

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรสและความพึงพอใจในชีวิตสมรสข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายก ” ผู้วิจัยต้องการทราบว่าข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายก มีระดับการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรสและระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสอย่างไร และความสัมพันธ์ ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรสและความพึงพอใจในชีวิตสมรสเป็นเช่นไร

1. สรุปผลการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อศึกษาระดับการสื่อสารของข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายก กับกลุ่มสมรส

1.1.2 เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายกกับกลุ่มสมรส

1.1.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรสกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายก

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาระดับการสื่อสาร ระดับความพึงพอใจ และความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรสกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการตำรวจ จังหวันครนายก กลุ่มตัวอย่างเป็นข้าราชการตำรวจ ทุกระดับชั้นที่สังกัดกองบังคับการตำรวจ จังหวันครนายก ที่มีสถานภาพสมรส จำนวน 233 กลุ่มสมรส สุ่มตัวอย่างจากประชากร จำนวน 560 คู่ แบบแบ่งชั้นภูมิชนิดที่เป็นสัดส่วน (Proportional Stratified Sampling) และการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) และใช้วิธีการจับฉลากชื่อในกลุ่มตัวอย่างแต่ละหน่วยงาน เครื่องมือในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของงานวิจัย แบ่งเป็น 4 ตอน ได้แก่ คำถามเกี่ยวกับคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 6 ข้อ (อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้รวมกันต่อเดือนของกลุ่มสมรส ระยะเวลาการสมรส และจำนวนบุตร) คำถาม

เกี่ยวกับการสื่อสารและความพึงพอใจ ของกลุ่มสมรส โดยการตอบแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่าของ Likert Scale 5 ระดับ คำถามเกี่ยวกับการสื่อสารของกลุ่มสมรส 18 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ประการ ส่วนคำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจ 37 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ประการ และคำถามปลายเปิดอีก 2 ข้อ

ข้อคำถามนำไปทดสอบทำ(Pre-test) กับข้าราชการตำรวจกองบังคับการตำรวจภูธรปราจีนบุรีและกลุ่มสมรสจำนวน 30 คู่ นำผลที่ได้รับไปทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยใช้การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของ Cronbach ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ แบบสอบถามเกี่ยวกับการสื่อสารของกลุ่มสมรส ได้ค่าความเชื่อมั่น $\bar{X} = 0.9457$ และความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้ค่าความเชื่อมั่น $\bar{X} = 0.9501$

ขั้นต่อไปนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มประชากรตัวอย่าง โดยขอความร่วมมือจากกองบังคับการตำรวจภูธร จังหวัดนครนายก และได้รับความร่วมมืออย่างดี ผู้วิจัยทอดแบบสอบถามทั้งสิ้น 250 คู่ เมื่อได้รับแบบสอบถามกลับตรวจสอบความสมบูรณ์ได้ครบ 233 คู่ และนำไปหาความเชื่อมั่น(Reliability) ของเครื่องมืออีกครั้ง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's Alpha Coefficient) เช่นเดิม ข้อมูลการสื่อสารของกลุ่มสมรส ได้ค่าความเชื่อมั่น $\bar{X} = 0.9186$ และข้อมูลความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้ค่าความเชื่อมั่น $\bar{X} = 0.8366$

การแปลผลคะแนน แบ่งเป็น

1. ระดับของการสื่อสารของกลุ่มสมรส โดยกลุ่มตัวอย่างที่คะแนนระหว่าง 1.00 – 2.33 2.34 – 3.66 และ 3.67 – 5.00 จะถูกจัดไว้ที่ ระดับไม่ดี ปานกลาง และดี ตามลำดับ
2. ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยกลุ่มตัวอย่างที่คะแนนระหว่าง 1.00 – 2.33 2.34 – 3.66 และ 3.67 – 5.00 จะถูกจัดไว้ที่ ระดับต่ำ ปานกลาง และสูง ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์และสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าร้อยละ(Percentage) การแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) วิเคราะห์หาความสัมพันธ์โดยใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square test

1.3 ผลการวิจัย

นำเสนอผลการวิจัยเป็น 4 ส่วน ได้แก่

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
2. ระดับของการสื่อสาร และความพึงพอใจในชีวิตสมรส ของกลุ่มสมรส
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรส และ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส

4. ความสัมพันธ์ระหว่างแต่ละองค์ประกอบของการสื่อสารของกลุ่มสมรส และความพึงพอใจในชีวิตสมรส

1. ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิเคราะห์ข้อมูลนี้ เนื่องจากข้อมูลทั่วไปมี 2 ลักษณะ คือเป็นลักษณะส่วนบุคคล และรายคู่ เช่น อายุ การศึกษา อาชีพ เป็นรายบุคคล ดังนั้น จำนวนที่ใช้ในการหาค่าสถิติจะเป็น $n = 466$ ส่วนข้อมูลเกี่ยวกับ ความใกล้เคียงทางอายุ ระยะเวลาสมรส รายได้รวมของครอบครัว และจำนวนบุตร เป็นข้อมูลรายคู่ จำนวนที่ใช้ในการหาค่าสถิติจะเป็น $n = 233$

กลุ่มตัวอย่างมีสถานภาพ เป็นสามี ร้อยละ 50.0 และ เป็นภรรยา ร้อยละ 50.0 จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 466 คน

อายุของกลุ่มสมรส พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 466 คน สามี มีอายุสูงสุด 57 ปี อายุต่ำสุด 25 ปี อายุโดยเฉลี่ยที่ 39.76 ปี และอายุที่พบมากที่สุดคือ 36 ปี สำหรับภรรยา มีอายุสูงสุด 53 ปี อายุต่ำสุด 22 ปี อายุโดยเฉลี่ยที่ 36.8 ปี และอายุที่พบมากที่สุดคือ 40 ปี เมื่อจัดเป็นช่วงอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นสามี ส่วนใหญ่มีอายุในช่วง 31 – 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 24.5 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 41-50 ปี 20 – 30 ปี และ 50 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 17.8 4.5 และ 3.2 ตามลำดับ ในส่วนของภรรยา มีลักษณะเช่นเดียวกันกับของกลุ่มสามี คือ ส่วนใหญ่มีอายุในช่วง 31 – 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 24.5 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 41-50 ปี 20 – 30 ปี และ 50 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 14.2 10.3 และ 1.1 ตามลำดับ

ระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 466 คน ที่เป็นสามี ส่วนใหญ่สำเร็จการศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช./เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 20.2 รองลงมาคือระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 12.4 ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง / อนุปริญญา /เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 10.3 ซึ่งการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง / อนุปริญญา และปริญญาตรี และจำนวนน้อยที่สุดคือ ร้อยละ 0.6 มีการศึกษาระดับประถมศึกษา (ป.4 / ป.6 / ป.7) สำหรับกลุ่มภรรยาส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช./เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 15.9 รองลงมา คือ ระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 13.5 ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง / อนุปริญญา /เทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 12.2 ระดับประถมศึกษา(ป.4 / ป.6 / ป.7) มีจำนวนน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 2.4

อาชีพของกลุ่มสมรส พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 466 คน ที่เป็นสามี ส่วนใหญ่ร้อยละ 42.7 ประกอบอาชีพรับราชการ รองลงมาเป็นอาชีพ ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 3.2 อาชีพรับจ้าง 3.0 พนักงานรัฐวิสาหกิจ มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.2 โดยที่กลุ่มภรรยาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20.8 รองลงมา คือ รับราชการ และค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 10.9 และ พนักงานรัฐวิสาหกิจ มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.4

ความใกล้เคียงกันทางอายุของกลุ่มสมรส พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 233 คู่ กลุ่มสมรสที่มีอายุใกล้เคียงกัน (0 – 2 ปี) มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 44.85 รองลงมา คือ อายุใกล้เคียงกันปานกลาง (3 – 5 ปี) ร้อยละ 36.90 และอายุใกล้เคียงกันน้อย (6ปีขึ้นไป) ร้อยละ 18.24 โดยมีความแตกต่างกันของอายุมากที่สุด อายุห่างกันถึง 26 ปี น้อยสุดคือมีอายุเท่ากัน โดยเฉลี่ยมีอายุต่างกันที่ 3.39 ปี และที่พบมากที่สุดมีอายุต่างกัน 2 ปี เมื่อนำข้อมูลมาจัดช่วงอายุที่ต่างกัน

รายได้รวมของครอบครัวต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง 233 คู่ พบว่าส่วนใหญ่มีรายได้รวมต่อเดือน 10,001 - 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 48.07 รองลงมาคือ รายได้รวมต่อเดือน 20,001 - 30,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 25.75 ส่วนรายได้รวมต่อเดือน ต่ำกว่า 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.02 และรายได้รวมต่อเดือน 30,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 11.15 โดยมีรายได้รวมของครอบครัวสูงสุด 170,000.- บาท รายได้รวมน้อยที่สุด 7,000.- บาท รายได้เฉลี่ย 20,483.60 บาท รายได้รวมของครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างพบมากที่สุด 20,000.- บาท

ระยะเวลาสมรส จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 233 คู่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาสมรสกันตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 30.04 รองลงมาคือ ระยะเวลา 6 – 10 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.46 ระยะเวลาสมรส 0 - 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 24.45 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีระยะเวลาสมรสน้อยที่สุดได้แก่ ระยะเวลา 11 - 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 18.03 โดยพบว่าคู่สมรสมีระยะเวลาสมรสนานที่สุด 35 ปี น้อยที่สุดมีเวลาสมรสไม่ถึง 1 ปี โดยเฉลี่ยแล้วมีระยะเวลาสมรส 11.73 ปี ส่วนมากกลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาสมรสที่ 10 ปี

จำนวนบุตรของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างจำนวน 233 คู่ ส่วนใหญ่แล้วเป็นผู้ที่มีบุตร 1 คน มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 41.63 รองลงมาคือ มีบุตรจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 35.62 ส่วนไม่มีบุตร คิดเป็นร้อยละ 12 มีบุตร 3 คนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 10.73 โดยพบว่าคู่สมรสมีบุตรมากที่สุดจำนวน 5 คน น้อยที่สุดคือยังไม่มีบุตรเลย โดยเฉลี่ยคู่สมรสมีบุตร 1 คน และส่วนมากก็มีบุตรที่ 1 คนเช่นกัน

2. ลักษณะของการสื่อสาร และความพึงพอใจในชีวิตสมรส ของคู่สมรส

2.1 การสื่อสารของคู่สมรสในภาพรวม ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดี เท่ากับ 4.12 และองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ ด้านการเปิดเผยตนเองระหว่างกัน ด้านการเป็นผู้ฟังที่ดี ด้านการเข้าใจความหมายตรงกัน และด้านความเห็นอกเห็นใจกันและกัน แต่ละด้านมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.22 4.16 4.13 4.00 และ 3.87 ตามลำดับ เมื่อพิจารณารายละเอียดขององค์ประกอบแต่ละด้าน พบว่าส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ดังนี้

ด้านการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ มี 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การสนทนาพูดคุยกันอยู่เสมอ การพูดคุยเป็นเรื่องจำเป็น การพูดคุยเพื่อหาทางแก้ปัญหาาร่วมกัน การได้ตอบการสนทนาด้วยเสมอ

ปรึกษาหารือกันทุกเรื่อง ทุกองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับดี ที่คะแนน 4.18 4.17 4.14 4.06 และ 3.97 ตามลำดับ

ด้านการเปิดเผยตนเองระหว่างกัน มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การแสดงอารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริง การเข้าใจความต้องการของอีกฝ่ายได้ถูกต้อง การพูดคุยกันอย่างเปิดเผย ทุกองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับดีที่คะแนน 4.02 4.00 และ 3.96 ตามลำดับ

ด้านการเป็นผู้ฟังที่ดี มี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การยินดีรับฟังปัญหาซึ่งกันและกัน การให้ความสนใจและพูดคุยกัน การยอมรับความคิดเห็นที่ต่างกัน แต่ละองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับดี ที่คะแนน 4.00 4.03 3.91 ตามลำดับ ยกเว้น การเปลี่ยนเรื่องทันทีเมื่อเริ่มพูดเรื่องที่อีกฝ่ายไม่สนใจ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับปานกลาง ที่คะแนน 3.65

ด้านความเข้าใจความหมายตรงกัน มี 2 องค์ประกอบ ได้แก่ การเข้าใจความหมายอีกฝ่ายได้ดี และการมีคำพูดและท่าทางเฉพาะที่เข้าใจตรงกัน ทุกองค์ประกอบมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ระดับดี ที่คะแนน 3.93 และ 3.83 ตามลำดับ

ด้านความเห็นอกเห็นใจกันและกัน มี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การห่วงใยซึ่งกันและกัน การให้กำลังใจและคำแนะนำ การเอาใจใส่ความรู้สึกกันและกันเสมอ แต่ละองค์ประกอบ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับดี ที่คะแนน 4.11 4.07 3.98 ตามลำดับ ยกเว้น ความรู้สึกเหมือนต่างคนต่างอยู่ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับปานกลาง ที่ 2.53

