

Communication in Conflict Resolution of the Generation Y Thai Couples in Bangkok¹

Varanyapas Sirinitiyaprapa²

Narisara Puengposop³

Thasuk junprasert⁴

Received: June 13, 2017

Accepted: August 15, 2017

Abstract

The purpose of this research were to provide the understanding of the conflict situations within the marriage life along with how the effectiveness in communication skill could reduce the conflicts of the Generation Y married couples in Bangkok. This research was consisted of 4 qualified Generation Y married couples and 4 specialists in marriage from both government and private sectors. The study showed that the common causes of conflict between married couples were emotional conversation, negative conversation, disagreement conversation and non-communication. Whereas, it was also found that in order to reduce these conflicts, various types of communication skills were required such as positive conversation, non-verbal communication, silence in communication, communication by heart and third-party communication.

Keywords: conflict situation in married life, communication in conflict resolution, Generation Y

¹ This paper submitted in partial fulfillment of Doctoral Dissertation in Applied Behavioral Science Research. Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

² Graduate student, Doctoral degree in Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University, E-mail: varanyapas@gmail.com

³ Assistant Professor at Behavioral Research Science Institute, Srinakharinwirot University, E-mail: narisara24@gmail.com

⁴ Assistant Professor at Behavioral Research Science Institute, Srinakharinwirot University, E-mail: thasukbsri@gmail.com

การสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ ของคู่สมรสเจนเนอเรชันวายในเขตกรุงเทพมหานคร¹

วรัญญูภัสร์ สิรินธิยาประภา²

นริศรา พิงโพธิ์สม³

ฐาศุภกร จันประเสริฐ⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่ ตลอดจนการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งที่มีประสิทธิภาพในชีวิตคู่ ของคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ คู่สมรสเจนเนอเรชันวาย ที่ผ่านเกณฑ์ในการคัดเลือกจำนวน 4 คู่ ผลการศึกษาพบว่า เงื่อนไขจากการสื่อสารที่ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสเจนเนอเรชันวายมากที่สุด คือ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ และการไม่สื่อสาร โดยพบวิธีการลดความขัดแย้งของแต่ละเงื่อนไขคือ การสื่อสารในหลายรูปแบบ ได้แก่ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงบวก การสื่อสารแบบมีบุคคลที่สาม การสื่อสารด้วยใจ การสื่อสารด้วยการกระทำ และการสื่อสารด้วยความเงียบ

คำสำคัญ : สถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่ การสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้ง
คู่สมรสเจนเนอเรชันวาย

¹ บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² นิสิตปริญญาเอก สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
อีเมล: varanyapas@gmail.com

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อีเมล: narisrap24@gmail.com

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อีเมล: thasukbsri@gmail.com

ที่มาและความสำคัญของปัญหาวิจัย

วิถีชีวิตครอบครัวของมนุษย์นั้นเริ่มขึ้นจากการเข้าสู่ชีวิตครอบครัว ด้วยการแต่งงาน ถ้าสามีและภรรยา มีความรักใคร่เข้าใจซึ่งกันและกัน พยายามปรับตัวเข้าหากัน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ในครอบครัว มีการสื่อสารที่ดีต่อกันตลอดจนรับผิดชอบและแก้ไขปัญหาต่างๆ ภายในครอบครัวร่วมกัน อันแสดง ถึงคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีของคู่สามีภรรยา แต่ในทางตรงกันข้าม หากสามีภรรยามีสัมพันธภาพที่ไม่ดีต่อกัน ขาด ความเข้าใจซึ่งกันและกัน ไม่รักใคร่ปรองดองกัน และขาดความรับผิดชอบต่อร่วมกันแล้ว ย่อมเกิดความขัดแย้งกัน อันอาจรุนแรงถึงขั้นทำให้ครอบครัวต้องแตกสลายลง หรือถ้าไม่ถึงกับแตกสลายก็จะทำให้ครอบครัวขาดความสุข และมีปัญหา ซึ่งนำไปสู่ปัญหาสังคมในที่สุด สังคมจึงควรตระหนักและให้ความสำคัญอย่างต่อเนื่องกับการสร้างความมั่นคงของสถาบันครอบครัวเพื่อให้ครอบครัวเป็นจุดกำเนิดหล่อหลอมและสร้างสรรค์ทรัพยากรมนุษย์ให้กับ ประเทศชาติ (ลดาวลัย สำแดง, 2550) ทั้งนี้ประเทศไทยได้มีนโยบายในการกำหนดทิศทางการพัฒนาประเทศ ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและ สังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) เน้นการสร้างภูมิคุ้มกันในมิติต่างๆ เพื่อให้การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืน โดยนำทุนของประเทศที่มีศักยภาพมาใช้ประโยชน์อย่าง บูรณาการและเกื้อกูลกัน พร้อมทั้งเสริมสร้างให้แข็งแกร่งเพื่อเป็นรากฐานการพัฒนาประเทศที่สำคัญ ได้แก่ การ เสริมสร้างทุนสังคม ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยสู่สังคมคุณภาพ มุ่งสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่ระดับ ปัจเจก ครอบครัว และชุมชน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) 2555)

จากลักษณะความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวที่ต้องเกี่ยวข้องและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เปิดเผย และส่งผลกระทบต่อกันตามบทบาทหน้าที่ของแต่ละคนทำให้ครอบครัวมีโอกาสเกิดปัญหาความขัดแย้งได้ง่าย ซึ่ง ลักษณะความขัดแย้งในครอบครัวที่มักเกิดขึ้นบ่อยครั้งได้แก่ ความขัดแย้งระหว่างสามีกับภรรยา ดังนั้นเองการ ติดต่อดสื่อสารจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2540) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง ของครอบครัวและการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ของสามีภรรยา ก่อให้เกิดปัญหาความขัดแย้งขึ้นมามากมาย ซึ่งถ้าไม่ได้รับการแก้ไขจะกลายเป็นปัญหาลุกลามต่อไป ในครอบครัวปัจจุบันการสื่อสารจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง แต่การสื่อสารที่ดีมักจะไม่เกิดขึ้น มักมีการสื่อสารที่ไม่ดีเกิดขึ้นเสมอ จากสาเหตุสำคัญ 2 ประการคือคู่สมรสส่วน ใหญ่ไม่เคยรู้เรื่องการศึกษามาก่อนและสาเหตุจากความขัดแย้งที่เป็นมานานและยาวนาน จนไม่อาจจะสื่อสารที่ดี ต่อกันได้ดังนั้นทักษะการสื่อสารในครอบครัวจะมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงอยู่ของสถาบันครอบครัว

ผู้วิจัยพบว่ามีผลการวิจัยทั้งไทยและต่างประเทศที่ทำให้ทราบว่าในปัจจุบันมีปัจจัยใดบ้างที่มีผลต่อการสื่อสาร ในครอบครัวของสามีภรรยา ซึ่งสามารถใช้เป็นแนวทางในการศึกษาสำหรับครอบครัวที่มีความขัดแย้งกันและเป็น แนวทางสำหรับการป้องกันส่งเสริมเรื่องการสื่อสารในครอบครัวเพื่อความสุขของทุกคนในครอบครัวเป็นจำนวน มากแต่พบว่ายังมีช่องว่างทางการวิจัยที่ควรค่าแก่การศึกษาต่อยอด เพราะจะเห็นได้ว่าจากลักษณะความสัมพันธ์ ของสมาชิกในครอบครัวที่ต้องเกี่ยวข้องและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เปิดเผย และส่งผลกระทบต่อกันตาม บทบาทหน้าที่ของแต่ละคนทำให้ครอบครัวมีโอกาสเกิดปัญหาความขัดแย้งได้ง่าย ซึ่งลักษณะความขัดแย้ง ในครอบครัวที่มักเกิดขึ้นบ่อยครั้งได้แก่ ความขัดแย้งระหว่างสามีกับภรรยา และระหว่างบิดามารดากับบุตร ดังนั้นเองการติดต่อดสื่อสารจึงเป็นองค์ประกอบ สำคัญประการแรกต่อการสร้างสัมพันธ์อันดีระหว่างคู่สมรส

ในฐานะ เป็นทักษะพื้นฐานที่จะช่วยให้ สามักรรยาปรับตัวเข้าหากัน และจัดสรรบทบาทได้อย่างเหมาะสม (ยงยุทธ วงศ์ภิรมสาคณดี, 2540) จึงควรมีการเสริมสร้างการฝึกทักษะในการสื่อสารในคู่สมรสเพื่อเป็นการสร้างความมั่นคงของสถาบันครอบครัวให้กับประเทศชาติได้เจริญก้าวหน้าต่อไป

