

ความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รักและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นายจิรนนิน เจริญธีระนันท์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2561
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.



1529297606

CU Thesais 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4



6074091030_1529297606

Love relationship satisfaction and related-factors of Chulalongkorn University
students

Mr. Jiruntanin Charoenteranun

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Science in Mental Health
Department of Psychiatry
Faculty of Medicine
Chulalongkorn University
Academic Year 2018
Copyright of Chulalongkorn University



1529297606

CU Thesisis 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

จิรันธนิ น เจริญธีระนันท์ : ความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รักและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย . (Love relationship satisfaction and related-factors of Chulalongkorn University students) อ.ที่ปรึกษาหลัก : อ. นพ.ธีรยุทธ รุ่งนิรันดร

เหตุผลของการทำวิจัย: การมีความสัมพันธ์แบบคู่รักเป็นขั้นตอนสำคัญอย่างหนึ่งในพัฒนาการของมนุษย์สำหรับวัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson ความสำเร็จในพัฒนาการลำดับขั้นนี้ จะนำไปสู่ความสามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีพันธะสัญญาต่อกัน แต่หากล้มเหลว ก็จะไปสู่ความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้างในใจ ซึ่งปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่ส่งผลต่อการตัดสินใจรักษาหรือยุติความสัมพันธ์ก็คือความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาในเรื่องนี้ โดยเลือกศึกษาในนิสิตที่มีอายุช่วง 21 – 22 ปี ซึ่งตรงกับช่วงเริ่มเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้นตามทฤษฎีของ Erikson และมีการศึกษาว่ามักมีปัญหาเรื่องความสัมพันธ์ โดยผลการศึกษาที่ได้ จะสะท้อนภาพรวมของนิสิตรวมถึงเป็นองค์ความรู้ใหม่แก่ผู้ที่สนใจศึกษาต่อในอนาคตได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย: เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก ของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างและวิธีการศึกษา: ศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 จาก 10 คณะของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มีคู่รักและมีระยะเวลาคบหาไม่ต่ำกว่า 1 เดือน คำนวณจำนวนตัวอย่างแบ่งตามเพศและกลุ่มสาขาวิชาที่นิสิตศึกษาอยู่ตามสัดส่วนประชากร เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล มาตรฐานวัดองค์ประกอบความรัก และมาตรฐานวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน

ผลการศึกษา: กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 433 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ที่ 4.00 ± 0.57 (Likert scale 1 – 5) ส่วนใหญ่พึงพอใจอยู่ในระดับมาก 55.7% ระดับมากที่สุด 23.3% และระดับปานกลาง 20.5% จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบปัจจัยที่เกี่ยวข้องคือ สถานภาพการพักอาศัย ระดับความพึงพอใจในชีวิต ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน และการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว จากการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่าสัมพันธ์กับระดับความพึงพอใจในชีวิต คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด ความหลงใหล และความผูกมัด จากการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ พบตัวแปรทำนายคือ คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด ความผูกมัด ระดับความพึงพอใจในชีวิต และระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก

สรุปผลการศึกษา: การศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มากกว่า 75% มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด และมากกว่า 99% อยู่ในระดับปานกลางขึ้นไป นอกจากนี้ ได้อธิบายถึงปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง ซึ่งข้อค้นพบนี้สามารถนำไปใช้อ้างอิง และศึกษาต่อเพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมและป้องกันปัญหาเรื่องความสัมพันธ์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นได้

สาขาวิชา สุขภาพจิต
ปีการศึกษา 2561

ลายมือชื่อนิสิต
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

6074091030 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEYWORD: Love relationship satisfaction, University student

Jiruntanin Charoenteranun : Love relationship satisfaction and related-factors of Chulalongkorn University students. Advisor: Teerayuth Rungnirundorn, M.D.

Background: According to Erikson's stages of psychosocial development theory, having a love relationship is an important step in early adulthood development. Successful development will lead couples to live together with commitment while failure will lead one to feel isolated. Relationship satisfaction dictates the decision to maintain or terminate the relationship.

Objectives: To study the levels of relationship satisfaction in couples and related factors.

Materials and methodology: A cross-sectional descriptive study is done using samples from the 4th year undergraduate students in 10 faculties of Chulalongkorn University who have lovers and have had relationships for more than 1 month. Data is collected by questionnaires consisting of modified Sternberg's TLS and modified Hendrick's RAS questions, and answers are analyzed using descriptive and inferential statistics methods.

Results: A total of 433 samples are taken. The results show an average satisfaction score of 4.00 ± 0.57 (Likert scale 1 - 5), the majority of 55.7% describe their relationships as 'Very Satisfy', 23.3% are 'Highly Satisfy' while 20.5% are 'Moderately Satisfy.' Variance analysis (ANOVA) and t-test found that the relevant factors are the current place of dwelling, satisfaction level in life, duration of the relationship, disclosure of relationships to friends and family. They have correlations with satisfaction level in life and the three love components namely intimacy, passion and commitment. Multiple linear regression found that the important variables are the intimacy and commitment aspects of love components, satisfaction level in life, and duration of the relationship.

Conclusions: Less than 1% of the samples describe their relationship satisfaction to be lower than 'moderately satisfy.' The study also reveals the relevant factors. The result can be used as references and bases for further studies and to understand relationship problems in early adulthood.

Field of Study: Mental Health

Student's Signature

Academic Year: 2018

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้เนื่องด้วยความกรุณาช่วยเหลือ สนับสนุน และเอื้อเฟื้อจากบุคคลหลายท่าน ผู้วิจัยขอกล่าวนามเพื่อระลึกพระคุณของทุกท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ นายแพทย์ธีรยุทธ รุ่งนิรันดร อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาเสียสละเวลาให้ความช่วยเหลือ แนะนำแนวทางการเขียนวิจัยในทุกขั้นตอน ช่วยตรวจสอบและแนะนำในส่วนที่ควรแก้ไข ยืดหยุ่นรับฟังความเห็นและให้การสนับสนุนในความเห็นที่แตกต่าง ให้ข้อคิดในการทำวิจัย รวมถึงให้กำลังใจและเป็นแรงกระตุ้น จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณานี้เป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงชุติมา หุ่่มเรืองวงษ์ ที่ให้เกียรติเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และอาจารย์ ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ และกราบขอบพระคุณท่านทั้งสอง ที่กรุณาเสียสละเวลาให้คำแนะนำเกี่ยวกับการทำวิจัยและการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความถูกต้องและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ คุณสิริภรณ์ ระวีงาน ที่กรุณานุญาตให้ใช้เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้ พร้อมทั้งเสียสละเวลาแนะนำวิธีการใช้เครื่องมือซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการทำวิจัย และขอขอบพระคุณ คุณนพสิทธิ์ สิริจรูญชัย ที่ให้ความช่วยเหลือในการติดต่อประสานงานกับคุณสิริภรณ์ ทำให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินการต่างๆ ได้สะดวกมากยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ประจำภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ อาจารย์ประจำภาควิชา และเจ้าหน้าที่ประจำฝ่ายบัณฑิตศึกษาทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือในขั้นตอนการดำเนินการต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง และช่วยอำนวยความสะดวกแก่ผู้วิจัยมาตลอด

ขอขอบพระคุณ คุณอารยา สุวรรณฤทธิ์ บรรณาธิการอำนวยการ จุฬาลงกรณ์เวชสาร ที่ช่วยแนะนำวิธีการเขียนบทความ รวมถึงอำนวยความสะดวกในการส่งบทความเพื่อตีพิมพ์ ซึ่งช่วยให้ผู้วิจัยคลายความกังวลเป็นอย่างมาก ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความช่วยเหลือของท่านเป็นอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ และพี่ๆ กิจการนิสิต พี่ๆ ธุรการภาควิชา และน้องๆ ปี 4 ทุกคน ที่ช่วยประสานงานให้ผู้วิจัยได้เข้าไปเก็บข้อมูล ขอขอบคุณสำหรับการช่วยเหลือและแนะนำในการเก็บข้อมูลตั้งแต่ต้นจนเสร็จสิ้น ขอขอบคุณรวมถึงผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่เสียสละเวลาในการทำแบบสอบถาม ผู้วิจัยซาบซึ้งในความมีน้ำใจเป็นอย่างมาก

ขอขอบพระคุณ เพื่อนๆ นิสิต วท.ม.สุขภาพจิตทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมา

สุดท้ายนี้ ขอกราบขอบพระคุณ ครอบครัวของผู้วิจัย คุณพ่อ คุณแม่ คุณลุง วัชร อัครกุล คุณอา สุชาติ อัครกุล และพี่น้องของผู้วิจัย ที่ให้การสนับสนุนในการศึกษา ให้กำลังใจ ให้คำแนะนำและความช่วยเหลือในการเขียนภาษาอังกฤษ ช่วยดูแลเรื่องความเป็นอยู่ของผู้วิจัย และช่วยจัดการงานบางอย่างแทนผู้วิจัยเพื่อให้ผู้วิจัยมีเวลาในการทำวิทยานิพนธ์เต็มที่ จนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้

ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูกตเวทิตาผู้มีพระคุณทุกท่านที่กล่าวมา และผู้มีพระคุณทุกท่านในชีวิตของผู้วิจัย

จิรันธินิ เจริญธีระนันท์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ.....	ฎ
บทที่ 1	1
บทนำ.....	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา (Background and rationale).....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objectives)	3
คำถามของการวิจัย (Research questions).....	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual framework).....	4
ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption).....	5
คำสำคัญ (Keywords).....	5
การให้คำนิยามเชิงปฏิบัติการ (Operation definition)	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected or anticipated benefit).....	6
บทที่ 2	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
ความหมายของคู่รัก (Couple).....	8
ความหมายของความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก (Relationship satisfaction).....	8
ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรัก (Triangular theory of love)	9



1529297606

CD IThesis 6074091030 thesis / rev: 30072562 12:17:37 / seq: 4

การแบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รัก (Phases of love relationship).....	11
งานวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์.....	15
บทที่ 3	19
วิธีดำเนินการวิจัย	19
รูปแบบการวิจัย (Research design)	19
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and sample).....	19
เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา (Selective criteria).....	19
เกณฑ์การคัดเลือกเข้า.....	19
เกณฑ์การคัดเลือกออก	20
กระบวนการขอความยินยอม (Informed consent process).....	20
ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (Sample size).....	20
วิธีการสุ่มตัวอย่าง (Sampling technique)	21
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	23
การรวบรวมข้อมูล (Data collection).....	27
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้วิเคราะห์ (Data analysis and statistics).....	28
บทที่ 4	29
ผลการศึกษา.....	29
ตอนที่ 1 ข้อมูลจำแนกตามลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	30
ตอนที่ 2 การแจกแจงระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง.....	35
ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) เพื่อหาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์.....	36
ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlation) เพื่อหาตัวแปรที่สัมพันธ์กับ ความพึงพอใจในความสัมพันธ์	41
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression) เพื่อสร้างสมการ ทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์.....	43

บทที่ 5	46
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	46
สรุปผลการวิจัย.....	46
อภิปรายผลการวิจัย.....	48
ข้อได้เปรียบของการวิจัยในครั้งนี้.....	52
ข้อจำกัดในการวิจัย.....	53
ข้อเสนอแนะในการนำไปประยุกต์ใช้.....	53
ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต	54
บรรณานุกรม.....	56
ประวัติผู้เขียน.....	60
ภาคผนวก.....	61
เอกสารรับรองโครงการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.....	62
หนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์	66
หนังสือขออนุญาตใช้แบบสอบถามเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์.....	68
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย	71
แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย	76

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 ตารางแสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ ของแต่ละเพศในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา ตาม สัดส่วนประชากร.....	21
ตารางที่ 2 ตารางแสดงรายชื่อคณะหรือสำนักวิชาที่อยู่ภายใต้แต่ละกลุ่มสาขาวิชา.....	22
ตารางที่ 3 ตารางแสดงจำนวนนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2560 จากคณะที่จับฉลากได้ และจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละคณะ จำแนกตามเพศ....	23
ตารางที่ 4 เกณฑ์การให้คะแนนข้อกระทงทางบวกและทางลบของมาตรวัดความพึงพอใจใน ความสัมพันธ์.....	26
ตารางที่ 5 เกณฑ์การแบ่งระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์จากค่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้.....	27
ตารางที่ 6 ตารางแสดงข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ.....	30
ตารางที่ 7 ตารางแสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) คะแนนองค์ประกอบความรักสามด้านของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ.....	34
ตารางที่ 8 ตารางแสดงการแจกแจงความถี่และร้อยละ ของระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของ กลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ	35
ตารางที่ 9 ตารางแสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์ความแปรปรวนของ ปัจจัยต่างๆ กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง.....	36
ตารางที่ 10 ตารางแสดงความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (Mean difference) จากการวิเคราะห์ความ แตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการทดสอบภายหลัง (Post Hoc Test) ด้วยการเปรียบเทียบรายคู่ (Pairwise comparison).....	39
ตารางที่ 11 ตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ของกลุ่มตัวอย่าง	42
ตารางที่ 12 ตารางแสดงการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression).....	44

สารบัญรูปภาพ

หน้า

ภาพที่ 1 องค์ประกอบของความรักทั้งสามด้านและรูปแบบความรัก ⁽²⁶⁾	10
--	----



1529297606

CU Thesais 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา (Background and rationale)

การมีความสัมพันธ์แบบคู่รักหรือความสัมพันธ์แบบโรแมนติก ถือเป็นขั้นตอนสำคัญอย่างหนึ่ง ในพัฒนาการของมนุษย์ตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial development) ของ Erikson ซึ่งกล่าวไว้ว่า วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (21 – 40 ปี) เป็นวัยที่บุคคลได้รู้จักตนเองและสามารถหาอัตลักษณ์ของตนเองได้แล้ว จึงเริ่มสนใจที่จะเชื่อมสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างใกล้ชิด และอยู่ร่วมกันในรูปแบบคู่รัก⁽¹⁾ ความสำเร็จในพัฒนาการลำดับขั้นนี้ จะนำไปสู่ความสามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีพันธะสัญญาต่อกัน และในทางตรงกันข้าม หากเกิดความล้มเหลวในพัฒนาการลำดับขั้นนี้ ก็จะนำไปสู่ความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้างในใจบุคคลได้⁽²⁾

ปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่ส่งผลต่อการตัดสินใจของบุคคลในการที่จะรักษาหรือยุติความสัมพันธ์ที่มีอยู่ ก็คือความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก (Relationship satisfaction) ซึ่งเป็นมุมมองส่วนบุคคลที่สะท้อนถึงความรู้สึกที่บุคคลมีต่อคู่รักของตนว่าตรงตามที่ตนคาดหวังหรือไม่ ความพึงพอใจนั้นขึ้นอยู่กับการรับรู้ของแต่ละบุคคล และอาจเหมือนหรือแตกต่างจากมุมมองของบุคคลอื่นก็ได้ โดยหากบุคคลใดมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์ต่ำ ก็มีโอกาที่จะเกิดการยุติความสัมพันธ์ได้สูงขึ้น⁽³⁾ ซึ่งส่งผลต่อไปยังพัฒนาการทางจิตสังคมของบุคคลนั้น เกิดเป็นความทุกข์ขังที่ไดกล่าวไปข้างต้น ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลใดมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์สูง ก็ย่อมส่งผลดีต่อความสัมพันธ์และต่อตัวบุคคลเอง จึงกล่าวได้ว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ใช้ในการประเมินระดับความพึงพอใจในชีวิต (Life satisfaction) ด้วย⁽⁴⁾

ในงานทางจิตเวชศาสตร์ พบว่า ประเด็นสำคัญอย่างหนึ่งที่บุคคลมักจะนำมาเป็นหัวข้อในการขอคำปรึกษาคือปัญหาที่เกิดจากความสัมพันธ์แบบคู่รัก⁽⁵⁾ ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ และเป็นปัญหาที่กระตุ้นให้เกิดอาการทางจิตเวชต่างๆ เช่น อาการซึมเศร้า⁽⁶⁾ หรือพฤติกรรมก้าวร้าว⁽⁷⁾ เป็นต้น จึงถือว่าปัญหาจากความสัมพันธ์กับคู่รักเป็นปัญหาที่มีความสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคลากรทางสาธารณสุข บุคลากรทางการศึกษา และผู้ปกครอง ควรจะต้องมีความ

เข้าใจและสื่อสารกับบุคคลที่เผชิญปัญหาด้วยทัศนคติที่ไม่ตัดสิน⁽⁸⁾ และเพื่อให้สามารถประเมินคุณภาพของความสัมพันธ์ได้ Hendrick (1988) ได้สร้างมาตรวัด Relationship Assessment Scale (RAS) ขึ้น เพื่อเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์⁽⁹⁾ นอกจากนี้เพื่อให้สามารถเข้าใจถึงปัญหาความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องและเกิดเป็นองค์ความรู้ จึงมีนักวิจัยหลายท่านพยายามศึกษาถึงปัจจัยหลากหลายที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ เช่น ความเครียดของชายรักชาย รูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความขัดแย้ง ความพึงพอใจในการมีเพศสัมพันธ์⁽¹⁰⁾ การมองโลกในแง่ดี⁽¹¹⁾ รูปแบบความผูกพัน (Attachment styles)⁽¹²⁾ องค์ประกอบของความรัก บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ (Big Five Personality)⁽¹³⁾ หรือลักษณะบุคลิกภาพ (MBTI)⁽¹⁴⁾ เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่า ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เกิดความสำเร็จตามพัฒนาการทางจิตสังคมของวัยรุ่นใหญ่ตอนต้น ทั้งยังเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งที่บ่งบอกถึงระดับความพึงพอใจในชีวิต ดังนั้น ถ้าบุคคลสามารถมีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ที่ดีได้ ย่อมส่งผลดีต่อความสัมพันธ์และต่อตัวบุคคล แต่จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า บุคคลจำนวนมากมักพบปัญหาความสัมพันธ์กับคู่รักอยู่บ่อยครั้ง ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาในเรื่องนี้ เพื่อวัดระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของวัยรุ่นใหญ่ตอนต้นและศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เพราะเห็นว่าจะเป็นประโยชน์ต่อการเข้าใจและช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาความสัมพันธ์กับคู่รัก โดยเลือกศึกษาในนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เนื่องจากยังไม่เคยมีผู้ศึกษา และเลือกศึกษาในนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 4 เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีอายุอยู่ในช่วง 21 – 22 ปีพอดี ซึ่งตรงกับช่วงเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นใหญ่ตอนต้นที่จะต้องสร้างความใกล้ชิดและอยู่ร่วมกับผู้อื่นแบบคู่รักตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson

ผลลัพธ์ที่ได้จากการศึกษาเรื่องระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จะสามารถนำมาเป็นข้อมูลที่สะท้อนให้เห็นถึงสภาพจริงของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในภาพรวม เพื่อให้ฝ่ายกิจการนิสิต สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการดูแลนิสิตได้ นอกจากนี้ ผลการศึกษาที่ได้ จะเป็นองค์ความรู้ใหม่แก่ผู้ที่สนใจ และเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยท่านอื่นที่จะนำไปศึกษาต่อยอดในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objectives)

1. เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรั๊กของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรั๊กของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คำถามของการวิจัย (Research questions)

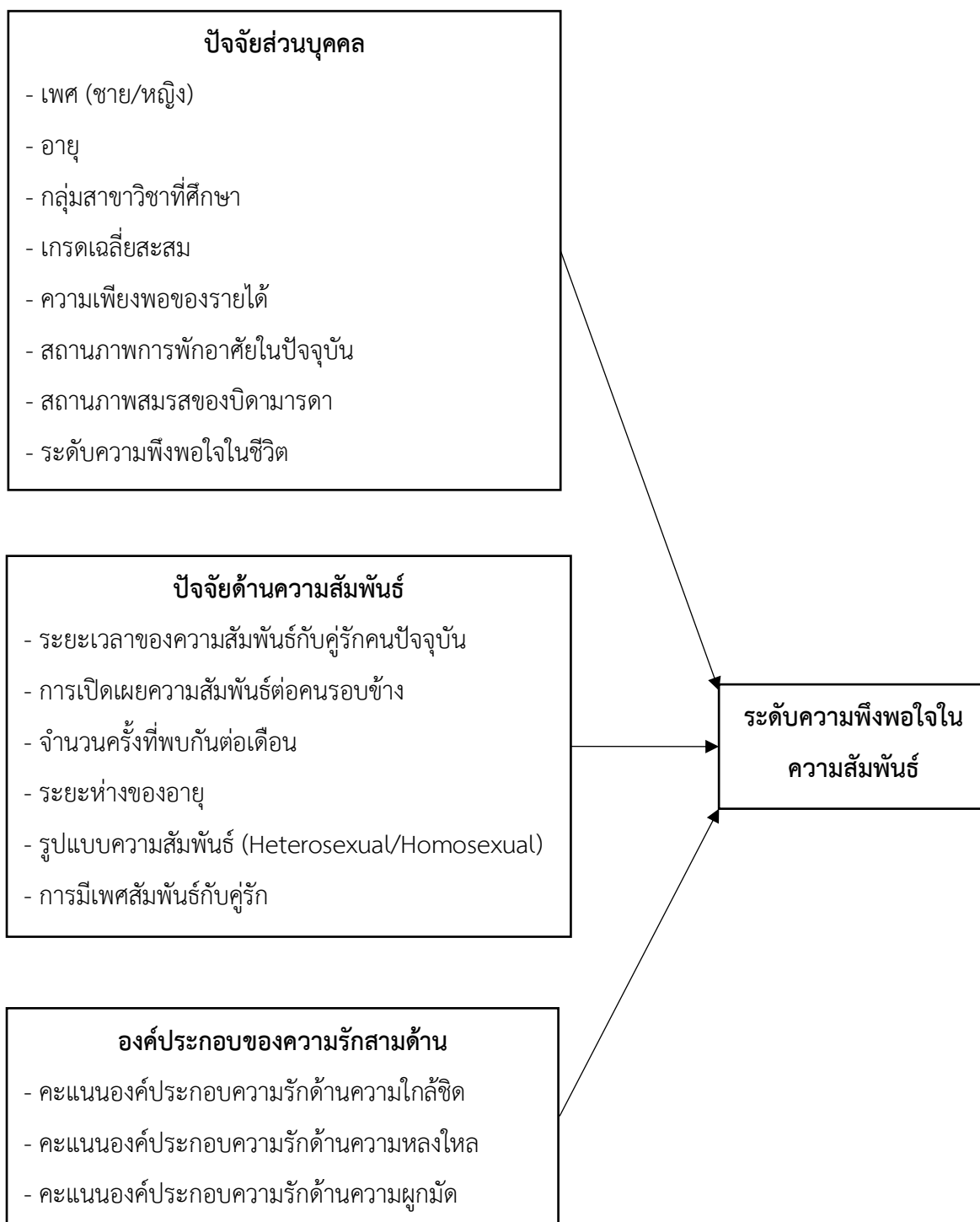
1. ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรั๊กของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรั๊กของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



1529297606

CD :Thesis 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual framework)



ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษาระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยกลุ่มตัวอย่างที่เข้าไปเก็บข้อมูล จะเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ใน 19 คณะวิชา และ 1 สำนักวิชา ที่ลงทะเบียนเรียนและกำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2561 และมีความสัมพันธ์แบบคู่รัก โดยที่ยังไม่ได้สมรส และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน เท่านั้น

คำสำคัญ (Keywords)

- ความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รัก (Love relationship satisfaction)
- นิสิต (University student)

การให้คำนิยามเชิงปฏิบัติการ (Operation definition)

คู่รัก (Couple) หมายถึง บุคคลสองคนที่ถูกสมักรักใคร่หรือมีความสัมพันธ์แบบโรแมนติกร่วมกัน โดยอาจจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขหรือไม่ก็ได้ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ หมายถึง มุมมองส่วนบุคคลที่สะท้อนถึงความรู้สึกที่บุคคลมีต่อคู่รักของตนว่าตรงตามที่ตนคาดหวังหรือไม่ โดยประเมินจากระดับการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันและขึ้นอยู่กับการรับรู้ของบุคคลนั้นๆ ซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างจากมุมมองของบุคคลอื่นก็ได้

องค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด หมายถึง องค์ประกอบด้านหนึ่งของความรักตาม ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986) ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่เป็นตัวแทนความรักด้าน อารมณ์

องค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล หมายถึง องค์ประกอบด้านหนึ่งของความรักตาม ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986) ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่เป็นตัวแทนความรักด้าน แแรงจูงใจ

องค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด หมายถึง องค์ประกอบด้านหนึ่งของการรักตาม ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986) ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่เป็นตัวแทนความรักด้าน ความคิด

นิสิต ในการศึกษาครั้งนี้ หมายถึง บุคคลที่ลงทะเบียนเรียนและกำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ในปีการศึกษา 2561 เท่านั้น โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม สาขาวิชา คือ

1. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ประกอบด้วย คณะจิตวิทยา คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา และ คณะสัตวแพทยศาสตร์ (ไม่รวมคณะพยาบาลศาสตร์ เนื่องจากไม่มีนิสิตระดับปริญญาตรี)
2. กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ ประกอบด้วย คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ และสำนักวิชาทรัพยากรการเกษตร
3. กลุ่มสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ประกอบด้วย คณะครุศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ คณะนิเทศศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะรัฐศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ คณะเศรษฐศาสตร์ และคณะอักษรศาสตร์⁽¹⁵⁾

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หมายถึง มหาวิทยาลัยและสถาบันอุดมศึกษาแห่งแรกของประเทศไทย⁽¹⁶⁾ ตั้งอยู่ในเขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร⁽¹⁷⁾ ประกอบไปด้วย 19 คณะวิชา 1 สำนักวิชา และมีหน่วยงานประเภทวิทยาลัย 3 แห่ง บัณฑิตวิทยาลัย 1 แห่ง สถาบัน 14 แห่ง และสถาบันสมทบอีก 2 แห่ง⁽¹⁸⁾

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected or anticipated benefit)

1. ได้ข้อมูลระดับความพึงพอใจและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก ที่สะท้อนให้เห็นถึงสภาพจริงของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4
2. สามารถสรุปข้อมูล และส่งมอบให้กับฝ่ายกิจการนิสิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อนำไปใช้ ประโยชน์ในการดูแลนิสิตได้ เช่น อาจจัดกิจกรรมส่งเสริมหรือให้ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่ ศึกษาพบว่าทำให้นิสิตส่วนใหญ่มีปัญหาความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก เป็นต้น

3. ได้ข้อมูลที่เป็นองค์ความรู้ใหม่แก่ผู้ที่สนใจ และเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยท่านอื่นที่จะนำไปศึกษาต่อยอดในอนาคต



1529297606

CU Thesais 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของคู่รัก (Couple)

สำนักพิมพ์ Merriam-Webster (2018) อธิบายความหมายของคำว่าคู่รักว่า หมายถึง บุคคลสองคนที่แต่งงาน หมั้นหมาย หรือมีความสัมพันธ์แบบโรแมนติกร่วมกัน⁽¹⁹⁾ ซึ่งสอดคล้องกับที่ราชบัณฑิตยสถาน (2011) ได้ให้ความหมายของคำว่าคู่รักไว้ว่า คือคนรัก หรือหญิงชายที่ผูกสมักรักใคร่กัน⁽²⁰⁾ โดย John Gottman, Ph.D. (2014) แบ่งประเภทของคู่รักออกเป็น 5 แบบ ประกอบด้วยคู่รักแบบที่มีความสุข 3 แบบ ได้แก่ แบบหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง แบบถกเถียงปัญหา และแบบพยายามเข้าใจกัน และคู่รักแบบที่ไม่มีความสุข 2 แบบ ได้แก่ แบบไม่ยอมรับตัวตนกัน และแบบไม่เชื่อใจกัน⁽²¹⁾

จากที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงขอให้คำนิยามของคำว่า คู่รัก (Couple) ว่าหมายถึง บุคคลสองคนที่ผูกสมักรักใคร่หรือมีความสัมพันธ์แบบโรแมนติกร่วมกัน โดยอาจจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขหรือไม่ก็ได้

ความหมายของความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก (Relationship satisfaction)

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีผู้วิจัยหลายท่านได้ให้ความหมายของความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักในแง่มุมที่เหมือนและคล้ายกัน ดังนี้

ณัชชา วิรัชวัฒนกุล (2016) กล่าวถึงความพึงพอใจในความสัมพันธ์ว่า เป็นสิ่งที่สะท้อนถึงคุณภาพชีวิตคู่ และมีส่วนสำคัญต่อบุคคลในการตัดสินใจว่าจะรักษาหรือยุติความสัมพันธ์ลง โดยมาจากการที่บุคคลประเมินความสัมพันธ์ของตนกับคนรักในเรื่องต่างๆ⁽¹⁰⁾ ซึ่ง Hendrick (1995) อธิบายว่า ความรู้สึกพึงพอใจหรือไม่นั้น เป็นการรับรู้ของบุคคลซึ่งอาจจะตรงหรือไม่ตรงกับความเป็นจริงก็ได้ หากความสัมพันธ์เป็นไปตามที่บุคคลคาดหวัง ก็จะเกิดความพึงพอใจในความสัมพันธ์⁽³⁾ ซึ่ง White และคณะ (2004) กล่าวว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์นั้น ถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการประเมินความพึงพอใจในชีวิตและการประเมินคุณภาพของความสัมพันธ์⁽⁴⁾

Tackett และคณะ (2013) ให้คำนิยามความพึงพอใจในความสัมพันธ์ว่า หมายถึง ผลรวมของความพึงพอใจที่บุคคลรายงานจากความสัมพันธ์ระหว่างตนกับคนรัก⁽²²⁾ ซึ่งใกล้เคียงกับ Cusack และคณะ (2012) ที่กล่าวว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ คือระดับความพึงพอใจของบุคคลที่มีต่อความสัมพันธ์แบบโรแมนติกที่บุคคลมีในปัจจุบัน⁽²³⁾ และสอดคล้องกับ ญัฐชินธร อภิวิชญ์โชษิตา (2013) ซึ่งกล่าวว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจของบุคคลที่มีต่อคู่รัก โดยมาจากการประเมินระดับการมีปฏิสัมพันธ์ทั้งทางอารมณ์และความใกล้ชิดว่าเป็นไปตามความคาดหวังหรือไม่⁽¹²⁾

นอกจากนี้ Sternberg และคณะ (1997) อธิบายถึงความพึงพอใจในความสัมพันธ์ว่า คือความไม่ทุกข์ในความสัมพันธ์ ซึ่งตรงกันข้ามกับความทุกข์ในความสัมพันธ์อันมาจากความสัมพันธ์ที่เกิดปัญหา⁽²⁴⁾

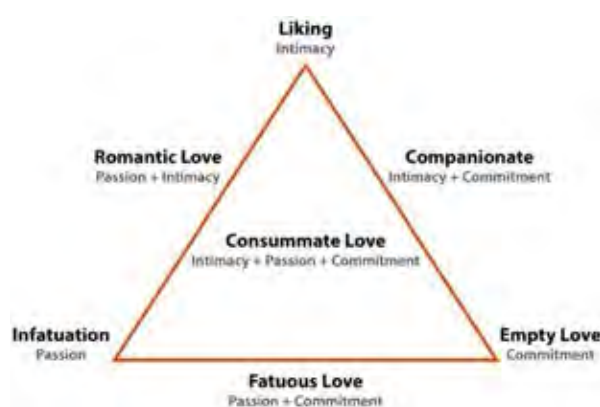
ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอสรุปว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ (Relationship satisfaction) คือมุมมองส่วนบุคคลที่สะท้อนถึงความรู้สึกที่บุคคลมีต่อคู่รักของตนว่าตรงตามที่ตนคาดหวังหรือไม่ โดยประเมินจากระดับการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันและขึ้นอยู่กับการรับรู้ของบุคคลนั้นๆ ซึ่งอาจเหมือนหรือแตกต่างจากมุมมองของบุคคลอื่นก็ได้ ความพึงพอใจในความสัมพันธ์มีส่วนสำคัญเป็นอย่างมากในการมีความสัมพันธ์แบบคู่รัก เพราะเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการตัดสินใจของบุคคลในการที่จะรักษาหรือยุติความสัมพันธ์ที่มีอยู่ โดยหากบุคคลใดมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์ต่ำ หรือมีความสัมพันธ์ที่เกิดปัญหา ก็จะก่อให้เกิดความทุกข์และมีโอกาสที่จะเกิดการยุติความสัมพันธ์ได้สูงขึ้น ความพึงพอใจในความสัมพันธ์จึงถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ใช้ในการประเมินระดับความพึงพอใจในชีวิต (Life satisfaction)

ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรัก (Triangular theory of love)

Sternberg (1986) ได้เสนอทฤษฎีสามเหลี่ยมความรัก ซึ่งอธิบายถึงธรรมชาติของความรักว่าประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ ความใกล้ชิด (Intimacy) ความหลงใหล (Passion) และ ความผูกมัด (Commitment) เปรียบได้กับมุมสามด้านของสามเหลี่ยม ดังภาพที่ 1 โดย Sternberg ได้บรรยายถึงความหมายของแต่ละองค์ประกอบดังนี้

1. ความใกล้ชิด (Intimacy) เป็นองค์ประกอบของความรักด้านอารมณ์ หมายถึง การมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน การเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน การที่บุคคลมีความสนิทสนมกัน เข้าใจกัน อย่างลึกซึ้ง และเอื้ออาทรต่อกัน ความใกล้ชิดเป็นองค์ประกอบซึ่งเป็นแกนหลักของความสัมพันธภาพ และพบในทุกความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล
2. ความหลงใหล (Passion) เป็นองค์ประกอบของความรักด้านแรงจูงใจ หมายถึง การมีแรงขับภายในระบบของร่างกายหรือการถูกกระตุ้นทางสรีระด้วยความดึงดูดทางเพศและความลุ่มหลง ซึ่งทำให้เกิดความตื่นตัวทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ
3. ความผูกมัด (Commitment) เป็นองค์ประกอบของความรักด้านความคิด หมายถึง การตัดสินใจที่จะมีพันธะทางใจหรือทางสังคมต่อกัน ซึ่งเป็นการที่บุคคลหนึ่งยอมอุทิศตนเพื่ออีกคนหนึ่งตามคำมั่นสัญญาอย่างสุดความสามารถด้วยความซื่อสัตย์ โดยแบ่งออกเป็น 2 กรอบเวลา ได้แก่ ความผูกมัดระยะสั้นคือการตัดสินใจที่จะรักและผูกพันกับใครสักคน และความผูกมัดระยะยาวคือความตั้งใจที่จะรักษาความสัมพันธ์นั้นไว้ให้คงอยู่เป็นระยะเวลานาน

จากองค์ประกอบของความรักทั้ง 3 องค์ประกอบ ทำให้สามารถแบ่งรูปแบบความรักออกเป็น 7 แบบ และความไม่รัก 1 แบบ โดยจำแนกตามองค์ประกอบของความรักที่มี คือ ความรักที่ไม่มีองค์ประกอบใดเลย (Non-love) 1 แบบ ความรักที่มีหนึ่งองค์ประกอบ 3 แบบ ความรักที่มีสององค์ประกอบ 3 แบบ และความรักที่มีสามองค์ประกอบ 1 แบบ ดังภาพที่ 1⁽²⁵⁾



ภาพที่ 1 องค์ประกอบของความรักทั้งสามด้านและรูปแบบความรัก⁽²⁶⁾

ทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg ถือเป็นทฤษฎีความรักที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง เพราะสามารถใช้อธิบายข้อค้นพบต่างๆ ที่เกี่ยวกับความรักก่อนหน้านี้ได้ ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้น

สำคัญที่ทำให้เราสามารถเรียนรู้ธรรมชาติของความรักได้อย่างมีกรอบความคิดมากขึ้น⁽¹³⁾ นอกจากนี้ Sternberg (1988) ยังได้สร้างมาตรวัด TLS (Triangular Love Scale) เพื่อใช้วัดองค์ประกอบของความรัก⁽²⁷⁾ ซึ่งถูกนำมาใช้ในงานวิจัยอย่างแพร่หลายจนถึงปัจจุบัน

การแบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รัก (Phases of love relationship)