2.2 ความพึงพอใจในชีวิตสมรสภาพรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง เท่ากับ 3.76 โดยมีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์ และด้านความสมานฉันท์ทางบทบาท มีค่าเฉลี่ยระดับสูงเท่ากับ 4.05 และ 4.00 ตามลำดับ และองค์ประกอบด้านความสุขในด้านเพศสัมพันธ์ และด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต มีค่าเฉลี่ยระดับปานกลาง เท่ากับ 3.65 และ 2.3 เมื่อพิจารณารายละเอียดขององค์ประกอบแต่ละด้าน พบว่าส่วนใหญ่ยังมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเช่นกัน โดย

ด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์ ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจอยู่ที่ระดับสูงเท่ากับ 4.05 มี 9 องค์ประกอบด้วยกัน ได้แก่ การเป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก ความภูมิใจในตัวคู่สมรส ความรู้สึกโชคดีที่ได้ใช้ชีวิตคู่กับคู่สมรส การคิดว่ามีครอบครัวที่อบอุ่น และการมีชีวิตคู่ราบรื่น ทั้ง 7 องค์ประกอบนี้มีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจ ระดับสูง เท่ากับ 4.11 4.07 4.05 3.98 และ 3.92 ตามลำดับ อีก 2 องค์ประกอบ ได้แก่ การมีความสุขเมื่อเห็นครอบครัวอื่นมีฐานะมั่นคง และ มีการไม่คิดแก้ปัญหาด้วยการแยกทาง มีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจ ระดับปานกลาง เท่ากับ 3.83 และ 3.78 ตามลำดับ

ด้านความสมานฉันท์ทางบทบาท ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจอยู่ที่ระดับสูงเท่ากับ 4.00 มี 9 องค์ประกอบด้วยกัน ได้แก่ ความเห็นตรงกันด้านการหาเลี้ยงครอบครัวความเห็นตรงกัน ด้านการเลี้ยงบุตร ด้านการดูแลข้าวของ ด้านการเงิน ด้านการจัดเตรียมอาหาร ด้านการทำความสะอาด ด้านการดูแลต้นไม้ สัตว์เลี้ยง และ ด้านการรดผ้า 4.11 4.06 3.90 3.87 3.77 3.75 3.69 ตามลำดับ โดยความเห็นตรงกันด้านการล้างถ้วย ชาม มีความพึงพอใจระดับปานกลาง ที่คะแนนเฉลี่ย 3.64

ด้านความสุขในด้านเพศสัมพันธ์ ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจอยู่ที่ระดับปานกลาง เท่ากับ 3.65 มี 8 องค์ประกอบด้วยกัน ได้แก่ เพศสัมพันธ์เป็นความสุขในชีวิต การเปิดเผยความต้องการทางเพศ การตอบสนองความต้องการทางเพศซึ่งกันและกัน การมีความสุขทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ และการรู้วิธีทำให้อีกฝ่ายมีความสุข ทั้ง 5 องค์ประกอบ มีค่าเฉลี่ยระดับสูง เท่ากับ 4.01 3.93 3.90 3.82 และ 3.81 ตามลำดับ อีก 3 องค์ประกอบที่เหลือ ได้แก่ ความเห็นตรงกันในเรื่องจำนวนครั้งการมีเพศสัมพันธ์ การอายุที่จะบอกความรู้สึกทางเพศ และ ความรู้สึกอยากใกล้ชิดเป็นพิเศษกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยระดับปานกลาง เท่ากับ 3.47 2.69 และ 2.59 ตามลำดับ

ด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจระดับปานกลาง เท่ากับ 3.32 มี 11 องค์ประกอบ ได้แก่ การปรึกษาปัญหาได้ทุกอย่าง การใช้เวลาวางในการพักผ่อนด้วยกัน การเยี่ยมญาติของทั้งสองฝ่ายด้วยกัน การเป็นคู่ทุกข์ คู่ยาก การดูแลกันยามเจ็บป่วย จำนวนทั้ง 5 องค์ประกอบนี้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ระดับสูง ที่ 3.70 3.79 3.87 3.97 และ 4.16 ตามลำดับ อีก 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การเก็บความรู้สึกคับข้องใจ การมองตาที่สามารถรู้ความรู้สึก การปรึกษาเพื่อนหรือญาติพี่น้อง การตัดสินใจเรื่องในครอบครัวคนเดียว ชีวิตสมรสทำให้ขาดอิสระ ที่มีค่าเฉลี่ยระดับปานกลางเท่ากับ 3.02 3.55 2.40 2.76 และ 2.65 ตามลำดับ และองค์ประกอบหัวข้อคู่สมรสชอบเที่ยวเตร่กับเพื่อนตามลำพัง มีค่าเฉลี่ยระดับต่ำ เท่ากับ 2.32

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรส และ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ในการหาความสัมพันธ์ ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของกลุ่มสมรสและความพึงพอใจในชีวิตสมรสครอบครัวข้าราชการ ตำรวจ จักรวรรดิ จังหวัดนครนายก ดังนี้

3.1 ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square (χ^2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรสโดยรวม กับ ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยรวม โดยกำหนดตัวแปรทั้งหมด 9 ตัวแปร ประกอบด้วยตัวแปรต้น คือ การสื่อสารของกลุ่มสมรส จำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน การเป็นผู้ฟังที่ดี ความเข้าใจความหมายตรงกัน ความเห็นอกเห็นใจกันและกัน และ ตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส จำนวน 4 ตัวแปร ได้แก่ ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ความด้อยเปรียบ

สัมพันธ์ ความสมานฉันท์ทางบทบาท ความสุขในด้านเพศสัมพันธ์ พบว่า ระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรสในภาพรวม มีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (ตารางที่ 18)

3.2 ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square (χ^2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรส จำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน การเป็นผู้ฟังที่ดี ความเข้าใจความหมายตรงกัน ความเห็นอกเห็นใจกันและกัน กับ ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยรวม พบว่า ระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรส ทั้ง 5 ตัวแปร มีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (ตารางที่ 19-23)

3.3 ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square (χ^2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรส จำนวน 4 ตัวแปร ได้แก่ ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ความค้อยเปรียบสัมพันธ์ ความสมานฉันท์ทางบทบาท ความสุขในด้านเพศสัมพันธ์ กับ ระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรสโดยรวม พบว่า ระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ทั้ง 4 ตัวแปร มีความสัมพันธ์กับระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรสโดยรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (ตารางที่ 24-27)

3.4 ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติการทดสอบค่า Chi – square (χ^2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรส แต่ละองค์ประกอบของทั้ง 5 ตัวแปร รวม 18 องค์ประกอบ กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสโดยรวม พบว่า ระดับการสื่อสารของกลุ่มสมรสทั้ง 5 ตัวแปร รวม 18 องค์ประกอบ มีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (ตารางที่ 28-45)