สำหรับในปัจจุบันประชากรที่กำลังจะมีครอบครัวหรือเริ่มแต่งงานมีครอบครัว มีสถานะเป็นสามักรรยาแล้ว คือ คนในยุคของคนรุ่นเจนเนอเรชั่นวาย (Y Generation หรือ Gen-Y หรือ Why Generation หรือ Net Generation) ซึ่งเป็นผู้ที่เกิดในช่วง ค.ศ. 1980 หรือ พ.ศ. 2523 เป็นต้นมา ปัจจุบันมีจำนวนสัดส่วน 1 ใน 4 ของประชากรทั้งโลก สำหรับประเทศไทยมี จำนวน “ประชากรเจนวาย” 18 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 27 ของประชากรทั้งประเทศ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2558) โดยคนเจนเนอเรชั่น วาย จะเป็นคนที่เติบโตมาในยุคของการเปลี่ยนแปลงอย่างมากของสภาพแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง รวมทั้งเทคโนโลยีที่ก้าวหน้า มีบุคลิกลักษณะตามสมัยนิยม มีความเก่งกล้าในการแสดงออก และกล้าคิด (ณัฐวุฒิ พงศ์สิริ, 2552) นอกจากนี้กลุ่มคนเจนเนอเรชั่นวาย เชื่อว่าการประสบความสำเร็จในชีวิตจะเกิดขึ้นต้องทำงานหนัก ทำให้มีการแต่งงานช้าลงจะสังเกตได้ว่าคนเจนเนอเรชั่นวาย ที่แต่งงานก่อนอายุ 30 ปี และหากมีแฟนแล้ว แฟนเป็นอุปสรรคกับงาน พวกเขาจะเลิกกับแฟนและเลือกงาน (ทิพวัลย์ สนิธิธาวาร, 2553) อย่างไรก็ตาม การศึกษาและงานวิจัยที่ผ่านๆ มาในด้านที่เกี่ยวข้องกับคู่สมรสนั้นยังไม่ได้ครอบคลุมและยังไม่พบการศึกษาประชากรที่จะเริ่มสร้างครอบครัวใช้ชีวิตสมรสในกลุ่มคนเจนเนอเรชั่นวายเหล่านี้

จากที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยได้เห็นช่องว่างของความรู้ทั้งในด้านของเนื้อหาหรือประเด็นที่ทำการศึกษา และในด้านของวิธีวิทยาการวิจัยที่ใช้ ทำให้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาโดยเริ่มจากคู่สมรสหรือสามักรรยาถือเป็นบุคคลสำคัญที่จะขับเคลื่อนครอบครัวไปสู่สังคม การสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างคู่สมรสโดยลดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในคู่สมรสจะก่อให้เกิดผลต่อการพัฒนาการด้านจิตใจ และพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนการนำเสนอองค์ประกอบในการลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล ด้วยการใช้องค์ประกอบด้านการติดต่อสื่อสารที่ควรให้ความสนใจต่อการเสริมสร้างการสื่อสารที่ดี

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ จากการทบทวนสถานการณ์และงานวิจัยต่างๆ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้การวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษามาใช้เป็นกรอบของการศึกษาเพื่อค้นหาสาเหตุจากการสื่อสารที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ความขัดแย้งของคู่สมรสเจนเนอเรชั่นวายพร้อมทั้งค้นหาวิธีการการลดความขัดแย้งด้วยการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพของคู่สมรสเจนเนอเรชั่นวาย โดยมีผู้ให้ข้อมูลหลักคือคู่สมรสเจนเนอเรชั่นวายและผู้ให้ข้อมูลรองคือเจ้าหน้าที่ที่ทำงานในหน่วยงานจากภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับคู่สมรส

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่ ตลอดจนทั้งการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งที่มีประสิทธิภาพในชีวิตคู่ ของคู่สมรสเจนเนอเรชั่นวาย ในเขตกรุงเทพมหานคร

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ในส่วนของการทำความเข้าใจสถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่ กระบวนการเกิดความขัดแย้งในชีวิตคู่สาเหตุของสถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่ของคู่สมรสเจนเนอเรชั่นวาย ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเกี่ยวกับกลุ่ม

เจนเนอเรชันวาย (Generation Y) มาเป็นแนวคิดในการทำความเข้าใจธรรมชาติ บุคลิกลักษณะของคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย ที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยครั้งนี้ ได้นำแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการสื่อสาร ได้แก่ โอลสัน รัสเซล และ สปริงเคิล ได้พัฒนาทฤษฎีเซอร์คัมเพลค โดยมีมิติด้านความผูกพันต่อครอบครัวและความสามารถในการปรับตัวเป็นมิติหลักและมีการสื่อสารที่เป็นมิติที่ช่วยให้ครอบครัวสามารถปรับระดับรักษาระดับ การทำหน้าที่ในสองมิติแรกให้มีความสมดุล และเหมาะสมตลอดวงจรชีวิตของครอบครัวและสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว โดยใช้ทักษะการสื่อสารทางบวก และ สตินเน็ต (Stinnett, 1983) ที่ได้ระบุถึงคุณภาพของครอบครัวไว้ 6 ประการ การสื่อสารในครอบครัวเป็นคุณสมบัติสำคัญประการหนึ่ง ซึ่งครอบครัวที่มีคุณภาพจะมีวิธีการติดต่อสื่อสารระหว่างกันเป็นอย่างดี นำมาใช้เพื่ออธิบายการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ของคู่สมรสเจนเนอเรชันวายว่าเป็นอย่างไร

ดังนั้นในงานวิจัยหัวข้อการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ของคู่สมรสเจนเนอเรชันวายในเขตกรุงเทพมหานคร จึงนำแนวคิดข้างต้นมาเป็นหนึ่งในแนวทางเพื่อวิเคราะห์ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการค้นหา สาเหตุกระบวนการเกิดความขัดแย้งในชีวิตคู่ และการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ แบบกรณีศึกษา (Case study) มาใช้เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในชีวิตคู่ รวมทั้งรูปแบบการลดความขัดแย้งด้วยการสื่อสารและวิธีการที่มีประสิทธิภาพของคู่สมรสเจนเนอเรชันวายที่อยู่ในบริบทสังคมไทย ผ่านมุมมองของคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย และเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวกับคู่สมรส ทั้งนี้ผู้วิจัยจะเลือกกรณีศึกษาโดยใช้ผู้ให้ข้อมูลที่เป็น information rich case กล่าวคือเป็นคู่สมรสเจนเนอเรชันวายที่มีคุณลักษณะตรงตามที่กำหนดไว้ โดยพิจารณาจากฐานข้อมูลประวัติของคู่สมรส ผลคะแนนจากแบบประเมินความขัดแย้งในครอบครัว ผลคะแนนจากแบบประเมินครอบครัวเข้มแข็ง รวมถึงได้รับการคัดเลือกจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาจิตวิทยาครอบครัว และพฤติกรรมศาสตร์

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key informants) ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ คู่สมรสเจนเนอเรชันวาย จำนวน 4 คู่ มีคุณสมบัติ ดังนี้ 1) ผ่านการทำแบบประเมินความขัดแย้ง และสัมภาษณ์เบื้องต้นจากผู้วิจัย แล้วพบว่า เป็นคู่สมรสที่เคยผ่านสถานการณ์ขัดแย้ง ทั้งในอดีตและปัจจุบัน 2) เป็นคู่สมรสที่ได้รับการคัดเลือกจากผู้ทรงคุณวุฒิ นักจิตวิทยาครอบครัว ที่มีประสบการณ์การวิจัย หรือประสบการณ์การสอนในเรื่องคู่สมรสหรือ เรื่องจิตวิทยาครอบครัว เรื่องความขัดแย้งในครอบครัว 3) มีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยตั้งแต่ต้นจนจบ โดยมีรายละเอียดของแต่ละคู่ตามรายละเอียดในตาราง 1

ผู้ให้ข้อมูลรอง ได้แก่ เจ้าหน้าที่ในหน่วยงานที่ทำงานเกี่ยวกับคู่สมรสจำนวน 4 หน่วยงาน ที่มีคุณสมบัติ ดังนี้ 1) เป็นเจ้าหน้าที่ที่มีประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับครอบครัวไม่ต่ำกว่า 10 ปี 2) เป็นเจ้าหน้าที่ที่มีประสบการณ์ให้คำปรึกษากับคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย และ 3) มีความสมัครใจที่จะเข้าร่วม

