

การพัฒนาทักษะการสื่อสารของคู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย ด้วยการให้คำปรึกษาตามแนวทางทฤษฎีเซเทียร์*

The Development of Suicidal Attempt Couple's Communication Skill by Satir Counseling

มนัญญา ช้อยเชิดสุข** วท.ม
เพ็ญนภา กุลนภาดล*** กศ.ด
ระพินทร์ ฉายวิมล**** ก.ด.

Manunya Choicherdsuk, M.Sc.
Pennapha Koolnaphadol, Ed.D.
Rapint Chayvimol, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทางทฤษฎีเซเทียร์ที่มีต่อการพัฒนาทักษะการสื่อสารของคู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นคู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย และมารับบริการในโรงพยาบาลมาตาพุด จำนวน 20 คู่ ที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในแต่ละคู่สมรส สูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ดำเนินการสุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คู่ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบวัดทักษะการสื่อสารของคู่สมรส และโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทางทฤษฎีเซเทียร์ ผู้วิจัยดำเนินการทดลองการให้คำปรึกษา จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที โดยทำการประเมินการสื่อสารใน 3 ระยะ คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างรายคู่

โดยวิธีนิวแมนคูลส์

ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คู่สมรสในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแตกต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคู่สมรสในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลของการวิจัยในครั้งนี้ โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทางทฤษฎีเซเทียร์ สามารถทำให้คู่สมรสพัฒนาการสื่อสารระหว่างกันให้มีประสิทธิภาพ และมีทักษะในการใช้ลักษณะการสื่อสารต่อคู่สมรสของตนได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสม ดังนั้นคู่สมรส สมาชิกในครอบครัวทุกคน และบุคคลทั่วไปจึงสามารถนำไปเป็นแนวทางหรือนำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการสื่อสารระหว่างกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

* วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา

** พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลมาตาพุด จังหวัดระยอง

*** อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

**** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มากยิ่งขึ้น

คำสำคัญ : ทักษะการสื่อสาร คู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเซเทียร์

Abstract

This research aimed to study the effects of Satir theory counseling program for development of suicidal attempt couple's communication skills of couples who attempt suicide. The sample used in this study the couple who attempted suicide and been hospitalized a total of 20 pairs of Maptaput not congruent communication to each couple is higher than the 75 percentile. The simple random sampling method was experimental and control groups of 10 pairs. The research tools used to measure the couple's communication skill questionnaire and the Satir theory counseling program. Researchers conducted a consultation of 10 times per 60 minutes assessment of communication in the third period before the trial after trial and follow-up. Data were analyzed by repeated measures analysis of variance and test of the difference of a couple by the Newman-Kuel's method.

The results showed that there were interaction between method and duration of the trial, a statistically significant at .05. Couple in the experimental group has an average rating of not congruent communication that is different from the control group in the period after the trial and follow-up results were statistically significant at .05 and couple in the experimental group has an average rating of not congruent communication in the period after the trial and follow-up of pre-trial difference were statisti-

cally significant at. 05.

The results of this research suggest that Satir theory counseling program can improve communication between couple and have the skill to use the communication is congruent. Thus, the couple's family member can take in Satir theory is applied to development guidelines or communicate more effectively.

Key Words : Communication skill, couple who attempt suicide, Satir theory counseling

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การฆ่าตัวตาย (suicide) เป็นปรากฏการณ์ที่น่าสลดใจต่อผู้ที่รับรู้เหตุการณ์ และบุคคลที่ได้รับผลกระทบรุนแรงมากที่สุด คือ บุคคลผู้เป็นสมาชิกในครอบครัว การฆ่าตัวตาย มีด้วยกันหลายสาเหตุ เช่น เกิดจากลักษณะของบุคลิกภาพ ลักษณะทางพันธุกรรม และความตึงเครียดทางจิตสังคม ลักษณะดังกล่าวนี้ส่งผลต่อขีดความสามารถของบุคคลในการรับมือกับสิ่งที่มากระทบลดต่ำลง หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ที่สร้างความเสียใจและสะเทือนใจอย่างรุนแรง ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล ตึงเครียด ซึมเศร้าและไม่สามารถหาทางออกหรือแก้ปัญหาได้ (มานิช หล่อตระกูล, 2546)

ปัจจุบันการฆ่าตัวตายเป็นปัญหาที่กำลังทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ เป็นภาวะวิกฤตที่สำคัญทั้งในประเทศไทยและสังคมโลก จะเห็นได้จากสถิติพบว่าประชากรโลกมีอัตราการฆ่าตัวตายโดยเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 18.95 คน ถึง 36.80 คน ต่อประชากร 100,000 คน โดยประเทศไทยพบว่าการฆ่าตัวตายอยู่ในอันดับที่ 87 ของโลก (WHO, 2010) ด้วยเป็นประเทศกำลังพัฒนามุ่งสู่ความเป็นอุตสาหกรรม จึงส่งผลให้โครงสร้างของครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปมีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยว ส่งผลต่อสัมพันธภาพของสมาชิกในครอบครัว สังคมกลายเป็นสังคมแห่งการแข่งขันต่อสู้ดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดของตนเองและครอบครัว

ชีวิตประจำวันต้องเผชิญกับปัญหาความยุ่งยากวุ่นวายที่เกิดขึ้น เช่น ปัญหาการทำงาน ภาวะการฉ้อฉลงาน ปัญหาเศรษฐกิจที่บีบคั้น ปัญหาการศึกษา ปัญหาความเจ็บป่วย ปัญหาการทะเลาะวิวาท ปัญหาการหย่าร้าง ซึ่งสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะคู่สมรส หากขาดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกันย่อมส่งผลต่อสภาพจิตใจก่อให้เกิดความตึงเครียด ซึมเศร้า วิตกกังวล เกิดความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยว และเมื่อเกิดภาวะการดังกล่าวขึ้น พยายามดิ้นรนเพื่อหาทางออกให้กับชีวิตตนเองด้วยวิธีการหลายอย่าง และแม้ว่าแต่ละคนจะพยายามปรับตัวและหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา แต่ก็ยังมีบุคคลบางกลุ่มที่ไม่สามารถปรับตัวหรือหาทางออกให้กับปัญหาของตนเองได้จึงใช้วิธีการพยายามฆ่าตัวตาย (อนันต์ ศรีเกียรติขจร, 2542)

ความคิดที่จะฆ่าตัวตาย เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากผลรวมของสภาพจิตใจ อารมณ์ ร่วมกับสิ่งบีบคั้นภายนอก และการเกิดปัญหาขึ้นภายในครอบครัว ความห่างเหินระหว่างสมาชิกในครอบครัว มีการสื่อสารกันน้อย เกิดการทะเลาะเบาะแว้งระหว่างสามีภรรยา ใช้คำพูดและวิธีแก้ไขปัญหาก็รุนแรงไม่เหมาะสม ทำให้ไม่มีความสุข รู้สึกสับสน ไม่มีใครช่วยคิดหรือแก้ไขปัญหา เกิดความเครียดสูงจนไม่สามารถรักษาสมดุลทางความคิด อารมณ์และจิตใจ เป็นสาเหตุสำคัญนำไปสู่การฆ่าตัวตาย (สุชาติ พหลภาณย์, 2544) สอดคล้องกับงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2540) ระบุว่า สาเหตุสำคัญของความบกพร่องในครอบครัว เกิดจากความล้มเหลวของการสื่อสารในครอบครัว ที่คู่สมรสส่วนใหญ่ละเลยหรือขาดไม่ถึงว่าการสื่อสารในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการจัดการกับปัญหาในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับปัญหาการฆ่าตัวตาย และผลกระทบของการฆ่าตัวตายทั้งในกรณีฆ่าตัวตายสำเร็จและไม่สำเร็จ ไม่เพียงแต่จะทำให้สูญเสียชีวิตเท่านั้น ยังเป็นการสูญเสียทรัพยากรอันมีค่าก่อนวัยอันควร และเป็นสาเหตุสำคัญที่เชื่อมโยงกับปัญหาอื่นๆ ที่ตามมาในหลากหลายมิติ ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว สังคม ชุมชนและประเทศชาติ และ

ที่สำคัญ ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของครอบครัว ต่อสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของบุคคลในครอบครัว เป็นอย่างยิ่งและแม้ในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายแต่ไม่สำเร็จ ก็ยังเกิดความสูญเสียจากการที่ต้องเข้ารับการรักษามาตามสภาวะแทรกซ้อน หรืออาจพิการ ทุพพลภาพตามมาได้ (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2546)

การให้คำปรึกษาเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถช่วยเหลือครอบครัวและผู้มีปัญหาในครอบครัวในการปรับปรุงแก้ไขทักษะการสื่อสารระหว่างกันของคู่สมรสและการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ เป็นกระบวนการหนึ่งที่สามารถทำให้คู่สมรสมีสัมพันธภาพที่แน่นแฟ้น เข้าใจกัน ลดปัญหาวิกฤติภายในครอบครัว เพราะทฤษฎีตามแนวคิดชะเทียร์ เชื่อว่าการที่จะเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมของบุคคลหนึ่ง จำเป็นต้องเข้าใจถึงประสบการณ์ในชีวิตของบุคคลนั้น และถือว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นรากฐานที่สำคัญของสุขภาพจิตของบุคคลและครอบครัว (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2546) โดยชะเทียร์มุ่งพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกและการแสดงความรู้สึก ด้านการตระหนักรู้ความรู้สึกและความต้องการของตนเองและผู้อื่น สามารถสื่อความรู้สึกและความต้องการให้ผู้อื่นทราบ สิ่งเหล่านี้ช่วยให้คู่สมรสเห็นคุณค่าในตนเองและคุณค่าของกันและกัน มีการติดต่อสื่อสารระหว่างกันที่เหมาะสม และช่วยพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสให้มีความใกล้ชิด

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ เพื่อพัฒนาทักษะการสื่อสารภายในครอบครัวของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย เนื่องจากทฤษฎีชะเทียร์ นำให้เกิดการสำรวจตนเองและผู้อื่น ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมติดต่อสื่อสารระหว่างกัน พิจารณาตีความและทำความเข้าใจกับการติดต่อสัมพันธ์ รวมทั้งการปรับปรุงทักษะการติดต่อสัมพันธ์ เพื่อให้สัมพันธภาพระหว่างสามีภรรยาเกิดผลในทางที่ดีและเป็นประโยชน์ อันจะเป็นการป้องกัน แก้ไขปัญหาของครอบครัวและช่วยส่งเสริมให้ครอบครัวมีความสุข

มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ลดพฤติกรรมการพยายามฆ่าตัวตายได้นั่นเอง