2. อภิปรายผล

การสื่อสารของกลุ่มสมรส

การสื่อสารของกลุ่มสมรสกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง โดยแบ่งออกตามแนวคิดของ Stinnett และ Walters (1983) ที่กล่าวถึงประสิทธิภาพของการสื่อสารระหว่างคู่สมรส มีองค์ประกอบ 5 ประการ ได้แก่ การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน การเป็นผู้ฟังที่ดี ความเข้าใจความหมายตรงกัน และความเห็นอกเห็นใจกันและกัน ซึ่งผู้วิจัยได้อภิปราย

ผลในแต่ละประเด็น โดยยกปัจจัยที่พบว่ามีผลต่อประสิทธิภาพการสื่อสารของกลุ่มสมรสและประเด็นที่น่าสนใจ ดังต่อไปนี้

1. การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ

ผลการศึกษาพบว่าพบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ อยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยในแต่ละองค์ประกอบ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของการสนทนาพูดคุยกันอยู่เสมอ การพูดคุยเป็นเรื่องจำเป็น การพูดคุยเพื่อหาทางแก้ปัญหาร่วมกัน การได้ตอบสนองทางด้วยเสมอ และมีการปรึกษาหารือกัน ทุกเรื่อง และ ระดับการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยค่า $p = 0.000$ โดยผู้วิจัยเห็นว่า การสื่อสารของกลุ่มสมรสโดยการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอมีความสำคัญและมีความจำเป็นเป็นอย่างมากที่จะทำให้สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ดียิ่งขึ้น เพราะว่าวงจรชีวิตสมรสที่เปลี่ยนแปลงไป ย่อมมีผลกระทบต่อลักษณะการ ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มสมรส กลุ่มสมรสที่เพิ่งใช้ชีวิตร่วมกันอาจจะมีเรื่องที่จะพูดคุยกันมากกว่า กลุ่มสมรสที่แต่งงานกันมานานแล้ว หรือในทางกลับกัน การใช้ชีวิตด้วยกันมานาน ก็อาจทำให้คู่สมรสมีเรื่องพูดคุยกันมากกว่าก็ได้ โดยแต่ละขั้นของวงจรชีวิตสมรส กลุ่มสมรสต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงในเหตุการณ์ ต่าง ๆ อาทิเช่น การมีบุตร ปัญหาในครอบครัว ปัญหาในครอบครัว ปัญหาด้านอาชีพการงาน หรือปัญหาทางเศรษฐกิจ เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทำให้คู่สมรสมีเวลาพูดคุยกันน้อยลงหรือเป็นไปได้ว่า อาจให้คู่สมรสบางคู่มีเรื่องที่ต้องปรึกษาหารือกันมากกว่าเดิมทั้งนี้ ประเด็นที่น่าสนใจ คือในปัจจุบันภรรยา ส่วนใหญ่จะออกไปทำงานนอกบ้านแต่ทว่าหน้าที่ที่เกี่ยวกับบุตรก็ยังคงเป็นภาระของฝ่ายภรรยา กล่าวได้ว่า ผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว นอกจากความพร้อมที่จะเป็นภรรยา ยังต้องพร้อมที่จะเป็นมารดาอีกด้วย ดังนั้นในขณะที่เมื่อมีบุตรเพิ่มเข้ามาเป็นสมาชิกใหม่ในครอบครัว สามีย่อมต้องสร้างความมั่นคงให้กับครอบครัว จึงต้องทุ่มเทเวลาให้กับหน้าที่การงาน เพื่อจะได้มีรายได้เพียงพอที่จะใช้จ่าย และยังครอบครัวมีจำนวนบุตรมากขึ้น ค่าใช้จ่ายในครอบครัวก็ต้องเพิ่มมากขึ้นไป สามีจะยุ่งอยู่กับงานจะไม่มีเวลาที่เป็นส่วนตัวกับภรรยา เวลาที่จะพูดคุยกันก็หายาก หรือ หากมีเวลาพูดคุยกันก็มักจะเป็นเรื่องของบุตรเสียมากกว่าจะเป็นเรื่องระหว่างกัน

ทั้งนี้ในชีวิตสมรสควรจะมีการปรึกษาร่วมกันระหว่างคู่สมรส โดยการสื่อสารกันนี้ ไม่ได้จำกัดเพียงวงจภาษา ต้องรวมถึงอวัจนภาษาด้วย ซึ่งการสื่อสารด้วยอวัจนภาษา(เช่น น้ำเสียง สีหน้า แววตา ท่าทาง และการสัมผัส เป็นต้น) จะช่วยสร้างหรือเพิ่มความน่าเชื่อถือให้กับคู่สมรสได้มากกว่าคำพูด การสร้าง

ความสัมพันธ์ที่ดีของกลุ่มสมรสนั้นต้องเริ่มจากการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีการสื่อสารระหว่างกัน อย่างมีประสิทธิภาพ และการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอเป็นการเริ่มต้นที่ดี แม้ว่ากลุ่มสมรสต่างมีภาระหน้าที่มากมาย แต่หากพยายามหาเวลาพูดคุยกันในเรื่องต่างๆ ทุกๆ วัน ย่อมนำไปสู่ความใกล้ชิด และเกิดความเข้าใจกัน และช่วยขจัดช่องว่างระหว่างกันไปได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด ประสิทธิภาพการสื่อสารของ Stinnett & Walters และการศึกษาของ Narven ที่พบว่า กลุ่มสมรสที่มีความสุขจะมีพฤติกรรมการสื่อสาร โดยมีการพูดคุยกันสูง แสดงความเข้าใจในคำพูดของกลุ่มสมรส มีการสื่อสารในเรื่องที่กว้าง พร้อมทั้งจะสื่อสารกันตลอดเวลา มีภาษาที่มีความหมายระหว่างกันเป็นส่วนตัว และ มีการใช้วัจนภาษาที่แสดงถึงความรักต่อกัน

2. การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านการเปิดเผยตนเองระหว่างกัน อยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยในแต่ละองค์ประกอบอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการพูดคุยกันอย่างเปิดเผย การแสดงอารมณ์และความรู้สึกที่แท้จริง และเข้าใจความต้องการของอีกฝ่ายได้ถูกต้อง จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ระดับการเปิดเผยตนเองของกลุ่มสมรสมีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยค่า $p = 0.000$

