

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎี

ความมั่นคงในชีวิตสมรส (Marital Stability)

ความมั่นคงในชีวิตสมรส หมายถึง สถานภาพการสมรสของหญิงชายที่ยังคงสถานภาพสมรสเป็นคู่สมรสอยู่ ทั้งที่เป็นทางการ (Formal) คือ การสมรสกันอย่างถูกต้องตามกฎหมาย และไม่เป็นทางการ (Informal) คือ การใช้ชีวิตคู่อยู่ร่วมกันเอง แม้จะไม่ได้สมรสกันตามกฎหมายก็ตาม ชีวิตสมรสที่มั่นคงนี้จะแปรเปลี่ยนไปเป็นสภาพที่ไม่มั่นคงเมื่อสถานภาพการสมรสสิ้นสุดลง โดยที่คู่สมรสตัดสินใจแยกทาง หย่าร้าง หรือทอดทิ้งกันไป (ไม่นับการสิ้นสุดสถานภาพสมรสโดยการตายจากของคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง)

Fincham, Beach and Davila (2004) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องของการให้อภัยและวิธีการที่คู่สมรสใช้ในการแก้ไขปัญหาซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความมั่นคงในชีวิตคู่ของคู่สมรส โดยได้ทำการวิจัยในกลุ่มคู่สมรสในอเมริกา 2 กลุ่มด้วยกันคือ กลุ่มที่แต่งงานกันได้ 3 ปี และอีกกลุ่มเป็นกลุ่มที่ใช้ชีวิตคู่มานาน (Long term) จำนวน 96 คู่ และใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกแบบตามย้อนหลังไป 6 เดือน โดยให้คู่สมรสนึกถึงเรื่องราวความขัดแย้งของคู่สมรสในระหว่าง 6 เดือนก่อนหน้านั้น และให้นึกถึงอารมณ์ความรู้สึกในขณะนั้น และบริหารจัดการกับความขัดแย้งนั้น ๆ ของคู่สมรส และได้แบ่งวิธีการจัดการกับปัญหาออกเป็น 3 รูปแบบ คือ การตอบโต้ การหลีกเลี่ยง และการใช้ความเอื้ออาทร พบว่า ถ้าภรรยามีความเอื้ออาทร จะทำให้สามารถแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น ถ้าสามีพยายามที่จะหลีกเลี่ยงปัญหา ภรรยาจะไม่มี ความเอื้ออาทรในการที่จะให้อภัยแก่สามี แต่ถ้าสามีมีความเอื้ออาทรให้แก่ภรรยา ภรรยาก็จะไม่คิดที่จะตอบโต้สามี ดังนั้นจึงทำให้พอที่จะสรุปได้ว่า การให้อภัยเป็นสิ่งที่สำคัญมากในช่วงแรกและช่วงกลางของชีวิตสมรส เพราะจะมีส่วนที่ทำให้ชีวิตสมรสอยู่ได้อย่างยาวนาน และจากการศึกษาของ เจมส์ อาร์. ไฮน์ นักวิจัยแห่งมหาวิทยาลัยแอริโซนา ซึ่งศึกษาคู่สมรสจำนวน 200 คู่ที่อยู่กินกันมาอย่างราบรื่นเป็นเวลานานหลายปี พบว่ามีคุณลักษณะบางอย่างของคู่สมรสที่มีผลให้ชีวิตสมรสประสบความสำเร็จและมีแนวโน้มที่จะมีชีวิตอยู่ด้วยกันอย่างยั่งยืน คือ ทั้งคู่พึงใจกันและมีความสุขที่จะอยู่ด้วยกัน มีความสนใจที่เหมือนกัน ทำให้ต่างฝ่ายต่างเป็นทั้งเพื่อนและคู่ชีวิต รวมถึงมีทัศนคติที่สอดคล้องกันเกี่ยวกับบทบาทของหญิงชายในการใช้ชีวิตคู่ ตลอดจนมีค่านิยม เป้าหมายและความเชื่อคล้าย ๆ กัน และที่สำคัญคือมีบุคลิกภาพที่เข้ากันได้ดี (Guinness, 2543: 226-231) เช่นเดียวกับการศึกษาของ Lauer และ Lauer (1986)

ที่ทำการวิจัยคู่สมรสที่อยู่ด้วยกันมาไม่น้อยกว่า 15 ปี จำนวน 351 คู่ โดยใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ และได้สรุปลักษณะของคู่สมรสในกลุ่มนี้ที่มีความคล้ายคลึงกันได้เป็น 7 ประการ คือ การมองคู่สมรสเป็นเหมือนเพื่อนสนิท การที่ชอบลักษณะนิสัยที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์ของคู่สมรส คู่สมรสมีความเชื่อว่าการแต่งงานเป็นพันธะในระยะยาว มีความรู้สึกพิเศษกับการแต่งงาน คู่สมรสมีความเห็นสอดคล้องกันในเรื่องของการดำเนินชีวิตและเป้าหมายของชีวิต มีความรู้สึกว่าคุณสมรสของตนเองมีความน่าสนใจมากขึ้นในแต่ละวันที่อยู่ร่วมกัน และมีความต้องการที่จะให้ชีวิตคู่ประสบความสำเร็จ โดยคุณลักษณะทั้ง 7 ประการนี้จะต้องเป็นคุณลักษณะที่ทั้งสามีและภรรยามีส่วนร่วม ไม่ใช่เพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเท่านั้น จึงจะทำให้คู่สมรสรู้สึกได้ถึงความใกล้ชิด และเข้าใจกันได้ดีมากยิ่งขึ้น การใช้ชีวิตคู่ก็จะมีความสุขและอยู่ร่วมกันได้อย่างยืนยาว นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของ Klagsbrun (1985) และของ Parker (2001) ที่ได้ศึกษาเรื่องของการใช้ชีวิตคู่ให้ยาวนาน และพบว่าคู่สมรสที่แต่งงานกันมานานกว่า 20 ปีขึ้นไป ที่มีความมั่นคงในชีวิตสมรส มักมีปัจจัยเหล่านี้เป็นส่วนเกี่ยวข้องกับชีวิตสมรส