นักจิตบำบัด นักวิจัย และนักเขียนจากสำนักพิมพ์ต่างๆหลายท่าน ได้พยายามแบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รักออกเป็นขั้นตอนของการพัฒนาความสัมพันธ์ โดยยึดจากระยะเวลาในการคบหา พฤติกรรมที่แสดงออก ความสนใจ เป้าหมายและความคาดหวังในความสัมพันธ์ รวมไปถึงกลไกการหลั่งสารต่างๆในร่างกาย ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการแบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รักตามที่แต่ละท่านเสนอ มีใจความดังนี้

John Gottman, Ph.D. (2014) ได้พูดถึงความสัมพันธ์แบบคู่รักว่าแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะตกหลุมรัก (Falling in love) ระยะสร้างความเชื่อใจ (Building trust) และระยะสร้างพันธะสัญญาและความจงรักภักดี (Building commitment and loyalty) โดยอธิบายว่า ระยะที่ 1 หรือระยะตกหลุมรักนั้น เป็นระยะที่ร่างกายหลั่งสารต่างๆออกมา ซึ่งประกอบไปด้วย Phenyleteylamine (PEA), Pheromones และ Oxytocin เพื่อให้เกิดความรู้สึกตื่นเต้น หลงใหล ตื่นตัวทางเพศ มีความเพ้อฝัน และกลัวการถูกปฏิเสธจากคนรัก ซึ่งสารเหล่านี้จะถูกหลั่งออกมาโดยอัตโนมัติเมื่อบุคคลพบกับคนที่เหมาะสมและไม่สามารถบังคับให้เกิดขึ้นเองได้ ในขณะเดียวกัน ความรู้สึกที่ล้นหลามเหล่านี้ก็ส่งผลให้เกิดการตัดสินใจอย่างไม่มีประสิทธิภาพ (Poor judgment) ด้วย ซึ่งทำให้บุคคลหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องเผชิญกับระยะที่ 2 คือระยะสร้างความเชื่อใจ โดยในระยะนี้มักจะเกิดในช่วง 2 ปีแรก เป็นระยะที่การหลั่งสารต่างๆในร่างกายกลับมาสู่สภาวะปกติ บุคคลเริ่มรับรู้ตัวตนของอีกฝ่ายตามความเป็นจริงมากขึ้น และต้องเจอกับความผิดหวัง เสียใจ หงุดหงิด และโกรธอยู่เสมอในความสัมพันธ์ จึงเป็นขั้นตอนที่บุคคลจะต้องสร้างความรู้สึกปลอดภัยในความสัมพันธ์ให้เกิดขึ้น โดยความสำเร็จในขั้นนี้ขึ้นอยู่กับวิธีที่บุคคลใช้ในการแก้ปัญหาความสัมพันธ์ ซึ่งหากสามารถผ่านระยะนี้ไปได้ ความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 3 คือระยะสร้างพันธะสัญญาและความจงรักภักดี เป็นระยะที่บุคคลจะยอมรับตัวตนของคู่รักอย่างไม่มีข้อแม้ ซึ่ชื่นชมในข้อดีและก้าวข้ามข้อเสียของอีกฝ่าย โดยสิ่งสำคัญที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในขั้นนี้ได้ คือความรู้สึกยุติธรรม (fairness) ในความสัมพันธ์ โดยบุคคล

จะต้องรู้สึกว่าคุณมีความสัมพันธ์มีความยุติธรรมและไม่ถูกเอาเปรียบ ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกมีพันธะสัญญาและความจงรักภักดีต่อกัน⁽²⁸⁾

Dr. Susan Campbell อธิบายว่า โดยทั่วไปแล้วความสัมพันธ์แบบคู่รักจะต้องผ่านระยะต่างๆ 5 ระยะ คือ ระยะโรแมนติก (Romance) ระยะต่อสู้แย่งชิงอำนาจ (Power struggle) ระยะมั่นคง (Stability) ระยะสร้างพันธะสัญญา (Commitment) และระยะร่วมสร้าง (Co-creation) โดยในระยะที่ 1 หรือระยะโรแมนติก เป็นระยะที่บุคคลมีความลุ่มหลง (Infatuation) ในตัวคู่รัก และร่างกายมีการหลั่งสารต่างๆออกมาเพื่อให้เกิดความรู้สึกตื่นเต้น ซึ่งสอดคล้องกับระยะตกหลุมรักของ John Gottman, Ph.D. ในระยะนี้ บุคคลมักจะเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงออกมาอย่างเต็มที่ ในขณะที่เดียวกันก็มองข้ามข้อบกพร่องต่างๆของคู่รัก จึงถือเป็นความสัมพันธ์ที่ยังไม่สมบูรณ์เต็มที่ (Immature) ระยะนี้มักจะสิ้นสุดในช่วง 2 เดือน ถึง 2 ปี แรก โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 6 เดือน จากนั้นความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 2 หรือระยะต่อสู้แย่งชิงอำนาจ ซึ่งเป็นระยะที่การหลั่งสารในร่างกายกลับมาสู่สภาวะปกติ บุคคลเริ่มตระหนักถึงข้อแตกต่างของคู่รักและพบว่าความโรแมนติกไม่ได้คงอยู่ตลอดไปและจะต้องหาวิธีรับมือและยอมรับตัวตนของคู่รักให้ได้ ความต้องการในขั้นนี้คืออำนาจและอิสรภาพในความสัมพันธ์ โดยระยะนี้มักจะสิ้นสุดในช่วง 3 – 4 ปีของความสัมพันธ์ และเป็นระยะที่พบว่าบุคคลตัดสินใจสิ้นสุดความสัมพันธ์กับคู่รักมากที่สุด หากสามารถผ่านพ้นมาได้ ความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 3 คือ ระยะมั่นคง เป็นระยะที่บุคคลรับมือกับความแตกต่างของคู่รักได้แล้วและล้มเลิกความคิดที่จะเปลี่ยนตัวตนของอีกฝ่าย ความต้องการในขั้นนี้คืออิสรภาพและทางเลือก บุคคลจะเริ่มตระหนักถึงเป้าหมายชีวิตของกันและกันและคุณค่าที่แต่ละคนยึดถือ โดยหากมีความแตกต่าง อาจทำให้เกิดความรู้สึกเบื่อหรือรู้สึกไม่มีจุดร่วมได้ หลังจากผ่านระยะนี้ไปได้ ความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 4 คือระยะสร้างพันธะสัญญา เป็นระยะที่บุคคลยอมรับตัวตนของคู่รักได้แล้ว และตัดสินใจที่จะอยู่ด้วยกันเพราะเลือกที่จะอยู่ด้วยกัน ไม่ใช่เพราะจำเป็นต้องอยู่ด้วยกัน ระยะนี้เป็นระยะเดียวที่ถือว่าพร้อมสำหรับการแต่งงาน ในขณะที่ความเป็นจริง คู่รักมักแต่งงานกันตั้งแต่ระยะโรแมนติกซึ่งทำให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ตามมา ข้อควรระวังในระยะนี้คือ บุคคลอาจเริ่มละเลยการใส่ใจในความรู้สึกของอีกฝ่ายซึ่งเป็นสิ่งที่ยังต้องมีอยู่ หลังจากนั้นจะเข้าสู่ระยะที่ 5 คือระยะร่วมสร้าง เป็นระยะที่บุคคลตัดสินใจที่จะเริ่มสร้างสรรค์อะไรบางอย่างด้วยกันกับคู่รักในฐานะทีมเดียวกัน อาจเป็นการดูแลลูก หรือการออกไปร่วมกันทำอะไรเพื่อสังคม ข้อควรระวังในระยะนี้คือต้องไม่พุ่งความสนใจออกไปข้างนอกมากเกินไป โดยคู่รักยังคงต้องคอยเติมเต็มความรู้สึกของกันและกันอยู่ด้วย^(29, 30)

Rick Fulks แบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รักออกเป็น 5 ระยะ คือ ระยะดึงดูดโรแมนติก (Attraction and romance) ระยะเผชิญความจริง (Reality sets in) ระยะผิดหวัง (Disappointment) ระยะมั่นคง (Stability) และระยะสร้างพันธะสัญญา (Commitment) โดยระยะที่ 1 คือ ระยะดึงดูดโรแมนติก จะเกิดขึ้นในช่วงแรกที่บุคคลเริ่มทำความรู้จักกับคู่รักของตน เป็นระยะที่ทั้งคู่ได้ใช้เวลาอยู่ด้วยกันเป็นส่วนใหญ่และให้ความสำคัญกับสิ่งที่เข้ากันได้ รวมถึงละเลยข้อบกพร่องของกันและกัน นอกจากนี้ ปัจจัยทางชีววิทยาของร่างกายก็ช่วยผลักดันให้บุคคลมองเห็นแต่ข้อดีของอีกฝ่ายทำให้ความสัมพันธ์ดูเหมือนว่าจะราบรื่นผ่านพ้นไปด้วยดี โดยระยะนี้จะสิ้นสุดในไม่กี่เดือนแรกที่พบกันหรืออาจอยู่ยาวถึง 2 ปีก็ได้ อย่างไรก็ตาม โดยเฉลี่ยแล้วจะสิ้นสุดในเวลาประมาณ 3 เดือนหลังจากเริ่มต้นความสัมพันธ์ หลังจากนั้น ความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 2 คือระยะเผชิญความจริง เป็นระยะที่ข้อบกพร่องของคู่รักเริ่มปรากฏขึ้นชัดเจนต่ออีกฝ่าย ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อความสัมพันธ์เริ่มไม่ดีเหมือนในระยะแรก แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าบุคคลรู้สึกหมดรัก ในระยะนี้ บุคคลจะเรียนรู้ข้อบกพร่องของอีกฝ่าย และตัดสินใจเรื่องความสัมพันธ์ของตนโดยใช้เวลาในระยะนี้ประมาณ 6 เดือน คนกลุ่มหนึ่งอาจยุติความสัมพันธ์โดยคิดว่าเป็นความผิดพลาดในการเลือกคู่รัก อย่างไรก็ตาม ส่วนที่เหลือเลือกที่จะดำเนินความสัมพันธ์ต่อ และเข้าสู่ระยะที่ 3 ของความสัมพันธ์ คือระยะผิดหวัง เป็นระยะที่คู่รักเผชิญความแตกต่างของกันและกัน และจะต้องต่อสู้เป็นอย่างมาก อาศัยการสื่อสารระหว่างกันที่ดี ความเชื่อใจกัน และการทำงานเป็นทีม เพื่อให้ความสัมพันธ์อยู่รอดต่อไปได้ ซึ่งอาจใช้เวลาเป็นปีเพื่อทำให้ความสัมพันธ์ดีขึ้น และก้าวเข้าสู่ระยะที่ 4 คือระยะมั่นคง เป็นระยะที่ความสัมพันธ์เริ่มผ่อนคลายลงและมีความเพลิดเพลินมากขึ้น บุคคลจะเริ่มเรียนรู้และเกิดความเชื่อใจในคู่รักของตนว่าจะสามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นต่อไปในอนาคตด้วยกันได้ เกิดเป็นความรู้สึกเชื่อมโยงกับคู่รัก อย่างไรก็ตาม ในระยะนี้บุคคลอาจเกิดความรู้สึกเบื่อคู่รักขึ้น ในขณะเดียวกัน ก็มีความรู้สึกดึงดูดโรแมนติกเหมือนระยะที่ 1 กับคนอื่นได้ จึงเป็นประเด็นสำคัญอย่างหนึ่งที่คู่รักจะต้องพยายามเสริมสร้างในความสัมพันธ์เพื่อให้มีชีวิตชีวาอยู่เสมอ โดยทั่วไปแล้ว คู่รักจะอยู่ในระยะนี้เป็นเวลาประมาณ 2 ปี ก่อนก้าวเข้าสู่ระยะสุดท้ายของความสัมพันธ์ คือระยะสร้างพันธะสัญญา เป็นระยะที่บุคคลเลือกที่จะอยู่กับคู่รักของตนรวมถึงข้อบกพร่องต่างๆที่คู่รักมี ฟังพ้อใจกับความสัมพันธ์ที่มีอยู่ วาดภาพของตนกับคู่รักไว้ในอนาคต และไม่ปรารถนาความสัมพันธ์ที่ดึงดูดแต่ฉาบฉวยแบบระยะที่ 1 จากคนอื่นแล้ว ในระยะนี้เป็นระยะที่เหมาะสมสำหรับการแต่งงาน แต่ถึงอย่างนั้น ก็มีคู่รักน้อยคู่หนึ่งที่ก้าวมาถึงระยะนี้ได้⁽³¹⁾

นอกจากนี้ นักวิจัยจากเว็บไซต์ eHarmony ได้ทำการสำรวจกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 1,000 คน จากประเทศออสเตรเลีย และสรุปว่าระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รักสามารถแบ่งออกเป็น 5 ระยะ คือ ระยะถูกใจ (Spark) ระยะฮันนีมูน (Honeymoon) ระยะใกล้ชิด (Intimacy) ระยะสร้างพันธะสัญญา (Commitment) และระยะอกหัก (Heartbreak) โดยพบว่าในระยะที่ 1 หรือระยะถูกใจ กลุ่มตัวอย่างจะมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคู่รักอย่างรวดเร็วในช่วง 1 – 3 เดือนแรก จากนั้นจะเข้าสู่ระยะที่ 2 คือระยะฮันนีมูน เป็นระยะที่บุคคลมีความสุขและตื่นเต้นกับคู่รักมากที่สุด ซึ่งโดยเฉลี่ยแล้วจะสิ้นสุดภายใน 6 เดือนของความสัมพันธ์ จากนั้นความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 3 คือระยะใกล้ชิด เป็นระยะที่บุคคลปรับตัวเข้าหาคู่รักมากขึ้น อยู่ร่วมกันและมีความใกล้ชิดกัน โดยระยะนี้จะสิ้นสุดในเวลาประมาณ 1 ปีของความสัมพันธ์ และเข้าสู่ความสัมพันธ์ระยะที่ 4 คือระยะสร้างพันธะสัญญา บุคคลเริ่มที่จะทำธุรกรรมต่างๆร่วมกัน เช่น มีบัญชีธนาคารร่วม มีที่อยู่ร่วมกัน หรือหมั้นหมายกับคู่รัก อย่างไรก็ตาม คู่รักจำนวนมากจะไม่สามารถคงความสัมพันธ์ไว้ได้ และเข้าสู่ระยะที่ 5 คือระยะอกหัก ภายในอีก 1 ปีต่อมา⁽³²⁾

จากที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงแบ่งระยะของความสัมพันธ์แบบคู่รักออกเป็น 4 ระยะ คือ ระยะตกหลุมรัก ระยะเผชิญความจริงและแก้ปัญหา ระยะมั่นคง และระยะสร้างพันธะสัญญา โดยระยะที่ 1 คือระยะตกหลุมรัก จะอยู่ในช่วง 6 เดือนแรกของความสัมพันธ์ เป็นระยะที่ร่างกายมีการหลั่งสารต่างๆออกมา ส่งผลให้บุคคลรู้สึกมีความสุขในความสัมพันธ์ และมองข้ามข้อเสียของของอีกฝ่าย จึงดูเหมือนความสัมพันธ์เป็นไปอย่างราบรื่น จากนั้น จึงเข้าสู่ระยะที่ 2 คือระยะเผชิญความจริงและแก้ปัญหา ซึ่งจะอยู่ในช่วง 6 เดือน – 3 ปีของความสัมพันธ์ เป็นระยะที่การหลั่งสารต่างๆในร่างกายกลับมาสู่สภาวะปกติ และบุคคลเริ่มรับรู้ตัวตนและข้อบกพร่องของอีกฝ่ายตามความเป็นจริง จึงเป็นช่วงที่จะต้องปรับตัว ใช้ทักษะการสื่อสารที่ดี เชื่อใจกัน และช่วยกันก้าวข้ามข้อบกพร่องของอีกฝ่าย เพื่อให้ความสัมพันธ์ราบรื่น ในระยะนี้ ถือเป็นระยะสำคัญที่บุคคลจะตัดสินใจที่จะรักษาไว้หรือยุติความสัมพันธ์ที่มีอยู่จากการเผชิญปัญหาร่วมกัน จากนั้นความสัมพันธ์จะเข้าสู่ระยะที่ 3 คือระยะมั่นคง ซึ่งจะอยู่ในช่วง 3 – 4 ปีของความสัมพันธ์ เป็นช่วงที่ความสัมพันธ์เริ่มลงตัว ความกดดันต่างๆเริ่มผ่อนคลายลง บุคคลใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับคู่รักอย่างมีเสถียรภาพและเรียนรู้ที่จะยอมรับในความต่าง รวมไปถึงทัศนคติหรือคุณค่าที่อีกฝ่ายยึดถือ โดยหากบุคคลสามารถคงความสัมพันธ์ไว้ได้ และหมั้นเต็ม สิ้นให้กับความสัมพันธ์เพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย ความสัมพันธ์ก็จะก้าวเข้าสู่ระยะที่ 4 คือระยะสร้างพันธะสัญญา เป็นระยะที่บุคคลเลือกที่จะอยู่ด้วยกันกับคู่รัก ยอมรับในข้อบกพร่องที่อีกฝ่าย

มี เป็นทีมเดียวกันในการสร้างสรรค์อะไรบางอย่างที่ทั้งคู่ให้คุณค่า บุคคลได้เรียนรู้ที่จะก้าวข้ามความรู้สึกมีความสุขที่ฉาบฉวยในตอนตกหลุมรัก และยอมรับที่จะมีเพียงกันและกันในความสัมพันธ์ระยะนี้จึงถือว่าเป็นระยะที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการแต่งงานของคู่รัก

งานวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์

ผู้วิจัยพบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่ที่เกี่ยวกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ มักศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์เป็นหลัก มีเพียงบางงานวิจัยที่ศึกษาถึงระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยงานวิจัยต่างๆที่ผู้วิจัยได้ไปศึกษามามีดังนี้