โดยผู้วิจัยเห็นว่า ในระยะแรกของความสัมพันธ์ ทั้งสามีและภรรยาต่างต้องทำความรู้จักและปรับตัวเข้าหากัน และมักจะพยายามทำตัวให้สอดคล้องกัน หรือคล้อยตามกันให้มากที่สุด อีกทั้งยังมีความเกรงอกเกรงใจกันอยู่ และไม่กล้าที่จะแสดงตัวตนที่แท้จริงต่อคู่สมรส ต่อมา เมื่อคู่สมรสคุ้นเคยกับการใช้ชีวิตร่วมกันแล้ว ความเกรงใจกันเริ่มลดน้อยลง จึงกล้าเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงมากขึ้น กล้าแสดงอารมณ์ความรู้สึก และความต้องการของตัวเอง ตามทฤษฎีของ Health & Bryant (1992) กล่าวว่า การแก้ไขความขัดแย้งมีอยู่ 4 วิธี ได้แก่ การประนีประนอม การแข่งขัน การปรับให้เหมาะสม และ การหลีกเลี่ยง จะพบว่าคู่สมรสมีพฤติกรรมการแก้ไขความขัดแย้งในทุกวิธีที่กล่าวมา แต่สัดส่วนต่างกันในแต่ละวิธี โดยการประนีประนอมและการปรับให้เหมาะสมจะมีสัดส่วนมากกว่า โดยวิธีที่คู่สมรสใช้ได้แก่ การพูดคุยกันอย่างเปิดเผย การปรับความเข้าใจกัน ในขณะที่คู่สมรสบางส่วนใช้วิธีการแข่งขัน โดยการโต้แย้งกันด้วยเหตุผล และ อีกส่วนหนึ่งใช้วิธีการหลีกเลี่ยง โดยการเงียบหรือนิ่งเฉยไม่ตอบโต้ทั้งนี้การเงียบ หรือนิ่งเฉย จัดว่าเป็นพฤติกรรมการสื่อสารเชิงลบ ที่จะทำให้เกิดความไม่พอใจต่าง ๆ ก่อตัวขึ้นและสะสมมากขึ้นจนฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งทนไม่ได้ แนวคิดของอูมาพร ตรังคสมบัติ กล่าวว่า คู่สมรสที่ใช้ความเงียบเพื่อซ่อนความรู้สึกบางอย่าง หรือ บางครั้งเพื่อควบคุมอีกฝ่ายหนึ่ง สรุปได้ว่าคู่สมรสควรที่จะพูดคุยกันโดยเปิดเผยและใช้เหตุผลกันแทนที่จะใช้ความเงียบหรือนิ่งเฉย จึงเป็นการสนับสนุนงานวิจัยของ Levinger & Senn (1967

อ้างถึงโดย Bahr , 1989) พบว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรสที่เป็นไปอย่างเปิดเผยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยคู่สมรสที่มีการสื่อสารอย่างเปิดเผยตนเอง จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าคู่ที่เปิดเผยความรู้สึกที่แท้ของตนเองน้อย

3. การเป็นผู้ฟังที่ดี

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านการเป็นผู้ฟังที่ดี อยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยแต่ละองค์ประกอบอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องยินดีรับฟังปัญหาซึ่งกันและกัน, ให้ความสนใจขณะพูดคุยกัน และ ยอมรับความเห็นที่ต่างกัน มีเพียงในเรื่องของคู่สมรสมักเปลี่ยนเรื่องพูดคุยทันทีเมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเริ่มพูดในเรื่องที่อีกฝ่ายไม่สนใจ อยู่ในระดับปานกลาง การวิจัยครั้งนี้พบว่า ระดับการเป็นผู้ฟังที่ดีของคู่สมรสมีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยค่า $p = 0.000$

ผู้วิจัยเห็นว่า การที่ระดับการเป็นผู้ฟังที่ดี มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส เนื่องจาก วงจรชีวิตสมรสที่คู่สมรสต้องผ่านขั้นตอนต่างๆมาหลายอย่าง โดยผู้วิจัยเห็นว่า การยอมรับฟังความคิดเห็นของคู่สมรส ถือว่าเป็นการให้เกิดริและเห็นถึงความสำคัญของคู่สมรส จะทำให้คู่สมรส สามารถรับรู้ถึงความคิด รับรู้ถึงปัญหาความคับข้องใจของคู่สมรส ทำให้การสื่อสารเกิดประสิทธิภาพและเป็นไปอย่างเข้าใจและเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส สอดคล้องกับแนวคิดของ Booth & White ที่กล่าวว่า ระดับการเป็นผู้ฟังที่ดี จะส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพการสื่อสารรวมทั้งการจัดการกับความขัดแย้งในชีวิตสมรส เพราะมองเห็นทางแก้ไขได้ดีกว่า คู่สมรสที่มักขัดแย้งกัน เป็นเพราะต่างฝ่ายต่างไม่ฟังกัน และธรรมชาติของผู้หญิงชอบพูด ไม่เก็บความรู้สึก เมื่อมีปัญหาต้องการระบาย จึงต้องการคนรับฟัง หากสามีเข้าใจในข้อนี้ รับฟังอย่างตั้งใจ ก็จะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดความขัดแย้งในชีวิตสมรสได้ทางหนึ่ง ส่วนภรรยานั้น ในความสัมพันธ์ที่พบเห็นโดยทั่วไป ภรรยาชอบแสดงบทบาทเป็นผู้ฟังที่ดีอยู่แล้ว เมื่อสามีเล่าหรือระบายความเครียดจากการทำงานหรือปัญหาต่าง ๆ ภรรยาก็ยินดีรับฟังและให้กำลังใจสามี ดังนั้นระดับการเป็นผู้ฟังที่ดีมีผลต่อระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

4. การเข้าใจความหมายตรงกัน

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความเข้าใจความหมายตรงกัน อยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยแต่ละองค์ประกอบอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องการเข้าใจความหมายอีกฝ่ายได้ดี และมีคำพูดและท่าทางเฉพาะที่เข้าใจตรงกัน การวิจัยครั้งนี้พบว่าระดับการเข้าใจความหมายตรงกันมีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยค่า $p = 0.000$