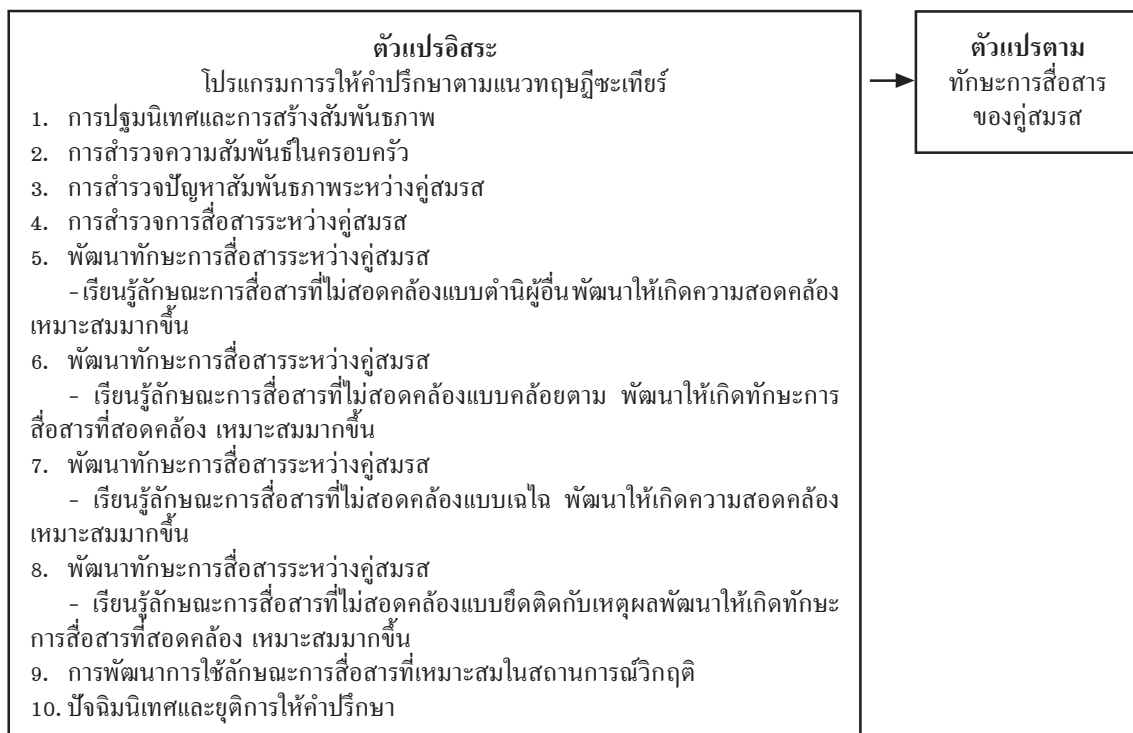
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีอะเทียร์ที่มีต่อการพัฒนาทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าของโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีอะเทียร์ ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีของอะเทียร์ ซึ่งกล่าวว่าการสื่อสาร เป็นการสื่อสารเมื่อบุคคลเผชิญสถานการณ์ที่ตึงเครียด บุคคลจะรู้สึกขาดความสมดุลทางจิตใจ ซึ่งในสถานการณ์ดังกล่าวบุคคลจะเลือกสื่อสาร 2 ลักษณะ ได้แก่ การสื่อสารแบบสอดคล้อง และการสื่อสารแบบที่ไม่สอดคล้อง ซึ่งการสื่อสารที่ไม่สอดคล้อง จะประกอบด้วย การสื่อสารแบบตำหนิผู้อื่น การสื่อสารแบบคล้อยตามการสื่อสารแบบเฉยๆ และการสื่อสารแบบ

ยึดติดกับเหตุผล (Satir, 1967) ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีอะเทียร์ โดยนำไปใช้กับกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย ที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตาศพ จัหวัดระยอง ในกลุ่มทดลอง โดยในแต่ละครั้งของโปรแกรมเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องทั้ง 4 ลักษณะ สอดแทรกกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการรับรู้ลักษณะการสื่อสารของตนและของกลุ่มสมรส และพัฒนาปรับลักษณะการสื่อสารของตนให้มีความสอดคล้องกับกลุ่มสมรสของตน และใช้เทคนิค แนวคิดการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีอะเทียร์ พัฒนาทักษะการสื่อสารในลักษณะการสื่อสารแบบที่ไม่สอดคล้องให้เป็นการสื่อสารแบบที่สอดคล้อง โดยคาดว่ากลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีอะเทียร์ครั้งนี้จะสามารถใช้ลักษณะการสื่อสารได้อย่างมีความสอดคล้อง และมีความเหมาะสมขึ้น ซึ่งสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (experimental research design) ชนิดศึกษา 2 กลุ่มแบบวัดซ้ำ เพื่อทดสอบผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ที่มีต่อการพัฒนาทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย ที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตาบุตร จังหวัดระยอง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตาบุตร ระหว่างเดือนตุลาคม 2552 - ตุลาคม 2553 จำนวน 76 คน

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้า คือ กลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตาบุตร ระหว่างเดือนตุลาคม 2552 - ตุลาคม 2553 ในแต่ละกลุ่มสมรสมีคะแนนของแบบวัดทักษะการสื่อสารที่สอดคล้องกัน ตั้งแต่ .5 ขึ้นไป โดยการนำคะแนนแบบวัดทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรส ในแต่ละกลุ่มมาหาค่าความสัมพันธ์ของการตอบแบบวัดที่มีความสอดคล้องกันด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แบบเพียร์สัน แล้วนำคะแนนเฉลี่ยในแต่ละกลุ่มมาคัดเลือกกลุ่มสมรสที่มีคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป และสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 20 กลุ่มสมรส สุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย (simple random sampling) โดยจับฉลากเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจำนวน 10 กลุ่มสมรส และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 กลุ่มสมรส