Madey SF และคณะ (2009) ได้ศึกษาอิทธิพลของรูปแบบความผูกพัน (Attachment styles) และองค์ประกอบทั้งสามด้านของความรักตามทฤษฎีสถาปัตยกรรมความรักของ Sternberg ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 55 คน ซึ่งกำลังมีคู่รัก โดยใช้แบบวัด RSQ (Relationship Scales Questionnaire) ของ Griffin & Bartholomew (1994) ในการวัดรูปแบบความผูกพัน 2 มิติ (Secure-insecure และ Close-independent) และใช้แบบวัดองค์ประกอบของความรักของ Sternberg (1988) ในการวัดคะแนนองค์ประกอบทั้งสามด้าน (ความใกล้ชิด ความหลงใหล และความผูกมัด) พบว่า องค์ประกอบของความรักทั้งสามมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ และรูปแบบความผูกพันแบบมั่นใจ (Secure) มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยมีองค์ประกอบความใกล้ชิดและความผูกมัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน ซึ่งไม่พบอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันแบบมั่นใจต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์เมื่อควบคุมตัวแปรความใกล้ชิดและความผูกมัด นอกจากนี้พบว่ารูปแบบความผูกพันแบบมั่นใจและองค์ประกอบความหลงใหลมีอิทธิพลโดยตรงกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์เมื่อควบคุมตัวแปรความหลงใหล⁽³³⁾ ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับ สิริภรณ์ ระวังงาน (2010) ที่ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ (Big Five Personality) คือ ความไม่มั่นคงในอารมณ์ การเปิดตัว การเปิดรับประสบการณ์ ความเป็นมิตร และการมีจิตสำนึก ที่มีผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคู่รัก โดยมีองค์ประกอบทั้งสามด้านของความรักเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยศึกษาในกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยซึ่งเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 200 คน ที่มีคู่รัก และมีระยะเวลาในการคบหาตั้งแต่ 3 เดือนขึ้นไป ผลการศึกษาพบว่าผู้เข้าร่วมวิจัยมี

ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรักร้อยในระดับพึงพอใจมาก ($M = 3.60$, $SD = 0.63$) และจากการวิเคราะห์พบว่า (1) องค์ประกอบของความรักทั้งสามด้านมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ เช่นเดียวกันกับการศึกษาก่อนหน้านี้ของ Madey SF และคณะ (2009) (2) บุคลิกภาพด้านการมีจิตสำนึกและการเปิดรับประสบการณ์ มีอิทธิพลทางบวกต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ในขณะที่บุคลิกภาพด้านความไม่มั่นคงในอารมณ์ มีอิทธิพลทางลบต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยบุคลิกภาพด้านการมีจิตสำนึกมีขนาดอิทธิพลสูงที่สุด (3) องค์ประกอบของความรักทั้งสามด้านเป็นตัวแปรส่งผ่านเฉพาะในอิทธิพลของบุคลิกภาพด้านการเปิดรับประสบการณ์ต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคูรักร⁽¹³⁾

Lehmiller JJ และคณะ (2008) ได้ทำการทดสอบ Rusbult's (1980) Investment Model ซึ่งพูดถึงปัจจัยที่ใช้ในการทำนายระดับความผูกมัดในความสัมพันธ์ (Commitment) ว่าประกอบไปด้วย 3 อย่าง คือระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ (Satisfaction level) ความรู้สึกว่าสิ่งดึงดูดใจสามารถชดเชยได้จากทางอื่น (Quality of alternatives) และความรู้สึกสูญเสียทรัพยากรหากสูญเสียความสัมพันธ์ (Investments) รวมไปถึงศึกษาว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระยะห่างของอายุกับคูรักรที่แตกต่างกัน (Age-gap relationships) จะมีคะแนนตัวแปรต่างๆแตกต่างกันหรือไม่ โดยทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงที่มีคูรักรต่างประเทศ จำนวน 194 คน อายุตั้งแต่ 18 – 52 ปี ที่มีความหลากหลายของระยะห่างของอายุกับคูรักร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุมากกว่าผู้ชาย 10 ปีขึ้นไป (Woman-older partners) กลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุน้อยกว่าผู้ชาย 10 ปีขึ้นไป (Woman-younger partners) และกลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุห่างกับผู้ชายไม่ถึง 10 ปี (Similarly-aged partners) ซึ่งจากการศึกษา พบว่า กลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุมากกว่าผู้ชาย 10 ปีขึ้นไป มีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์และระดับความผูกมัดในความสัมพันธ์สูงกว่ากลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุห่างกับผู้ชายไม่ถึง 10 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.05$ นอกจากนี้ ในการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ พบว่า ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์สามารถพยากรณ์ระดับความผูกมัดในความสัมพันธ์ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.05$ ในกลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุมากกว่าผู้ชาย 10 ปีขึ้นไป และที่ระดับ $P < 0.01$ ในอีก 2 กลุ่มที่เหลือ⁽³⁴⁾ ในขณะที่ Skentelbery SG และคณะ (2016) ได้ทำการศึกษารูปแบบความผูกพัน (Attachment styles) และระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคูรักร (Relationship satisfaction) ในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงที่มีคูรักรต่างประเทศ 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุน้อยกว่าผู้ชายตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป และกลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุห่างกับผู้ชายไม่ถึง 10 ปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มี

รูปแบบความผูกพันที่ไม่แตกต่างกัน และพบว่า 74% ของกลุ่มที่ผู้หญิงมีอายุน้อยกว่าผู้ชายตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (Secure attachment) และมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่อีก⁽³⁵⁾ อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาดังกล่าว กลับขัดแย้งกับการศึกษาของ Francis-Tan A และคณะ (2014) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างจำนวนเงินที่ใช้ในงานแต่งงานกับระยะเวลาสมรส จากกลุ่มตัวอย่างที่เคยแต่งงานจำนวนมากกว่า 3,000 คน ในสหรัฐอเมริกา ซึ่งส่วนหนึ่งของการศึกษาพบว่า ระยะห่างของอายุกับคู่อีกที่มากขึ้น และระยะห่างของระดับการศึกษาที่มากขึ้น จะส่งผลต่อโอกาสในการหย่าร้างที่สูงขึ้นด้วย⁽³⁶⁾

ณัชชา วิรัชวัฒนกุล (2016) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดของชายรักชาย รูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความขัดแย้ง 3 รูปแบบ (การสื่อสารแบบต่อว่า การสื่อสารแบบถอนตัว และการสื่อสารแบบปฏิเสธสัมพันธ์ทางบวก) และความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ที่มีผลต่อความพึงพอใจและความไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ของชายรักชาย โดยศึกษาในกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัย จำนวน 450 คนที่กำลังมีคู่อีก พบว่า รูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความขัดแย้งแบบปฏิเสธสัมพันธ์ทางบวก แบบถอนตัว และความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ สามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของชายรักชายได้ร้อยละ 46 โดยการสื่อสารแบบปฏิเสธสัมพันธ์ทางบวกและความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ มีอิทธิพลทางบวก ในขณะที่การสื่อสารแบบถอนตัวมีอิทธิพลทางลบต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของชายรักชาย นอกจากนี้ ยังพบว่า รูปแบบการสื่อสารเมื่อเกิดความขัดแย้งแบบปฏิเสธสัมพันธ์ทางบวก แบบถอนตัว ความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ และความเครียดของชายรักชาย ร่วมกันทำนายความแปรปรวนของความไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ของชายรักชายได้ร้อยละ 40 โดยการสื่อสารแบบถอนตัว และความเครียดของชายรักชาย มีอิทธิพลทางบวก ในขณะที่การสื่อสารแบบปฏิเสธสัมพันธ์ทางบวกและความพึงพอใจในเพศสัมพันธ์ มีอิทธิพลทางลบต่อความไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ของชายรักชาย⁽¹⁰⁾

ดาจอร์ ศาสนพิทักษ์ และคณะ (2013) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบุรณ์แบบนิยมในคู่อีก ที่มีผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์โดยมีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรส่งผ่าน แต่ข้อมูลที่ได้อาจไม่เพียงพอในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะสมบุรณ์แบบนิยมในคู่อีกแบบพึงประสงค์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ในทิศทางบวก อย่างไรก็ตาม พบว่า ลักษณะสมบุรณ์แบบนิยมในคู่อีกแบบไม่พึงประสงค์ สามารถทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ในทิศทางลบ ($\beta = -0.42, P < 0.001$) โดยไม่มีการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรส่งผ่าน และการไม่มีลักษณะสมบุรณ์แบบ

นิยมในคู่รัก ไม่สามารถทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์⁽³⁷⁾ ในขณะที่ กุสุมา กาญจนประกิจ (2013) ศึกษาถึงอิทธิพลของการมองโลกในแง่ดี ต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคู่รัก โดยมีภาพลวงตาทางบวกเป็นตัวแปรส่งผ่านในผู้เข้าร่วมวิจัย จำนวน 400 คน โดยผลการศึกษาพบว่า การมองโลกในแง่ดีมีอิทธิพลทางบวกต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคู่รักทั้งทางตรงและทางอ้อมโดยมีภาพลวงตาทางบวกเป็นตัวแปรส่งผ่าน⁽¹¹⁾

ณัฐชรินทร์ อภิวิชญ์โชษิตา (2013) ได้ศึกษาอิทธิพลของบุคลิกภาพแบบเปิดตัวและแบบเป็นมิตร ต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของคู่รัก โดยมีรูปแบบความผูกพันเป็นตัวแปรส่งผ่านและเพศเป็นตัวแปรกำกับ โดยศึกษาในกลุ่มนิสิต นักศึกษา และบุคคลทั่วไป ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 380 คน พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดตัวและแบบเป็นมิตรมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก ทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยมีรูปแบบความผูกพันเป็นตัวแปรส่งผ่าน⁽¹²⁾

วาริน เทพยายน (1999) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะบุคลิกภาพ ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ และรูปแบบความรักของคู่รัก 6 แบบ (แบบเสน่หา แบบไม่ผูกมัด แบบมิตรภาพ แบบใช้เหตุและผล แบบลุ่มหลง และแบบเสียสละ) จากผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวน 100 คู่ (200 คน) โดยขอให้คู่รักแยกกันทำแบบสอบถามอย่างเป็นอิสระ ผลการศึกษาพบว่า ผู้เข้าร่วมวิจัยมีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักที่ 3.86 (SD = 0.51) นอกจากนี้ พบว่า ความรักแบบเสน่หา ความรักแบบเสียสละ และความรักแบบมิตรภาพ มีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ในขณะที่ความรักแบบไม่ผูกมัดมีสหสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางลบกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ส่วนความรักแบบใช้เหตุผล และความรักแบบลุ่มหลง ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์⁽¹⁴⁾

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย (Research design)

การวิจัยนี้ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional descriptive study)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and sample)

ประชากรเป้าหมาย (Target population) คือ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ที่ลงทะเบียนเรียนและกำลังศึกษาอยู่ และมีความสัมพันธ์แบบคู่รัก และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน

ประชากรตัวอย่าง (Sample population) คือ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ใน 18 คณะวิชา และ 1 สำนักวิชา (ไม่รวมคณะพยาบาลศาสตร์ เนื่องจากไม่มีนิสิตระดับปริญญาตรี) ที่ลงทะเบียนเรียนและกำลังศึกษาอยู่ ในปีการศึกษา 2561 และมีความสัมพันธ์แบบคู่รัก และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน

กลุ่มตัวอย่าง (Sample) คือ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ใน 18 คณะวิชา และ 1 สำนักวิชา (ไม่รวมคณะพยาบาลศาสตร์ เนื่องจากไม่มีนิสิตระดับปริญญาตรี) ที่ลงทะเบียนเรียนและกำลังศึกษาอยู่ ในปีการศึกษา 2561 และมีคุณสมบัติตรงกับเกณฑ์การคัดเลือก และไม่ตรงกับเกณฑ์การคัดออกในช่วงที่ทำการเก็บข้อมูล ซึ่งเป็นนิสิตที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage cluster sampling)

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา (Selective criteria)

เกณฑ์การคัดเลือก

1. เป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปี ขึ้นไป
2. มีคู่รักอยู่ในปัจจุบัน และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน

3. ใช้ภาษาไทยเป็นภาษาหลักในการสื่อสาร สามารถฟัง พูด อ่าน เขียน ได้อย่างเข้าใจ
4. สนใจและยินยอมตอบแบบสอบถามการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

1. มีคู่รักที่คบหาในปัจจุบันมากกว่า 1 คน

กระบวนการขอความยินยอม (Informed consent process)

ใช้วิธีให้ความยินยอมโดยการร่วมมือ (Consent by action) เพื่อป้องกันการอ้างอิงถึงตัวบุคคล ตามคำแนะนำของคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง (Sample size)

ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้สูตรของ Cochran ซึ่งเหมาะสำหรับใช้คำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ทราบจำนวนประชากร โดยกำหนดค่าความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ และระดับความเชื่อมั่น มีวิธีคำนวณ ดังนี้^(38, 39)

$$\text{จากสูตร } n = \frac{Z^2 p(1-p)}{e^2}$$

n คือ ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ในกรณีนี้คือจำนวนนิสิตที่ต้องทำการศึกษา

Z คือ ค่า Z-score ที่ระดับความเชื่อมั่นที่กำหนด

ในกรณีนี้เลือกใช้ระดับความเชื่อมั่นที่ 95% จะได้ค่า $\frac{Z_{\alpha}}{2} = 1.96$

p คือ สัดส่วนของประชากรที่สนใจศึกษา

ในกรณีนี้คือสัดส่วนของนิสิตที่มีคู่รักในจำนวนนิสิตทั้งหมด ซึ่งไม่ทราบค่า จึงเลือกค่า $p = 0.5$ ซึ่งจะทำให้ $p(1 - p)$ มีค่าสูงที่สุด

e คือ ค่าความคลาดเคลื่อนสูงสุดที่ยอมรับได้

ในกรณีนี้กำหนดให้ความคลาดเคลื่อนไม่เกิน 0.05

$$\text{เมื่อแทนค่าในสูตรข้างต้น จะได้ } n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times (1-0.5)}{0.05^2} = 384.16$$

ซึ่งจากสูตรคำนวณหมายความว่า ขนาดของกลุ่มตัวอย่างจะต้องมีจำนวนประมาณ 384 คน แต่เพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนที่อาจเกิดขึ้น ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 15 ทำให้ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จริงเท่ากับ $384 + (384 \times \frac{15}{100}) = 441.6$ หรือประมาณ 442 คน ดังนั้น สำหรับการศึกษานี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 442 คน

วิธีการสุ่มตัวอย่าง (Sampling technique)

ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage sampling) เริ่มจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) โดยแบ่งประชากรออกเป็น 6 กลุ่ม ตามเพศของนิสิต และกลุ่มสาขาวิชาของคณะหรือสำนักวิชาที่นิสิตกำลังศึกษาอยู่ และกำหนดจำนวนตัวอย่างในแต่ละกลุ่มตามสัดส่วนของประชากรกลุ่มนั้นๆ โดยอ้างอิงข้อมูลจำนวนประชากรจากจำนวนนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2560⁽⁴⁰⁾ ซึ่งกลายเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ในช่วงเวลาที่ทำการศึกษา เพื่อให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างรวม 442 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 5,504 คน ดังแจกแจงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ตารางแสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ ของแต่ละเพศในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา ตามสัดส่วนประชากร

กลุ่มสาขาวิชา	เพศ	จำนวนประชากร	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ	ชาย	369	30
	หญิง	622	50
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ	ชาย	1,060	85
	หญิง	865	69
กลุ่มสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	ชาย	819	66
	หญิง	1,769	142
รวม		5,504	442

หลังจากได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ ของแต่ละเพศในแต่ละกลุ่มสาขาวิชาแล้ว จึงใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ด้วยการจับฉลาก เพื่อคัดเลือกคณะหรือสำนักวิชา

จำนวนครั้งหนึ่งเพื่อเป็นตัวแทนของกลุ่มสาขาวิชานั้นๆ โดยมีรายชื่อคณะระดับปริญญาตรีและสำนักวิชาที่อยู่ภายใต้แต่ละกลุ่มสาขาวิชาก่อนจับฉลาก ดังแจกแจงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ตารางแสดงรายชื่อคณะหรือสำนักวิชาที่อยู่ภายใต้แต่ละกลุ่มสาขาวิชา

กลุ่มสาขาวิชา	คณะ/สำนักวิชา
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ^๑	จิตวิทยา
	ทันตแพทยศาสตร์
	แพทยศาสตร์
	เภสัชศาสตร์
	สหเวชศาสตร์
	วิทยาศาสตร์การกีฬา
	สัตวแพทยศาสตร์
กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ	วิทยาศาสตร์
	วิศวกรรมศาสตร์
	สถาปัตยกรรมศาสตร์
	สำนักวิชาทรัพยากรการเกษตร
กลุ่มสาขาวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	ครุศาสตร์
	นิติศาสตร์
	นิเทศศาสตร์
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี
	รัฐศาสตร์
	ศิลปกรรมศาสตร์
	เศรษฐศาสตร์
อักษรศาสตร์	

^๑ ไม่รวมคณะพยาบาลศาสตร์ เนื่องจากไม่มีนิติระดับปริญญาตรี

เมื่อจับฉลากและทราบว่าจะใช้คณะใดมาเป็นตัวแทนของแต่ละกลุ่มสาขาวิชาแล้ว จึงกำหนดจำนวนตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละเพศของแต่ละคณะ ให้เป็นตามสัดส่วนประชากรของคณะนั้น เทียบกับจำนวนตัวอย่างที่ต้องการของทั้งกลุ่มสาขาวิชา โดยรายชื่อคณะที่จับฉลากได้และจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละเพศของแต่ละคณะ ดังแจกแจงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ตารางแสดงจำนวนนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2560 จากคณะที่จับฉลากได้ และจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละคณะ จำแนกตามเพศ

กลุ่มสาขาวิชา	คณะ/สำนักวิชา	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน
		ประชากร นิสิตชาย	ประชากร นิสิตหญิง	ตัวอย่าง นิสิตชาย	ตัวอย่าง นิสิตหญิง
กลุ่มสาขาวิชา วิทยาศาสตร์สุขภาพ	ทันตแพทยศาสตร์	35	62	4	9
	แพทยศาสตร์	159	135	18	20
	เภสัชศาสตร์	38	103	4	15
	วิทยาศาสตร์การกีฬา	36	39	4	6
กลุ่มสาขาวิชา	วิทยาศาสตร์	220	409	20	47
วิทยาศาสตร์กายภาพ	วิศวกรรมศาสตร์	716	188	65	22
กลุ่มสาขาวิชา สังคมศาสตร์และ มนุษยศาสตร์	นิติศาสตร์	72	230	16	47
	นิเทศศาสตร์	69	162	15	33
	ศิลปกรรมศาสตร์	43	116	10	24
	เศรษฐศาสตร์	102	153	22	32

