

การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น

THE ENHANCEMENT OF COUPLE'S MARITAL QUALITY THROUGH SOLUTION-FOCUSED BRIEF THERAPY

ฉัตรรัตน์ เตือนสติกุล¹ เพ็ญภา กุลนภาดล² และ ประชา อินัง³

Chatrat Tuansatikul, Pennapha Koolnapadol and Pracha Inang

Article History

Received: 06-06-2021; Revised: 20-09-2021; Accepted: 06-06-2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นต่อคุณภาพชีวิตสมรส กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้คือ คู่สมรสที่ทำงานอยู่ในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 20 คู่ ผู้วิจัยใช้การสุ่มเข้ากลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 10 คู่ กลุ่มควบคุม 10 คู่ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสซึ่งมีค่าคุณภาพเครื่องมือ .92 และโปรแกรมการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมา ผู้วิจัยดำเนินการให้การปรึกษารายคู่ จำนวนคู่ละ 9 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที ดำเนินการทดลองสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 5 สัปดาห์แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ผลการศึกษาพบว่า

คู่สมรสที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น มีคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคู่สมรสในกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิตสมรส; คู่สมรส; การปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น

¹ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
Master's Degree, in Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University
E- mail: Tuansatikul@gmail.com *Corresponding author

²⁻³ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
Advisor, in Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University

ABSTRACT

This research aimed to study the effects of solution-focused brief therapy on Couple's Marital Quality who work in Samutpakarn province of 20 couples separated by random to be experimental group 10 couples and control group 10 couples. The instruments used for collecting data were the Couple's Marital Quality questionnaire which IOC .92 and the couple counseling program which researcher develop based on solution-focused brief therapy. The intervention was administered for 9 sessions of 60-90 minutes duration twice weekly for 5 weeks. The research design was two-factor experiment with repeated measures on one factor. The study was divided into 3 phases: the pre-test phase, the post-test phase, and the follow-up phase.

The results of the research found that:

the average score of Couple's Marital Quality in the experimental group was higher than the control group with statistically significant different at .05 level when measured in the post-test and follow-up phase. The levels of Couple's Marital Quality average score in the experimental group in the post-test and follow-up phase were higher than the pre-test phase statistically significant different at .05 level.

Keywords: Couple's Marital Quality; Couple; Solution-Focused Brief Therapy

1. บทนำ

การสมรสเป็นจุดเริ่มต้นของสัมพันธภาพในครอบครัวที่สำคัญที่สุด ปัจจุบันชายและหญิงจำนวนมากใช้ชีวิตสมรสเร็วขึ้นและใช้เวลาในการศึกษานิสัยหรือพฤติกรรมของตนเองน้อยลง เนื่องจากสภาพสังคมในยุคปัจจุบันที่เอื้อให้เกิดความสนิทสนมและใกล้ชิดกันง่ายขึ้น ทำให้มีการตกลงใจใช้ชีวิตคู่ที่เร็วขึ้น ส่งผลต่อความอ่อนแอของสถาบันครอบครัวที่นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้น เหตุจากการครองรักของคู่สมรส ที่มีความขัดแย้งทั้งความคิดและการกระทำที่ไม่สามารถปรับตัวเข้าหากันและยอมรับร่วมกันระหว่างคู่สมรสได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความไม่พร้อมในการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ทำให้เกิดความขัดแย้งจนอาจนำไปสู่การแก้ปัญหาด้วยการหย่าร้างในที่สุด