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. แบบวัดทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรส เป็นแบบวัดที่พัฒนามาจากแบบวัดการสื่อสารของขวัญวดี เชียรชัยนิตติชัย (2547) วัดความถี่ของการสื่อสารของ

กลุ่มสมรสเมื่อเกิดความขัดแย้งกันในสถานการณ์ต่างๆ ในลักษณะที่ไม่สอดคล้อง 4 ลักษณะ ตามแนวคิดชะเทียร์ ได้แก่ การสื่อสารแบบตำหนิผู้อื่น การสื่อสารแบบคล้อยตาม การสื่อสารแบบเฉยใจ และการสื่อสารแบบยึดติดกับเหตุผล แบบวัดเป็นแบบมาตราประเมินค่า 5 ระดับ จาก 1 ถึง 5 บ่อย ปานกลาง บางครั้ง และไม่เคย แบบวัดทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรสประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 31 ข้อ พัฒนาปรับปรุงตามคำแนะนำผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ตรวจสอบ ความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตายที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 กลุ่มสมรส หาค่าความเชื่อมั่นตามวิธีของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่น (reliability) เท่ากับ .95

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ซึ่งผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ประกอบด้วยแผนการให้คำปรึกษา 10 ครั้ง ใช้เวลาในการทดลอง 5 สัปดาห์ ให้คำปรึกษาครั้งละ 1 กลุ่มสมรส ในแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 60 นาที มีรายละเอียด ดังนี้

ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ
ครั้งที่ 2 การสำรวจความสัมพันธ์ในครอบครัว
ครั้งที่ 3 การสำรวจปัญหาสัมพันธภาพระหว่างกลุ่มสมรส

ครั้งที่ 4 การสำรวจการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส
ครั้งที่ 5 พัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส
- เรียนรู้ลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแบบด้านผู้อื่น พัฒนาให้เกิดความสอดคล้องเหมาะสมมากขึ้น

ครั้งที่ 6 พัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส
- เรียนรู้ลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแบบคล้อยตาม พัฒนาให้เกิดความสอดคล้องเหมาะสมมากขึ้น

ครั้งที่ 7 พัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างกลุ่มสมรส

- เรียนรู้ลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแบบเฉไฉ พัฒนาให้เกิดความสอดคล้อง เหมาะสมมากขึ้น

ครั้งที่ 8 พัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างคู่สมรส

- เรียนรู้ลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแบบยึดติดกับเหตุผล พัฒนาให้เกิดความสอดคล้องเหมาะสมมากขึ้น

ครั้งที่ 9 การพัฒนาการใช้ลักษณะการสื่อสารที่เหมาะสมในสถานการณ์วิกฤติ

ครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา

หลังจากผู้วิจัยสร้างโปรแกรมแล้ว ได้ตรวจสอบโปรแกรมโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการตรวจสอบ แกะไขเครื่องมือที่ใช้ในการสัมภาษณ์ ด้านจิตวิทยา ด้านจิตวิทยาแนะแนว และด้านจิตเวชศาสตร์ เพื่อพิจารณาและปรับปรุงในด้านการใช้ภาษาที่อ่านเข้าใจง่ายและมีความหมายที่เหมาะสมกับหัวข้อตามลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในแต่ละหัวข้อ หลังจากนั้นผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะมาแก้ไข แล้วไปทดลองใช้กับคู่สมรสที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อหาความบกพร่องของโปรแกรมแล้วมาปรับปรุงอีกครั้งก่อนนำโปรแกรมไปใช้จริง

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาด้านจริยธรรมในการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ขั้นตอนในการวิจัย ผู้วิจัยแนะนำตัว ขอความร่วมมือและชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจไม่มีการบังคับใดๆ และอธิบายวัตถุประสงค์ ประโยชน์ การเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ รวมทั้งสิทธิในการยกเลิกหรือถอนตัวจากการวิจัย จากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยให้คู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตายที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตามพบ ระหว่างเดือนตุลาคม 2552- ตุลาคม 2553 ทำแบบวัดทักษะการสื่อสารของคู่สมรส นำคะแนนของแบบวัดทักษะการสื่อสารของคู่สมรสในแต่ละคู่มาหาความสอดคล้อง โดยคัดเลือกคู่สมรสที่มีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป โดยการนำคะแนนแบบวัดทักษะการสื่อสารของคู่สมรสในแต่ละคู่มาหาค่าความสัมพันธ์ของการตอบแบบวัดที่มีความสอดคล้องกันด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แบบเพียร์สัน แล้วนำคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารแบบไม่สอดคล้องในคู่สมรสที่มีความสอดคล้องกัน มาจัดเรียงลำดับคะแนนจากต่ำสุดไปหาสูงสุด คัดเลือกคู่สมรสที่มีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสื่อสารแบบไม่สอดคล้องตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป ได้คู่สมรสจำนวนทั้งสิ้น 20 คู่สมรส จากนั้นผู้วิจัยจึงสุ่มเข้ากลุ่มด้วยการจับสลากเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 10 คู่สมรส และกลุ่มควบคุม 10 คู่สมรส