ปัจจัยที่ 1 การอยู่ร่วมกันในช่วงเวลาแห่งการหย่าร้าง เมื่อคนเราแต่งงานกันมาได้ระยะหนึ่ง จะมีบางช่วงเวลาชีวิตสมรสมีความเสี่ยงต่อการหย่าร้างสูง หากคู่สมรสสามารถอยู่ร่วมกันจนผ่านพ้นช่วงเวลานั้นมาได้ ชีวิตสมรสของคนเหล่านั้นก็จะมี ความมั่นคงเพิ่มขึ้น

ปัจจัยที่ 2 ความสามารถในการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อให้เข้ากับคู่สมรสของตนเองได้เป็นอย่างดี รวมถึงการยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นด้วย

ปัจจัยที่ 3 ความสามารถในการอยู่ร่วมกับนิสัยที่ไม่ดีของคู่สมรสได้

ปัจจัยที่ 4 ความคิดพื้นฐานของคู่สมรสที่มีต่อชีวิตคู่ที่ยั่งยืน เพื่อดูถึงทัศนคติคู่สมรสมีต่อการใช้ชีวิตสมรสให้ยาวนาน หากมีเหมือนกันหรือคล้ายคลึงกันทั้งคู่ก็ย่อมที่จะมีเป้าหมายที่ต้องฟันฝ่าไปให้ถึงเหมือนกัน

ปัจจัยที่ 5 ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยความไว้วางใจนี้คู่สมรสควรแสดงออกทั้งต่อหน้าและลับหลัง อีกทั้งยังควรมีระดับความไว้วางใจกันและกันสูงด้วย

ปัจจัยที่ 6 ความพอดีในการให้อิสระและพึ่งพาอาศัยอีกฝ่ายหนึ่ง โดยที่คู่สมรสทั้งสองฝ่ายต้องมีความสมดุล เพราะหากชีวิตคู่มีความอิสระระหว่างกันมากเกินไป พึ่งตนเองมากเกินไป ชีวิตคู่อีกจะไม่เกิดการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน เกิดความไม่ต้องการอีกฝ่ายหนึ่งสำหรับคอยช่วยเหลือในเรื่องต่าง ๆ และมีส่วนทำให้คู่สมรสขาดสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกันไป แต่ถ้าหากคู่สมรสต้องการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอยู่ตลอดเวลา ชีวิตคู่อีกจะไม่มีเวลาเป็นของตนเอง และอาจทำให้คู่สมรส

รู้สึกอึดอัด ไม่มีความสุขสบายใจ และก่อให้เกิดปัญหาแก่ชีวิตคู่ได้ ดังนั้นคู่สมรสทั้ง 2 ฝ่ายต้องช่วยกันสร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นระหว่างความอิสระและความต้องการพึ่งพาอีกฝ่าย

ปัจจัยที่ 7 ความสนุกสนานเพลิดเพลินเมื่ออยู่กับคู่สมรส รวมถึงความชื่นชมในตัวคู่สมรสที่มีความเป็นตัวของตัวเอง และอารมณ์ขันของคู่สมรส รู้สึกมีความสุขกับตัวตนของคู่สมรสในแบบนั้น และมีความต้องการที่จะอยู่ด้วยกัน

ปัจจัยที่ 8 การมองย้อนกลับไปถึงประสบการณ์ในชีวิตคู่ที่ผ่านมาอย่างมีความสุข คือความสามารถในการเก็บเกี่ยวความรู้สึกที่ดี ๆ ในชีวิตสมรสที่ผ่านมาแล้ว และสามารถนำมาทบทวนเพื่อระลึกถึงประสบการณ์ที่ดี ๆ เหล่านั้นได้ในภายหลัง

ปัจจัยที่ 9 ดวง ในที่นี้หมายถึง โอกาสที่คนเราจะพบเจอกับคนที่ จะร่วมทุกข์ร่วมสุขกับเรา ไปจนตายจากกันนับว่าเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ยาก และถือว่าขึ้นอยู่กับโชคของคน ๆ นั้นที่จะมีโอกาสได้พบเจอกับคนเช่นนี้หรือไม่

ทั้งนี้ Parker (2001) ยังได้ให้วิธีการและคำแนะนำในการที่จะเลือกคู่ชีวิตที่จะทำให้ชีวิตสมรสที่มีความยั่งยืน 5 ข้อ ดังนี้

1. ต้องเลือกคู่ที่มีพื้นฐานความคล้ายคลึงกันในเรื่องของเจตคติ ความเชื่อ และเลือกคู่ที่มีความเสี่ยงน้อยที่สุดที่จะทำให้เกิดความขัดแย้งกันในเรื่องต่าง ๆ

2. ต้องให้เวลาในการปลุกฝังการเติบโตทางด้านจิตใจไปพร้อม ๆ กัน เช่น คู่สมรสที่ประสบความสำเร็จต้องใช้เวลาในการคบหาดูใจกันพอสมควร เพื่อจะได้ปรับเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดและจิตใจให้สอดคล้องกัน