หลังจากได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละเพศของแต่ละคณะแล้ว จึงใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) สุ่มตัวอย่างประชากรตามสัดส่วนที่ได้รับจนครบ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ เป็นแบบสอบถามแบบตอบด้วยตนเอง (self-rating) ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ (1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล (2) มาตรวัดองค์ประกอบของความรัก (3) มาตรวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์ มีรายละเอียดดังนี้

- 1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล** เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง สอบถามเกี่ยวกับ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยด้านความสัมพันธ์ มีจำนวน 16 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ คณะที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยครั้งล่าสุด เกรดเฉลี่ยสะสม ความพึงพอใจของรายได้ สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน สถานภาพสมรสของบิดามารดา ระดับความพึงพอใจในชีวิต การมีแฟน/คู่รัก เพศ

ของคู่รัก ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รักคนปัจจุบัน การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อคนรอบข้าง จำนวนครั้งที่พบบันต้อเดือน ระยะห่างของอายุ และการมีเพศสัมพันธ์

2. **มาตรวัดองค์ประกอบของความรัก** เป็นมาตรวัดที่ใช้วัดองค์ประกอบของความรักตามแนวทฤษฎีของ Sternberg (1986) ซึ่งแบ่งออกความรักออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ ความใกล้ชิด ความหลงใหล และความผูกมัด มาตรวัดนี้ถูกพัฒนาขึ้นโดย สิริภรณ์ ระวังงาน (2010) โดยนำมาตรวัด TLS ของ Sternberg (1988) มาแปลเป็นภาษาไทย ปรับปรุงแก้ไขข้อกระทงและเรียบเรียงใหม่จนได้ข้อกระทงทั้งหมด 36 ข้อ แต่ละข้อเป็น Rating scale ตาม Likert scale 5 ระดับ (1 = ไม่ใช่มากที่สุด, 5 = ใช่มากที่สุด) ตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาค (CITC) ได้เท่ากับ 0.94 และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาด้านความใกล้ชิด ความหลงใหล และความผูกมัด เท่ากับ 0.88 0.89 0.92 ตามลำดับ (n = 341)⁽¹³⁾

การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดมีทั้งหมด 36 ข้อ โดยแบ่งเป็นมาตรวัดองค์ประกอบของความรัก 3 ด้าน ด้านละ 12 ข้อ คือ (1) ด้านความใกล้ชิด ข้อ 1 – 12 (2) ด้านความหลงใหล ข้อ 13 – 24 และ (3) ด้านความผูกมัด ข้อ 25 – 36

การทำแบบสอบถาม จะให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยนึกถึงคนรักในปัจจุบัน แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับลักษณะความสัมพันธ์กับคนรักมากที่สุด โดยแต่ละช่องคำตอบมีความหมายดังนี้

- 5 หมายถึง ข้อความดังกล่าว **ใช่มากที่สุด** กับลักษณะความสัมพันธ์ของท่านกับคนรัก
- 4 หมายถึง ข้อความดังกล่าว **ใช่มาก** กับลักษณะความสัมพันธ์ของท่านกับคนรัก
- 3 หมายถึง ข้อความดังกล่าว **ใช่และไม่ใช่พอๆ กัน** กับลักษณะความสัมพันธ์ของท่านกับคนรัก
- 2 หมายถึง ข้อความดังกล่าว **ไม่ใช่มาก** กับลักษณะความสัมพันธ์ของท่านกับคนรัก
- 1 หมายถึง ข้อความดังกล่าว **ไม่ใช่มากที่สุด** กับลักษณะความสัมพันธ์ของท่านกับคนรัก

จากนั้นทำการรวมคะแนนและหาค่าเฉลี่ยของคะแนนในแต่ละด้าน ค่าเฉลี่ยที่ได้จะบอกถึงลักษณะความสัมพันธ์ว่ามีองค์ประกอบของความรักในแต่ละด้านมากหรือน้อย มีค่าอยู่ในช่วงระหว่าง 1 – 5 โดยค่าที่สูง หมายถึงมีองค์ประกอบของความรักด้านนั้นสูง และค่าที่ต่ำ หมายถึงมีองค์ประกอบของความรักด้านนั้นต่ำ

3. **มาตรวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์** เป็นมาตรวัดที่ใช้ทดสอบระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก (Relationship satisfaction) ซึ่งสะท้อนถึงความรู้สึกที่บุคคลมีต่อคู่รักของตนว่าตรงตามที่ตนคาดหวังหรือไม่ มาตรวัดนี้ถูกพัฒนาขึ้นโดย สิริภรณ์ ระวังงาน (2010) และพงศมนัส บุศยประทีป โดยนำมาตราวัด RAS ของ Hendrick (1988) มาแปลเป็นภาษาไทย ปรับปรุงแก้ไขข้อกระทง และเรียบเรียงใหม่ จนได้ข้อกระทงทั้งหมด 18 ข้อ แต่ละข้อเป็น Rating scale ตาม Likert scale 5 ระดับ (1 = น้อยที่สุด, 5 = มากที่สุด) ตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาค (CITC) ได้เท่ากับ 0.91 และทดสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐาน โดยใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) จากงานของ Vaughn และ Baier (1999) พบว่ามีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยค่า $\chi^2(110) = 134.32, P > .05$ และค่า RMSEA = 0.04 (n = 180)⁽¹³⁾

การให้คะแนนและการแปลผล

มาตรวัดมีทั้งหมด 18 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อความทางบวก 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 16 และข้อความทางลบ 8 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 18

การทำแบบสอบถาม จะให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพิจารณาข้อความแต่ละข้อโดยนึกถึงคนรักในปัจจุบัน แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด โดยแต่ละช่องคำตอบมีความหมายดังนี้

- 5 หมายถึง ข้อความดังกล่าว ตรงกับความรู้สึกของท่านต่อคนรัก **มากที่สุด**
- 4 หมายถึง ข้อความดังกล่าว ตรงกับความรู้สึกของท่านต่อคนรัก **มาก**
- 3 หมายถึง ข้อความดังกล่าว ตรงกับความรู้สึกของท่านต่อคนรัก **ปานกลาง**
- 2 หมายถึง ข้อความดังกล่าว ตรงกับความรู้สึกของท่านต่อคนรัก **น้อย**
- 1 หมายถึง ข้อความดังกล่าว ตรงกับความรู้สึกของท่านต่อคนรัก **น้อยที่สุด**

จากนั้นทำการรวมคะแนนและหาค่าเฉลี่ย โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เกณฑ์การให้คะแนนข้อกระทงทางบวกและทางลบของมาตรวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์

คำตอบ	คะแนน	
	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
น้อยที่สุด	1	5
น้อย	2	4
ปานกลาง	3	3
มาก	4	2
มากที่สุด	5	1

ค่าเฉลี่ยที่ได้จะบอกถึงระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักว่ามีระดับความพึงพอใจมากหรือน้อย มีค่าอยู่ในช่วงระหว่าง 1 – 5 โดยค่าที่มาก หมายถึงมีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักสูง และค่าที่น้อย หมายถึงมีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักต่ำ

อย่างไรก็ตาม การแปลผลจากคะแนนเฉลี่ยอาจบอกได้แค่เพียงว่า บุคคลนี้มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ที่ประมาณระดับใดหรือค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ที่ประมาณระดับใด หรืออาจนำคะแนนที่ได้ของแต่ละบุคคลมาเปรียบเทียบกันหรือเปรียบเทียบกับค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ซึ่งมีความจำกัดในการนำมาใช้ประโยชน์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสร้างเกณฑ์ในการประเมินระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์จากค่าคะแนนที่ได้ โดยใช้หลักเกณฑ์ที่สอดคล้องกับการแปลผลของมาตรวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์ เพื่อให้มีเกณฑ์ที่แน่นอนในการแบ่งระดับความพึงพอใจในแต่ละชั้น และเพื่อให้การแปลผลมีความหมายมากขึ้น สามารถบอกได้ว่ามีกลุ่มตัวอย่างจำนวนเท่าไรในแต่ละระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยมีเกณฑ์การแบ่งระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 เกณฑ์การแบ่งระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์จากค่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้

ช่วงคะแนนที่ได้	การแปลผล
1.00 – 1.49	พึงพอใจน้อยที่สุด
1.50 – 2.49	พึงพอใจน้อย
2.50 – 3.49	พึงพอใจปานกลาง
3.50 – 4.49	พึงพอใจมาก
4.50 – 5.00	พึงพอใจมากที่สุด

การรวบรวมข้อมูล (Data collection)

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. ผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสารต่างๆ เช่น หนังสือ วารสาร งานวิจัย วิทยานิพนธ์ ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
2. ผู้วิจัยติดต่อผู้พัฒนามาตรวัด เพื่อขออนุญาตนำมาตราวัดองค์ประกอบของความรัก และมาตรวัดความพึงพอใจในความสัมพันธ์ มาใช้ในงานวิจัย
3. ผู้วิจัยทำหนังสือรับรองจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัย
4. ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลยื่นต่อจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
5. ผู้วิจัยทำการจับฉลากเพื่อคัดเลือกคณะหรือสำนักวิชาที่จะเป็นตัวแทนของแต่ละกลุ่มสาขาวิชา โดยคัดเลือกมาจำนวนครึ่งหนึ่งจากทั้งหมดในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา
6. ผู้วิจัยเริ่มทำการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยเข้าไปพบนิสิตในคณะต่างๆ จากนั้นแนะนำตัวผู้วิจัย แล้วคัดเลือกนิสิตที่ตรงตามเกณฑ์คัดเข้า และไม่ตรงตามเกณฑ์คัดออก เพื่อมาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล และการรักษาข้อมูลเป็นความลับ พร้อมขอความร่วมมือในการทำวิจัย

7. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยใช้เวลาในการเก็บข้อมูลประมาณ 20 – 30 นาทีต่อคน
8. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยหย่อนแบบสอบถามที่ทำเสร็จแล้วลงในกล่องปิดทึบ
9. ผู้วิจัยคัดกรองแบบสอบถามทั้งหมดที่ได้รับ รวมถึงตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของคำตอบ เพื่อว่าได้จำนวนตัวอย่างครบตามสัดส่วนที่กำหนดหรือไม่ หากยังได้ไม่ครบ ผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลเข้าไปเรื่อยๆจนกว่าจะครบ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์และเพียงพอสำหรับนำมาวิเคราะห์ผลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้วิเคราะห์ (Data analysis and statistics)

ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมากรอกลงในคอมพิวเตอร์ โดยตัดข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ออก แล้วใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ทางสถิติ ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา โดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการอธิบายผล
2. วิเคราะห์สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) เพื่อหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยใช้สถิติทดสอบ t-test, One-way ANOVA, Post Hoc Test, Pearson Correlation และ Multiple Regression Analysis ตามความเหมาะสมของข้อมูล

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่องความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รักและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้ดำเนินการโดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลตามระเบียบวิธีวิจัยที่กล่าวไว้ในบทก่อนหน้า จากที่คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้ 442 คน ในขั้นตอนการเก็บข้อมูลจริง ปรากฏว่าเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างได้จำนวน 433 คน จากนั้น ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม IBM SPSS Statistics Version 22.0 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลจำแนกตามลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 2 การแจกแจงระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง
- ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) เพื่อหาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์
- ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlation) เพื่อหาตัวแปรที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์
- ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple linear regression) เพื่อสร้างสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์



1529297606

CD :Thesis 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

ตอนที่ 1 ข้อมูลจำแนกตามลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 6 ตารางแสดงข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

ตัวแปร	n (%)		
	ชาย (n = 177)	หญิง (n = 256)	รวม (n = 433)
ปัจจัยส่วนบุคคล			
เพศ			
ชาย	-	-	177 (40.9%)
หญิง	-	-	256 (59.1%)
อายุ Mean (SD) = 21.79 (1.03)			
น้อยกว่า 21 ปี	9 (5.1%)	11 (4.3%)	20 (4.6%)
21 – 22 ปี	142 (80.2%)	207 (80.9%)	349 (80.6%)
มากกว่า 22 ปี	26 (14.7%)	38 (14.8%)	64 (14.8%)
กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา			
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	30 (16.9%)	50 (19.5%)	80 (18.5%)
วิทยาศาสตร์กายภาพ	83 (46.9%)	67 (26.2%)	150 (34.6%)
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	64 (36.2%)	139 (54.3%)	203 (46.9%)
เกรดเฉลี่ยสะสม^a Mean (SD) = 3.23 (0.36)			
น้อยกว่า 2.50	13 (7.4%)	4 (1.6%)	17 (4.0%)
2.50 – 2.99	44 (25.2%)	41 (16.1%)	85 (19.8%)
3.00 – 3.49	76 (43.4%)	146 (57.2%)	222 (51.6%)
3.50 – 4.00	42 (24.0%)	64 (25.1%)	106 (24.6%)
ความเพียงพอของรายได้			
เพียงพอจนเหลือเก็บ	74 (41.8%)	96 (37.5%)	170 (39.3%)
เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	82 (46.3%)	121 (47.3%)	203 (46.9%)
ไม่แน่นอน	10 (5.7%)	19 (7.4%)	29 (6.7%)
ไม่เพียงพอ	11 (6.2%)	20 (7.8%)	31 (7.1%)

ตัวแปร	n (%)		
	ชาย (n = 177)	หญิง (n = 256)	รวม (n = 433)
สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน^b			
อยู่กับบิดามารดา	99 (56.3%)	129 (50.8%)	228 (53.0%)
อยู่กับญาติพี่น้อง	13 (7.3%)	23 (9.0%)	36 (8.4%)
อยู่กับเพื่อน	17 (9.7%)	34 (13.4%)	51 (11.9%)
อยู่ตามลำพัง	43 (24.4%)	53 (20.9%)	96 (22.3%)
อยู่กับแฟน	4 (2.3%)	15 (5.9%)	19 (4.4%)
สถานภาพสมรสของบิดามารดา^c			
สมรส	149 (84.6%)	194 (76.0%)	343 (79.6%)
หม้าย	7 (4.0%)	11 (4.3%)	18 (4.2%)
หย่าร้าง	10 (5.7%)	31 (12.2%)	41 (9.5%)
แยกกันอยู่	10 (5.7%)	19 (7.5%)	29 (6.7%)
ระดับความพึงพอใจในชีวิต^c Mean (SD) = 5.15 (1.12)			
พึงพอใจน้อยที่สุด	1 (0.6%)	1 (0.4%)	2 (0.5%)
พึงพอใจน้อย	3 (1.7%)	2 (0.8%)	5 (1.2%)
พึงพอใจค่อนข้างน้อย	11 (6.2%)	20 (7.8%)	31 (7.2%)
พึงพอใจปานกลาง	20 (11.4%)	39 (15.3%)	59 (13.7%)
พึงพอใจค่อนข้างมาก	71 (40.3%)	95 (37.3%)	166 (38.5%)
พึงพอใจมาก	57 (32.4%)	72 (28.2%)	129 (29.9%)
พึงพอใจมากที่สุด	13 (7.4%)	26 (10.2%)	39 (9.0%)
<u>ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์</u>			
ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคูรััก^b Mean (SD) = 23.65 (20.01)			
1 – 6 เดือน	42 (23.9%)	50 (19.7%)	92 (21.4%)
7 – 36 เดือน	96 (54.5%)	149 (58.7%)	245 (57.0%)
37 – 48 เดือน	24 (13.6%)	23 (9.0%)	47 (10.9%)
มากกว่า 48 เดือน	14 (8.0%)	32 (12.6%)	46 (10.7%)

ตัวแปร	n (%)		
	ชาย (n = 177)	หญิง (n = 256)	รวม (n = 433)
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน			
ไม่เปิดเผย	8 (4.5%)	15 (5.9%)	23 (5.3%)
เปิดเผย	169 (95.5%)	241 (94.1%)	410 (94.7%)
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว			
ไม่เปิดเผย	62 (35.0%)	76 (29.7%)	138 (31.9%)
เปิดเผย	115 (65.0%)	180 (70.3%)	295 (68.1%)
จำนวนครั้งที่พบกันต่อเดือน^d Mean (SD) = 14.08 (9.51)			
0 – 4 ครั้ง	34 (19.4%)	76 (30.0%)	110 (25.7%)
5 – 15 ครั้ง	51 (29.2%)	74 (29.3%)	125 (29.2%)
16 – 20 ครั้ง	49 (28.0%)	47 (18.6%)	96 (22.4%)
มากกว่า 20 ครั้ง	41 (23.4%)	56 (22.1%)	97 (22.7%)
ระยะห่างของอายุ^e Mean (SD) = 0.45 (2.28)			
คูรักรอายุน้อยกว่าตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป	2 (1.2%)	2 (0.8%)	4 (1.0%)
คูรักรอายุต่างกันไม่ถึง 4 ปี	162 (96.4%)	229 (92.3%)	391 (94.0%)
คูรักรอายุมากกว่าตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป	4 (2.4%)	17 (6.9%)	21 (5.0%)
รูปแบบความสัมพันธ์			
Heterosexual	143 (80.8%)	232 (90.6%)	375 (86.6%)
Homosexual	34 (19.2%)	24 (9.4%)	58 (13.4%)
การมีเพศสัมพันธ์กับคูรักร			
เคยมี	78 (44.1%)	117 (45.7%)	195 (45.0%)
ไม่เคยมี	99 (55.9%)	139 (54.3%)	238 (55.0%)