การหย่าร้างในปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นทุกปี ทั้งนี้จากข้อมูลของ กรมการปกครอง (2563) ในช่วงระหว่างปี 2550 ถึง 2560 นั้นพบว่า ประเทศไทยมีจำนวนประชากรเพิ่มขึ้นประมาณ 3.61 ล้านคน ซึ่งมีการแต่งงานที่ลดลงและการหย่าร้างที่เพิ่มขึ้น โดยจำนวนการจดทะเบียนสมรสของคนไทยลดลงจากจำนวน 3.13 แสนในปี 2550 มาเป็น 2.98 แสนในปี 2560 ซึ่งลดลงร้อยละ 5.1 ในขณะที่จำนวนการจดทะเบียนหย่าร้างเพิ่มขึ้นจาก 1.02 แสนในปี 2550 มาเป็น 1.22 แสนในปี 2560 ซึ่งเพิ่มขึ้นร้อยละ 19.7 อัตราการหย่าร้างนั้นมีแนวโน้มที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ควรได้รับการแก้ไขโดยการเพิ่มหรือสร้างเสริมคุณภาพชีวิตสมรสให้กับคู่สมรส คุณภาพชีวิตสมรสนั้น Stinnett and DeFrain (1985) ได้ระบุว่า ประกอบด้วย การชื่นชมคุณค่าของคู่สมรส การใช้เวลาอยู่ร่วมกัน การติดต่อสื่อสารระหว่างกัน การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน การยึดหลักศาสนาในการดำเนินชีวิต และการมีสมรรถนะในการจัดการกับวิกฤติการณ์ระหว่างคู่สมรสอย่างสร้างสรรค์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ งามดาวนันทานนท์ และคณะ (2545) ที่ทำการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ได้แก่ จิตลักษณะด้านความใกล้ชิดผูกพัน การให้ความสำคัญกับชีวิตครอบครัว ทศนคติที่ดีต่อคู่สมรสและการรับรู้สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว ผลเช่นนี้พบสอดคล้องกันทั้งในฝ่ายสามีและฝ่ายภรรยา และงานวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ของ มัลลิกา สมสกุล (2543) พบว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรส มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรส สามารถทำได้หลากหลายวิธี ดังที่เห็นในปัจจุบัน ได้แก่ การรณรงค์ผ่านสื่อออนไลน์ต่าง ๆ การให้ข้อคิดผ่านทางเพจที่ปรึกษาด้านความสัมพันธ์ เป็นต้น แต่วิธีหนึ่งที่มีประสิทธิภาพ คือ การปรึกษาคู่สมรส ซึ่งเป็นการช่วยให้บุคคลสามารถที่จะแก้ปัญหาได้ด้วยตัวตนเอง โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการสร้างความสัมพันธ์การสื่อสาร การสร้างความเข้าใจและการชักจูงให้บุคคลเปลี่ยนแปลงตนเอง ขั้นตอนของการให้การปรึกษาประกอบด้วย การสร้างความสัมพันธ์ กำหนดประเด็นที่จะช่วยแก้ปัญหา ร่วมกัน การดำเนินการแก้ปัญหาด้วยการประคับประคองจิตใจ การจัดการอารมณ์ การกระตุ้นให้มองหาทางเลือกในการแก้ปัญหา ข้อดีข้อเสีย การชี้แนะการปรึกษารอบครัว (เพ็ญภา กุลนาคล, 2562)

การให้การปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น (Solution-focused brief therapy) เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาหาทางออกของปัญหาโดยจะไม่เน้นหาสาเหตุของปัญหา แต่มุ่งหาทางออกของปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นมีความเหมาะสมกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรส เพราะมีกระบวนการและเทคนิคต่างๆ ที่จะช่วยคู่สมรสในการร่วมกันหาทางออกของปัญหาที่เกิดขึ้น โดยไม่เน้นที่ตัวสาเหตุของปัญหา ทำให้คู่สมรสไม่ต้องรื้อฟื้นและกล่าวถึงปัญหาที่จะทำให้เกิดความไม่สบายใจขึ้นทั้งสองฝ่าย อีกทั้งในการให้การปรึกษาใช้ระยะเวลาไม่นาน จึงสามารถช่วยให้คู่สมรสมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีขึ้นอย่างรวดเร็วมากยิ่งขึ้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลการให้การปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นต่อคุณภาพชีวิตสมรส เพื่อให้คู่สมรสมีคุณภาพชีวิตสมรสเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น เรียนรู้ที่จะมีชีวิตอยู่กับคู่สมรสเดิมอย่างมีความสุขและราบรื่นต่อไป และเป็น การป้องกันและแก้ไขปัญหาที่อาจนำไปสู่การหย่าร้างในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