3. คู่สมรสควรมีความคิดว่า ความรักที่ดีสามารถทำให้เกิดขึ้นได้ ชีวิตสมรสที่ดีสามารถทำให้เกิดขึ้นได้ ชีวิตสมรสที่ดีไม่ใช่ชีวิตสมรสที่ต้องสมบูรณพร้อมไปทุกอย่างเสมอไป ถึงแม้ว่าชีวิตสมรสอาจจะไม่สมบูรณพร้อม แต่คู่สมรสก็สามารถอยู่ด้วยกันได้อย่างมีความสุข ดังนั้นชีวิตสมรสที่ดีไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนคู่ชีวิตของเราให้สมบูรณแบบไปทุก ๆ เรื่อง

4. ควรมีความซื่อสัตย์และจริงใจต่อกัน โดยเฉพาะความซื่อสัตย์ที่นับว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมาก

5. ต้องมีความยืดหยุ่น เสียสละ พร้อมทั้งจะเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับที่ดี

นอกจากนี้ยังมีผลการศึกษาของ Hinchliff and Gott (2004) ที่ได้ให้คำแนะนำในเรื่องข้อควรปฏิบัติในการที่คู่สมรสจะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างยาวนาน

1. ต้องมีการสร้างความสนิทสนมต่อกัน เปิดเผยความจริงใจต่อกันและกันซึ่งจะมีส่วนทำให้คู่สมรสมีความสนิทสนมกันได้เร็วขึ้น

2. การที่ต่างฝ่ายต่างมีสัญญาต่อกันและกันที่ต้องกระทำในชีวิตคู่ ตั้งแต่การร่วมกันสร้างร่วมกันคิด เพื่อให้การแต่งงานของตนเองเป็นไปในรูปแบบที่ทั้งคู่ต้องการ

3. การปรับตัวเข้าหากัน

ดังนั้น หากคู่สมรสหันหน้าเข้าหากัน เข้าใจกันและกัน เอาใจใส่ในชีวิตสมรสของตนเอง ชีวิตสมรสที่ดี และมีความสุขก็จะสามารถอยู่กับคู่สมรสเหล่านั้นได้อย่างยาวนาน

คุณภาพชีวิตสมรสกับความมั่นคงในชีวิตสมรส

คุณภาพชีวิตสมรส หมายถึง การที่คู่สมรสสามารถปรับตัวเข้าหากันได้ มีความสุขและความพึงพอใจในชีวิตสมรส และการมีความขัดแย้งในชีวิตสมรสในระดับต่ำไม่ได้เป็นปัจจัยกลุ่มเดียวที่เป็นหลักประกันว่าคู่สมรสจะอยู่กันยืนยาว ปრაกฏการณ์ที่เป็นจริงไม่น้อยยืนยันว่า คู่สมรสที่มีคุณภาพชีวิตสมรสสูงมีทั้งที่อยู่กันยืดยาวและไม่ยืดยาว ในขณะที่คู่สมรสที่คุณภาพชีวิตสมรสต่ำกลับอยู่กันยืดยาวก็มี Lewis และ Spanier แจกแจงลักษณะของคู่สมรสในรูปแบบต่าง ๆ กันได้ 4 แบบ (ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) คือ

คู่สมรสแบบที่ 1 เป็นคู่สมรสที่พบอยู่เป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะเป็นคู่สมรสที่ใช้ชีวิตร่วมกันยังไม่ยาวนาน ซึ่งหากประดับประดองกันไปได้อย่างดี ก็จะคงอยู่ในรูปแบบนี้ตลอดไป แต่ก็มีความเป็นไปได้เช่นกันที่เมื่อระยะเวลาการอยู่ร่วมกันนานขึ้น คุณภาพชีวิตสมรสอาจจะลดลงด้วยสาเหตุต่าง ๆ นานา และความมั่นคงในชีวิตสมรสอาจจะแปรเปลี่ยนไปด้วย

คู่สมรสแบบที่ 2 เป็นแบบที่พบเห็นไม่มากนัก คือ การที่คู่สมรสมีคุณภาพชีวิตสมรสสูง แต่กลับอยู่กันไม่ยืดยาว หรือตัดสินใจที่จะแยกกันอยู่ คู่สมรสแบบนี้เริ่มจะพบเห็นมากขึ้น เนื่องจากสังคมยอมรับการแยกกันอยู่มากขึ้น คู่สมรสมีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เมื่อคู่สมรสที่ตัดสินใจอยู่ร่วมกันโดยการแต่งงานมาพบในภายหลังว่าตนมีความสุขในการอยู่เป็นโสด และการคบหาสมาคมกับคู่สมรสปัจจุบันอันที่เพื่อนจะเหมาะสมกว่า ทั้งคู่อาจจะแยกกันอยู่ด้วยความเต็มใจก็ได้