^a n_{ชาย} = 175, n_{หญิง} = 255, n_{รวม} = 430

^b n_{ชาย} = 176, n_{หญิง} = 254, n_{รวม} = 430

^c n_{ชาย} = 176, n_{หญิง} = 255, n_{รวม} = 431

^d n_{ชาย} = 175, n_{หญิง} = 253, n_{รวม} = 428

^e n_{ชาย} = 168, n_{หญิง} = 248, n_{รวม} = 416

ตารางที่ 6 แสดงให้เห็นถึงลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยในการศึกษานี้ มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 433 คน แบ่งเป็นเพศชาย 177 คน (40.9%) และเพศหญิง 256 คน (59.1%) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 21 – 22 ปี จำนวน 349 คน (80.6%) โดยมีอายุเฉลี่ยที่ 21.79 ปี ศึกษาอยู่ในกลุ่มสาขาวิชาที่แตกต่างกัน แบ่งเป็นกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 80 คน (18.5%) กลุ่มวิทยาศาสตร์กายภาพ จำนวน 150 คน (34.6%) กลุ่มสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ จำนวน 203 คน (46.9%) โดยกลุ่มตัวอย่างเพศชายส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในคณะกลุ่มวิทยาศาสตร์กายภาพ จำนวน 83 คน (46.9%) และกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในคณะกลุ่มสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ จำนวน 139 คน (54.3%) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 3.00 – 3.49 จำนวน 222 คน (51.6%) โดยมีค่าเฉลี่ยที่ 3.23 มีความเพียงพอของรายได้อยู่ในกลุ่มเพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บมากที่สุด จำนวน 203 คน (46.9%) รองลงมาคือกลุ่มเพียงพอจนเหลือเก็บจำนวน 170 คน (39.3%) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา จำนวน 228 คน (53.0%) และพักอาศัยอยู่กับแฟนน้อยที่สุด จำนวน 19 คน (4.4%) สถานภาพสมรสของบิดามารดา ส่วนใหญ่อยู่ในสถานภาพสมรส จำนวน 343 คน (79.6%) และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก จำนวน 166 คน (38.5%) รองลงมาคือระดับพึงพอใจมาก จำนวน 129 คน (29.9%) โดยมีค่าเฉลี่ยที่ 5.15 หรือประมาณระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก (Likert scale ระดับ 1 – 7) โดยสังเกตว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่า 75% มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก ขึ้นไปจนถึงพึงพอใจมากที่สุด

ในส่วนของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระยะเวลาของความสัมพันธกับคูรักร้อยอยู่ในช่วง 7 – 36 เดือน จำนวน 245 คน (57.0%) โดยมีค่าเฉลี่ยที่ 23.65 เดือน หรือประมาณ 2 ปี นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน จำนวน 410 คน (94.7%) ซึ่งเป็นจำนวนที่แตกต่างเป็นอย่างมากจากกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อนที่มีเพียง 23 คน (5.3%) ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว มีจำนวน 295 คน (68.1%) และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว มีจำนวน 138 คน (31.9%) ในส่วนของจำนวนครั้งที่พบกับคูรักรต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พบกับคูรักระหว่าง 5 – 15 ครั้ง ต่อเดือน จำนวน 125 คน (29.2%) ซึ่งไม่แตกต่างจากกลุ่มอื่นมาก โดยมีค่าเฉลี่ยที่ 14.08 ครั้ง และกลุ่มตัวอย่างมีระยะห่างของอายุกับคูรักรไม่ถึง 4 ปี เป็นส่วนมาก จำนวน 391 คน (94.0%) โดยมีค่าเฉลี่ยระยะห่างของอายุที่ 0.45 ปี หรือประมาณครึ่งปี รูปแบบ

ความสัมพันธ์ส่วนใหญ่เป็นแบบ Heterosexual คือเป็นคู่รักต่างเพศกัน จำนวน 375 คน (86.6%) และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กับคู่รัก มีจำนวน 238 คน (55.0%) ซึ่งมีใกล้เคียงกันกับจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เคยมีเพศสัมพันธ์กับคู่รัก จำนวน 195 คน (45.0%)

ตารางที่ 7 ตารางแสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) คะแนนองค์ประกอบความรักสามด้านของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

ตัวแปร	Mean (SD)			t	P – value
	ชาย (n = 177)	หญิง (n = 256)	รวม (n = 433)		
ทฤษฎีสถิติยมความรัก					
คะแนนองค์ประกอบความรักด้าน ความใกล้ชิด (Intimacy)	4.15 (0.58)	4.21 (0.56)	4.18 (0.57)	-1.143	0.254
คะแนนองค์ประกอบความรักด้าน ความหลงใหล (Passion)	3.71 (0.70)	3.77 (0.70)	3.75 (0.70)	-0.912	0.363
คะแนนองค์ประกอบความรักด้าน ความผูกมัด (Commitment)	3.96 (0.77)	3.81 (0.79)	3.87 (0.79)	2.003	0.046*

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 7 พบว่า คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดของกลุ่มตัวอย่าง เป็นด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ 4.18 (SD = 0.57) ในขณะที่คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหลของกลุ่มตัวอย่าง เป็นด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ 3.75 (SD = 0.70) เมื่อพิจารณาค่าคะแนนเฉลี่ยในแต่ละด้านจำแนกตามเพศของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เพศหญิงมีคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดและด้านความหลงใหลโดยเฉลี่ยสูงกว่าเพศชาย คือ 4.21 (SD = 0.56) กับ 4.15 (SD = 0.58) และ 3.77 (SD = 0.70) กับ 3.71 (SD = 0.70) ตามลำดับ ในขณะที่เพศชายมีคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดโดยเฉลี่ยสูงกว่าเพศหญิง คือ 3.96 (SD = 0.77) กับ 3.81 (SD = 0.79) แต่อย่างไรก็ตาม จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยพบว่า คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดและด้านความหลงใหลของเพศชายและหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ มีเพียงคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดของเพศชายและหญิงเท่านั้นที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.05$

ตอนที่ 2 การแจกแจงระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยทำการคำนวณคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน โดยหาเป็นคะแนนเฉลี่ยจากแบบสอบถามจำนวน 18 ข้อ จากนั้นนำคะแนนที่ได้มาแจกแจงตามเกณฑ์วัดระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ตามที่กล่าวไว้ในบทก่อนหน้า เพื่อหาความถี่และร้อยละของแต่ละระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 8 ตารางแสดงการแจกแจงความถี่และร้อยละ ของระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ

ตัวแปร	n (%)		
	ชาย (n = 177)	หญิง (n = 256)	รวม (n = 433)
ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ Mean (SD) = 4.00 (0.57)			
พึงพอใจน้อยที่สุด (1.00 – 1.49)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
พึงพอใจน้อย (1.50 – 2.49)	1 (0.6%)	1 (0.4%)	2 (0.5%)
พึงพอใจปานกลาง (2.50 – 3.49)	43 (24.3%)	46 (18.0%)	89 (20.5%)
พึงพอใจมาก (3.50 – 4.49)	90 (50.8%)	151 (59.0%)	241 (55.7%)
พึงพอใจมากที่สุด (4.50 – 5.00)	43 (24.3%)	58 (22.6%)	101 (23.3%)

จากตารางที่ 8 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ที่ 4.00 หรือเท่ากับระดับพึงพอใจมาก (Likert scale ระดับ 1 – 5) โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจมาก จำนวน 241 คน (55.7%) รองลงมาคือระดับพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 101 คน (23.3%) และระดับพึงพอใจปานกลาง จำนวน 89 คน (20.5%) ในขณะที่มีกลุ่มตัวอย่างเพียง 2 คน (0.5%) ที่มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจน้อย และไม่มีกลุ่มตัวอย่างคนใดเลยที่มีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับน้อยที่สุด โดยสังเกตว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่า 75% มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจมาก ขึ้นไปจนถึงพึงพอใจมากที่สุด และกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 99% มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจปานกลางขึ้นไป

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) เพื่อหาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์

ในส่วนนี้ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์ความแปรปรวนในตัวแปรที่มีมาตรการวัดระดับนามบัญญัติ (Nominal scale) และมาตรการวัดระดับเรียงอันดับ (Ordinal scale) เพื่อหาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ จากนั้นทำการทดสอบภายหลัง (Post Hoc Test) ด้วยการเปรียบเทียบรายคู่ (Pairwise comparison) ด้วยสถิติทดสอบของ Gabriel กรณีที่ข้อมูลมีความแปรปรวนเท่ากัน และสถิติทดสอบของ Games-Howell กรณีที่ข้อมูลมีความแปรปรวนแตกต่างกัน เพื่อหาว่าแต่ละกลุ่มมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันเท่าใด ซึ่งมีผลลัพธ์ที่ได้จากการวิเคราะห์ ดังที่แสดงในตารางที่ 9 และ 10

ตารางที่ 9 ตารางแสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์ความแปรปรวนของปัจจัยต่างๆ กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปร	ความพึงพอใจในความสัมพันธ์		t / F	P - value
	Mean	SD		
ปัจจัยส่วนบุคคล				
เพศ				
ชาย	3.97	0.59	-0.938	0.349
หญิง	4.02	0.56		
อายุ				
น้อยกว่า 21 ปี	3.94	0.55	0.139	0.870
21 - 22 ปี	2.00	0.57		
มากกว่า 22 ปี	4.02	0.58		
กลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา				
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	4.09	0.58	2.395	0.092
วิทยาศาสตร์กายภาพ	4.03	0.55		
สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์	3.94	0.58		

ตัวแปร	ความพึงพอใจในความสัมพันธ์		t / F	P – value
	Mean	SD		
เกรดเฉลี่ยสะสม				
น้อยกว่า 2.50	4.07	0.56	0.197	0.898
2.50 – 2.99	3.97	0.57		
3.00 – 3.49	4.01	0.58		
3.50 – 4.00	3.99	0.58		
ความเพียงพอของรายได้				
เพียงพอจนเหลือเก็บ	4.05	0.61	1.416	0.237
เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ	3.98	0.54		
ไม่แน่นอน	4.01	0.47		
ไม่เพียงพอ	3.84	0.63		
สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน				
อยู่กับบิดามารดา	4.06	0.56	2.792	0.026*
อยู่กับญาติพี่น้อง	3.87	0.61		
อยู่กับเพื่อน	3.91	0.57		
อยู่ตามลำพัง	3.91	0.57		
อยู่กับแฟน	4.24	0.54		
สถานภาพสมรสของบิดามารดา				
สมรส	4.01	0.58	0.099	0.961
หม้าย	4.00	0.60		
หย่าร้าง	3.99	0.57		
แยกกันอยู่	3.95	0.50		

ตัวแปร	ความพึงพอใจในความสัมพันธ์		t / F	P – value
	Mean	SD		
ระดับความพึงพอใจในชีวิต				
พึงพอใจน้อยที่สุด	2.42	0.51	8.537	< 0.001**
พึงพอใจน้อย	3.78	0.67		
พึงพอใจค่อนข้างน้อย	3.77	0.69		
พึงพอใจปานกลาง	3.77	0.54		
พึงพอใจค่อนข้างมาก	4.01	0.50		
พึงพอใจมาก	4.10	0.52		
พึงพอใจมากที่สุด	4.31	0.63		
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์				
ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก				
1 เดือน – 6 เดือน	3.85	0.64	3.682	0.012*
7 เดือน – 36 เดือน	4.05	0.56		
37 เดือน – 48 เดือน	3.93	0.53		
มากกว่า 48 เดือน	4.13	0.50		
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน				
ไม่เปิดเผย	3.67	0.70	2.877	0.004**
เปิดเผย	4.02	0.56		
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว				
ไม่เปิดเผย	3.76	0.54	6.185	< 0.001**
เปิดเผย	4.11	0.55		
จำนวนครั้งที่พบกันต่อเดือน				
0 – 4 ครั้ง	3.97	0.51	1.324	0.266
5 – 15 ครั้ง	3.95	0.63		
16 – 20 ครั้ง	3.99	0.59		
มากกว่า 20 ครั้ง	4.10	0.53		



1529297606

CD :Thesis 6074091030 thesis / rev: 30072562 12:17:37 / seq: 4

ตัวแปร	ความพึงพอใจในความสัมพันธ์		t / F	P – value
	Mean	SD		
ระยะห่างของอายุ				
คู่รักอายุน้อยกว่าตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป	4.40	0.47	2.099	0.124
คู่รักอายุต่างกันไม่ถึง 4 ปี	4.01	0.57		
คู่รักอายุมากกว่าตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป	3.82	0.55		
รูปแบบความสัมพันธ์				
Heterosexual	4.02	0.57	1.872	0.062
Homosexual	3.87	0.55		
การมีเพศสัมพันธ์กับคู่รัก				
เคยมี	4.02	0.55	0.591	0.555
ไม่เคยมี	3.99	0.59		

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

ตารางที่ 10 ตารางแสดงความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (Mean difference) จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการทดสอบภายหลัง (Post Hoc Test) ด้วยการเปรียบเทียบรายคู่ (Pairwise comparison)

ตัวแปร/ค่าอ้างอิง	ค่าเปรียบเทียบ	Mean Difference	S.E.	P – value
ระดับความพึงพอใจในชีวิต				
พึงพอใจน้อยที่สุด	พึงพอใจน้อย	-1.36	0.45	0.047*
	พึงพอใจค่อนข้างน้อย	-1.35	0.40	0.002**
	พึงพอใจปานกลาง	-1.35	0.39	0.001**
	พึงพอใจค่อนข้างมาก	-1.60	0.39	< 0.001**
	พึงพอใจมาก	-1.68	0.39	< 0.001**
	พึงพอใจมากที่สุด	-1.89	0.39	< 0.001**
พึงพอใจค่อนข้างน้อย	พึงพอใจมาก	-0.33	0.11	0.032*
	พึงพอใจมากที่สุด	-0.54	0.13	0.001**

ตัวแปร/ค่าอ้างอิง	ค่าเปรียบเทียบ	Mean Difference	S.E.	P – value
พึงพอใจปานกลาง	พึงพอใจค่อนข้างมาก	-0.25	0.08	0.044*
	พึงพอใจมาก	-0.33	0.09	0.002**
	พึงพอใจมากที่สุด	-0.54	0.11	< 0.001**
พึงพอใจค่อนข้างมาก	พึงพอใจมากที่สุด	-0.30	0.10	0.025*
ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่อีก				
1 – 6 เดือน	7 – 36 เดือน	-0.20	0.07	0.023*
	มากกว่า 48 เดือน	-0.27	0.10	0.040*
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน				
ไม่เปิดเผย	เปิดเผย	-0.35	0.12	0.004**
การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว				
ไม่เปิดเผย	เปิดเผย	-0.35	0.06	< 0.001**

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

จากผลการวิเคราะห์ในด้านปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน ส่งผลต่อคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ($F = 2.792$, $P = 0.026$) แต่เมื่อนำมาเปรียบเทียบรายคู่กลับไม่พบว่ามีคู่ใดที่มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ พบว่าระดับความพึงพอใจในชีวิต ส่งผลต่อคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ($F = 8.537$, $P < 0.001$) เช่นกัน โดยเมื่อนำมาเปรียบเทียบรายคู่พบว่า ระดับพึงพอใจน้อยที่สุด จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า ระดับพึงพอใจน้อย ระดับพึงพอใจค่อนข้างน้อย ระดับพึงพอใจปานกลาง ระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก ระดับพึงพอใจมาก และพึงพอใจมากที่สุด เท่ากับ 1.36, 1.35, 1.35, 1.60, 1.68 และ 1.89 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนระดับพึงพอใจค่อนข้างน้อย จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า ระดับพึงพอใจมาก และพึงพอใจมากที่สุด เท่ากับ 0.33 และ 0.54 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับพึงพอใจปานกลาง จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า ระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก ระดับพึงพอใจมาก และพึงพอใจมากที่สุด เท่ากับ 0.25, 0.33 และ 0.54 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และระดับพึงพอใจค่อนข้างมาก จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า ระดับพึงพอใจมากที่สุด เท่ากับ 0.30 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิเคราะห์ในด้านปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ พบว่า ระยะเวลาของความสัมพันธกับคู่รัก ส่งผลต่อคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ($F = 3.682, P = 0.012$) โดยเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับรายคู่พบว่า ระยะเวลาของความสัมพันธกับคู่รัก 1 – 6 เดือน จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า 7 – 36 เดือน และมากกว่า 48 เดือน เท่ากับ 0.20 และ 0.27 ตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ พบว่าการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน ส่งผลต่อคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ($t = 2.877, P = 0.004$) โดยกลุ่มที่ไม่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า กลุ่มที่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน เท่ากับ 0.35 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นเดียวกัน พบว่าการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว ส่งผลต่อคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ($t = 6.185, P < 0.001$) โดยกลุ่มที่ไม่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว จะมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่า กลุ่มที่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว เท่ากับ 0.35 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlation) เพื่อหาตัวแปรที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์

สำหรับตัวแปรที่อยู่ในมาตราการวัดระดับอันตรภาค (Interval scale) และมาตราการวัดระดับอัตราส่วน (Ratio scale) ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Correlation) เพื่อดูว่าตัวแปรใดบ้างที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ซึ่งในตารางแสดงการวิเคราะห์ ผู้วิจัยจะใช้ตัวเลขแทนชื่อตัวแปร ดังนี้

- 1 แทนตัวแปร อายุ
- 2 แทนตัวแปร เกรดเฉลี่ยสะสม
- 3 แทนตัวแปร ระดับความพึงพอใจในชีวิต
- 4 แทนตัวแปร จำนวนครั้งที่พบกันต่อเดือน
- 5 แทนตัวแปร คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด
- 6 แทนตัวแปร คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล
- 7 แทนตัวแปร คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด
- 8 แทนตัวแปร คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์

ตารางที่ 11 ตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆ กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปร	Pearson Correlations							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1	-							
2	-0.136**	-						
3	-0.042	0.078	-					
4	-0.107*	-0.046	0.105*	-				
5	-0.037	0.014	0.201**	0.292**	-			
6	0.017	-0.025	0.074	0.060	0.497**	-		
7	0.000	0.000	0.134**	0.167**	0.639**	0.636**	-	
8	-0.015	0.025	0.294**	0.068	0.622**	0.462**	0.621**	-

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

จากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในตารางที่ 11 พบว่า มีตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ทั้งหมด 4 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคล 1 ตัวแปร คือ ระดับความพึงพอใจในชีวิต และตัวแปรปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ 3 ตัวแปร คือ ระดับความพึงพอใจในชีวิต คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล และคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์สูงสุดคือคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์เท่ากับ 0.622 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งใกล้เคียงกันกับคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์เท่ากับ 0.621 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์รองลงมาคือคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์เท่ากับ 0.462 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และระดับความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์เท่ากับ 0.294 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์ระหว่างกันเพื่อตรวจสอบปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) ด้วย ซึ่งถือเป็นข้อตกลงเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ พบว่าตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์ระหว่างกันสูงสุด 2 อันดับแรก

คือ คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดเท่ากับ 0.639 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหลเท่ากับ 0.636 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งทั้งสองคู่มีความสัมพันธ์จัดอยู่ในระดับปานกลาง และต่ำกว่า 0.90 จึงถือว่าไม่มีปัญหา Multicollinearity โดยผู้วิจัยจะมีการทดสอบเพิ่มเติมด้วยค่า Tolerance และ VIF ต่อไป

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression) เพื่อสร้างสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์