โดยผู้วิจัยเห็นว่า การที่ฝ่ายหนึ่งไม่แสดงความรู้สึก หรือบอกความต้องการให้ชัดเจน ย่อมทำให้คู่สมรสอีกฝ่ายไม่สามารถเข้าใจความคิดของตนได้ อันจะนำมาซึ่งความขัดแย้งในที่สุด ดังนั้น คู่สมรสจะต้องสื่อสารกันอย่างถูกต้องและบอกความต้องการของตนให้ชัดเจน เพื่อจะทำให้การสื่อสารนั้นเป็นไปด้วยความเข้าใจในความหมายตรงกัน ซึ่งสอดคล้องกับ อุมพร ตรังคมบดี (2545) กล่าวว่า การอยู่ด้วยกันมานานไม่ได้เป็นเครื่องรับรองว่าสามีภรรยาจะเข้าใจกันเสมอไป ทั้งนี้เพราะบุคคลมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เป็นไปได้ยากที่คู่สมรส 2 ฝ่ายจะสามารถเดาใจกันถูกต้องเสมอ หากต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งทำสิ่งใดก็ควรบอกให้รู้อย่างชัดเจน แม้คู่สมรสจะอยู่ด้วยกันมาช้านานก็ตาม คู่สมรสก็ควรจะต้องสื่อสารกันอย่างถูกต้องและชัดเจน เพื่อจะได้เข้าใจความหมายได้ตรงกัน และเมื่อพิจารณาจากความแตกต่างของผู้ชายและผู้หญิง จะเห็นได้ว่าเพศหญิงเป็นเพศที่มีความละเอียดอ่อนช่างจดจำ และใส่ใจกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ในขณะที่สามีให้ความสำคัญกับหน้าที่การงาน เพื่อหารายได้มาจุนเจือครอบครัวมากกว่า ดังนั้น ภรรยาน่าจะรับรู้และเข้าใจถึงความหมายของการแสดงออกหรือพฤติกรรมของสามี ในการสื่อสารโดยทั่วไปแล้ว ผู้หญิงชอบที่จะพูดคุยมากกว่า เมื่อเทียบกับผู้ชาย และผู้หญิงยังแสดงออกทางด้านอารมณ์ความรู้สึกมากกว่า ในขณะที่ผู้ชายไม่ค่อยแสดงออกทางอารมณ์มากนัก การที่ฝ่ายหนึ่งไม่แสดงความรู้สึกหรือบอกความต้องการให้ชัดเจน ย่อมทำให้คู่สมรสอีกฝ่ายไม่สามารถเข้าใจความคิดของตนได้ อันจะนำมาซึ่งความขัดแย้งในที่สุด มีงานวิจัยโดย Shimoda (1983, อ้างถึงโดย Bahr, 1989) ที่พบว่า ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาขึ้นอยู่กับ การได้รับความรัก ความห่วงใยจากสามี และพบว่า สามีมีการแสดงความรักความห่วงใยต่อภรรยาน้อยกว่าที่ภรรยาต้องการ และน้อยกว่าที่สามีเองต้องการด้วย นั่นคือ ภรรยาต้องการให้สามีแสดงความรักความห่วงใยต่อตนเองมากกว่าที่เป็นอยู่ และ สามีก็คาดหวังว่า ตนน่าจะแสดงความรักความห่วงใยต่อภรรยาได้มากกว่าที่เป็นอยู่เช่นกัน

5. การเห็นอกเห็นใจ และให้กำลังใจกัน

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความเห็นอกเห็นใจกันและกัน อยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยแต่ละองค์ประกอบอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องความห่วงใยซึ่งกันและกัน ให้กำลังใจและคำแนะนำ เอาใจใส่ความรู้สึกกันและกันเสมอ มีเพียงในเรื่องของคู่สมรสเมื่ออยู่ด้วยกันทุกวัน บางครั้งรู้สึกเหมือนต่างคนต่างอยู่ อยู่ในระดับปานกลาง การวิจัยครั้งนี้พบว่าระดับการเห็นอกเห็นใจและให้กำลังใจกัน มีความสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิตสมรสในภาพรวม ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 โดยค่า $p = 0.000$

โดยผู้วิจัยเห็นว่า ความเห็นอกเห็นใจกันและกัน ให้กำลังใจเมื่อคู่สมรสของตนต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคทั้งชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัว ให้คำชมเชยเมื่อคู่สมรสทำสิ่งดี ๆ ล้วนเป็นสิ่งสำคัญที่ส่งเสริมให้ชีวิตคู่เป็นไปอย่างราบรื่นและเข้าใจกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมเกียรติ เบญจศาสตร์ (2541) ซึ่งศึกษาโครงสร้างความพึงพอใจในความรักความอบอุ่นในชีวิตสมรส พบว่า คู่สมรสส่วนใหญ่มีการให้กำลังใจกันและกันอยู่ในระดับที่ต้องเพิ่มเติมมากพอสมควร โดยเขาให้ความเห็นว่า การให้กำลังใจเป็นการให้พลังต่อกันเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างมีความสุข และต่อสู้อุปสรรคต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต การดำเนินชีวิตคู่หากต่างฝ่ายต่างคิดไปเองว่าอีกฝ่ายต่างคิดไปเองว่าอีกฝ่ายหนึ่งคงรับรู้แล้ว และไม่จำเป็นต้องแสดงออกมากนักนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง หากคู่สมรสแสดงออกให้อีกฝ่ายหนึ่งรับรู้อย่างชัดเจน ย่อมทำให้เกิดความมั่นใจต่อคู่สมรสมากขึ้น อุมพร ตรังคสมบัติ(2545) สรุปไว้ว่า ภรรยา มักให้ความสำคัญกับความสำเร็จที่ละเอียดอ่อน และเมื่ออยู่ด้วยกันนานวันเข้าก็ยิ่งเพิ่มความรัก ความผูกพัน และเอื้ออาทรกันมากขึ้น ในขณะที่สามีมีบุคลิกภาพที่ต่างไป คือ ไม่ชอบแสดงออกทางอารมณ์ความรู้สึกมากนัก

จากที่กล่าวมา คู่สมรสจึงต้องแสดงความเห็นอกเห็นใจ และให้กำลังใจแก่กัน ไม่ว่าจะทางวาจา หรือด้วยการกระทำใด ๆ ที่จะทำให้อีกฝ่ายรับรู้และมั่นใจได้ เพราะโดยส่วนใหญ่แล้ว คู่สมรสมักจะละเลยการชมเชยกันเมื่ออีกฝ่ายทำสิ่งที่ดี หรือแสดงออกไม่ชัดเจน เพราะคิดว่าอีกฝ่ายน่าจะรู้อยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องบอกกล่าวหรือแสดงออกไม่ชัดเจน แต่ในทางกลับกันหากว่าคู่สมรสอีกฝ่ายทำผิด กลับตำหนิด้วยวาจาหรือทำทางอย่างชัดเจน เช่นเดียวกับแนวคิดของ Stinette ที่กล่าวถึงคุณสมบัติของครอบครัวที่มีคุณภาพว่า มีอยู่ทั้งหมด 6 ประการ และหนึ่งประการที่สำคัญมาก คือ การชื่นชมคุณค่าของคนในครอบครัว ซึ่งเขาได้ค้นพบจากการวิจัยว่า การชื่นชมคุณค่าของคนในครอบครัวนั้น แม้ว่าจะเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายมาก แต่มักจะถูกมองข้ามไป สนับสนุนแนวคิดของสายสุรี จุติกุล ที่กล่าวว่า สามีและภรรยาต้องให้กำลังใจกันและกัน โดยอาจจะเป็นการพูดร่วมด้วยท่าทางที่พร้อมจะสนับสนุนอยู่เสมอ ชมเชยในสิ่งที่ทำถูกต้องแล้วเสริมทางบวก ขจัดทางลบ ชี้แนะทางออกหลาย ๆ ทาง ให้มีทางเลือก และให้เขาเลือกเองได้