คู่สมรสแบบที่ 3 คู่สมรสที่คุณภาพชีวิตสมรสต่ำ แต่สามารถรักษาภาพชีวิตสมรสอยู่ได้ เป็นรูปแบบของคู่สมรสที่มีปรากฏให้เห็นอยู่มากในปัจจุบัน โดยเฉพาะสภาพของคู่สมรสในช่วงระยะก่อนการแยกทางหรือหย่าร้างกัน ดวงเดือน พันธุมนาวิณ และคณะ (2536 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ศึกษานักเรียนวัยรุ่นในสภาวะเสี่ยงพบว่า จากกลุ่มตัวอย่าง 3,488 คน มีเด็กร้อยละ 13.90 อยู่ในสภาวะครอบครัวแตกแยก (พ่อแม่แยกกันแล้ว) และร้อยละ 11.15 ยังอยู่กับพ่อแม่ แต่เด็กรายงานว่าพ่อแม่ของตนมีความสัมพันธ์ที่ติดต่อกันน้อย ซึ่งพ่อแม่กลุ่มนี้เองสามารถจัดอยู่ในคู่สมรสแบบที่ 3 ซึ่งยังคงสภาพชีวิตสมรสอยู่ แต่คุณภาพชีวิตสมรสน่าจะค่อนข้างต่ำ อาจนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด

คู่สมรสแบบที่ 4 คู่สมรสที่คุณภาพชีวิตสมรสต่ำและได้มีการแยกทางหรือหย่าร้างกันแล้ว คู่สมรสประเภทนี้ อาจกล่าวได้ว่าเกิดจากการที่ทั้งคู่มีคุณภาพชีวิตสมรสต่ำ และไม่มีความสามารถ จะจัดชวากหนามของการใช้ชีวิตร่วมกัน หรือไม่ได้พยายามในทุกวิถีทางที่จะประคับประคองชีวิต สมรสให้อยู่รอดได้ คู่สมรสแบบนี้ คือกลุ่มคนที่มีสถานการณ์สมรสหย่าร้าง ซึ่งมีอยู่ไม่น้อยในปัจจุบัน

ประเด็นสำคัญในการแจกแจงลักษณะคู่สมรสรูปแบบต่าง ๆ เหล่านี้ เนื่องจากการ พยายามมองหาปัจจัยอื่น ๆ ที่จะอธิบายว่า เหตุใดคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีจึงไม่สามารถทำให้ชีวิต สมรสมีความมั่นคงได้เสมอไป ในขณะที่คู่สมรสที่คุณภาพชีวิตสมรสไม่ดีนัก กลับยังคงสภาพชีวิต สมรสอยู่ได้

นอกจากนี้ยังมีกรอบแนวคิดอีกรูปแบบหนึ่งที่กล่าวถึงคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคง ในชีวิตสมรสเช่นกัน คือ กรอบแนวคิดของ Karney and Bradbury (1995) ที่กล่าวถึงปัจจัย 3 ตัวที่ มีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสและความมั่นคงในชีวิตสมรส คือ ความอดทนต่อความเปราะบางของ ชีวิตสมรส (Enduring vulnerabilities) ความเครียดจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต (Stressful events) และกระบวนการในการปรับตัว (Adaptive process) โดยมีกรอบแนวคิดดังนี้



แผนภาพ 1 กรอบแนวคิดของ Karney and Bradbury (1995)

ปัจจัยตัวที่ 1 ความอดทนต่อความเปราะบางของชีวิตสมรส (Enduring vulnerabilities) คือ ความเปราะบางของความอดทนที่เกิดขึ้นในระหว่างชีวิตสมรส เป็นการที่หญิงชายยอมรับ ลักษณะบุคลิกภาพ นิสัย ความคิด และพฤติกรรมของคู่สมรสที่ตนเองมองว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่าพึง

พอใจได้มากน้อยเพียงใด ถ้าสามารถยอมรับได้และอดทนได้มาก ก็แสดงว่าปัจจัยตัวนี้ไม่เกิด ความเสี่ยงต่อชีวิตสมรสเพราะสามารถผ่านพ้นความอดทนมาแล้ว และทำให้เกิดความมั่นคงใน ชีวิตสมรส

ปัจจัยตัวที่ 2 ความเครียดจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต (Stressful life events) ประสบการณ์ ต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตล้วนมีส่วนที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรง เช่น การนอกใจ การตกงาน ถ้าคู่สมรสสามารถผ่านพ้นความเครียดเหล่านี้ได้ ความเสี่ยงในปัจจัยนี้ก็หมดไปเช่นกัน

ปัจจัยตัวที่ 3 กระบวนการในการปรับตัว (Adaptive processes) เป็นขั้นตอนในการปรับตัว คู่สมรสแต่ละคู่มีการปรับตัวที่แตกต่างกันเมื่อเกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้น การปรับตัวนี้ครอบคลุมถึงเรื่อง ของการสื่อสารซึ่งกันและกัน การให้กำลังใจ การสนับสนุนซึ่งกันและกัน ในการร่วมมือกัน แก้ปัญหาเหล่านั้น ถ้าคู่สมรสมีการปรับตัวที่ดี คุณภาพชีวิตสมรสก็จะดีขึ้นด้วย

ถ้าปัจจัยทั้ง 3 อยู่ในเกณฑ์ดี แสดงว่าคู่สมรสมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี และจะนำไปสู่ความ มั่นคงในชีวิตสมรสในที่สุด นอกจากนั้น ตัวแปรเหล่านี้ยังมีส่วนสำคัญที่มีผลต่อชีวิต สมรสอีก 4 ทฤษฎี คือ

ทฤษฎีที่ 1 Attachment theory ที่กล่าวถึงลักษณะบุคลิกภาพที่ทำให้คู่สมรสใช้ชีวิตสมรส ได้อย่างยืนยาว

ทฤษฎีที่ 2 Crisis theory กล่าวถึงการปรับเปลี่ยนช่วงชีวิตไปสู่การเป็นพ่อแม่ และการ มีประสบการณ์ชีวิตที่ไม่ดีและต้องฝ่าฟันไปให้ได้ เพราะถ้าจัดการกับปัญหาชีวิตนั้นได้ ชีวิตสมรสก็ จะมีความสุข