ในส่วนนี้ ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression) เพื่อหาว่าปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ และสร้างสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยก่อนจะทำการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ ผู้วิจัยได้ทำการแปลงตัวแปรต่างๆ ที่อยู่ในมาตราการวัดระดับนามบัญญัติ (Nominal scale) และมาตราการวัดระดับเรียงอันดับ (Ordinal scale) ให้อยู่ในรูปแบบตัวแปรหุ่น (Dummy variable) ได้แก่ สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน และการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว เพื่อให้สามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์ได้ จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุด้วยวิธี Stepwise โดยมีตัวแปรเกณฑ์ (Dependent variable) คือคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ และตัวแปรอิสระที่นำมาวิเคราะห์ ได้แก่ สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน ระดับความพึงพอใจในชีวิต ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล และคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด มีผลการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 ตารางแสดงการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression)

ตัวแปร	Unstandardized		P – value	95% C.I. for B	Collinearity	
	Coefficients				Statistics	
	B	S.E.			Tolerance	VIF
(Constant)	0.996	0.155	< 0.001**	0.691 – 1.301		
คะแนนองค์ประกอบความรัก ด้านความใกล้ชิด	0.356	0.044	< 0.001**	0.269 – 0.443	0.580	1.725
คะแนนองค์ประกอบความรัก ด้านความผูกมัด	0.281	0.032	< 0.001**	0.218 – 0.343	0.593	1.686
ระดับความพึงพอใจในชีวิต	0.087	0.018	< 0.001**	0.053 – 0.122	0.959	1.043
ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับ คู่รักอยู่ระหว่าง 37 – 48 เดือน	-0.122	0.061	0.049*	-0.242 – -0.001	0.999	1.001

$n = 431, R^2 = 0.521$

ข้อตกลงเบื้องต้นอย่างหนึ่งของการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุคือ จะต้องมีการแก้ไข ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ (Multicollinearity) ก่อน จึงจะสามารถทำการวิเคราะห์ ต่อไปได้ ซึ่งในตารางที่ 12 ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นนี้ โดยตรวจสอบค่า Tolerance และ VIF ของตัวแปรอิสระทุกตัว พบว่า ค่า Tolerance ของตัวแปรอิสระทุกตัวมีค่ามากกว่า 0.10 ใน ขณะเดียวกัน ค่า VIF ของตัวแปรอิสระทุกตัวก็มีค่าน้อยกว่า 10 ด้วย ซึ่งแปลว่าตัวแปรอิสระที่อยู่ใน สมการทำนายมีความสัมพันธ์กันต่ำหรือไม่มีลักษณะเป็น Multicollinearity และเป็นไปตามข้อตกลง เบื้องต้น

จากผลการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ พบว่า ตัวแปรอิสระในสมการทำนายสามารถ ร่วมกันทำนายตัวแปรความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ 52.1% โดยเขียนสมการทำนายได้ดังนี้

คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ = 0.996^{**}

+ 0.356 คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด**

+ 0.281 คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด**

+ 0.087 ระดับความพึงพอใจในชีวิต**

- 0.122 ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก 37 – 48 เดือน*

จากสมการทำนาย แปลความหมายได้ว่า (1) ความพึงพอใจในความสัมพันธ์จะมีคะแนน 0.996 โดยที่ไม่ต้องรับรู้เกี่ยวกับคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ระดับความพึงพอใจในชีวิต และระยะเวลาความสัมพันธ์กับคู่อีกอยู่ระหว่าง 37 – 48 เดือน (2) คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดที่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 0.356 หน่วย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่ (3) คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดที่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 0.281 หน่วย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่ (4) ระดับความพึงพอใจในชีวิตที่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 0.087 หน่วย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่ (5) หากระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่อีกอยู่ระหว่าง 37 – 48 เดือน จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ลดลง 0.122 หน่วย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นให้คงที่



1529297606

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross-sectional descriptive study) มีวัตถุประสงค์เพื่อวัดระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รักของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และศึกษาปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์แบบคู่รัก โดยมีประชากรเป้าหมายคือนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ที่มีความสัมพันธ์แบบคู่รัก และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน

ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างนิสิตจากกลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษาและเพศ ตามสัดส่วนของประชากรกลุ่มนั้นๆ เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่สามารถเป็นตัวแทนของประชากรเป้าหมายได้ ซึ่งมีขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการคือ 442 คน จากนั้น ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้วิธีการแจกแบบสอบถาม พบว่าสามารถเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจริงได้ทั้งหมด 433 คน โดยเป็นแบบสอบถามที่ตอบครบถ้วนทั้งหมด 425 ฉบับ และจำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละกลุ่มยังเป็นไปตามสัดส่วนของประชากรอยู่ จึงนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อสรุปผลการวิจัยและอภิปรายผล ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

จากคำถามการวิจัยที่ตั้งไว้ สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

คำถามข้อที่ 1 ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นอย่างไร

จากผลการศึกษาพบว่า คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของนิสิตมีการแจกแจงเป็นปกติ โดยกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ที่ 4.00 จากค่าคะแนนที่เป็นไปได้ตั้งแต่ 1.00 – 5.00 แปลผลได้ว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจมาก มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.57 โดยระดับที่มีความถี่มากที่สุดคือระดับพึงพอใจมาก จำนวน 241 คน (55.7%) รองลงมาคือระดับพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 101 คน (23.3%) และระดับพึงพอใจปานกลาง จำนวน 89 คน (20.5%) ในขณะที่มีกลุ่มตัวอย่างเพียง 2 คน



1529297606

CD :Thesis 6074091030 thesis / rev: 30072562 12:17:37 / seq: 4

(0.5%) ที่มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจน้อย และไม่มีกลุ่มตัวอย่างคนใดเลยที่มีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับน้อยที่สุด

โดยภาพรวมจะเห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่า 75% มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจมาก ขึ้นไปจนถึงพึงพอใจมากที่สุด และกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 99% มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจปานกลางขึ้นไป

คำถามข้อที่ 2 ปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) ในตัวแปรที่มีมาตรการวัดระดับ Nominal scale และ Ordinal scale พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักมีทั้งหมด 5 ปัจจัย แบ่งเป็นปัจจัยส่วนบุคคล 2 ปัจจัย คือ สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน ($F = 2.792, P = 0.026$) และระดับความพึงพอใจในชีวิต ($F = 8.537, P < 0.001$) และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ 3 ปัจจัย คือ ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก ($F = 3.682, P = 0.012$) การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน ($t = 2.877, P = 0.004$) และการเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว ($t = 6.185, P < 0.001$) โดยพบว่า ในแต่ละปัจจัย มีอย่างน้อย 1 กลุ่มที่มีคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์แตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ยกเว้นตัวแปรสถานภาพการพักอาศัย ที่ไม่พบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อนำมาเปรียบเทียบรายคู่ (Pairwise comparison)

จากผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (Correlation) ในตัวแปรที่มีมาตรการวัดระดับ Interval scale และ Ratio scale พบว่า ตัวแปรที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์มีทั้งหมด 4 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคล 1 ตัวแปร คือ ระดับความพึงพอใจในชีวิต ($r = 0.294^{**}$) และตัวแปรปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ 3 ตัวแปร คือ คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด ($r = 0.622^{**}$) คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล ($r = 0.462^{**}$) และคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ($r = 0.621^{**}$) โดยพบว่า ทั้ง 4 ตัวแปร มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์

จากการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ (Multiple Linear Regression) พบว่า ตัวแปรอิสระในสมการทำนายสามารถร่วมกันทำนายตัวแปรความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ 52.1% โดยมี

ตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งหมด 4 ตัวแปร คือ คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด ($B = 0.356, P < 0.001$) คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ($B = 0.281, P < 0.001$) ระดับความพึงพอใจในชีวิต ($B = 0.087, P < 0.001$) และระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคูรักร้อยระหว่าง 37 – 48 เดือน ($B = -0.122, P = 0.049$) เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นๆคงที่

อภิปรายผลการวิจัย

ระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรักร้อยของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรักร้อยของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยอยู่ในระดับพึงพอใจมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริภรณ์ ระวังงาน (2010) ที่ได้ผลลัพธ์เช่นเดียวกัน จากที่เคยทำการศึกษามาก่อนในกลุ่มนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 200 คน ที่มีคูรักร้อยและมีระยะเวลาในการคบหาตั้งแต่ 3 เดือนขึ้นไป⁽¹³⁾ โดยแม้จะมีเกณฑ์คัดเข้าที่แตกต่างกันเรื่องระยะเวลาในการคบหา แต่จากการทบทวนวรรณกรรมและการศึกษานี้ ก็พบว่าระยะเวลาของความสัมพันธ์ระหว่าง 1 – 6 เดือน ถือเป็นระยะเวลาที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน ดังนั้น ผลการศึกษาที่เหมือนกัน อาจเป็นการยืนยันได้ว่ามีความน่าเชื่อถือ โดยผู้วิจัยคิดว่า เหตุผลที่นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์อยู่ในระดับพึงพอใจมากนั้น อาจอธิบายได้จากการที่นิสิตส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจในชีวิตมากจึงส่งผลให้มีระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์มากด้วย

ในขณะเดียวกัน งานวิจัยของ วาริน เทพยายน (1999) ซึ่งศึกษาในกลุ่มคูรักร้อยต่างเพศ อายุ 17 – 40 ปี จำนวน 100 คู่ ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่กำลังศึกษาหรือจบการศึกษาในระดับปริญญาตรีขึ้นไป และมีระยะเวลาในการคบหากันตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป แต่ยังไม่ได้สมรส ก็พบค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรักร้อยอยู่ในระดับพึงพอใจมากเช่นกัน⁽¹⁴⁾ ดังนั้น งานวิจัยนี้ ซึ่งมีประชากรเป้าหมายเป็นกลุ่มย่อยหนึ่งของงานวิจัยของ วาริน เทพยายน (1999) ก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยสนับสนุนความน่าเชื่อถือของข้อมูลในงานวิจัยก่อนหน้าได้ และในทางตรงกันข้าม งานวิจัยก่อนหน้าก็สามารถช่วยสนับสนุนผลการศึกษาในงานวิจัยนี้ได้เช่นกัน

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคูรักรของนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบัน จากการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า สถานภาพการพักอาศัยในปัจจุบันเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ แต่อย่างไรก็ตาม เมื่อนำค่าเฉลี่ยของตัวแปรดังกล่าวมาเปรียบเทียบรายคู่ กลับไม่พบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยจากแต่ละกลุ่ม นอกจากนี้ ในการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ หลังจากควบคุมตัวแปรอื่นๆ ปัจจัยดังกล่าวกลับไม่ปรากฏในสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ จึงเป็นไปได้ว่า สถานภาพการพักอาศัยของนิสิตอาจไม่ได้ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์โดยตรง แต่ส่งผลต่อตัวแปรอื่นๆ ที่ทำให้ความพึงพอใจในความสัมพันธ์เปลี่ยนแปลงไปด้วย

ระดับความพึงพอใจในชีวิต จากการศึกษา พบว่า ระดับความพึงพอใจในชีวิตเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ทั้งในการวิเคราะห์ความแปรปรวน การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ ซึ่ง White และคณะ (2004) ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการประเมินความพึงพอใจในชีวิตและการประเมินคุณภาพของความสัมพันธ์⁽⁴⁾ จึงอาจเป็นไปได้ว่า ในทางกลับกัน ระดับความพึงพอใจในชีวิตก็เป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ด้วยเช่นกัน โดยอาจบอกไม่ได้ว่าสิ่งใดเกิดก่อน แต่ทั้งสองตัวแปรมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกันและพบว่าเมื่อตัวแปรหนึ่งสูงขึ้นอีกตัวแปรหนึ่งก็จะสูงขึ้นด้วย

การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน จากการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ย พบว่า การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อนเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ แต่อย่างไรก็ตาม ในการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ หลังจากควบคุมตัวแปรอื่นๆ ปัจจัยดังกล่าวกลับไม่ปรากฏในสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ จึงเป็นไปได้ว่า การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อนของนิสิตอาจไม่ได้ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์โดยตรง แต่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ทางอ้อม โดยมีคะแนนองค์ประกอบความรักเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยผู้วิจัยคิดว่า คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้นในนิสิตที่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน อาจมาจากการที่นิสิตสามารถแสดงออกได้อย่างเต็มที่โดยไม่ต้องปิดบังเพื่อน ซึ่งช่วยลดความอึดอัดใจในบางสถานการณ์ และทำให้คูรักรมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันการเปิดเผยต่อเพื่อน อาจช่วยให้อีกฝ่ายรู้สึก

มั่นใจในความสัมพันธ์มากขึ้น รู้สึกมีความสุข และส่งผลดีต่อความสัมพันธ์ ทำให้มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มมากขึ้น

การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว จากการวิเคราะห์แตกต่างของค่าเฉลี่ย พบว่า การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัวเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ แต่อย่างไรก็ตาม ในการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ หลังจากควบคุมตัวแปรอื่นๆ ปัจจัยดังกล่าวกลับไม่ปรากฏในสมการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ จึงเป็นไปได้ว่า การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัวของนิสิตอาจไม่ได้ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์โดยตรง แต่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ทางอ้อม โดยมีคะแนนองค์ประกอบความรักเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยผู้วิจัยคิดว่า คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้นในนิสิตที่เปิดเผยความสัมพันธ์ต่อครอบครัว อาจมาจากการที่นิสิตสามารถแสดงออกได้อย่างเต็มที่โดยไม่ต้องปิดบังครอบครัว ซึ่งช่วยลดความอึดอัดใจในบางสถานการณ์และทำให้คู่รักมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น ในขณะเดียวกันการเปิดเผยต่อครอบครัว อาจช่วยให้อีกฝ่ายรู้สึกมั่นใจในความสัมพันธ์มากขึ้น รู้สึกมีความสุข และส่งผลดีต่อความสัมพันธ์ ทำให้มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มมากขึ้น

ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รัก จากการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รักเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ โดยกลุ่มที่มีระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รักอยู่ระหว่าง 1 – 6 เดือน จะมีคะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่ากลุ่มที่มีระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รักอยู่ระหว่าง 7 – 36 เดือน และ มากกว่า 48 เดือน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลการวิเคราะห์ดังกล่าวมีทั้งส่วนที่ขัดแย้งและสอดคล้องกับที่ผู้วิจัยพบทวนวรรณกรรมมา โดยจากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยพบว่า นักจิตบำบัด นักวิจัย และนักเขียนจากสำนักพิมพ์ต่างๆหลายท่าน ได้พูดถึงช่วงระยะเวลา 1 – 6 เดือนแรกของความสัมพันธ์ว่าเป็นช่วงเวลาที่มีความสุขที่สุด แต่ในการศึกษานี้กลับพบว่าช่วงดังกล่าวกลับมีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยกว่าช่วงระยะ 7 – 36 เดือน ซึ่งควรจะเป็นช่วงที่มีความพึงพอใจในความสัมพันธ์น้อยที่สุด เพราะเป็นช่วงของการสร้างความเชื่อใจและเผชิญตัวตนที่แท้จริงของอีกฝ่าย ในทางกลับกันส่วนที่สอดคล้องคือ ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคู่รักที่มากกว่า 48 เดือน ซึ่งพบว่าจะมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์มากกว่าช่วงระยะเวลา 1 – 6 เดือน ซึ่งในการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ระยะเวลาดังกล่าวเป็นระยะที่เหมาะสมสำหรับการแต่งงานที่แท้จริง ในขณะที่การวิเคราะห์การถดถอย

เชิงเส้นพหุ พบว่า ระยะเวลาของความสัมพันธ์กับคูรักรที่อยู่ระหว่าง 37 – 48 เดือน จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์ลดลง 0.122 หน่วย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อตัวแปรอื่นคงที่ สอดคล้องกับ Dr. Susan Campbell ซึ่งกล่าวว่า ระยะต่อสู้อย่างชิงอำนาจระหว่างคูรักรักมักจะสิ้นสุดในช่วง 3 – 4 ปีของความสัมพันธ์ และเป็นระยะที่พบว่าบุคคลตัดสินใจสิ้นสุดความสัมพันธ์กับคูรักรักมากที่สุด⁽²⁸⁻³²⁾

คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.001$ และจากการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ ก็พบว่าตัวแปรคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ โดยคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดที่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 0.356 หน่วย เมื่อตัวแปรอื่นคงที่ ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานวิจัยของ สิริภรณ์ ระวังงาน (2010)⁽¹³⁾ รวมไปถึง Madey SF และคณะ (2009)⁽³³⁾ และสอดคล้องกับทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986)⁽²⁵⁾ โดยพบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่พบ ก็มีความใกล้เคียงกันกับการศึกษาก่อนหน้าที่ได้กล่าวถึง

คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหล จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหลกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.001$ แต่เมื่อนำตัวแปรดังกล่าวมาวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ กลับไม่พบว่าสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ เมื่อตัวแปรอื่นคงที่ ซึ่งตามทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986) กล่าวว่า ความรักประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ ความใกล้ชิด (Intimacy) ความหลงใหล (Passion) และความผูกมัด (Commitment)⁽²⁵⁾ จากที่กล่าวมา ผู้วิจัยคิดว่า คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหลก็ควรจะเป็นตัวแปรหนึ่งที่พยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ด้วย แต่ที่การศึกษาครั้งนี้พบว่าไม่สามารถใช้ตัวแปรดังกล่าวในการทำนายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ อาจเป็นเพราะตัวแปรดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับตัวแปรคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด และคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ซึ่งพบว่าสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ ผล

ของคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความหลงใหลจึงอาจส่งไปยังความพึงพอใจในความสัมพันธ์ทางอ้อม โดยมีสองตัวแปรดังกล่าวเป็นตัวแปรส่งผ่าน

คะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < 0.001$ และจากการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุ ก็พบว่าตัวแปรคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดสามารถพยากรณ์ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ได้ โดยคะแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัดที่เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนความพึงพอใจในความสัมพันธ์เพิ่มขึ้น 0.281 หน่วย เมื่อตัวแปรอื่นคงที่ ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานวิจัยของ สิริภรณ์ ระวีงาน (2010)⁽¹³⁾ รวมไปถึง Madey SF และคณะ (2009)⁽³³⁾ และสอดคล้องกับทฤษฎีสามเหลี่ยมความรักของ Sternberg (1986)⁽²⁵⁾ โดยพบว่าค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่พบ ก็มีความใกล้เคียงกันกับการศึกษาก่อนหน้านี้ที่ได้กล่าวถึง