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ครั้งละ 1 คู่สมรส ในแต่ละครั้งใช้เวลาครั้งละ 60 นาที จำนวน 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ แต่จะดำเนินตามวิธีการของเจ้าหน้าที่แผนกการให้คำปรึกษาของโรงพยาบาลมาตามพบ เช่น การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เฉพาะกับผู้ที่มารับคำปรึกษาให้ความรู้และคำแนะนำเกี่ยวกับการปรับลดความเครียด และการปรับการดำเนินชีวิตกับคู่สมรส หลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทันที ผู้วิจัยมีการวัดคะแนนการสื่อสารแบบไม่สอดคล้อง ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมรวมทั้งมีการติดตามผลหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 2 สัปดาห์ โดยจะมีการวัดคะแนนการสื่อสารแบบไม่สอดคล้อง ด้วยการตอบแบบวัดทักษะการสื่อสารของ

กลุ่มสมรสซึ่งมีการสลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่างทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเพื่อเป็นคะแนนในระยะติดตามผล (follow up)

การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) ของคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรสในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรสทั้ง 3 ฉบับของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้ง 3 ระยะ โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (repeated measures analysis of variance : one between-Subject Variable and One Within Subject Variable) (Howell, 2007)

3. ทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมนคูลส์ (Newman-Keuls procedure)

4. วิเคราะห์ความสอดคล้องในการตอบแบบวัดทักษะการสื่อสารของกลุ่มสมรส โดยหาค่าสัมประสิทธิ์

ความสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป จากผลการวิจัยพบว่า กลุ่มสมรสในกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี มีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี และภาวะสุขภาพทางจิตใจของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบันเป็นปกติ และกลุ่มสมรสในกลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-30 ปี มีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท/เดือน มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี และภาวะสุขภาพทางจิตใจของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบันเป็นปกติ

2. ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ สามารถสรุปได้ดังนี้

จากผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรสที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ และทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรสด้วยของนิวแมนคูลส์ (Newman-Keuls procedure) ดังตารางที่ 1-4

ตารางที่ 1 คะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรสในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (N = 20)

	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		ติดตามผล	
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD
กลุ่มทดลอง (n = 10)	92.0	3.13	84.2	2.97	77.7	3.02
กลุ่มควบคุม (n = 10)	89.5	3.39	92.6	3.13	93.55	3.35

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรสที่พยายามฆ่าตัวตาย ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎี

ชะเทียร์เป็น 92.0, 84.2 และ 77.7 ตามลำดับ ส่วนในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องเป็น 89.5, 92.6 และ 93.55 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	19	1313.25			
กลุ่ม	1	788.44	788.44	27.04	< .001
ผลรวมกำลังสองของความเบี่ยงเบนภายในกลุ่ม	18	524.81	29.156		
ภายในกลุ่ม	40	1133.01			
ระยะเวลาของการทดลอง	2	263.26	131.63	263.02	< .001
ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง	2	851.73	425.86	850.94	< .001
ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผลรวมกำลังสองของความเบี่ยงเบนภายในกลุ่มกับระยะเวลาของการทดลอง	36	18.02	0.50		
รวม	59	2446.26			

จากตารางที่ 2 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรรถที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มทดลองและในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
ก่อนการทดลอง					
ระหว่างกลุ่ม	1	31.25	31.25	3.11	.104
ภายในกลุ่ม	54	542.83	10.05		
หลังทดลอง					
ระหว่างกลุ่ม	1	352.80	352.80	35.10*	< .001
ภายในกลุ่ม	54	542.83	10.05		
ติดตามผล					
ระหว่างกลุ่ม	1	1256.11	1256.11	124.99*	< .001
ภายในกลุ่ม	54	542.83	10.05		

หมายเหตุ $F_{.05}(1,19) = 4.38$ ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch and Satterthwaite (1996 cited in Howel, 2007, p. 459) ได้ค่า $df = 19.24$

จากตารางที่ 3 พบว่า ก่อนการทดลอง คะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ คะแนนเฉลี่ย

การสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มสมรรถที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มที่พยายามฆ่าตัวตาย ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองด้วยวิธีการทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls method)

$\bar{X}$	ระยะติดตามผล	ระยะหลังการทดลอง	ระยะก่อนการทดลอง
ระยะติดตามผล (77.7)	-	6.5*	14.3*
ระยะหลังการทดลอง(84.2)		-	7.8*
ระยะก่อนการทดลอง (92)			-

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 พบว่า คะแนนเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มที่พยายามฆ่าตัวตาย ในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตาม

ผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การอภิปรายผล

จากข้อค้นพบของการวิจัย มีประเด็นสำคัญเพื่อการอภิปรายผล ดังนี้

1. วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลองส่งผลร่วมกัน โดยพบว่าในระยะก่อนการทดลองกลุ่มทดลองได้แก่ กลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษามาแนวทฤษฎีชเวตเธอร์และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการสื่อสารของกลุ่มไม่แตกต่างกันแต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องของกลุ่มควบคุม ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนาทักษะการสื่อสารจากการให้การปรึกษามาแนวทฤษฎีชเวตเธอร์ จะเน้นในเรื่องของประสบการณ์และมนุษยนิยม ดังที่ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2540) กล่าวว่า การที่จะเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมของบุคคลหนึ่งจำเป็นต้องเข้าใจก่อนว่า บุคคลนั้นมีประสบการณ์ในชีวิตอย่างไร ชีวิต