ทฤษฎีที่ 3 Social exchange theory มองถึงการให้และรับของทั้งสองฝ่าย คือ ต่างฝ่าย ต่างต้องมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่อีกฝ่ายต้องการ เปรียบเสมือนการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน

ทฤษฎีที่ 4 Behavioural theory เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงการมีชีวิตที่สมบูรณ์หรือไม่สมบูรณ์ นั้นขึ้นอยู่กับ การกระทำ และพฤติกรรม ซึ่งพฤติกรรมในที่นี้คือ พฤติกรรมในการจัดการกับปัญหา และพฤติกรรมที่จะเชื่อมโยงช่วงรอยต่อของชีวิตที่จะต้องประสบกับปัญหาเหล่านั้นด้วย

ตามที่กล่าวมาข้างต้น ความมั่นคงในชีวิตสมรสมีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตสมรสของคู่ สมรสเป็นอย่างมาก และประกอบไปด้วยปัจจัยต่าง ๆ มากมาย ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษา ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความมั่นคงในชีวิตสมรส โดยแบ่งปัจจัยต่าง ๆ ออกเป็น ปัจจัยก่อนการ สมรส และปัจจัยระหว่างการสมรส ดังนี้

ปัจจัยก่อนการสมรส

ปัจจัยส่วนบุคคล

1. อายุเมื่อแรกสมรส

อายุเมื่อแรกสมรสมีบทบาทอย่างมากในการทำนายว่า การแต่งงานนั้นจะมีความมั่นคงและยั่งยืนหรือไม่ โดยในการศึกษาของ Strong et al. (2001) พบว่า ส่วนใหญ่การแต่งงานในช่วงวัยรุ่นจะนำไปสู่การหย่าร้างกันมากที่สุด และในการศึกษานี้ยังได้พบอีกว่า หญิงชายที่แต่งงานกันในช่วงอายุตั้งแต่ 25 ปี หรือมากกว่านั้น จะมีความเสี่ยงในการที่จะหย่าร้างกันลดน้อยลง อีกทั้งยังเพิ่มโอกาสในการที่จะมีชีวิตสมรสที่มีความสุขมากขึ้น โดยคนที่มีความอายุน้อยมักมีความเป็นผู้ใหญ่ มีวุฒิภาวะที่เหมาะสม มีความรับผิดชอบ มีความเข้าใจในกันและกันรวมทั้งผู้คนรอบข้างมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะยังไม่เกิดในช่วงวัยรุ่น ดังนั้นการแต่งงานหลังอายุ 25 ปี เมื่อหญิงชายมีความพร้อมในทุก ๆ ด้าน ทั้งเรื่องวุฒิภาวะ การศึกษา รวมถึงสถานภาพทางการเงินแล้ว ก็จะมีส่วนในการสนับสนุนให้การแต่งงานมีความมั่นคงและยั่งยืนมากขึ้น ซึ่งการศึกษาของ Kinnunen and Pulkkinen (2003) ก็ได้สนับสนุนในเรื่องของอายุเมื่อแรกสมรส โดยพบว่า ถ้าผู้หญิงแต่งงานเมื่ออายุน้อย โดยที่ตนเองไม่มีความมั่นคงในเรื่องของอาชีพการงาน ไม่สามารถเลี้ยงดูตนเองได้ ไม่สามารถมีบุตรได้เมื่อคู่สมรสต้องการอาจเนื่องมาจากขาดความพร้อมในด้านร่างกาย ก็จะเป็นสาเหตุนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด ดังนั้นชีวิตสมรสจึงควรเริ่มต้นเมื่อทั้งสองฝ่ายสำเร็จการศึกษาและมีหน้าที่การงานดีพอจะประกันได้ว่า เศรษฐกิจของครอบครัวจะมั่นคง และการที่บุคคลสมรสเมื่อมีอายุมากขึ้นย่อมมีโอกาสได้สังเกตและเรียนรู้เรื่องชีวิตสมรสจากชีวิตจริงได้มากขึ้น รวมทั้งสามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองมีความพร้อมในการแต่งงานและสามารถเผชิญปัญหาในการดำเนินชีวิตสมรสได้หรือไม่ (สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์, 2535)

2. ลักษณะบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพคือ ลักษณะเด่นของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นการรวบรวมแบบแผนทั้งหมดมาเป็นบูรณาการของโครงสร้างพฤติกรรม เช่น ความสนใจ ทักษะสติ สติปัญญา ความสามารถ การพูดจา ความถนัด ลักษณะภายนอก การปรับตัวและสิ่งอื่น ๆ ที่แสดงถึงลักษณะนิสัย โดยจะขึ้นอยู่กับรากฐานของความคิด ความรู้สึก และการรับรู้ของแต่ละบุคคล ซึ่งคุณลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้ หากหญิงชายมีในระดับดีมาก่อน การสมรสย่อมจะยังผลให้คู่สมรสมีคุณภาพชีวิตที่ดี (นวลลออ สุภาผล, 2527; ธีญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545)