ตาราง 1 คุณสมบัติของคู่สมรส

ประเด็น	Rose Couple	Lily Couple	Sun flower Couple	Peony Couple
ระยะเวลาในการใช้ชีวิตคู่	4 ปี	4 ปี	2 ปี	2 ปี
Formation Stage				
Expansion Stage		ไม่มี		ไม่มี
การอยู่อาศัยของคู่สมรส	อยู่ด้วยกัน	อยู่ด้วยกัน	อยู่ด้วยกัน	อยู่ด้วยกัน
ระยะเวลาที่คบกันก่อนแต่งงาน	2 ปี 6 เดือน	1 ปี 6 เดือน	8 ปี	10 ปี
สถานการณ์ความขัดแย้ง	ความหึงหวง ลูก	ความคิดเห็น ญาติ	ความคิดเห็น ลูก	ความคิดเห็น งาน
วิธีการลดความขัดแย้ง	การสื่อสารโต้เถียงกัน	การสื่อสารโดยมีคนกลางเข้ามา	การสื่อสารฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยอม	การสื่อสารฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยอม
อาชีพสามี	นักธุรกิจ	ข้าราชการ	นักธุรกิจ	พนักงานเอกชน
อาชีพภรรยา	นักธุรกิจ	ข้าราชการ	แม่บ้าน	พนักงานเอกชน
ผลการประเมินความขัดแย้ง	ระดับมาก	ระดับปานกลาง	ระดับมาก	ระดับมาก
ผลการคัดเลือกจากผู้ทรงคุณวุฒิ	1	3	2	4

ในส่วนของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเองอย่างละเอียดทุกขั้นตอนโดยการนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ และการศึกษาเอกสารมาจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางของ Miles & Huberman (1994) ดังนี้ 1. การจัดระเบียบข้อมูล (Data organizing) ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ที่ได้จากการถอดเทปมาจัดพิมพ์ จากนั้นผู้วิจัยอ่านทานข้อมูลเพื่อให้ซึมซับและเขียนบันทึกประกอบเพื่อตั้งข้อสังเกตและช่วยจำ จากนั้นจำแนกข้อมูลออกเป็นหัวข้อใหญ่ โดยแยกหัวข้อออกมาเป็นประเด็นหลักๆ ที่เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์การวิจัย ผู้วิจัยจัดทำตารางเพื่อแยกเป็นหมวดหมู่ตามประเด็นหลักอย่างชัดเจน หลังจากนั้นผู้วิจัยย่อยประเด็นหลักๆ ออกมาเป็นประเด็นย่อยๆ เพื่อความละเอียดและอำนวยความสะดวกต่อการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลทำให้ข้อมูลเป็นระเบียบทั้งในกายภาพและเนื้อหาพร้อมที่จะแสดงและนำเสนออย่างเป็นระบบต่อไป 2. การแสดงข้อมูล (Data display) ผู้วิจัยแสดงข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา การพรรณนา และการรายงานผลโดยการวิเคราะห์เชื่อมโยงข้อมูลที่จัดระเบียบแล้วเข้าด้วยกัน เพื่อสื่อสารเรื่องราวของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสนามวิจัย 3. การหาข้อสรุป การตีความ และการยืนยัน (Conclusion, interpretation and verification) ผู้วิจัยทบทวนรายละเอียดของข้อมูลทั้งหมดเพื่อนำไปสู่การตีความ ทำความเข้าใจถึงสถานการณ์

ของความขัดแย้ง รวมไปถึงรูปแบบ วิธีการ และผลลัพธ์ของการสื่อสารในครอบครัวประเภทต่าง ๆ ในบริบทสังคมไทย ซึ่งเป็นองค์ความรู้ใหม่ๆ ที่สามารถนำมาเสนอเพื่อสนับสนุนข้อค้นพบที่ผู้วิจัยได้จากการลงสนามวิจัย

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องแม่นยำด้านเนื้อหาและการตีความโดยอาจเพิ่มการอ้างอิงคำกล่าวของผู้ให้ข้อมูล หลังจากนั้นผู้วิจัยจะตรวจสอบรายละเอียดข้อมูลที่นำมาวิเคราะห์ โดยตรวจสอบว่าผู้วิจัยนำข้อมูลที่มาจากแหล่งข้อมูลหลายแหล่ง วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายวิธี และจากผู้เก็บข้อมูลอื่นๆ มาร่วมวิเคราะห์เพื่อนำเสนอข้อค้นพบ และผู้วิจัยยังได้มีการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้ให้ข้อมูล โดยการทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลอย่างเป็นทางการ และได้มีกระบวนการของอนุญาตเพื่อเข้าเก็บข้อมูลในพื้นที่วิจัย โดยผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ได้รับ ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E-304/2559 ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒก่อนที่จะอนุญาตให้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ และชี้แจงกระบวนการในการทำวิจัยให้กับกลุ่มผู้ร่วมวิจัยได้รับทราบ มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยและกลุ่มผู้ร่วมวิจัย ทำการสอบถามความสนใจในการให้ข้อมูลก่อนการเก็บข้อมูล ก่อนทำการเก็บข้อมูลผู้วิจัยต้องขออนุญาตบันทึกเสียง จากผู้ให้ข้อมูลหลักทุกครั้ง แจ้งผู้ให้ข้อมูลหลักทุกครั้งว่ามีอิสระในการให้ข้อมูล และมีสิทธิตอบหรือไม่ตอบคำถามในประเด็นที่ไม่ต้องการเปิดเผยโดยแจ้งให้ผู้ให้ข้อมูลทราบ ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลไว้ในที่ปลอดภัย และไม่เปิดเผยแก่ผู้อื่นหากไม่ได้รับความยินยอมหรือได้รับอนุญาตจากกลุ่มผู้ร่วมวิจัย รวมทั้งผู้วิจัยจะนำเสนอข้อมูลที่ได้อย่างตรงไปตรงมาตามข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษา และใช้นามสมมติในการกล่าวถึงผู้ให้ข้อมูลแทนการใช้ชื่อจริง

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้จะนำเสนอผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ กระบวนการเกิดความขัดแย้ง ตั้งแต่เริ่มต้น จนถึงผลลัพธ์ รวมทั้งรูปแบบการลดความขัดแย้งด้วยการสื่อสารและวิธีการอื่น ๆ ที่มีประสิทธิภาพของคู่สมรสเจนเนอเรชันวายที่ได้มาจากมุมมองของคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย และ เจ้าหน้าที่ผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับคู่สมรสในหน่วยงานต่าง ๆ โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1.ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก 2.กระบวนการเกิดความขัดแย้งในชีวิตคู่ สาเหตุของความขัดแย้งในชีวิตคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย 3. การสื่อสารเพื่อการลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ของคู่สมรสเจนเนอเรชันวาย

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก ผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยครั้งนี้เป็นคู่สมรส ที่มีอายุ 30-36 ปี มีจำนวนทั้งหมด 4 คู่สมรส โดยในแต่ละคู่สมรส จะมีบริบทในการใช้ชีวิตคู่ที่แตกต่างกัน ตั้งแต่เรื่อง ลักษณะส่วนบุคคล ประเภทของครอบครัว การศึกษา อาชีพ และ พื้นฐานครอบครัวเดิม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.1 ลักษณะส่วนบุคคล

คู่ที่ 1 คู่สมรส Lily เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชายมีอายุ 35 ปี เป็นลูกชายคนโต มีน้องสาวหนึ่งคน และเป็นหลานชายที่รักของครอบครัว ครอบครัวอบอุ่น และมีหน้าตาในสังคมในฐานะครอบครัวข้าราชการระดับสูง มีลักษณะที่พูดน้อย สุภาพ พุดฉะฉาน มีความน่าเชื่อถือ เป็นคนมีเชื่อมั่นในตนเองพอสมควร บางเรื่องจริงจัง บางเรื่องจะสบายๆ มีลักษณะเป็นผู้ตามเมื่ออยู่กับคู่สมรส แต่จะเป็นผู้นำเมื่ออยู่กับเพื่อน มีความสนิทกับครอบครัวเดิมของตนเอง และมีความคิดเป็นผู้ใหญ่ เพราะใช้ชีวิตด้วยตนเองเรียนหนังสืออยู่ที่ต่างประเทศตั้งแต่เด็ก มีการดำเนินชีวิตแบบรอบคอบวางแผนมาอย่างดีในเรื่องความมั่นคง แต่ก็ชอบที่จะใช้ชีวิตสบายๆไม่ต้องแบกรับความเครียดความกดดัน