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ความพึงพอใจในชีวิตสมรสของคู่สมรส เป็นการปรับตัวเข้าหากันได้ ที่มีความเป็นหนึ่งเดียวกัน มีความสุข มีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี ในการวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาความพึงพอใจด้านการสื่อสารระหว่างคู่สมรส โดยจำแนกความพึงพอใจในชีวิตสมรสออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต ความค้อยเปรียบสัมพันธ์ ความสมานฉันท์ทางบทบาท และความสุขในด้านเพศสัมพันธ์

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยระดับสูง ในเรื่องของการดูแลกันยามเจ็บป่วย การเป็นคู่ทุกข์คู่ยาก การเยี่ยมญาติของทั้งสองฝ่ายด้วยกัน, การใช้เวลาร่วมกันในการพักผ่อนด้วยกันและการปรึกษาปัญหาได้ทุกอย่าง ในขณะที่ด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่มีค่าเฉลี่ยระดับปานกลาง ได้แก่ การมองตาที่สามารถรู้ความรู้สึก, การเก็บความรู้สึกคับข้องใจ การตัดสินใจเรื่องในครอบครัวคนเดียว ชีวิตสมรสทำให้ขาดอิสระและการปรึกษาเพื่อนหรือญาติพี่น้อง ส่วนองค์ประกอบด้านความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตที่ระบุว่าคู่สมรสชอบเที่ยวเตร่กับเพื่อนตามลำพัง อยู่ในระดับต่ำ

โดยผู้วิจัยเห็นว่า การที่คู่สมรสทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันในยามว่าง ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกบ้าน เช่น การไปเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ ด้วยกัน มีเวลาพูดคุยปรึกษาหารือกันและการไปรับประทานอาหารนอกบ้านด้วยกัน จะเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่แน่นแฟ้นและทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Renne (1970 : 32) ที่พบว่าความพึงพอใจในชีวิตสมรสมีแนวโน้มสูงในคู่สมรสที่ใช้เวลาร่วมไปเยี่ยมเยียนเพื่อนฝูงหรือญาติด้วยกันบ่อย ๆ อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความรักความอบอุ่นในครอบครัว

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์ อยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยระดับสูง ในเรื่องของการเป็นตัวอย่างที่ดีให้ลูก ความภูมิใจในตัวคู่สมรส รู้สึกโชคดีที่ได้ใช้ชีวิตคู่ร่วมกับคู่สมรส, การคิดว่ามีครอบครัวที่อบอุ่น ชีวิตคู่ราบรื่น มีความสุขเมื่อเห็นครอบครัวอื่นมีฐานะมั่นคงและไม่คิดแก้ปัญหาด้วยการแยกทาง ในขณะที่องค์ประกอบด้านความด้อยเปรียบสัมพัทธ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยปานกลาง ในเรื่องของความพยายามให้ทัดเทียมครอบครัวอื่นและรู้สึกว่าครอบครัวอื่นไม่มีปัญหาเรื่องรายได้ – รายจ่าย

โดยผู้วิจัยเห็นว่า นอกจากการสื่อสารที่ถูกต้องแล้ว ความรู้สึกภายในใจของคู่สมรสก็มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน หากคู่สมรสมีความรู้สึกที่ดี ภูมิใจในคู่สมรสของตนเองแล้ว ย่อมจะก่อให้เกิดความอบอุ่นในครอบครัว สามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างราบรื่น แต่ในทางตรงกันข้าม หากคู่สมรสมีความรู้สึกที่ไม่ดีกับอีกฝ่ายหนึ่ง เปรียบเทียบคู่สมรสของตนเองกับคู่สมรสของคนอื่น อาจจะทำให้เกิดเป็นปมด้อยและความขัดแย้งภายในใจจนเกิดเป็นปัญหาความขัดแย้งของคู่สมรสที่รุนแรงต่อไปก็ได้

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ด้านความสมานฉันท์ทางบทบาท

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความสมานฉันท์ทางบทบาท ของกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยระดับสูง ในเรื่องของความเห็นตรงกันด้านการเลี้ยงดูบุตร, การดูแลข้าวของ, การเงิน การจัดเตรียมอาหาร การทำความสะอาด การดูแลต้นไม้ สัตว์เลี้ยงและการรดน้ำ ในขณะที่องค์ประกอบของด้านความสมานฉันท์ ทางบทบาทระหว่างความเห็นตรงกันด้านการล้างถ้วยชาม อยู่ในระดับปานกลาง

โดยผู้วิจัยเห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นตรงกันเกี่ยวกับสิ่งที่แต่ละฝ่ายได้คาดหวังไว้ รวมทั้งการปฏิบัติในบทบาทใดบทบาทหนึ่ง ตลอดจนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการคาดหวังทางบทบาทซึ่งกันและกัน และ กลุ่มตัวอย่างมีความคาดหวังทางบทบาทที่สอดคล้องกัน สร้างความปรองดองกัน ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งกัน เช่นการช่วยทำงานภายในบ้าน หรือ การที่คู่สมรสออกทำงานนอกบ้านเพื่อช่วยหารายได้นำมาสู่ครอบครัว เมื่อคู่สมรสมีความคิดเห็นตรงกันในเรื่องที่คาดหวังหรือต้องการให้ปฏิบัติตาม ก็ทำให้เกิดความพอใจในชีวิตสมรส ยังมีความคิดเห็นตรงกัน หรือปฏิบัติตามมากขึ้นก็จะทำให้ความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากขึ้นเช่นกัน จากการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับ อุบลรัตน์ พิชญ์ชะนนท์ (2531) พบว่าความสมานฉันท์ ทางบทบาทมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส กล่าวคือ คู่สมรสที่มีความสมานฉันท์ทางบทบาทต่ำจะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสต่ำ และคู่สมรสที่มีความสมานฉันท์ทางบทบาทสูงจะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูง สอดคล้องกับการศึกษาของ Stuckert (1963) , Chadwick & Albert & Kunz (1967) และ Hawkins & Johnson (1968 อ้างในอุบลรัตน์ ,2531) พบว่า ความสอดคล้องเกี่ยวกับความสมานฉันท์ทางบทบาทของสามีและภรรยาที่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ด้านความสุขในด้านเพศสัมพันธ์