ทฤษฎีบุคลิกภาพของ Hans Eysenck

Eysenck พัฒนาทฤษฎีบุคลิกภาพนี้มาจากการศึกษาของ Pavlov, Clark Hull, Jung และการวิจัยต่าง ๆ ของเขาเอง ในส่วนของทฤษฎีบุคลิกภาพของ Carl Jung ที่ Eysenck ได้ศึกษานั้น Jung มีความคิดเห็นไม่ตรงกับ Freud จึงได้ตั้งทฤษฎีบุคลิกภาพขึ้นมาใหม่ เรียกว่า Typological model of personality โดย Jung แบ่งบุคลิกภาพออกเป็น 2 ชนิดคือ Introversion และ Extroversion ซึ่งบุคลิกภาพ 2 ชนิดนี้ Jung กล่าวว่ามีความเกี่ยวข้องกับการป่วยทางจิตที่แตกต่างกันออกไป คือ คนที่มีบุคลิกภาพชนิด Introverts หากจะป่วยเป็นโรคจิต มักจะเป็นโรคที่เรียกว่า Psychasthenia ซึ่งเป็นคำศัพท์เดิมที่ใช้เรียกคนโรคจิตที่มีกลุ่มอาการเป็นแบบ Extreme nervousness, anxiety and fatigue ซึ่งปัจจุบันนี้มีคำเรียกเฉพาะขึ้นมาว่า Phobia ซึ่งหมายถึง การกลัวอย่างไม่มีเหตุผลต่อบุคคล สถานที่ และสิ่งของ หรือ Obsessive-compulsive neurosis หมายถึง การย้ำคิดย้ำทำ ซึ่งเกิดจากมีความคิดเกี่ยวกับความก้าวร้าวและเรื่องเพศ ผุดขึ้นมาในความรู้สึกระดับสติสัมปชัญญะแล้วเกิดความกังวล จึงพยายามขจัดความคิดดังกล่าวออกไป โดยการกระทำหรือท่องบ่นข้อความบางอย่างซ้ำ ๆ เช่น การล้างมือบ่อย ๆ สวดมนต์บ่อย ๆ

ส่วนบุคคลที่มีบุคลิกภาพชนิด Extroverts นั้น Jung มีความเห็นว่า หากป่วยเป็นโรคจิต ก็มีแนวโน้มที่จะป่วยเป็น Hysterical disorders คือ เกิดอาการแขนขาไม่มีแรงเคลื่อนไหวไม่รู้สึกรู้สีกตัว ตามองไม่เห็น โดยไม่มีสาเหตุทางร่างกาย ดังนั้น ในขณะที่พวก Introverts เป็นพวกที่มีความกังวล และมีความอ่อนไหวอย่างมาก แต่พวก Extroverts กลับจะมีความอ่อนไหวและความกังวลมากกว่าอีกแต่เปลี่ยนแปลงความกังวลที่มีอยู่นั้นมาเป็นอาการที่แสดงออกให้เห็นได้ทางร่างกาย

Jung ได้อธิบายเกี่ยวกับบุคลิกภาพทั้ง 2 ชนิดดังกล่าวไว้ดังนี้ คือบุคลิกภาพชนิด Introverts มีลักษณะคือ มักมีความลึกลับ ไตร่ตรองครุ่นคิด แยกตัวจากสังคม หวาดระแวง ส่วนบุคลิกภาพชนิด Extroverts นั้นมีลักษณะคือ ชอบท่องเที่ยวไป เปิดเผย ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้รวดเร็ว ก่อความสัมพันธ์กับคนอื่นได้ง่าย ไม่ค่อยเป็นคนชอบสงสัย ชอบเสี่ยงภัยเข้าไปในสถานการณ์ต่าง ๆ จะเห็นว่า พวก Extroverts นั้น เป็นพวกที่ชอบสนใจในเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัว จึงมักจะได้รับการยอมรับเป็นพรรคพวกจากคนรอบข้าง พวกนี้ชอบให้คนอื่น ๆ เข้ามาปฏิสัมพันธ์กับตัวเอง เมื่อมีความกังวลในใจจึงมักจะแสดงอาการออกมาให้เห็นทางร่างกาย เพื่อขอความเห็นใจจากคนอื่น ซึ่งการเรียกร้องความสนใจแบบนี้ หากเป็นลักษณะของโรคจิต ก็เรียกว่า Hysterical neuroses ส่วนมาก Introverts นั้นเป็นคนไม่ค่อยชอบเข้าสังคม แต่ชอบคิดไตร่ตรองก่อนที่จะทำ

อะไรเสมอ หากจะมีปัญหาทางสุขภาพจิต พวก Introverts จึงมักจะมีอาการคือ มีความกังวลเป็นลักษณะเด่น

ในยุคแรก ๆ ที่มีการตรวจสอบทฤษฎีของ Jung นั้น Eysenck และคณะก็ได้รวบรวมกลุ่มตัวอย่างคนไข้ที่ป่วยด้วยโรคประสาท จำนวน 700 คน จาก Mill Hill Emergency Hospital โดยเลือกเอาเฉพาะผู้ที่มีประวัติการป่วยและประวัติการรักษาอย่างสมบูรณ์มาแล้ว Eysenck ก็เอาข้อมูลของคนไข้แต่ละคนนั้นมาทำการวิเคราะห์ปัจจัย (Factor analysis) แล้วสรุปลักษณะของผู้ป่วยเหล่านั้นออกมาได้เป็น 2 ปัจจัย ปัจจัยแรกเรียกว่า General neuroticism ลักษณะของคนไข้ในกลุ่มนี้คือพวกที่มีบุคลิกภาพไม่ดี ชอบฟังผู้อื่น ความสนใจแคบ พ่อแม่มีความผิดปกติ มีครอบครัวที่ไม่มีความสุข มีความผิดปกติอยู่แล้วก่อนที่จะป่วยเป็นโรคจิตซึ่งลักษณะเหล่านี้ได้มาจากประวัติการลงความเห็นของแพทย์ที่ดูแลคนไข้เหล่านี้