คู่สมรส Lily เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีอายุ 35 ปี เป็นลูกสาวคนโต มีน้องสาวหนึ่งคน และยังเป็นหลานสาวคนโต ครอบครัวอบอุ่น และมีหน้าตาในสังคมในฐานะครอบครัวข้าราชการระดับสูงเช่นกัน ครอบครัวเดิมของฝ่ายหญิงจะมีความทันสมัยแต่มีบางเรื่องที่ยังต้องอยู่ในกรอบในกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่แม่วางไว้ บุคลิกภาพมีลักษณะ มั่นใจ เป็นผู้หญิงยุคใหม่ กล้าคิดกล้าตัดสินใจ คล่องแคล่ว มีลักษณะความเป็นผู้นำ พุดเก่ง มีความคิดเป็นของตัวเอง เชื่อมั่นในตนเองสูง มีความสนิทสนมกับครอบครัวเดิมของตนเองโดยเฉพาะแม่ มักจะปรึกษาปัญหาต่างๆ กับแม่ มีการดำเนินชีวิตแบบตามแบบแผนความคาดหวังของครอบครัวและสังคม

โดยคู่สมรส Lily อยู่ร่วมกันในลักษณะของครอบครัวขยายกับครอบครัวของฝ่ายหญิง โดยที่ทั้งคู่ยังไม่มีลูกด้วยกัน

คู่ที่ 2 คู่สมรส Rose เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชายมีอายุ 36 ปี เป็นลูกชายคนเล็กคนเดียวของบ้าน ที่มีพี่สาวอีกสองคน ครอบครัวเดิมอบอุ่น เป็นครอบครัวคนจีนประกอบธุรกิจ ไปใช้ชีวิตเมืองนอกตั้งแต่วัยรุ่น ประสบความสำเร็จด้วยตนเองตั้งแต่อายุน้อย มีลักษณะเป็นผู้นำสูง เป็นหัวหน้าครอบครัว รักครอบครัว อุบิสัยเด็ดขาด ค่อนข้างใจร้อน พุดจาตรงไปตรงมา เป็นผู้นำเมื่ออยู่กับคู่สมรส มีความสนิทกับครอบครัวเดิมของตนเอง

คู่สมรส Rose เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีอายุ 30 ปี เป็นลูกสาวคนโต มีน้องสาวที่สนิทกันมากอีก 1 คน มาจากครอบครัวที่อบอุ่นและสนิทกันมาก มีลักษณะ เป็นผู้หญิงยุคใหม่ เป็นตัวของตัวเอง รักสวยรักงาม มีความมั่นใจในตัวเองสูง กล้าคิดกล้าพูด พุดเก่ง เปิดเผยจริงใจ ร่าเริง ชอบดูแลคนอื่น เป็นคนไม่ชอบอยู่นิ่งๆ ชื่นชอบทำงาน มีความสนิทสนมกับครอบครัวเดิมของตนเอง

โดยคู่สมรส Rose อยู่ร่วมกันในลักษณะของครอบครัวเดี่ยว โดยที่ทั้งคู่มีลูกชายสองคนด้วยกัน

คู่ที่ 3 คู่สมรส Sunflower เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชายมีอายุ 34 ปี เป็นลูกชายคนโตคนเดียวของบ้าน ที่มีน้องสาวหนึ่งคน ไปใช้ชีวิตเมืองนอกตั้งแต่วัยรุ่น ที่บ้านในวัยเด็กมาจากครอบครัวเชื้อสายจีนฐานะค่อนข้างลำบาก แต่เมื่อโตมาครอบครัวมีฐานะร่ำรวย และมีหน้าตาในสังคม มีลักษณะเป็นผู้นำสูง เป็นหัวหน้าครอบครัว รักครอบครัว อุบิสัยค่อนข้างใจร้อน เป็นคนจริงจังกับทุกๆ เรื่อง มั่นใจสูง ชอบความมีระเบียบวินัย ชอบความสมบูรณ์แบบ เป็นผู้นำเมื่ออยู่กับคู่สมรส มีการดำเนินชีวิตที่เป็นขั้นตอนวางแผนชีวิตอย่างดี

คู่สมรส Sunflower เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีอายุ 32 ปี เป็นลูกสาวคนโต มีน้องสาว1คน เดิมโตมาจากครอบครัวคนไทยแท้ เป็นครอบครัวข้าราชการจากต่างจังหวัดที่เข้ามาเรียน มาทำงานในกรุงเทพ มีลักษณะ เป็นผู้หญิงยุคใหม่ที่ยังคงอยู่ในกรอบของสังคม เป็นตัวของตัวเอง เป็นคนสนุกสนานร่าเริง จิตใจดี รักสวยรักงาม ค่อนข้างมีความมั่นใจในตัวเอง พุดเก่ง เปิดเผยจริงใจ เป็นผู้ตามเมื่ออยู่กับคู่สมรส

โดยคู่สมรส Sunflower อยู่ร่วมกันในลักษณะของครอบครัวขยายกับครอบครัวของฝ่ายชาย โดยที่ทั้งคู่มีลูกสาวด้วยกันหนึ่งคน

คู่ที่ 4 คู่สมรส Peony เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชายมีอายุ 32 ปี เป็นลูกชายคนเดียว ครอบครัวคนจีนค้าขาย ครอบครัวเดิมพ่อกับแม่แยกทางกัน อาศัยอยู่กับแม่จนโตถึงแต่งงาน อุบิสัยมีลักษณะที่พุดน้อย เรียบร้อย ไม่ค่อยแสดงออกความคิดเห็น หรือความรู้สึกของตน เป็นคนคนขี้เกรงใจ เป็นผู้ตามเมื่ออยู่กับคู่สมรส แต่จะเป็นผู้นำเมื่ออยู่ในที่ทำงาน

คู่สมรส Peony เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีอายุ 32 ปี ครอบครัวเป็นครอบครัวชาวจีนที่เป็นสายวิชาการ เป็นลูกสาวคนที่สามในพี่น้องผู้หญิงทั้ง 4 คน มีลักษณะ เป็นผู้หญิงฉลาด ทำงานเก่ง ทำงานหนัก ประสบความสำเร็จ มีความมั่นใจในตัวเองสูง มีความคิดเป็นของตัวเอง พุดเก่ง มีความเป็นผู้ใหญ่ มีความเป็นผู้นำสูง มีระเบียบวินัย ชอบการจัดการวางแผน

โดยคู่สมรส Peony อยู่ร่วมกันในลักษณะของครอบครัวเดี่ยวด้วยกันเพียงสองคน โดยที่ทั้งคู่ยังไม่มีลูกด้วยกัน

โดยสรุปผู้ให้ข้อมูลหลัก ที่เป็นคู่สมรสฝ่ายชาย ส่วนใหญ่จะมีลักษณะทั้งที่คล้ายกัน ได้แก่ เป็นหัวหน้าครอบครัว มีความรับผิดชอบสูง พุดจาฉะฉาน พุดตรง มีความน่าเชื่อถือ ส่วนหนึ่งมีความเป็นผู้นำ แต่ยอมเป็นผู้ตามเมื่ออยู่กับคู่สมรส และจะเป็นผู้นำเมื่ออยู่กับเพื่อน ไม่ค่อยใกล้ชิดกับครอบครัวเดิมของตนเอง ส่วนที่แตกต่างกันมีเพียงบางคนที่เป็นผู้นำสูง มีความเด็ดขาด เจ้าระเบียบในขณะที่อยู่กับคู่สมรส

ส่วนผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นฝ่ายหญิง ส่วนใหญ่จะมีลักษณะที่คล้ายกัน ได้แก่ เป็นผู้หญิงยุคใหม่ มีความคิดเป็นของตัวเอง มั่นใจในตัวเอง บุคลิกภาพดี มีความสนิทสนมกับครอบครัวเดิมของตนเอง พุดเก่ง มีความเป็นผู้นำ เมื่ออยู่กับคู่สมรสของตนเอง มีเพียงบางส่วนที่ต่างกัน ได้แก่ การให้ความเกรงใจ การยอมกับคู่สมรสของตนเอง

1.2 การศึกษา

คู่ที่ 1 คู่สมรส Lily เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชาย มีกำลังศึกษาในระดับปริญญาเอก ที่มหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่งในประเทศไทย ในหลักสูตรนานาชาติ และจบปริญญาโทจากประเทศอังกฤษ สาขาเศรษฐศาสตร์ คู่สมรส Lily เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีการศึกษาสูงสุดในระดับ ปริญญาโท จากประเทศอังกฤษ ในสาขาเศรษฐศาสตร์

คู่ที่ 2 คู่สมรส Rose เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชาย มีการศึกษาสูงสุดในระดับปริญญาตรีจากประเทศ สาขาบริหารธุรกิจ คู่สมรส Rose เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีการศึกษาสูงสุดในระดับ ปริญญาตรี จากมหาวิทยาลัยรัฐแห่งหนึ่งในสาขารัฐศาสตร์