ของเขาประสบอะไรมาบ้าง เขามองโลกอย่างไรมากกว่าจะมุ่งเน้นแต่สภาพต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงในโลกปัจจุบัน และกล่าวว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองนั้นเป็นรากฐานสำคัญของสุขภาพจิตของบุคคลและครอบครัว การที่กลุ่มที่ได้รับการพัฒนาทักษะการสื่อสาร จะช่วยส่งเสริมให้กลุ่มได้ทบทวนไตร่ตรองถึงการสื่อสารระหว่างตนเองกับกลุ่มที่ได้มีประสบการณ์จริง เน้นการค้นพบตนเอง ตระหนักและให้ความสำคัญในเรื่องของการสื่อสาร ได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองและของกลุ่ม เรียนรู้ข้อดีข้อเสียของตนเองและของกลุ่มยอมรับในข้อบกพร่องของตนเองและผู้อื่น พร้อมทั้งจะปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเอง และจำนวนครั้งของการให้คำปรึกษาทั้ง 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ภายใน 5 สัปดาห์ อย่างต่อเนื่อง และระยะติดตามผลที่เหมาะสมต่อการปรับเปลี่ยน พัฒนาการสื่อสารให้มีความสอดคล้องได้มากขึ้น แสดงให้เห็นว่าวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองมีปฏิสัมพันธ์กันมีผลต่อการพัฒนาทักษะการสื่อสารของกลุ่ม รวมถึงการให้กลุ่มทดลองได้เรียนรู้และฝึกฝนทักษะเกี่ยวกับการสื่อสาร ประกอบด้วย 5 องค์

ประกอบ คือ การสื่อสารแบบสอดคล้อง(congruent)) การสื่อสารแบบตำหนิผู้อื่น (blaming)) การสื่อสารแบบคล้อยตาม (placating) การสื่อสารแบบเฉไฉ (irrelevant) การสื่อสารแบบยึดติดกับเหตุผล (super reasonable) ซึ่งการที่กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีของเซเทียร์นั้น ส่งผลให้กลุ่มทดลองได้พัฒนาทักษะการสื่อสารของตนเอง เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของตนเองและคู่สมรสได้มากขึ้น

2. คู่สมรสที่ได้รับการให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีเซเทียร์มีค่าเฉลี่ยคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้อง ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คู่สมรสในกลุ่มทดลองมีความสนใจและสนใจในการเข้าร่วมการพัฒนาทักษะการสื่อสารของคู่สมรส กลุ่มทดลองต้องการทราบถึงวิธีการและเทคนิคที่สามารถนำไปพัฒนาตนเองและเสริมสร้างครอบครัวให้มีความสุขยิ่งขึ้น แม้ในตอนแรกอาจรู้สึกไม่ค่อยแน่ใจ แต่เนื่องจาก มีความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองจึงให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมโปรแกรมเป็นอย่างดี จนสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองและครอบครัวได้ คู่สมรสในกลุ่มทดลองได้แสดงความรู้สึกว่าจากการเข้าร่วมการให้การศึกษาเป็นรายครอบครัว ทำให้ตนเองได้เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เข้าใจสามีและภรรยาของตนเองมากขึ้น และยอมรับในความแตกต่างได้มากขึ้นเนื่องจากกระบวนการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเซเทียร์ เชื่อว่า การสื่อสารที่มีความชัดเจน การส่งและรับข้อมูลที่ถูกต้องชัดเจนและการสื่อสารที่มีความสอดคล้อง ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของการสื่อสาร ช่วยให้บุคคลสามารถเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงของตนเองต่อบุคคลอื่น โดยสามารถเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการและทัศนคติของตนได้ตรงตามความหมาย ทำให้บุคคลรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนตามความเป็นจริง ไม่บิดเบือนการรับรู้ความรู้สึก

ของตนและประสบการณ์ ทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น ส่งเสริมให้ตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อพฤติกรรม การสื่อสารที่บุคคลสามารถสื่อความรู้สึก ความต้องการและทัศนคติของตนให้ผู้อื่นรับรู้ได้ ส่งผลให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจในตัวบุคคลเพิ่มมากขึ้น เสริมสร้างความเข้าใจในระหว่างคู่สมรส

การศึกษาในครั้งนี้คู่สมรสที่ได้รับการให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีเซเทียร์ ในแต่ละครอบครัวมีความคล้ายคลึงกันในเรื่องของปัญหาการสื่อสารระหว่างตนกับคู่สมรสของตน แต่เมื่อคู่สมรสได้เรียนรู้และเข้าใจ ถึงลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องระหว่างกันของคู่สมรสที่เกิดขึ้นในแต่ละสถานการณ์ โดยสะท้อนให้เห็นจากกระบวนการให้คำปรึกษาฝึกปฏิบัติโดยร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์ที่ยกตัวอย่างขึ้น และจากสถานการณ์จริงที่เคยเกิดขึ้นกับคู่สมรส แล้วประมวลออกมาเพื่อปรับลักษณะการสื่อสารให้มีความสอดคล้องต่อสถานการณ์นั้นได้อีกทั้งยังมอบหมายงานให้กลับไปทำในบางครั้ง และก่อนเริ่มกิจกรรมการให้การศึกษาทุกครั้ง จะมีการทบทวนการฝึกปฏิบัติในครั้งที่ผ่านมารวมทั้งงานที่ได้รับมอบหมาย และให้คู่สมรสนำเสนอปัญหาที่พบหลังจากทดลองใช้ว่ามีผลเป็นอย่างไรบ้าง โดยคู่สมรสร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลที่ได้รับปัญหา และอุปสรรค จนสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ จึงทำให้คู่สมรสที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มทดลองมีคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องในระยะหลังการทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

3. คู่สมรสที่ได้รับการให้การศึกษาครอบครัวแนวทฤษฎีเซเทียร์มีคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งจากการศึกษาของดีบาราและเจอร์ล (Deborah & Jerald, 1999) ที่ได้อธิบายถึงกระบวนการจำว่ามีความสัมพันธ์กับระยะ