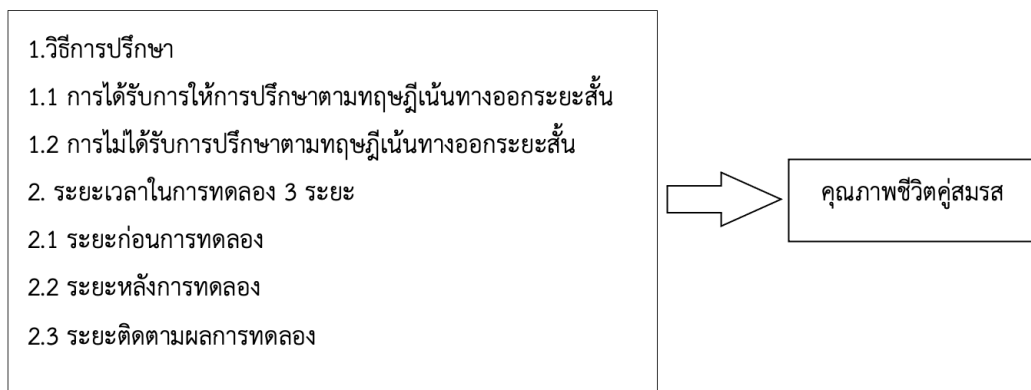
2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นต่อคุณภาพชีวิตสมรส

3. กรอบความคิด

ภาพที่ 1

กรอบแนวคิด



4. ระเบียบวิธีวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ สามเณร และ ภรรยาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองคนทำงานอยู่ในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรปราการ ที่อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาเป็นเวลา 1-5 ปี สามเณรและภรรยามีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป เป็นประชากรที่ไม่สามารถระบุจำนวนได้

กลุ่มตัวอย่าง คือ สามเณร และ ภรรยาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองคนทำงานอยู่ในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรปราการ ที่อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาเป็นเวลา 1-5 ปี สามเณรและภรรยามีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 20 คู่ขอเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ สามเณร และ ภรรยาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองคนทำงานอยู่ในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม จ.สมุทรปราการ ที่อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาเป็นเวลา 1-5 ปี สามเณรและภรรยามีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป เป็นประชากรที่ไม่สามารถระบุจำนวนได้

กลุ่มตัวอย่าง คือ สามเณรและภรรยาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองคนทำงานอยู่ในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรปราการ ที่อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาเป็นเวลา 1-5 ปี สามเณรและภรรยามีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป ที่ทำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสและได้คะแนน ตั้งแต่ 100 คะแนนลงมา และจับฉลากเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคู่สมรส ที่สมัครใจในการเข้าร่วมการให้การปรึกษาคู่สมรสเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น จำนวน 20 คน (10 คู่) เป็นกลุ่มทดลอง และจำนวน 20 คน (10 คู่) เป็นกลุ่มควบคุม โดยคัดเลือกคู่สมรสที่มีความพร้อมและมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

ผู้วิจัยใช้การสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ดังนี้

1. การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือ เป็นคู่สมรสที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองคนทำงานอยู่ในเขตจังหวัดสมุทรปราการ เนื่องจากจังหวัดสมุทรปราการเป็นเขตปริมาณสูงซึ่งมีพื้นที่ภาคส่วนอุตสาหกรรมขนาดใหญ่แห่งหนึ่งของประเทศไทย และมีข้อมูลสถิติการหย่าร้างสูงที่สุดในเขตภาคกลาง จำนวน 4,131 คน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, กรมการปกครอง, 2563)

2. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์เชิญชวนผู้ที่สนใจเข้าร่วมการให้การปรึกษาคู่สมรสเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น โดยผู้วิจัยจัดทำแผ่นประชาสัมพันธ์รับสมัครคู่สมรสเข้าร่วมโครงการ ระบุคุณสมบัติของผู้เข้าร่วมโครงการ และวิธีการเข้าร่วมโครงการ

3. ผู้วิจัยให้ผู้สนใจเข้าร่วมการให้การปรึกษาคู่สมรสทำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรส จำนวน 40 ข้อ หากกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการวิจัย โดยหากรู้สึกไม่สบายใจหรือไม่พร้อมที่จะตอบแบบวัด ก็สามารถยุติการตอบแบบวัดได้ทันที โดยใช้เวลาในการตอบแบบวัดประมาณ 15 - 20 นาที โดยไม่สามารถระบุจำนวนได้ในเขตพื้นที่ตำบลสำโรงใต้ อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ

4. ผู้วิจัยจัดเรียงคะแนนคู่สมรสที่ทำแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรส เพื่อดูคะแนนก่อนการทดลอง และเลือกคู่สมรสที่มีคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ตั้งแต่ 100 คะแนนลงมา 5. ผู้วิจัยใช้การสุ่มโดยจับฉลากเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคู่สมรสที่สมัครใจในการเข้าร่วมการให้การปรึกษาคู่สมรสเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น จำนวน 20 คน (10 คู่) เป็นกลุ่มทดลอง และจำนวน 20 คน (10 คู่) เป็นกลุ่มควบคุม โดยคัดเลือกคู่สมรสที่มีความพร้อมและมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาจากกรอบแนวคิดของ Stinnett and DeFrain (1985) และ ลดาวัลย์ สำแดง (2550) มีค่าคุณภาพเครื่องมือ .92

2.2 โปรแกรมการปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรส

3.การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนคุณภาพชีวิต

สมรส ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผลการทดลองโดยการนำเสนอในรูปแบบตารางและแผนภูมิในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม Repeated-measures analysis of variance: One between-subjects variance and one within-subjects variance) ของ Howell (2007) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของนิวแมน-คูลส์ (Newman-keuls procedure)

5. ผลการวิจัย

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1

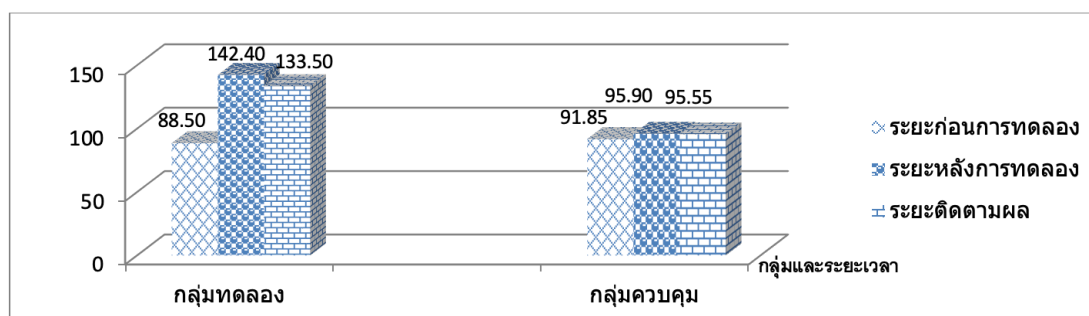
ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

กรอบครีวที่	กลุ่มทดลอง			กรอบครีวที่	กลุ่มควบคุม		
	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล		ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล
1	92.50	149.50	131.50	1	93.00	99.50	84.00
2	94.00	144.50	120.50	2	92.50	102.50	87.00
3	81.00	139.50	140.50	3	91.00	82.50	101.50
4	92.50	149.50	131.50	4	90.50	90.50	97.50
5	94.50	139.00	130.00	5	87.50	89.50	100.00
6	93.00	131.50	133.50	6	92.00	93.50	96.50
7	92.50	143.00	132.50	7	95.00	82.00	86.00
8	79.50	144.00	144.50	8	97.00	108.00	111.50
9	93.00	154.00	140.00	9	96.50	106.50	93.00
10	72.50	129.50	130.50	10	83.50	104.50	98.50
รวม	885.00	1,424.00	1,335.00	รวม	918.50	959.00	955.50
$\bar{X}$	88.50	142.40	133.50	$\bar{X}$	91.85	95.90	95.55
SD	7.80	7.80	6.76	SD	4.10	9.65	8.35

จากตารางที่ 1 พบว่า คู่สมรสในกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นมีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 88.50, 142.40 และ 133.50 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษามีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 91.85, 95.90 และ 95.55 ตามลำดับ เมื่อนำค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส มาทำเป็นแผนภูมิ เพื่อนำเสนอในรูปแบบแผนภูมิค่าเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แสดงผลดังภาพที่ 2