คู่ที่ 3 คู่สมรส Sunflower เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชาย จบศึกษาในระดับปริญญาเอก จากประเทศสหรัฐอเมริกา สาขาวิศวะ คู่สมรส Sunflower เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีการศึกษาสูงสุดในระดับ ปริญญาโท จากประเทศอังกฤษ ในสาขาบริหารธุรกิจ

คู่ที่ 4 คู่สมรส Peony เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายชาย จบปริญญาโทจากประเทศอังกฤษ สาขาการเงิน คู่สมรส Peony เป็นคู่สมรส ที่ฝ่ายหญิงมีการศึกษาสูงสุดในระดับ ปริญญาโท จากประเทศอังกฤษ ในสาขาบริหารธุรกิจ

โดยสรุปผู้ให้ข้อมูลหลัก ฝ่ายชายและฝ่ายหญิง มีการศึกษาสูงสุดในระดับ ปริญญาโท จากต่างประเทศ และปริญญาเอก มีบางคนที่จบการศึกษาปริญญาตรี ในประเทศ ซึ่งมุมมองของคนกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่แสดงให้เห็นถึงพื้นฐานความคิดที่จะทันสมัย เปิดกว้าง ก้าวทันเทคโนโลยี

1.3 อาชีพ

คู่ที่ 1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งสองฝ่าย ประกอบอาชีพรับราชการ ในกระทรวงการคลัง

คู่ที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งสองฝ่าย ประกอบอาชีพเจ้าของธุรกิจส่วนตัว

คู่ที่ 3 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ฝ่ายชาย ประกอบอาชีพเป็นผู้บริหารธุรกิจระดับสูงในกิจการของครอบครัว ส่วนฝ่ายหญิงหลังจากแต่งงานได้ลาออกจากงานบริษัทมาเป็นแม่บ้าน

คู่ที่ 4 ผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งสองฝ่าย ประกอบอาชีพเป็นพนักงานบริษัทในตำแหน่งสูง

โดยสรุปผู้ให้ข้อมูลหลัก ทั้งสองฝ่าย มีความใกล้เคียงในสายงานเดียวกัน โดยมีทั้งทำงานในตำแหน่งสูงในบริษัทเอกชน เป็นเจ้าของธุรกิจส่วนตัว นอกจากนี้ยังมีที่รับราชการ มีเพียง 1 รายที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ

2. กระบวนการเกิดความขัดแย้งในชีวิตคู่ สาเหตุของสถานการณ์ความขัดแย้งในชีวิตคู่คู่สมรสเจนเนอเรชั่นวาย (Generation Y) ในการทำความเข้าใจความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างคู่สมรสนั้น ผู้วิจัยได้ทำความเข้าใจในเรื่องของสาเหตุในการเกิดความขัดแย้ง รูปแบบการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้ง และผลที่เกิดขึ้น โดยจากผลการศึกษาพบว่า การเกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสมีสาเหตุสำคัญมาจากการสื่อสารในรูปแบบต่างๆ ของคู่สมรส ได้แก่ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ การไม่สื่อสาร และการสื่อสารด้วยความเห็นต่าง ซึ่งเมื่อเกิดการสื่อสารในรูปแบบเหล่านี้แล้วนั้น ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้นได้ นอกจากนี้ในบางกรณีก็ยังมีสาเหตุอื่นๆ ได้แก่ พื้นฐานครอบครัวเดิม พื้นฐานการใช้ชีวิตที่แตกต่างกัน การให้ความสำคัญเรื่องงาน ความหึงหวง ความอยากเอาชนะ การมีอิทธิ และเรื่องลูกอีกด้วย

2.1 การสื่อสารด้วยอารมณ์ สาเหตุสำคัญที่พบได้ในผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคู่ ที่มีลักษณะส่วนบุคคล และบริบทของครอบครัวแตกต่างกันคือ การสื่อสารด้วยอารมณ์ที่มีการแสดงออกในเรื่องของการส่งสารระหว่างกันแบบมีอารมณ์ร่วมด้วย ส่วนใหญ่มักเป็นอารมณ์โกรธ อารมณ์โมโห ตะโกน โวยวาย พุดจาเสียงดัง ท่าทางเกรี้ยวกราด ของทั้งสองฝ่ายที่จะปะทะรุนแรง ทะเลาะโต้เถียงกันอย่างรุนแรงด้วยอารมณ์

“ความที่เราอยากจะเอาชนะเค้า บางครั้งก็เป็นเหมือนกันที่อยากให้เค้าระเบิด อยากให้ตายกันฆ่ากันไปเลยบ้างก็มี ก็เป็น ชอบจีเค้า บางครั้งเค้าเกินไป ก็ทำเค้า แต่เค้าจะมีสตินะ แต่เราจะเป็นคนหลุดเองซะมากกว่า เวลาเถียงกันหนักก็ตายกันไปข้างนึง เอาปืนมายิงกันให้ตายไปข้างนึง” (Sunflower1)

“ก็จะเป็นเรื่องความรุนแรง เช่น สามมีให้ ความรุนแรงใช้ เก้าอี้ตีแล้วต้องการที่จะหย่าจะเลิก สามมีไม่ยอมเลิก” (Rainbow)

2.2 การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ สาเหตุที่สำคัญ ที่พบได้ในผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคู่ ที่มีลักษณะส่วนบุคคล และบริบทของครอบครัวแตกต่างกัน นั่นคือ การสื่อสารโดยการใช้คำพูดเชิงลบ เป็นการแสดงออกผ่านการใช้ถ้อยคำตำหนิ ใช้คำพูดแรงๆ การด่าเสียๆ หายๆ การต่อว่าอีกฝ่ายแรงๆ การพุดจาไม่เข้าหู พุดประชดประชันจิกกัด ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้คู่สมรสอีกฝ่าย รู้สึกไม่พอใจ จนเกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้นมาได้

“เราด่าเค้าแรงมาก เราด่าเค้าเสียๆ หายๆ แล้วก็ได้เป็นเรื่องจริง คือเหมือนด้วยความโกรธอะไรอย่างนี้” (Rose1)

“เวลาสามีไม่กลับบ้านก็จะคอยเปิดม่านรอดูว่าเมื่อไหร่จะกลับ รอสามีกลับบ้าน แต่ไม่แสดงออกมาว่ารอ หรือคิดถึง พอสามีกลับมาก็แยกย้าย และไม่ได้สื่อสารทางบวก ในทางตรงอย่าง ที่ใจคิด สามีก็เลยรู้สึกว่าจะไม่ได้รับรางวัลที่กลับบ้านมาฟังภรรยาคุยบ่น และขึ้นบ้านไม่สนใจ ก็เลยทำสามีคิดว่าบ้านไม่น่าอยู่” (Star)

2.3 การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง สาเหตุที่สำคัญ ที่พบได้ในคู่สมรส ที่มีลักษณะส่วนบุคคล และบริบทของครอบครัวแตกต่างกัน นั่นคือ การสื่อสารพูดคุยด้วยความเข้าใจเรื่องเดียวกันแต่มีความคิดเห็น มีทัศนคติ ความคิดความเข้าใจไม่ตรงกัน การตีความผิดๆจากคำพูดของอีกฝ่าย ต่างฝ่ายต่างคิดในมุมของตัวเอง ซึ่งเมื่อต่างฝ่ายต่างเข้าใจผิด จึงเป็นการกระตุ้นให้คู่สมรสต่างฝ่ายต่างรู้สึกไม่พอใจ จนเกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้นมาได้

“มันเหมือนว่าพูดแบบนี้แปลว่าไรวะ ถ้าบ้านเราเหมือนมันดีความเป็นแบบนี้ละ แต่เค้าบอกว่าไม่ได้คิดอะไร การที่เค้าพูดแบบนี้คือ ไม่ได้คิดอะไรเลย แต่เราก็แบบการที่เค้าพูดแบบนี้ต้องตีความแบบนี้ ก็เริ่มไม่พอใจแล้ว” (Lily1)

“พอมายู่ด้วยกันเข้าจริงก็ไม่เหมือนที่คิดไว้ ชีวิตมันไม่ง่าย แบบนั้น พอเราต้องอยู่ด้วยกัน ตั้งแต่ตื่นยันหลับ หลับยันตื่น 24 ชั่วโมงด้วยกัน ทั้งยามทุกข์ยามสุข ปัญหาที่เค้าเจอก็คือวิธีคิด ที่บางทีมันต่างกัน” (Moon)