ของการติดตามผลการทดลอง คือ บุคคลจะเก็บสิ่ง ที่รับรู้ไว้จากระบบประสาทสัมผัส เข้าสู่ความจำระยะ สั้น (short term memory) หลังการเรียนรู้เรื่องนั้นๆ ความจำระยะสั้นนี้เป็นความจำชั่วคราวซึ่งใช้ประโยชน์ ได้ในขณะนั้น ต่อจากนั้นบุคคลจะเลือกเก็บข้อมูล จัดระเบียบเนื้อหาของข้อมูล แปลงเป็นรหัสเก็บไว้ใน ความจำระยะยาว (long term memory) เมื่อ ต้องการใช้ข้อมูล จึงจะดึงออกมาใช้ประโยชน์ได้ และ จะเป็นความจำที่ถาวร ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในระยะ ติดตามผล 2 สัปดาห์ น่าจะเป็นเวลาที่เหมาะสมใน การติดตามผล อธิบายได้ว่าโปรแกรมให้คำปรึกษา ตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ เป็นรูปแบบที่มีแนวปฏิบัติที่ ชัดเจน ส่งผลให้คู่สมรสสามารถสื่อสารระหว่างกันได้ อย่างมีความสอดคล้องได้ ซึ่งเป็นไปตามแนวทฤษฎี ชะเทียร์ กล่าวว่า การสื่อสารช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ด้านพฤติกรรม การสื่อสารที่มีความชัดเจน การส่ง และรับข้อมูลที่ถูกต้องชัดเจนและการสื่อสารที่ภาษา พูดยุมีความสอดคล้องกับภาษาท่าทาง จะช่วยเพิ่ม ประสิทธิภาพของการสื่อสาร ช่วยให้บุคคลสามารถ เปิดเผยตัวตนที่แท้จริงของตนเองต่อบุคคลอื่น โดย บุคคลจะสามารถเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการ และทัศนคติของตนได้ตรงตามความหมาย ช่วยให้ บุคคลรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนตามความ เป็นจริง บุคคลไม่เกิดการบิดเบือนการรับรู้ความรู้สึก ของตนและประสบการณ์ จึงทำให้บุคคลมีความเข้าใจ ในตนเองมากขึ้น ส่งเสริมให้บุคคลตระหนักรู้ถึงความ มีคุณค่าในตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลให้เกิดความ กงทนของพฤติกรรม ความคิดและความรู้สึก เกิดการ เก็บข้อมูล จัดระเบียบเนื้อหาของข้อมูล เก็บในความ จำระยะยาว เพื่อนำออกมาใช้ประโยชน์ได้ตามการ ศึกษาของ ดีบาราและเจอร์ลด์ (Deborah & Jerald, 1999)

4. คู่สมรสที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนว ทฤษฎีชะเทียร์ มีคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้อง

ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากกลุ่ม ทดลองได้เรียนรู้และรับการฝึกตามโปรแกรมการให้ คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ ช่วยให้กลุ่มทดลอง รู้จักจำแนก ประเมินและปรับเปลี่ยนความคิด ซึ่ง แตก ต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ฝึกปฏิบัติทำให้ไม่สามารถ เปลี่ยนแปลงหรือปรับเปลี่ยนการสื่อสารให้ได้อย่างมี ความเหมาะสมและสอดคล้องได้ และจากการวิจัยครั้งนี้ องค์ประกอบที่มีส่วนช่วยให้คู่สมรสมีทักษะการ สื่อสารที่สอดคล้องกัน ประกอบด้วย การสร้าง สัมพันธภาพ โดยใช้เทคนิคและกิจกรรมทางด้านการ ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีชะเทียร์ ให้เรียนรู้และฝึก พัฒนาทักษะการสื่อสารทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วย ลักษณะการสื่อสารแบบดำเนินผู้อื่น ลักษณะการ สื่อสารแบบคล้ายตาม ลักษณะการสื่อสารแบบเฉไฉ ลักษณะการสื่อสารแบบยึดติดกับเหตุผล และลักษณะ การสื่อสารแบบสอดคล้อง และการฝึกการนำไปใช้ โดยเฉพาะเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์วิกฤติ ในชีวิต ครอบครัว ดังคำกล่าวของ Satir (1967) ว่าการสื่อสาร ที่มีประสิทธิภาพ ช่วยให้บุคคลสามารถเปิดเผยตัวตน ที่แท้จริงของตนต่อบุคคลอื่นๆ โดยบุคคลสามารถ เปิดเผยความรู้สึก ความต้องการและทัศนคติของตน ได้ตรงตามความหมายและช่วยให้บุคคลรับรู้และ เข้าใจความรู้สึกของตนตามความเป็นจริงไม่เกิดการ บิดเบือนการรับรู้ ความรู้สึกของตนและประสบการณ์ จึงทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น ส่งเสริม ให้บุคคลตระหนักรู้ถึงความมีคุณค่าในตนเอง เสริมสร้างความเข้าใจในระหว่างคู่สมรส จึงส่งผลให้ คู่สมรสในกลุ่มทดลองภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมการ ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีชะเทียร์ มีคะแนนทักษะการ สื่อสารที่ไม่สอดคล้องต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีชะเทียร์

5. คู่สมรสที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนว ทฤษฎีชะเทียร์มีคะแนนการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องใน