ภาพที่ 2

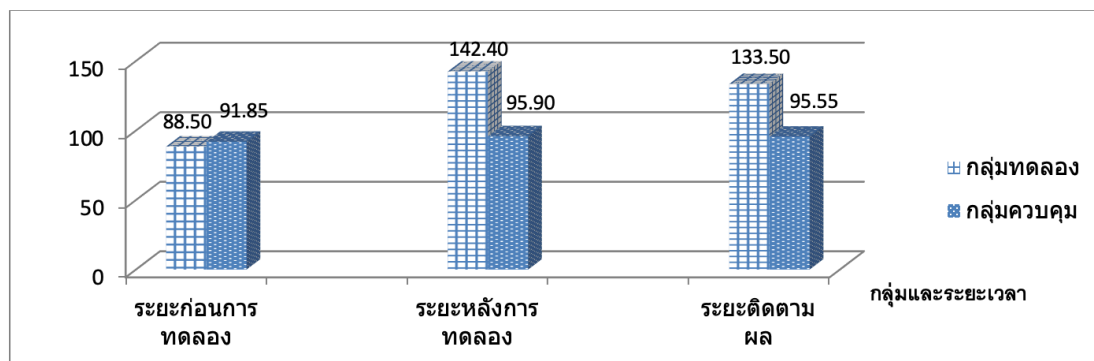
แผนภูมิค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



จากภาพที่ 2 พบว่า คู่สมรสในกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นมีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะก่อนการทดลองเป็น 88.50 ระยะหลังการทดลองเป็น 142.40 ซึ่งเพิ่มขึ้นจากค่าเฉลี่ยคะแนน ระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 53.90 ส่วนระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส เป็น 133.50 ซึ่งค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้น จากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 45.00 และค่าเฉลี่ยคะแนนลดลงจากระยะหลังการทดลองเท่ากับ 8.90 คู่สมรสในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษามีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสในระยะก่อนการทดลองเป็น 91.85 ระยะหลังการทดลองเป็น 95.90 ซึ่งลดลงจากค่าเฉลี่ยคะแนน ระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 4.05 ส่วนระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส เป็น 95.55 ซึ่งค่าเฉลี่ยคะแนนเพิ่มขึ้นจากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 3.70 และค่าเฉลี่ยคะแนนลดลงจากระยะหลังการทดลองเท่ากับ 0.35

ภาพที่ 3

แผนภูมิค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล



จากภาพที่ 3 พบว่า เมื่อค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระยะก่อนทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 88.50 กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 91.85 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 3.35 ซึ่งพบว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญสำหรับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อน การทดลอง ส่วนระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 142.40 กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 95.90 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 46.50 และระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 133.50 กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 95.55 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 37.95

ตอนที่ 2 การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นทางสถิติของผลหลัก ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรสระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาของการทดลอง

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ก่อนดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบการละเมิดข้อตกลงเบื้องต้นของ Mauchly's Test of Sphericity ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	p
Between subject	19	11084.184			
Group (G)	1	10962.017	10962.017	161.316*	.000
SS w/in group	18	1223.167	67.954		
Within Subjects	40	18699.166			
Interval	2	9692.425	4846.213	91.804*	.000
IxG	2	7106.358	3553.179	67.310*	.000
IxSS w/in Group	36	1900.383	52.788		
Total	59	29783.35			

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง (IxG) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า วิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองส่งผลร่วมกันต่อคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส นอกจากนี้ยังพบว่า วิธีการทดลองที่แตกต่างกัน (G) และระยะเวลาการทดลองที่แตกต่างกัน (I) มีผลต่อคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตสมรส อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส เป็นรายคู่ ระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง ระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลอง

ตารางที่ 3

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น
เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ นิวแมน - คูลส์ (Newman-Keuls Procedure)

$\bar{X}$	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะติดตามผล	ระยะหลังการทดลอง
	88.5	133.5	142.4
88.5	-	45.00*	53.90*
133.5	-	-	-
142.4	-	-	8.9
r		2	3
$q_{.95} (r,18)$		2.97	3.61
$q_{.95} (r,18) \sqrt{\frac{MS_{error}}{n}}$		6.67	8.10

*p < .05

จากตารางที่ 3 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2 คู่ คือ 1) คะแนนเฉลี่ยในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) คะแนนเฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรส ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสที่ได้รับการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นในระยะหลัง การทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่พบความแตกต่างในระยะติดตามผล และระยะหลังการทดลอง