2.4 การไม่สื่อสาร สาเหตุที่สำคัญ ที่พบได้ในผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคู่ ที่มีลักษณะส่วนบุคคล และบริบทของครอบครัวแตกต่างกัน นั่นคือ การไม่พูดเจียบบอน ไม่สื่อสาร การเดินหนี แสดงออกด้วยการนิ่งเฉยเมื่อมีการสื่อสารด้วย ไม่พอใจแต่ไม่แสดงอาการ ไม่แสดงอารมณ์ ไม่แสดงความรู้สึกที่แท้จริง ไม่พูดแต่ทอไวในใจ การไม่พูดแต่แสดงท่าทางสีหน้าความไม่พอใจ ทำให้คู่สมรสอีกฝ่ายไม่สามารถรับรู้ความไม่พอใจ จนทำให้เกิดความขัดแย้งที่สะสมระหว่างคู่สมรส รวมไปถึงไม่สามารถติดต่อสื่อสารหาได้อีกฝ่ายโทรหาจะไม่รับสาย ทำให้คู่สมรสอีกฝ่ายไม่พอใจ จนทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างคู่สมรสขึ้นมาได้

“ชอบเดินหนีไปนั่งอีกที่นึง อันนี้ทำให้โมโห โทรไปไม่รับมันทำให้ยิ่งเดือด มันเป็นวิธีการที่มันไม่ได้ผล” (Sunflower 2)

“พอไม่สื่อสารกัน เค้าเลยไม่สามารถปลงใจหรือ support หรือแสดงความรัก ความห่วงใยอาหารต่อกันได้เพราะว่าเส้นความสัมพันธ์มันแน่นเกินไป แบบนี้อันนี้ก็จะเป็นการทำหน้าที่ของครอบครัวที่มันมีปัญหา” (Star)

จากผลการศึกษาข้างต้น ทำให้เห็นได้ว่า ไม่ว่าคู่สมรสจะมีลักษณะส่วนบุคคล ประเภทของครอบครัว ที่แตกต่างกัน แต่สาเหตุที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในชีวิตคู่ ที่สำคัญ ก็คือ การสื่อสารในรูปแบบต่างๆ นั่นเอง โดยเมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นมาแล้วนั้น มีวิธีการลดความขัดแย้ง ดังต่อไปนี้

3. วิธีการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในคู่สมรส เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นระหว่างคู่สมรส ก็มีวิธีการต่างๆ เพื่อลดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นนั้น สำหรับวิธีการลดความขัดแย้งที่พบจากผู้ให้ข้อมูลหลักตรงกันในทุกๆ 4 คู่ในการวิจัยครั้งนี้ คือ การสื่อสารระหว่างคู่สมรสทั้ง 2 ฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารด้วยคำพูดเชิงบวก การสื่อสารผ่านบุคคลที่สาม การสื่อสารด้วยใจ การสื่อสารด้วยการกระทำ การสื่อสารด้วยความเจียม และยังมีวิธีการอื่นๆ ได้แก่ การสื่อสารด้วยการฟัง การสื่อสารด้วยอารมณ์ อย่างไรก็ตามพบว่า ลักษณะของการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งในแต่ละคู่ พบว่ามีการสื่อสารที่พบในทุกๆ 4 คู่มี 5 รูปแบบที่ตรงกัน และมีที่แตกต่างกันอีกเล็กน้อย โดยในที่นี้เราจะเลือกศึกษาเฉพาะรูปแบบการสื่อสารที่พบตรงกันทั้ง 4 คู่ ดังนี้

3.1 การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงบวก จากผลการศึกษาพบว่า วิธีการสื่อสารด้วยคำพูดเชิงบวก เป็นวิธีที่คู่สมรสเลือกใช้เป็นวิธีการในการลดความขัดแย้งด้วยการสื่อสารระหว่างคู่สมรสทั้ง 2 ฝ่ายนั้น ที่พบมาก คือ การเลือกใช้การเจรจา พูดคุยกันด้วยเหตุและผล วิธีการพูดขอโทษ พูดจ้อ พูดอธิบายเหตุผล พูดความรู้สึกของตน เล่าเรื่องพูดคุยกันทุกวัน การพูดความจริงต่อกัน พูดกันตรงๆ พูดขอโทษ พูดจ้อ พยายามพูดคุยให้อีกฝ่ายอารมณ์ดี พูดอ่อนหวาน พูดชื่นชม พูดจาดีๆ ด้วย ส่งข้อความมาขอโทษมาจ้อ โทรศัพท์มาพูดจ้อ ทำให้ความขัดแย้งที่มาจากสาเหตุ หลายประการ ได้แก่ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ การไม่สื่อสาร การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง ลดลงไปและหายไปได้ในที่สุด

“ขณะเดียวกันบางเรื่องเราก็มีเหตุผลของเรา อะไรประมาณนี้ เราก็จะพยายามพูดคุยตรงๆ อธิบายให้เค้าเข้าใจในเหตุผลของเรา” (Rose1)

“เราจะบอกว่าบางที่ถ้าอยู่ในช่วงที่ทั้งคู่ commit ว่า อยากที่จะกลับมาดีกัน เพราะฉะนั้นเวลาเรานึกถึงเวลาที่เราร่วมกันเรื่องดีๆ จะส่ง sticker line ไปก็คือจะใช้วิธีนี้ที่มัน available online อยู่ เป็นตัวประกอบว่า นอกจากจะใช้ Line ไว้ต่อกันแล้วบางที่ Line ก็ใช้ชม ให้กำลังใจกันได้นะ” (Sun)

3.2 การสื่อสารด้วยการกระทำ จากผลการศึกษาพบว่า วิธีการสื่อสารด้วยการกระทำ เป็นวิธีที่คู่สมรสเลือกใช้เป็นวิธีการในการลดปัญหาความขัดแย้ง โดยลงมือจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นยอมทำในสิ่งที่ให้อีกฝ่ายพอใจ ไม่ทำสิ่งที่อีกคนไม่พอใจอีก การลงมือแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นด้วยกัน การจ้อด้วยการกระทำจ้อด้วยการให้สิ่งของ การแสดงออกทางกายด้วยการกระทำโดยทำให้อีกฝ่ายอารมณ์ดี การแสดงออกทางกายด้วยการกระทำโดยใช้เวลาอยู่ด้วยกันสองคนพาไปทำสิ่งที่อีกคนชอบ พยายามทำตัวเป็นปกติ การแหย่เล่นด้วยทำตัวน่ารัก การกอด การหอม การสัมผัสกัน ทำความขัดแย้งที่มาจากสาเหตุหลายประการ ได้แก่ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ การไม่สื่อสาร การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง ลดลงไปและหายไปได้ในที่สุด

“มีให้ดอกไม้ จ้อตอนทะเลาะกันก็ได้ผลนะ” (Peony2)

“วัย gen y ที่ติดหน้าจอเยอะบางทีนั่งอยู่ใกล้ๆ กัน ก็ไม่ได้คุยกันเราก็คงอยากจะบอกว่าถ้าเป็นไปได้ ให้ไปเที่ยวกัน ใช้เวลาทำอะไรด้วยกัน และอาจจะมียอดตกลงกันว่า ไม่เล่นมือถือ ไม่เล่น

ipad ทำกิจกรรมที่ มันส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ ในที่สุดแล้วมันก็ต้องช่วยกันเสริมสร้างความใกล้ชิดกันทั้งสองฝ่าย ตราบใดที่ยังเป็นยุค IT มันก็ยังเป็นอุปสรรค” (Sun)

3.3 การสื่อสารด้วยความเจ็บ การลดความขัดแย้งด้วยการสื่อสาร ที่พบมากอีกรูปแบบในคู่สมรสเจนเนอเรชันวายได้แก่ การสื่อสารโดยใช้ความเจ็บเพื่อฟัง เจ็บเพื่อให้อีกฝ่ายอารมณ์เย็นลง เจ็บเพื่อแยกกันให้ใจเย็นก่อนแล้วค่อยคุย แยกกันไปอยู่คนละที่ แยกกันไปทำอย่างอื่น หรือแม้กระทั่งแยกบ้านกันอยู่ไปก่อนแต่ไม่ได้เลิกกัน ซึ่งเป็นวิธีที่ช่วยลดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้ ที่มาจากสาเหตุหลายประการ ได้แก่ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ และการสื่อสารด้วยความเห็นต่าง ลดลงไปแล้วหายไปได้ในที่สุด

“ตัวเองเป็นคนที่เคยอดแล้วเดือดไปเลย เดือดเป็นคลัง อันนี้ยอมรับในตัวของเราเอง แต่ตัวภรรยาเค้ามีความเข้าใจในตัวเรา เค้าก็จะเจ็บ และฟัง” (Sunflower 2)