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมด้านความสุขในด้านเพศสัมพันธ์ ของกลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจโดยรวมในระดับกลาง เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยระดับสูง ในเรื่องของเพศสัมพันธ์เป็นความสุขในชีวิต การเปิดเผยความต้องการทางเพศ, การตอบสนองความต้องการทางเพศซึ่งกันและกัน การมีความสุขทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์, การรู้วิธีทำให้อีกฝ่ายมีความสุข ในขณะที่องค์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยปานกลาง ในเรื่องของ เห็นตรงกันในเรื่องจำนวนครั้งการมีเพศสัมพันธ์ การอายุที่จะบอกความรู้สึกทางเพศ และความรู้สึกอยากใกล้ชิดเป็นพิเศษกับผู้อื่น

โดยผู้วิจัยเห็นว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับการตอบสนองความต้องการทางเพศ ในระดับปานกลางทั้งนี้เพราะในสังคมไทยผู้หญิงได้รับการสั่งสอนเรื่องพฤติกรรมการรักษานวลสงวนตัวและปกปิดมาแต่โบราณ โดยถือว่าเรื่องที่น่าอับอายไม่ควรพูดถึง ผู้หญิงที่แสดงออกในเรื่องนี้อย่างเปิดเผยจะ

ถูกสังคมประณามว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี ไม่มีคุณค่า ความเชื่อนี้เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคในการดำเนินชีวิตสมรสได้ คู่สมรสจะต้องรู้จักที่จะปรับตัวทางเพศ รู้จักให้ความสุขทางเพศซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับการศึกษาในแง่จิตวิทยาที่กล่าวว่า เพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นในชีวิตสมรส ชีวิตสมรสที่มีความสุข ควรมีความพึงพอใจต่อการตอบสนองต่อทางเพศระหว่างกัน สิ่งนี้จะทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างคู่สมรสดำเนินไปได้อย่างราบรื่น (ปีทมา คุปตจิต, 2533 : 50) และสอดคล้องกับแนวคิดของ เบอร์ (Burr, 1973 : 41) ที่สรุปว่า ถ้าความปรารถนาของบุคคล เช่น ความต้องการทางเพศ ได้รับการตอบสนองในระดับที่พึงพอใจ อาจเป็นผลกระทบทางบวก และ ทำให้เกิดความพึงพอใจและความสุขในด้านเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องที่มีความละเอียดอ่อน และหากคู่สมรสมีความเข้าใจถึงความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่ง และมีความสุขในการมีเพศสัมพันธ์อย่างสม่ำเสมอ จะทำให้ชีวิตสมรสมีความสมบูรณ์และยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับ สุชาติ โฉมประยูร (2525 : 101) ความสัมพันธ์ทางเพศเป็นเรื่องจำเป็นและขาดไม่ได้ในชีวิตสมรส เนื่องจากว่าทุกคนมีความต้องการทางเพศหรือกามารมณ์และต้องการได้รับการสนองตอบจากคู่สมรสเสมอ ความสัมพันธ์ทางเพศซึ่งทั้งสองฝ่ายพึงพอใจ เป็นทางหนึ่งที่สามารถจะช่วยทำให้ชีวิตสมรสสมบูรณ์แบบ และมีความสุขได้อย่างแท้จริง

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ผลการศึกษา พบว่า การสื่อสารของคู่สมรส ที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ดี ประกอบด้วย การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน การเป็นผู้ฟังที่ดี ความเข้าใจความหมายตรงกัน และความเห็นอกเห็นใจ และให้กำลังใจกัน จึงควรจัดให้มีกิจกรรมส่งเสริมหรือเปิดโอกาสให้ข้าราชการตำรวจภูธรจังหวัดนครนายก และ คู่สมรสปฏิบัติต่อกัน ดังนี้

1.1 - ควรหาเวลาพูดคุยกันทุกวันเพื่อบอกเล่าเรื่องต่าง ๆ และ ทุกเวลาที่ต้องการปรึกษาหารือเพื่อแก้ไขปัญหาร่วมกัน หรือ เพื่อความคิดเห็น และต้องพยายามเป็นผู้ฟังที่ดีด้วย

- เปิดเผยความรู้สึก ความต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งได้รับรู้ และ เข้าใจตรงกัน เพื่ออีกฝ่าย จะได้ตอบสนองได้อย่างถูกต้อง

- ควรพัฒนาการสื่อสารเชิงบวก ทั้งด้านภาษาพูด และ ภาษากาย ท่าทางกิริยา และ เติบโตใจตนเองอยู่เสมอว่า ต้องคิดให้ดีก่อนที่จะพูดดี ๆ หลีกเลี่ยงการบ่นว่า เสียดสี แดกดัน หรือ วิจารณ์ในสิ่งที่ไม่ดีของอีกฝ่าย

- สามีภรรยาควรจะต้องมีความอดทนในการปรับตัวเรื่องเพศ ตระหนักไว้เสมอว่า ความสุขจากเพศสัมพันธ์จึงเป็นความสุขที่ทั้งสองฝ่ายควรจะได้รับ

- คู่สมรสควรตกลงกัน ในเรื่องการแบ่งความรับผิดชอบตามความคาดหวังทางบทบาท และพูดคุยกันให้เข้าใจ ยอมรับ และ ภูมิใจในครอบครัวของตนเอง

1.2 กองบังคับการตำรวจจราจร จังหวัดนครนายก ประสานกับ กรมสุขภาพจิต จัดให้มีการให้คำปรึกษา แนะนำปัญหาครอบครัว บริการเตรียมความพร้อมก่อนการแต่งงาน สำหรับข้าราชการตำรวจ

1.3 ผู้บังคับบัญชาควรเป็นตัวอย่างที่ดีด้านการดำเนินชีวิตสมรส ให้แก่ ได้บังคับบัญชา

1.4 สมาคมแม่บ้านตำรวจ มีกิจกรรมหลักในด้านการส่งเสริม และ พัฒนาคุณภาพชีวิตครอบครัวของข้าราชการตำรวจ

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรศึกษาเรื่อง “ ความสัมพันธ์ระหว่างการสื่อสารของคู่สมรสและความพึงพอใจในชีวิตสมรสครอบครัวข้าราชการตำรวจในสังกัดอื่น ๆ หรือ กลุ่มตัวอย่างใน อาชีพ อื่น เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสต่อไป

3.2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับชีวิตสมรส เรื่องส่วนตัวบางเรื่องเป็นข้อมูลที่ละเอียดอ่อน ควรใช้วิธี สัมภาษณ์แทน เพื่อสร้างความรู้สึที่ดีและเป็นกันเองกับผู้ตอบ