ระยะติดตามผลต่ำกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ชะเทียร์ กล่าวว่า ลักษณะการสื่อสารที่มีความชัดเจน และสอดคล้องกัน ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการสื่อสารและพัฒนาทักษะการสื่อสารระหว่างคู่สมรสได้ด้วยการพัฒนาทักษะการสื่อสารทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ลักษณะการสื่อสารแบบคำนิยามผู้อื่น ลักษณะการสื่อสารแบบคล้ายตามลักษณะการสื่อสารแบบเฉยๆ ลักษณะการสื่อสารแบบยึดติดกับเหตุผล และลักษณะการสื่อสารแบบสอดคล้อง ดังนั้นคู่สมรสที่ได้รับการเรียนรู้และฝึกฝนทักษะต่างๆ ทำให้เกิดการเรียนรู้ เข้าใจและเห็นความสำคัญของการสื่อสารและผลจากการเข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวคิดชะเทียร์ทำให้คู่สมรสมีความสัมพันธ์ต่อกันที่แน่นแฟ้น สอดคล้องกับ Katz & Woodin (2002) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการสื่อสารของคู่สมรส การปรับตัวของเด็กและหน้าที่ของครอบครัว พบว่า คู่สมรสที่สื่อสารแบบไม่เป็นมิตรจะเป็นผู้พูดที่มักสื่อสารด้วยคำพูดเชิงลบ ส่วนคู่สมรสที่สื่อสารแบบไม่เป็นมิตรและเพิกเฉยจะเป็นทั้งผู้พูดและผู้ฟังที่สื่อสารเชิงลบ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่าการพัฒนาทักษะการสื่อสารของคู่สมรสตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ช่วยให้คู่สมรสที่ได้รับการให้การศึกษา มีการสื่อสารที่สอดคล้องและเหมาะสมมากขึ้น ซึ่งเป็นผลดีในการนำไปใช้ประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัวต่อไป

ข้อเสนอแนะ

การนำผลวิจัยไปใช้

1. การให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์สามารถทำให้คู่สมรสพัฒนาการสื่อสารระหว่างกันให้มีประสิทธิภาพและมีทักษะในการใช้ลักษณะการสื่อสารต่อคู่สมรสของตนได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสม ดังนั้นคู่สมรส สมาชิกในครอบครัวทุกคน และบุคคลทั่วไป จึงสามารถนำไปเป็นแนวทางหรือนำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการสื่อสารระหว่างกันได้

อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. สำหรับผู้ที่จะนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ไปใช้ ควรได้รับการอบรมพื้นฐานจากนักจิตวิทยาการศึกษา และควรได้รับการอบรมการให้การปรึกษารอบคอบ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในหลักการ แนวคิด ทฤษฎี ตลอดจนเทคนิคต่างๆ เพื่อลดความผิดพลาดให้น้อยที่สุด เพื่อที่จะสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพจนบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่มุ่งไว้

การทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาการพัฒนาทักษะการสื่อสาร โดยใช้การปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ต่อกลุ่มอื่นๆ เช่น บิดามารดากับบุตร และระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว เป็นต้น

2. ควรทำการศึกษาผลการให้การปรึกษาตามแนวทฤษฎีชะเทียร์ต่อตัวแปรตามอื่นๆ เช่น ความสุขในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส เป็นต้น

3. จากผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่าคู่สมรสส่วนใหญ่มีลักษณะการสื่อสารที่ไม่สอดคล้องแบบคล้ายตามและแบบคำนิยามผู้อื่น จึงควรทำการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับลักษณะการสื่อสารทั้ง 2 รูปแบบนี้

4. จากการศึกษาพบว่าคู่สมรสที่มีปัญหาส่วนใหญ่ไม่กล้าที่จะเข้าร่วมโปรแกรมการวิจัยในครั้งนี้ ขาดความตระหนักในความสำคัญของการรับความช่วยเหลือเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว จึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรับรู้ และเห็นความสำคัญถึงปัญหาในครอบครัวของคู่สมรส

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ คณะกรรมการผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลมบดาพุด เจ้าหน้าที่แผนกการให้คำปรึกษาของโรงพยาบาลมบดาพุด และขอขอบคุณคู่สมรสกลุ่ม

ที่มารับบริการในโรงพยาบาลมาตาพุด ที่เป็นกลุ่ม
ตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

ขวัญวดี เชียรชัยนิติศัย. (2547). *การสื่อสาร
กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของผู้สมรส*. วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา,
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2546). *การวิเคราะห์
การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของเบิร์น*. กรุงเทพฯ:
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.

มานิช หล่อตระกูล. (2546). *พฤติกรรม
ฆ่าตัวตาย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2540). *การพัฒนา
ครอบครัว* (ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง
แอนด์พับลิชชิ่ง.

วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2546). การพยายาม
ฆ่าตัวตายในวัยเด็ก. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 16(2), 29-39.

สุชาติ พหลภักย์. (2542). *ความผิดปกติของ
อารมณ์*. ขอนแก่น: ศรีภักดิ์ ออฟเซ็ท.

Deborah, Y. L., & Jerald, K. (1999).
Some neurobiological aspects of psychotherapy.
Journal Psychother Practice Research, 8,2.

Howell, D.C. (2007). *Statistical methods
for psychology* (4th ed.). Belmont CA:
Wadsworth.

Katz, L. F. & Woodin, E. M. (2002).
Hostility, hostile detachment, and conflict
engagement in marriages : Effects on child and
family functioning. *Child Development*, 73, 636-
652.

Satir, V. (1967). *Conjoint family therapy*.
Palo Alto, California : Science and Behavior
Books.

World Health Organization. (2010).
Suicide prevention and special programmes.
Retrieved May 18, 2010, from [http://
www.who.int/mental_health/prevention/en/](http://www.who.int/mental_health/prevention/en/).