3.4 การสื่อสารด้วยใจ จากผลการศึกษาพบว่า วิธีการสื่อสารด้วยใจนี้ คือการที่คู่สมรสต่างตระหนักถึงคุณค่าของกันและกัน โดยการเลือกมองข้อดี คิดถึงข้อดีของอีกฝ่าย การนึกความรักที่มีให้กัน รู้สึกดีต่อความสัมพันธ์ของชีวิตคู่ตน การตระหนักว่าเป็นคู่ชีวิต มีความรู้สึกว่าเป็นครอบครัวเดียวกัน มีเป้าหมายในชีวิตร่วมกัน การคิดถึงความรู้สึกอีกฝ่าย ไม่อยากให้อีกคนไม่สบายใจ ให้ความเห็นใจอีกฝ่าย ถือเป็นวิธีที่คู่สมรสเลือกใช้เป็นการลดปัญหาความขัดแย้งที่มาจากสาเหตุ การสื่อสารด้วยอารมณ์ การไม่สื่อสาร การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง

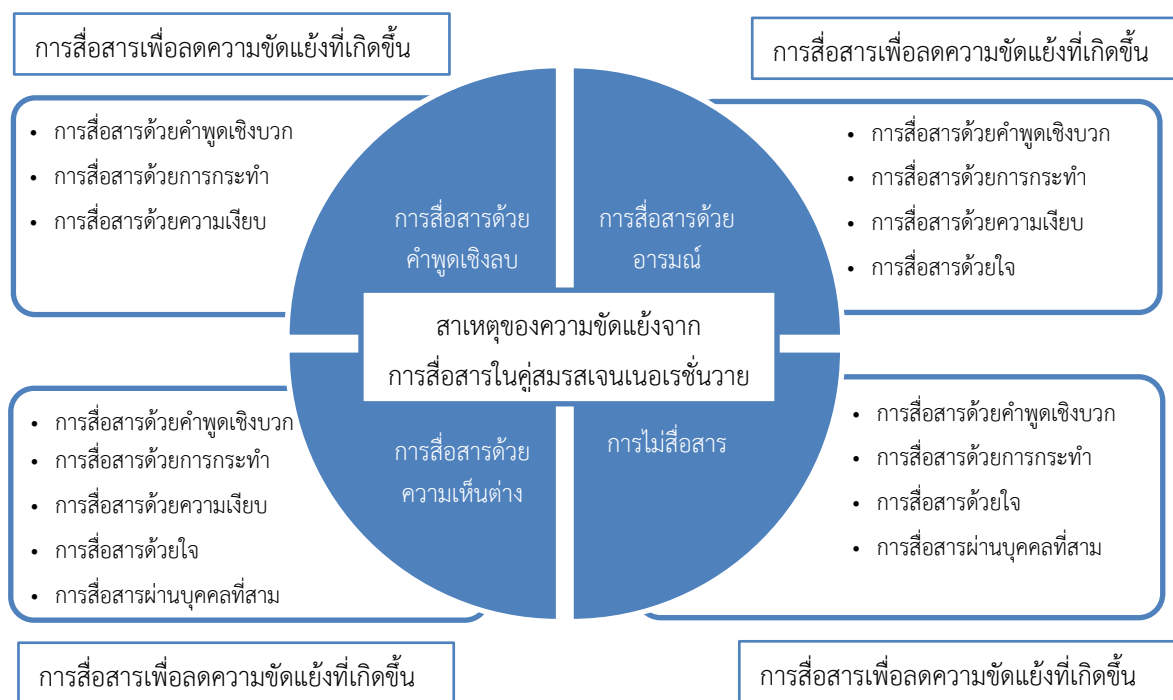
“ตอนนี้ยังเป็นขั้นนั้นอยู่ ยังมีความรัก ให้ความเห็นใจอีกคนมากเพียงพอที่จะเก็บกด ความเห็นไม่ตรงของตัวเองเพื่อที่จะยอมอีกฝ่ายนึงได้” (Peony1)

“เลยแนะนำให้คนใช้ลองปรับมาเป็นชื่นชมคิดพูดข้อดีของสามีแทน มันมีอะไรบ้างที่สามีทำได้” (Star)

3.5 การสื่อสารผ่านบุคคลที่สาม จากผลการศึกษาพบว่า วิธีการสื่อสารผ่านบุคคลที่สามนี้ มาจากการสื่อสารโดยบุคคลที่สาม คนรอบข้างเข้ามามีส่วนช่วยในการพูดไกล่เกลี่ยพูดให้เข้าใจกันเวลาเกิดความขัดแย้ง ทั้งพ่อแม่หรือเพื่อนช่วยพูดให้คิดให้คั่นดีหายโกรธกัน การนำคำสอนของผู้ใหญ่ คำปรึกษาของเพื่อนมาปรับใช้ในชีวิตคู่ รวมไปถึงใช้ลูกเป็นกาวใจ ถือเป็นวิธีที่คู่สมรส เลือกใช้เป็นวิธีการในการลดปัญหาความขัดแย้ง ที่มาจากสาเหตุ การไม่สื่อสาร และ การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง

“คือเวลาเรามีอะไรก็จะบอกแม่ พ่อแม่เห็นอาการบ๊อบ แม่ก็จะบอก Lily2 แล้ว ว่า Lily1 เค้าอยากให้ Lily2 สนใจ แม่ก็จะนั่งพากย์ นั่งอะไรแบบนี้ เพื่อให้ Lily2 เข้าใจ” (Lily1)

ทั้งนี้ ผู้วิจัยสรุปสาเหตุของความขัดแย้งที่มาจาก การสื่อสาร และการสื่อสารเพื่อลดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเป็นแผนภาพ ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 สาเหตุของความขัดแย้งจากการสื่อสารในกลุ่มสมรสเงินเนอเรนเวย์

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาพบว่า มีวิธีการสื่อสาร 5 รูปแบบ ที่พบใน 4 กลุ่มสมรสในงานวิจัยนี้ ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยลดความขัดแย้งในชีวิตคู่ของกลุ่มสมรสได้จากสาเหตุที่แตกต่างกัน อันได้แก่ การสื่อสารด้วยการใช้คำพูดเชิงบวก ด้วยการการพูดคุยปรับความเข้าใจ พูดคุยด้วยเหตุผล การพูดกันตรงๆ การพูดอธิบายความรู้สึกที่แท้จริง พูดคุยกันทุกวัน และการสื่อสารด้วยการกระทำ โดยลงมือจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น ยอมทำในสิ่งที่ให้อีกฝ่ายพอใจ ไม่ทำสิ่งที่อีกคนไม่พอใจอีก การลงมือแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นด้วยกัน การร้องด้วยการกระทำจ้องด้วยการให้สิ่งของ ใช้เวลาอยู่ด้วยกันสองคนพาไปทำสิ่งที่อีกคนชอบ การกอด การหอม การสัมผัสกันและกัน เป็น 2 วิธีการที่ใช้ลดสาเหตุของความขัดแย้งได้ครบทั้ง 4 สาเหตุของความขัดแย้งในกลุ่มสมรสเงินเนอเรนเวย์จึงถือเป็นวิธีการที่ได้ผลที่สุด ส่วนการสื่อสารด้วยความเงียบโดยใช้ความเงียบเพื่อฟัง เงียบเพื่อให้อีกฝ่ายอารมณ์เย็นลง เงียบเพื่อแยกกันให้ใจเย็นก่อนแล้วค่อยคุยเป็นวิธีการที่ใช้ลดสาเหตุของความขัดแย้งได้ครบทั้ง 3 สาเหตุของความขัดแย้งในกลุ่มสมรสเงินเนอเรนเวย์ ยกเว้นการไม่สื่อสารจึงถือเป็นวิธีการที่ได้ผลที่ช่วยบรรเทาสถานการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นได้ ผลการศึกษาพบว่า วิธีการสื่อสารด้วยใจ คือการที่คู่สมรสต่างตระหนักถึงคุณค่าของกันและกัน โดยการเลือกมองข้อดี คิดถึงข้อดีของอีกฝ่าย การนึกความรักความรู้สึกดีต่อความสัมพันธ์ของชีวิตคู่ตนนั้นใช้ลดสาเหตุของความขัดแย้งจากการสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง และการไม่สื่อสารได้ และสุดท้ายการสื่อสารที่มีคนอื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง หรือ การสื่อสารผ่านบุคคลที่สามคน ที่คนรอบข้างเข้ามาช่วยในการพูดไกล่เกลี่ยพูดให้เข้าใจกันเวลาเกิดความขัดแย้ง ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่หรือเพื่อน ถือเป็นวิธีการในการลดปัญหาความขัดแย้ง ที่มาจากสาเหตุ การไม่สื่อสาร การสื่อสารด้วยความเห็นต่างระหว่างคู่สมรสทั้งสองได้ ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับการศึกษาของสตินเนทและคนอื่นๆ (Stinnet et al., 1984) พบว่าครอบครัวที่มีคุณภาพจะมีวิธีการติดต่อสื่อสาร

