคลี่คลายปัญหาระหว่างท่านและคู่สมรสของท่าน โดยอาศัยประสบการณ์ของเพื่อนฝูง/ญาติมิตร	....	....	....	....	....

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงปานกลาง	ไม่คอยจริง	ไม่จริงเลย
8. ท่านมักได้รับการดูแล ไต่ถาม และช่วยเหลือจากญาติผู้ใหญ่เสมอ	....	....	....	....	....
9. เมื่อท่านมีบุตรสมาชิกภายในครอบครัวมักจะช่วยเหลือท่านในการเลี้ยงดูบุตร	....	....	....	....	....
10. เมื่อท่านมีปัญหาในชีวิตสมรส ท่านมักจะได้รับการชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหาจากบุคคลใกล้ชิดเสมอ	....	....	....	....	....
11. เมื่อท่านมีปัญหากับคู่สมรสของท่าน ท่านมักจะได้รับคำปลอบโยนจากเพื่อนฝูง/ญาติมิตรทำให้ท่านรู้สึกสบายใจขึ้น	....	....	....	....	....
12. คนใกล้ชิดแสดงให้ท่านรู้ ว่าท่านมีประโยชน์และเป็นที่ต้องการของเขา	....	....	....	....	....

<u>หมายเหตุ</u> แบบสอบถามตอนที่ 5 เป็นแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นข้อความที่แสดงถึงการสนับสนนทางสังคม 3 ชนิด คือ

1. การสนับสนุนด้านเครื่องมือ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 9
2. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร ได้แก่ ข้อ 3, 5, 7, 10
3. การสนับสนุนด้านอารมณ์และสังคม ได้แก่ ข้อ 6, 8, 11, 12

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางสาววรารัตน์ ชื่อสกุล กิตติรักษนนท์

เกิด วันที่ 5 เดือน มกราคม พุทธศักราช 2504

สถานที่เกิด อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม

สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 276/7 ถ. อิสระภาพ แขวงวัดอรุณ
เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2521 เตรียมอุดมศึกษา (แผนกวิทยาศาสตร์)
จากโรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย

พ.ศ. 2526 วิทยาศาสตร์บัณฑิต (สาขาพยาบาลและผดุงครรภ์)
จากมหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2535 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาพัฒนาการ)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรส พฤติกรรมเผชิญความเครียด ปัจจัยบางประการทางชีวสังคม สิ่งแวดล้อม และบุคลิกภาพของสตรีที่สมรสแล้ว

บทคัดย่อ

ของ

วรารัตน์ กิตติรักษนนท์

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ

มีนาคม 2536

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสุขในชีวิตสมรสกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว และเปรียบเทียบพฤติกรรมเผชิญความเครียดแต่ละรูปแบบของสตรีที่สมรสแล้ว เมื่อจำแนกตามตัวแปร อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสมรส ความเชื่ออำนาจภายในตนและการสนับสนุนทางสังคม พร้อมทั้งค้นหาตัวแปรซึ่งทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วจากตัวแปรที่กล่าวมา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือสตรีที่สมรสแล้วซึ่งเป็นพยาบาลประจำการทำงานอยู่ฝ่ายการพยาบาลของโรงพยาบาลศิริราชในปี 2535 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย จำนวนทั้งสิ้น 214 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลรายละเอียดส่วนตัว แบบวัดความสุขในชีวิตสมรส แบบวัดความเชื่ออำนาจภายในตน แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดพฤติกรรมเผชิญความเครียด 5 รูปแบบ คือการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวกและการหลีกเลี่ยง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ความสุขในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดงความขัดแย้ง การตำหนิตนเอง การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเองและการหลีกเลี่ยง

2. สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีอายุแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในทุกรูปแบบ

3. สตรีที่สมรสแล้วที่มีระยะเวลาการสมรสแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดไม่แตกต่างกันในทุกรูป ยกเว้นแบบการแสดงพฤติกรรมเชิงบวก

4. สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีความเชื่ออำนาจภายในตนแตกต่างกัน มีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแตกต่างกันในทุกรูปแบบยกเว้นแบบการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกและแบบการหลีกเลี่ยง

5. สตรีที่สมรสแล้วซึ่งมีระดับการสนับสนุนทางสังคมแตกต่างกันมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดแตกต่างกันเฉพาะรูปการตำหนิตนเอง และการแสดงพฤติกรรมเชิงบวกนอกนั้นไม่แตกต่างกัน

6. ตัวแปรซึ่งร่วมกันทำนายความสุขในชีวิตสมรสของสตรีที่สมรสแล้วได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมี 6 ตัว คือพฤติกรามเผชิญความเครียดในรูปการตำหนิตนเอง การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก การหันมาเพิ่มความสนใจในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม พฤติกรรมเผชิญความเครียดในรูปการแสดง ความขัดแย้งและความเชื่ออำนาจภายในตน ตามลำดับ

RELATIONSHIPS AMONG MARITAL HAPPINESS, COPING BEHAVIORS AND SOME BIOSOCIAL, ENVIROMENTAL AND PERSONALITY FACTORS OF MARRIED WOMEN

AN ABSTRACT

BY

VARARAT KITTIRUCKSANON

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master of Education degree in Developmental Psychology at Srinakharinwirot University

March 1993

The purposes of this research were 1) to study the relationship between marital happiness and each type of married women's coping behaviors 2) to compare each type of coping behaviors of married women with different ages, educational levels, length of marriage, beliefs in internal locus of control and social supports 3) to find predictive variables of married women's marital happiness from the other variables in this study.

The sample of this study consisted of 214 married women who were registered nurses in department of nursing of Siriraj Hospital in 1992. They were drawn by a simple random sampling.

The instruments employed in this study were married women's background questionnaire, tests of marital happiness, belief in internal locus of control, social support, and five types of coping behaviors (Conflict, introspective self - blame, avoidance, positive approach and self - interest). The data were analyzed by Pearson product moment correlation, one - way analysis of variance and stepwise multiple regression analysis.

The findings of this study were as follows :

1. Marital happiness was positively correlated with positive approach type of coping behaviors and negatively correlated with conflict, introspective self - blame, self - interest and avoidance types of coping behaviors.

2. Married women with different ages did not differ in coping behaviors in all types.

3. Married women with different length of marriage did not differ in coping behaviors in all types except for positive approach type.

4. Married women with different levels of belief in internal locus of control differed in coping behaviors in all types except for positive approach and avoidance types.

5. Married women with different levels of social support differed in coping behaviors for introspective self - blame and positive approach types but not differed in all other types.

6. There were six variables that alltogether significantly predict marital happiness. They were four types of coping behaviors : introspective self - blame, positive - approach, self - interest and conflict; social support and belief in internal locus of control.