ข้อได้เปรียบของการวิจัยในครั้งนี้

งานวิจัยในครั้งนี้ มีข้อได้เปรียบเรื่องความน่าเชื่อถือของข้อมูล เนื่องจากได้ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวนมากถึง 433 คน ซึ่งมากกว่าหลายๆงานวิจัยที่มีมาก่อนหน้า และได้ผ่านการออกแบบระเบียบวิธีวิจัยอย่างระมัดระวังเพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดอคติในการทำวิจัย โดยเริ่มตั้งแต่วิธีการคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่มีการคำนวณเผื่อความคลาดเคลื่อนที่อาจเกิดขึ้น ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการแบ่งชั้นของประชากรออกก่อนตามกลุ่มสาขาวิชาที่ศึกษา และเพศ แล้วกำหนดจำนวนตัวอย่างของแต่ละกลุ่มตามสัดส่วนของประชากรกลุ่มนั้นๆ เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่สามารถเป็นตัวแทนของประชากรได้ดี และในขั้นตอนการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยก็ได้ปฏิบัติตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างเคร่งครัด ทั้งในเรื่องของการปกปิดข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัย การไม่ระบุตัวตนในรูปแบบสอบถาม และการใช้กล่องปิดทึบในการรับแบบสอบถามที่ตอบเสร็จแล้ว เพื่อไม่ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเกิดความกังวลในการตอบแบบสอบถาม นอกจากนี้ ประชากรเป้าหมายของงานวิจัยนี้มีความเฉพาะเจาะจง คือนิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ดังนั้น ผู้วิจัยเชื่อว่า การสรุปผลในงานวิจัยนี้ เป็นการสรุปผลสำหรับประชากรเป้าหมายที่เหมาะสมกับงานวิจัย ไม่เป็นการสรุปผลในภาพที่ใหญ่จนเกินกว่าที่งานวิจัยนี้จะอธิบายได้

ข้อได้เปรียบอีกอย่างหนึ่งคือ งานวิจัยนี้เน้นศึกษาในปัจจัยที่เป็นรูปธรรมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ในขณะที่หลายๆงานวิจัยก่อนหน้านี้จะศึกษาในปัจจัยด้านบุคลิกภาพ ทำให้งานวิจัยฉบับนี้สามารถอธิบายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ในมุมที่ต่างออกไปจากงานวิจัยอื่นที่เคยมี รวมไปถึงวิธีการอภิปรายผลที่ผู้วิจัยใช้ ผู้วิจัยได้นำการวิเคราะห์หลากหลายวิธีมาอภิปรายผลร่วมกัน อาจทำให้ผู้ที่สนใจได้เห็นความสัมพันธ์ของปัจจัยต่างๆเพิ่มขึ้นได้

ข้อจำกัดในการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง ดังนั้น ข้อจำกัดอย่างหนึ่งของการวิจัยนี้คือ ผลการศึกษาที่ได้มาเป็นผลการศึกษาจากช่วงเวลาที่เก็บข้อมูลเท่านั้น หากข้อมูลที่ศึกษามีความเกี่ยวข้องกับปัจจัยเรื่องฤดูกาล (Seasonal factor) ด้วย อาจทำให้ผลการศึกษาคลาดเคลื่อนไปได้บ้าง ขึ้นอยู่กับว่าฤดูกาลมีผลกระทบกับข้อมูลมากน้อยเพียงใด ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลของผู้เข้าร่วมวิจัยในช่วงใกล้สอบปลายภาค เมื่อพิจารณาถึงปัจจัยเรื่องฤดูกาลแล้ว ผู้วิจัยมีความเห็นว่าช่วงเวลาดังกล่าวอาจมีผลต่อผลการศึกษา เพราะเป็นช่วงเวลาที่นิสิตมีความเครียดสูงขึ้นและอาจส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ไม่มากนักน้อย เพราะฉะนั้น ในการนำข้อมูลไปใช้จึงควรต้องตระหนักถึงข้อจำกัดดังกล่าวด้วย

นอกจากนี้ ประชากรเป้าหมายของงานวิจัยนี้คือนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 ที่มีความสัมพันธ์แบบคู่รัก และมีระยะเวลาในการคบหากับคู่รักไม่ต่ำกว่า 1 เดือน ซึ่งค่อนข้างมีความเฉพาะเจาะจง ไม่สามารถเป็นตัวแทนของประชากรทุกกลุ่มได้ ทำให้อาจมีข้อจำกัดและต้องระวังในการนำผลการศึกษาไปใช้กับประชากรกลุ่มอื่นที่มีลักษณะแตกต่างกัน ทั้งในด้านอายุ การศึกษา จังหวัดที่พักอาศัย หรือแม้เป็นประชากรกลุ่มเดียวกันแต่หากสภาพแวดล้อมบางอย่างเปลี่ยนแปลงไปก็อาจส่งผลต่อทัศนคติของประชากรได้เช่นกัน

ข้อเสนอแนะในการนำไปประยุกต์ใช้

ผู้ที่เกี่ยวข้องกับงานด้านสุขภาพจิตของนิสิตหรือผู้ที่สนใจ สามารถนำข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้ไปใช้เป็นข้อมูลอ้างอิงเกี่ยวกับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รักของนิสิตได้ รวมไปถึงอาจใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและป้องกันปัญหาเรื่องความสัมพันธ์ในวัยรุ่น โดยศึกษาปัจจัยที่

เกี่ยวข้องหรือตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ไม่ว่าจะ เป็นระดับความพึงพอใจในชีวิต การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อเพื่อน การเปิดเผยความสัมพันธ์ต่อ ครอบครัว คະแนนองค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิด และคະแนนองค์ประกอบความรักด้าน ความผูกมัด และสนับสนุนให้เกิดปัจจัยเหล่านั้นขึ้น เพื่อให้னிสิตมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์มาก ยิ่งขึ้น ซึ่งจะช่วยลดปัญหาความสัมพันธ์และส่งเสริมให้นิสิตมีความพึงพอใจในชีวิต รวมไปถึงการมี ความสำเร็จในลำดับพัฒนาการตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson อันจะนำไปสู่ ความสามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีพันธะสัญญาต่อกัน

ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

การศึกษาวิจัยในอนาคตเกี่ยวกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์กับคู่รัก สามารถทำต่อ ยอดจากงานวิจัยนี้ได้หลายรูปแบบ ดังนี้

1. ศึกษาต่อยอดในกลุ่มประชากรที่กว้างขึ้น โดยอาจเป็นการศึกษาในมหาวิทยาลัยอื่นใน กรุงเทพมหานคร ในมหาวิทยาลัยอื่นในประเทศไทย ในกลุ่มคนที่มีช่วงอายุเดียวกัน หรือใน กลุ่มคนที่มีช่วงอายุกว้างขึ้น หรือในแนวทางอื่นๆ เพื่อขยายการแปลผลให้ครอบคลุม มี ความหมายมากยิ่งขึ้น และเป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรที่ใหญ่ขึ้น ในขณะเดียวกันก็อาจ เป็นการเปรียบเทียบให้เห็นความแตกต่างระหว่างกลุ่มได้
2. ศึกษาต่อยอดในปัจจัยอื่นๆที่ยังไม่ได้ทำการศึกษา โดยอาจนำผลการศึกษาจากงานวิจัยนี้ ไป วิเคราะห์ว่ามีตัวแปรใดที่ควรนำไปศึกษาเพิ่มเติมให้ลึกซึ้ง เช่น จากการศึกษาพบว่าคະแนน องค์ประกอบความรักด้านความใกล้ชิดและคະแนนองค์ประกอบความรักด้านความผูกมัด ส่งผลต่อความพึงพอใจในความสัมพันธ์ แต่ตัวแปรคະแนนองค์ประกอบความรักทั้งสองนั้น เป็นตัวแปรที่วัดได้ยากและอาจไม่เหมาะกับการนำไปใช้จริง ก็อาจศึกษาเพิ่มเติมว่าปัจจัย ไตบ้างที่จะทำให้คະแนนทั้งสองด้านเพิ่มขึ้น โดยอาจมุ่งเน้นปัจจัยที่เป็นรูปธรรมมากขึ้นที่ สามารถจัดการได้ หรืออาจศึกษาต่อยอดหาปัจจัยอื่นๆ เพื่อหาสมการทำนายที่สามารถ อธิบายความพึงพอใจในความสัมพันธ์ให้ได้มากขึ้น โดยอาจอ้างอิงทฤษฎีอื่นหรือพิสูจน์ข้อ ค้นพบใหม่ๆในปัจจุบัน หรืออาจศึกษาเชิงคุณภาพก่อนเพื่อวิเคราะห์ประเด็นที่ถูกพูดถึงมาก ในเรื่องความสัมพันธ์




3. ศึกษาปัจจัยเรื่องฤดูกาล หรือเหตุการณ์บางอย่างที่เข้ามาในชีวิตที่อาจส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ ว่ามีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์หรือไม่ เนื่องจากงานวิจัยฉบับนี้มีข้อจำกัดคือทำการศึกษาในช่วงเวลาใกล้เคียง ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่าอาจเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในความสัมพันธ์แต่ยังไม่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ การศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยและเหตุการณ์เหล่านี้ อาจช่วยให้เกิดการเฝ้าระวังและสามารถป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์ได้ง่ายขึ้น ในช่วงเวลาที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาความสัมพันธ์
4. ศึกษาต่อยอดในมุมมองตรงกันข้าม เช่น อาจศึกษาเรื่องความไม่พึงพอใจในความสัมพันธ์ หรือปัญหาความสัมพันธ์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ว่ามีที่มาหรือปัจจัยมาจากสาเหตุใด เพื่อให้เกิดความเข้าใจและสามารถป้องกันหรือแก้ไขได้ ในขณะเดียวกัน ก็อาจช่วยให้มีแนวทางในการเพิ่มความพึงพอใจในความสัมพันธ์ให้สูงขึ้น
5. ทำการศึกษาในรูปแบบการศึกษาเชิงทดลอง (Experimental studies) โดยอาจตั้งวัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มความพึงพอใจในความสัมพันธ์และทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาความสัมพันธ์ เพื่อหา Intervention ที่เหมาะสม



1529297606

บรรณานุกรม


1529297606
CU ThesIs 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

1. Erikson EHEH. Youth : change and challenge: Basic Books; 1963.
2. Rauer AJ, Pettit GS, Lansford JE, Bates JE, Dodge KA. Romantic relationship patterns in young adulthood and their developmental antecedents. *Developmental Psychology*. 2013;49(11):2159-71.
3. Hendrick SS. Close relationships: What couple therapists can learn. Belmont, CA, US: Thomson Brooks/Cole Publishing Co; 1995. viii, 147-viii, p.
4. White JK, Hendrick SS, Hendrick C. Big five personality variables and relationship constructs. *Personality and Individual Differences*. 2004;37(7):1519-30.
5. Scanlan F, Bailey A, Parker A. Working with Adolescents: Keeping Romantic Relationships in Mind: Orygen, The National Centre of Excellence in Youth Mental Health; 2015 [cited 2018, March 15]. Available from: <https://www.orygen.org.au/Skills-Knowledge/Resources-Training/Resources/Free/Evidence-Summaries/Working-with-Adolescents-Romantic-Relationships>.
6. Burman B, Margolin G. Analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin*. 1992;112(1):39-63.
7. Chen Z, Guo F, Yang X, Li X, Duan Q, Zhang J, et al. Emotional and Behavioral Effects of Romantic Relationships in Chinese Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*. 2009;38(10):1282-93.
8. Jatchavala C. Romantic Relationships and Mental Health of Adolescents. *Songklanagarind Medical Journal*. 2016;34(6):347-54.
9. Hendrick SS, Hendrick C, Adler NL. Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988;54(6):980-8.
10. Wiratwattanukul N. Associations of sexual minority stress, sexual satisfaction, and conflict-resolution communication on relationship satisfaction of gay men [Thesis]: Chulalongkorn University; 2016.
11. Kanjanaprakit K. Effects of optimism on relationship satisfaction and commitment: the mediating role of positive illusions [Thesis]: Chulalongkorn University; 2013.
12. Aphiwichchosita N. The moderated mediation of extraversion and agreeableness personalities on relationship satisfaction: the mediating role of attachment styles and the moderating role of sex [Thesis]: Chulalongkorn University; 2013.
13. Rawangngan S. Causal relationships of big five personality factors on relationship satisfaction of dating couples with components of love as mediators [Thesis]: Chulalongkorn University; 2010.
14. Tepayayone W. Relationships between personality traits, relationship satisfaction, and love style of dating couples [Thesis]: Chulalongkorn University; 1999.



1529297606

CT :Thesis 6074091030 thesis / recv: 30072562 12:17:37 / seq: 4

15. Programs Offered at Chulalongkorn University: Chulalongkorn University Academic Affairs; 2018 [cited 2018, March 15]. Available from: <http://www.academic.chula.ac.th/program/>.
16. กำหนดอุดมศึกษาไทย: สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน; [cited 2018, March 15]. Available from: <http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.php?book=38&chap=3&page=t38-3-infodetail02.html>.
17. พระราชบัญญัติโอนกรรมสิทธิ์ที่ดินอันเป็นทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ ตำบลปทุมวัน อำเภอปทุมวัน จังหวัดพระนคร ให้จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๔๘๒: ราชกิจจานุเบกษา; 1939 [cited 2018, March 15]. Government Document. Available from: <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2482/A/1364.PDF>.
18. Faculties & Departments: Chulalongkorn University; 2018 [cited 2018, March 15]. Available from: <http://www.chula.ac.th/en/faculties-and-departments>.
19. Couple: Merriam-Webster; 2018 [cited 2018, August 31]. Available from: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/couple>.
20. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 : เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554 / ราชบัณฑิตยสถาน: กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน, 2556
พิมพ์ครั้งที่ 2.; 2013.
21. John Gottman PD. The 5 Types of Couples: The Gottman Institute; 2014 [updated 2014, November 22; cited 2018, August 31]. Available from: <https://www.gottman.com/blog/the-5-couple-types/>.
22. Tackett SL, Nelson LJ, Busby DM. Shyness and Relationship Satisfaction: Evaluating the Associations Between Shyness, Self-Esteem, and Relationship Satisfaction in Couples. The American Journal of Family Therapy. 2013;41(1):34-45.
23. Cusack CE, Hughes JL, Cook RE. Components of love and relationship satisfaction: Lesbians and heterosexual women. Psi Chi Journal of Psychological Research. 2012;17(4):171-9.
24. Sternberg RJ, Hojjat M. Satisfaction in close relationships. New York, NY, US: Guilford Press; 1997. xiii, 429-xiii, p.
25. Sternberg RJ. A triangular theory of love. Psychological Review. 1986;93(2):119-35.
26. Brannan D, Mohr CD. Love, friendship, and social support Champaign, IL: Diener Education Fund publishers; 2018 [cited 2018, March 15]. Available from: <http://nobaproject.com/modules/love-friendship-and-social-support>.
27. Sternberg RJ. Triangulating love. The psychology of love. New Haven, CT, US: Yale University Press; 1988. p. 119-38.

28. John Gottman PD. The 3 Phases of Love: The Gottman Institute; 2014 [updated 2014, November 19; cited 2019, July 22]. Available from: <https://www.gottman.com/blog/the-3-phases-of-love/>.
29. Marina Edelman M. The Life Cycle of Relationships: MentalHelp.net; [cited 2019, July 22]. Available from: <https://www.mentalhelp.net/blogs/the-life-cycle-of-relationships/>.
30. Muzik B. The 5 stages of relationships: which relationship stage is yours at? : Love At First Fight; 2012 [updated 2012, December 3; cited 2019, July 22]. Available from: <https://www.loveatfirstfight.com/category/relationship-advice/>.
31. Fulks R. Recognizing the Five Stages in a Relationship: Love to Know; [cited 2019, July 22]. Available from: https://dating.lovetoknow.com/Five_Stages_in_a_Relationship.
32. Hosie R. The Five Phases of a Relationship: Independent; 2017 [updated 2017, December 9; cited 2019, July 23]. Available from: <https://www.independent.co.uk/life-style/love-sex/five-phases-relationship-spark-honeymoon-intimacy-commitment-heartbreak-eharmony-study-dating-love-a8100971.html>.
33. Madey SF, Rodgers L. The Effect of Attachment and Sternberg's Triangular Theory of Love on Relationship Satisfaction. *Individual Differences Research*. 2009;7(2):76-84.
34. Lehmilller JJ, Christopher RA. Commitment in Age-Gap Heterosexual Romantic Relationships: A Test of Evolutionary and Socio-Cultural Predictions. 2008;32(1):74-82.
35. Skentelbery SG, Fowler DM. Attachment styles of women-younger partners in age-gap relationships. *Evolutionary Behavioral Sciences*. 2016;10(2):142-7.
36. Francis-Tan A, Mialon HM. 'A Diamond is Forever' and Other Fairy Tales: The Relationship between Wedding Expenses and Marriage Duration: SSRN; 2014 [updated 2014, September 15; cited 2019, July 24]. Available from: <https://ssrn.com/abstract=2501480>.
37. Sassanapitax D, Sudjai T, Kamnerdmongkhon W. Relationship between dyadic perfectionism and relationship satisfaction : the mediating role of optimism. Technical reports. Chulalongkorn University; 2013.
38. Stephanie. Sample Size in Statistics (How to Find it): Excel, Cochran's Formula, General Tips: *Statistics How To*; 2018 [updated 2018, January 15; cited 2018, March 15].
39. เรืองตระกูล อ. สถิติประยุกต์ทางพฤติกรรมศาสตร์ I. กรุงเทพมหานคร 2010.
40. สถิตินิสิตจุฬาฯ: สำนักงานการทะเบียน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2018 [updated 2018, April 21; cited 2018, April 21]. Available from: <https://www.reg.chula.ac.th/stats.html>.

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	จิรันธิน เจริญธีระนันท์
วัน เดือน ปี เกิด	11 มีนาคม 2532
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
วุฒิการศึกษา	วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	ศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเศรษฐศาสตร์ธุรกิจและการจัดการ หลักสูตรนานาชาติ คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 19/34 ถนนสุขุมวิท 71 แขวงพระโขนงเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110