6. อภิปรายผล

ผลการวิจัยพบว่า คู่สมรสที่ได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นมีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลหลังทำการยุติการให้ การปรึกษาไปแล้ว 2 สัปดาห์สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับ การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น ซึ่งคู่สมรสที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสต่ำนั้นมีภาวะขาดองค์ประกอบเหล่านี้ คือ การชื่นชมคุณค่าของคู่สมรส การมีเวลาอยู่ร่วมกัน การเต็มใจร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน การติดต่อสื่อสารระหว่างกัน การยึดหลักศาสนาในการดำเนินชีวิต และการมีสมรรถนะ

ในการจัดการกับวิกฤติการณ์ระหว่างคู่สมรสอย่างสร้างสรรค์ ตามแนวคิดของ Stinnett and DeFrain (1985) จึงทำให้คู่สมรสมีแนวทางในการคิด การแสดงออกทางพฤติกรรมต่อกันอย่างไม่เหมาะสม ไม่มีเหตุผล ยึดมั่นในเหตุผลของตนเองเป็นหลัก และไม่ยอมรับในพฤติกรรมที่ตนเองแสดงออกมา รวมทั้งไม่พิจารณาถึงข้อดี ข้อเสียต่าง ๆ ที่จะตามมาหลังแสดงพฤติกรรมต่อกันอย่างไม่เหมาะสม จึงส่งผลให้การใช้ชีวิตคู่ไม่มีคุณภาพเท่าที่ควร การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสด้วยการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางอกระยะสั้นนั้นช่วยให้คู่สมรสมีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตสมรสในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลหลังทำการยุติการให้การปรึกษาไปแล้ว 2 สัปดาห์สูงกว่าคะแนนในระยะก่อนการทดลอง

7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1) การปรึกษาทฤษฎีเน้นทางอกระยะสั้น สามารถที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตสมรสในด้านต่างๆได้อย่างเหมาะสมกับแต่ละครอบครัว หากคู่สมรสมีพัฒนาการด้านความสัมพันธ์ระหว่างคู่ของตนเองได้แล้ว สามารถที่จะต่อยอดไปสู่ความสัมพันธ์ที่เหมาะสมกับครอบครัวได้ โดยแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรสฉบับนี้ เป็นแบบวัดที่สร้างขึ้นเพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง หากมีผู้ที่สนใจจะนำแบบวัดไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ควรมีการปรับข้อคำถาม เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างนั้น ๆ ด้วย

2) สำหรับผู้ที่นำโปรแกรมการปรึกษาทฤษฎีเน้นทางอกระยะสั้นไปใช้ ควรมีความสามารถและความเชี่ยวชาญด้านการให้การปรึกษา มีการศึกษาสภาพการณ์ของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา ศึกษาหลักการ แนวคิด กระบวนการ และเทคนิคต่าง ๆ ของทฤษฎี รวมทั้งฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ เพื่อให้สามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีประสิทธิภาพสูงสุดในการปฏิบัติงานนั้น ๆ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) จากการทำวิจัยครั้งนี้ พบว่า คู่สมรสแต่ละคู่ประสบปัญหาแต่ละด้านแตกต่างกันไป ดังนั้นควรมีการศึกษาวิจัยในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตเป็นรายด้าน เน้นในด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ โดยจัดทำโปรแกรมการปรึกษาเฉพาะด้าน เช่น ด้านการสื่อสารสำหรับกลุ่มของคู่สมรสที่มีการสื่อสารระหว่างกันที่ขาดประสิทธิภาพ เป็นต้น

2) ควรมีการศึกษาวิจัยในประเด็นของคุณภาพชีวิตสมรสในส่วนของการมีบุตร ที่ส่งผลให้เกิดปัญหาสัมพันธภาพสมาชิกในครอบครัว

เอกสารอ้างอิง

- งามตา วนิทานนท์ และ คณะ. (2545). การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทย. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ*, 7(1), 79-110.
- เพ็ญภา กลุณภอดล. (2562). *การปรึกษาครอบครัว (FAMILY counseling)*. เนติกุลการพิมพ์.
- มัลลิกา สมสกุล. (2543). *คุณภาพชีวิตสมรส : ศึกษากรณีปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการสำนักงานประมาณ*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทไม่ไดตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ลดาวลย์ สำแดง. (2550). *คุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสในเขตตำบลทุ่งหลวง อำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทไม่ไดตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- Stinnett, N. & DeFrain, J. (1985). *Secrets of Strong Families*. Little Brown, Boston.