ระหว่างกันที่ดีมาก มีการติดต่อสื่อสารกันโดยตรง มีเวลาสำหรับพูดคุยปรึกษาหารือกันอย่างสม่ำเสมอ แม้จะมีความขัดแย้งเกิดขึ้น ก็จะพูดคุยกัน ไม่ปกปิด ไม่เก็บไว้ในใจ แต่พยายามร่วมกันรับรู้ความรู้สึกของกันและกัน เป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างกันในเรื่องความรู้สึกนึกคิดอารมณ์ ความคาดหวังหรือความห่วงใยโดยใช้คำพูด (Verbal Communication) ซึ่งมักมีเนื้อหาที่ชัดเจน โดย การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ คือ ความถี่ในการสื่อสารที่สามีและภรรยาติดต่อกันโดยเปิดโอกาสให้แต่ละฝ่ายได้แสดงความรู้สึกความคิดเห็นความต้องการของตนหรือความห่วงใย ไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือท่าทางการพูดคุยกันสม่ำเสมอ ทำให้สามีภรรยาได้มีโอกาสในการแลกเปลี่ยนทัศนคติความรู้สึกระหว่างกัน นอกจากนี้ยังเป็นทักษะพื้นฐานที่จะช่วยให้สามีและภรรยาปรับตัวเข้าหากันเหมาะสม และยังสามารถคล้องกันกับโอลสัน รัสเซลล์ และ สปริงเคิล ในทฤษฎีเซอร์คัมเพลคในมิติที่ว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรสมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในครอบครัวหรือคู่สมรสที่มีทักษะการสื่อสารที่ดีสมาชิกจะรู้สึกพึงพอใจหรือมีความสุขในครอบครัวมากกว่าคู่สมรสที่มีทักษะการสื่อสารไม่ดี ซึ่งควรมีทักษะการสื่อสารระหว่างคู่สมรสได้แก่ ทักษะการพูดคือการพูดเพื่อบอกความรู้สึกหรือสิ่งที่ต้องการ (Speaking for self) การไม่พูดเพื่อคนอื่น (No Speaking for Other) คือการละเว้นการพูดบางอย่างเพื่อบุคคลอื่น เช่น ไม่ขัดจังหวะการพูดอย่างอื่นเพื่อประคับประคองอีกฝ่าย จากการศึกษาของแนฟแรน (วรรณภา ลำเจียกเทศ. 2530; อ้างอิงจาก Navran. n.d.) พบว่าคู่สมรสที่มีความสุขมีการสื่อสารระหว่างกันตลอดเวลา มีการพูดคุยกันมาก ใ้เวลาในการรับรู้ความรู้สึกของคู่สมรส มีภาษาที่มีความหมายระหว่างกันเป็นส่วนตัว และใช้ภาษาท่าทางในการสื่อสารกันมากกว่า ซึ่งนำไปสู่คุณภาพชีวิตสมรสที่ดีและมีความมั่นคงตลอดไป นอกจากนี้ยังพบ การสื่อสารด้วยความเจียมเพื่อให้ทั้งสองฝ่ายมีเวลารับฟัง อีกทั้งสมาชิกในครอบครัวต่างเป็นผู้ฟังที่ดีและมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน และสอดคล้องกับ ลาสเวลและลาสเวล (รจนา กุลรัตน์. 2545; อ้างอิงจาก Lasswell and Lasswell. 1991) กล่าวถึงการสื่อสารระหว่างคู่สมรสว่า “การสื่อสารมีความสำคัญต่อชีวิตคู่ เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกทั้งหมดด้วยคำพูดและไม่ใช้คำพูดถือว่าเป็นการบอกถึงข่าวสารทั้งสั้น บางทีข่าวสารตรงไปตรงมาชัดเจน ต้องไม่ใช่เพียงแค่คำพูดที่พูดออกมาแต่ควรคำนึงถึงความรู้สึกภายใต้ข่าวสารนั้น และเจตนาของข่าวสารที่ต้องการให้เกิดขึ้นด้วย” จะเห็นได้ว่าการศึกษาของคู่สมรสที่มีการสื่อความหมายกันอย่างชัดเจนมีการติดต่อสื่อสารกันโดยตรงไม่ผ่านบุคคลที่สามมีเวลาสำหรับพูดคุยปรึกษาหารือกันอย่างสม่ำเสมอ การเป็นผู้ฟังที่ดีมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีการสื่อสารเปิดเผยตรงไปตรงมาจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาและคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน ดังนั้นหากคู่สมรสมีการสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ จะเป็นปัจจัยสำคัญในการปรับตัวของทั้งสองฝ่าย เพราะนอกจากจะเป็นการแลกเปลี่ยนข่าวสารกันแล้ว ยังทำให้เกิดความเข้าใจเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันด้วย

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ข้อเสนอแนะเชิงวิจัย

จากข้อค้นพบของงานวิจัยฉบับนี้ ทำให้ทราบสาเหตุของการเกิดความขัดแย้งที่มาจากการสื่อสาร และวิธีการลดความขัดแย้งที่สำคัญ คือ การสื่อสาร ดังนั้นจึงควรทำการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะการสื่อสารเพื่อให้ได้หลักสูตร หรือ คู่มือ ที่จะนำไปให้คู่สมรสได้ฝึกทักษะในการสื่อสารต่อไปในอนาคตได้

ข้อเสนอแนะในทางปฏิบัติ

จากข้อค้นพบของงานวิจัยฉบับนี้ ทำให้ทราบสาเหตุของการเกิดความขัดแย้งว่ามาจาก การสื่อสารด้วยอารมณ์ การสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ การสื่อสารด้วยความเห็นต่าง และการไม่สื่อสารนั้นมียุทธวิธีการในการลดความขัดแย้งที่ได้ผลด้วยการสื่อสารด้วยคำพูดเชิงบวกและการสื่อสารด้วยการกระทำ ทำให้ผู้วิจัยคิดว่าหากมีการฝึกทักษะในเรื่องทั้งสอง จะช่วยให้คู่สมรสมีทักษะในการลดความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในชีวิตคู่ระหว่างคู่สมรสได้

เอกสารอ้างอิง

- ณัฐภูมิ พงศ์ศิริ. (2552). *การสร้างความสุขในการทำงาน*. กรุงเทพฯ. ม.ป.พ.
- ทิพวัลย์ สีนินธิถาวร. (2553). *Generation X*. [บทความออนไลน์]. สืบค้นจาก <http://sites.google.com/site/490880tippawansinnitaworn/examination/generation-x>
- รจนา กุลรัตน์. (2545). *การทดลองหาประสิทธิภาพของคู่มือเทคนิคการครองชีวิตคู่*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต.
- ลดาวลัย สำแดง. (2550). *คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสในเขตทุ่งหลวง อำเภอปากท่อ จังหวัดราชบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศิลปากร, สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน.
- วรรณภา ลำเจียกเทศ. (2530). *แนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ในครอบครัวในทัศนะของสตรีที่สมรสแล้ว: ศึกษาเฉพาะกรณีสตรีที่มารับบริการจากศูนย์วิจัยการวางแผนครอบครัว โรงพยาบาลศิริราช*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, สาขาวิชาสังคมวิทยา.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2540). *การพัฒนาครอบครัว (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis* (2nd edition). Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Olsen, D. H., & Barnes, H. (2004). Family communication. In H. D., Olsen, M. D., Gorall. & W. J., Tiesel (Eds.), *FACES IV package*. Minneapolis, MN: Life Innovation.
- Stinnett, N. (1983). *Strong Families*. Sage: Beverly Hills.
- Stinnett, N., Walter, J., & Kaye, E. (1984). *Relationship in Marriage and The Family*. New York: Macmillan Publishing.

Translated Thai References (ส่วนที่แปลรายการอ้างอิงภาษาไทย)

- Kulrat, R. (2002). *The trial of the effectiveness of a technique for managing a couple*. Nonthaburi: Ministry of Public, Health Department of Mental Health.
- Lumjeak, W. (1987). *The development of family relationships in the skills of married women special study women who receive services from the Family Planning Research Center Siriraj Hospital*. (Master's thesis) Bangkok: Thammasat University, Sociology and Anthropology.

- Pongsiri, N. (2009). *The happiness in workplace*. Bangkok: n.p.
- Sinnithithavorn, T. (2010). *Generation X*. [Online forum comment]. Retrieved from
<http://sites.google.com/site/490880tippawansinnititaworn/examinatio/generation-x>
- Sumdaeng, L. (2007). *Life's quality of marriage couple in Thung luang Park toh Rajchaburi*.
(Master's thesis). Silapakorn University, Community Psychology.
- Wongpiromsan, Y. (1997). *Family development* (2nd ed.). Bangkok: Amarin Printing and
Publishing.