ปัจจัยที่สองที่ได้จากการทำ Factor analysis ของ Eysenck ในครั้งนั้นดูเหมือนว่าจะตรงกับสมมุติฐานของ Jung คือ บุคคลที่มีลักษณะของ Neuroticism สูงนั้นสามารถแยกออกได้เป็น 2 ประเภท ประเภทแรกคือ พวกที่ปรับตัวได้ไม่ดีที่มีอาการเกี่ยวข้องกับการมีความกังวลสูง ย้ำคิด ปวดศีรษะ ตัวสั่น มักหงุดหงิด ส่วนประเภทที่สองเป็นพวกที่ปรับตัวได้ไม่ดีที่มีลักษณะชอบเรียกร้องความสนใจ มีการเจ็บป่วยโดยหาสาเหตุทางร่างกายไม่พบ ไม่มีเรี่ยวแรง ความสนใจแคบ ชอบไปหาหมอให้ตรวจอยู่เสมอ (Hypochondriasis) มีประวัติเกี่ยวกับการทำงานที่ไม่ดีนัก และมีความยากลำบากในเรื่องเพศสัมพันธ์

อย่างไรก็ตาม การแบ่งบุคลิกภาพออกเป็น 2 ชนิดดังที่กล่าวมานั้น ไม่ได้ถูกแบ่งขึ้นเป็นครั้งแรกโดย Jung แต่มีประวัติมายาวนานนับสองพันปีมาแล้ว นับตั้งแต่ยุคของ Hippocrates, Galen, Pavlov และ Clark L. Hull ซึ่งนักวิชาการเหล่านั้นพยายามที่จะจัดแบ่งบุคลิกภาพของคนโดยการพิจารณาลักษณะต่าง ๆ (Traits) ของบุคคลที่ได้สังเกตเห็น แล้วนำมารวมกลุ่มกันเข้าเพื่อจัดแบ่งลักษณะเหล่านั้นออกเป็นบุคลิกภาพแต่ละชนิด (Type) ซึ่ง Eysenck เองก็ใช้วิธีการเหล่านั้นมาศึกษาบุคลิกภาพของบุคคล แต่เขาได้เพิ่มความน่าเชื่อถือของวิธีการเหล่านั้นขึ้น โดยมีการวิจัยทดลอง และนำเอาวิชาสถิติเข้ามาใช้ด้วยซึ่งถือเป็นวิธีการศึกษาบุคลิกภาพแบบวิทยาศาสตร์ Eysenck แบ่งบุคลิกภาพออกเป็น 2 ด้าน (Dimension) คือ ด้านเก็บตัว-แสดงออก (Introversion-Extraversion) และด้านอารมณ์ไม่มั่นคง-อารมณ์มั่นคง (Neuroticism-Stability) ดังนี้ (Robinson, 2000)

บุคลิกภาพแบบชอบเก็บตัว (Introversion) คือบุคลิกภาพที่มีลักษณะเงียบเฉยชอบเก็บตัว เบื่อ ไม่ชอบสังคมกับคนอื่น ๆ มองเข้าสู่ตนเอง ชอบอ่านหนังสือและค้นคว้าตามลำพัง

มากกว่าที่จะทำงานร่วมกับคนอื่น ๆ สนุกกับคนยาก มักไต่ร่ตรงก่อนลงมือทำสิ่งต่าง ๆ ทำอะไรมักใช้ความระมัดระวังอย่างมาก ไม่ชอบกิจกรรมที่ตื่นเต้นโลดโผน ดำเนินชีวิตประจำวันด้วยความเคร่งขรึม ชอบความเป็นระเบียบเรียบร้อย ควบคุมความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจไว้ได้มาก มีพื้นฐานอารมณ์ที่ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ดูน่าเชื่อถือ บางครั้งมักมองโลกในแง่ร้าย ยึดถือแบบมาตรฐาน จรรยาบรรณของสังคมมาก

บุคลิกภาพแบบชอบแสดงตัว (Extraversion) คือบุคลิกภาพที่มีลักษณะการแสดงออกที่มีอัยาศัยไมตรี ชอบเข้าสังคม ชอบพูดคุยกับคนอื่น มีเพื่อนมาก ไม่ชอบการทำงานตามลำพัง ชอบทำกิจกรรมที่ให้ความตื่นเต้น ชอบเสียง ค่อนข้างหุนหันพลันแล่น ชอบทำตลก ขบขัน ไม่ชอบความจำเจ ไม่ค่อยมีความกังวล ชอบทำตามสบาย มองโลกในแง่ดี ชอบสนุก ร่าเริง ไม่ค่อยน่าเชื่อถือ มีแนวโน้มที่จะแสดงความก้าวร้าวและความรู้สึกออกมาตรง ๆ

บุคลิกภาพแบบที่ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) คือบุคลิกภาพที่มีลักษณะอารมณ์รุนแรง อ่อนไหวง่าย คิดไม่รู้จักจบ มีความรับผิดชอบเกินตัว รู้สึกวิตกกังวลต่อทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นแม้ในสถานการณ์ที่รู้ว่าไม่เป็นอันตราย ไม่สามารถทนต่อสภาวะที่มีความเครียดมาก ๆ ได้ และมักมีอาการที่แสดงออกมาทางร่างกาย

บุคลิกภาพแบบที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ (Stability) คือบุคลิกภาพที่มีลักษณะที่มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะของอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่ดี รวมทั้งมีการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี

ลักษณะของบุคลิกภาพที่มีโอกาสน้อยที่จะพบกับความพึงพอใจในชีวิตสมรสคือ การไม่บรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ น้อย มีการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ไม่ค่อยดี ไม่ค่อยมีทักษะในการอยู่ร่วมกับคนอื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของไชยยันต์ สุขบาล (2538) พบว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านอารมณ์ไม่มั่นคง-อารมณ์มั่นคง (Neuroticism-Stability) ของภรรยาสามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาได้ คือ ยิ่งภรรยามีบุคลิกภาพแบบไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์มากเท่าใด ภรรยาก็มีแนวโน้มที่จะไม่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส ส่วนบุคลิกภาพที่จะส่งเสริมให้มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสนั้น เป็นบุคลิกภาพแบบบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น ปรับตัวได้ดี มีทักษะในการคบค้าสมาคมกับคนอื่นได้ดี เช่นเดียวกับผลการวิจัยของ Kelly and Conley (1987 อ้างใน Larsen and Buss, 2002) ได้ทำการศึกษาระยะยาวเกี่ยวกับเรื่องของบุคลิกภาพกับความมั่นคงในชีวิตสมรส โดยเริ่มตามคู่รักจำนวน 300 คู่ ตั้งแต่เป็นคู่หมั้นกันจนกระทั่งแต่งงานโดยมีระยะเวลาการเก็บข้อมูลนานถึง 50 ปี ตั้งแต่ปี 1930-1980 และพบว่า มีคู่หมั้นที่ถอนหมั้นกันทั้งหมด 22 คู่ มีคู่สมรสที่หย่ากันจำนวน 50 คู่ และมีคู่สมรสที่อยู่

กันอย่างมั่นคง 228 คู่ จากนั้นได้ทำการถามถึงบุคลิกภาพของคู่สมรสจากคนคุ้นเคยรอบข้างของ คู่สมรสในกรอบแนวคิดที่ได้วางไว้ให้ และทำให้ได้ข้อสรุปเรื่องของบุคลิกภาพที่สามารถทำนายถึง คู่สมรสที่ไม่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส รวมไปถึงการหย่าร้างได้ คือ ลักษณะบุคลิกภาพแบบที่ ไม่มั่นคงในอารมณ์ (Neuroticism) ของทั้งสามีและภรรยา และการที่สามีไม่สามารถควบคุมความต้องการของตนเองได้ ดังนั้น ในคู่สมรสที่มีการใช้ชีวิตอย่างมั่นคง จะพบลักษณะบุคลิกแบบที่ไม่มั่นคงในอารมณ์ (Neuroticism) ในระดับต่ำ และสามีจะมีระดับการควบคุมตนเองในระดับที่ค่อนข้างสูง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bossom and Maslow (1957 อ้างใน ไชยยันต์ สุขบาล, 2538) ที่ศึกษาพบว่า บุคคลที่มีความมั่นคง เปิดเผย และเข้าสังคมเก่ง (Stability) มีแนวโน้มที่จะตัดสินใจหรือรับรู้ผู้อื่นในแง่ดีอยู่เสมอ และงานวิจัยของ Stinnett et al. (1977 อ้างใน ไชยยันต์ สุขบาล, 2538) ซึ่งศึกษาวิจัยลักษณะทางบุคลิกภาพ (Personality traits) ของบุคคลที่สมรสแล้วพบว่า ผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส มักจะมีลักษณะของบุคลิกภาพโดยทั่วไปที่ส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล ลักษณะเหล่านั้นได้แก่ การมีความมั่นคงทางอารมณ์ การมีเมตตา การมีความใส่ใจ (Considerate) การมีความร่วมมือช่วยเหลือ และการมองโลกในแง่ดี และงานวิจัยของไชยยันต์ สุขบาล (2538) ที่พบว่าถ้าภรรยามีบุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงทางอารมณ์มาก ภรรยาที่มีแนวโน้มที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากด้วย สำหรับบุคลิกภาพด้านเก็บตัว-แสดงออก (Introversion-Extraversion) ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยา และไม่สามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตสมรสของภรรยาได้ ในทางตรงข้ามจากการศึกษาของ Kinnunen and Pulkkinen (2003) ซึ่งทำการศึกษาทั้งผู้หญิงและผู้ชาย พบว่าบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ส่งผลให้การแต่งงานไม่มีคุณภาพ โดยผู้หญิงที่มักประสบความล้มเหลวในชีวิตสมรสจะมีลักษณะของความเป็นคนที่วิตกกังวล (Anxiety) และยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของตนเองโดยไม่ต่อต้านหรือต่อสู้เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ดีกว่า และในผู้ชายก็จะพบลักษณะของความเป็นคนที่วิตกกังวล มีอารมณ์ไม่คงที่ และเป็นคนที่ก้าวร้าว ลักษณะบุคลิกภาพของผู้หญิงและผู้ชายแบบนี้เมื่อแต่งงานก็จะทำให้เกิดปัญหาในครอบครัวได้ง่าย และทำให้ชีวิตสมรสไม่มีความสุข

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบวัดบุคลิกภาพ MPI (The Maudsley Personality Inventory) ตามทฤษฎีของ Eysenck ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว (อ้างใน จินตนา กมลพันธ์, 2545) อีกทั้งยังทำการตรวจสอบสมมุติฐานในเรื่องของความเหมือนหรือความแตกต่างของบุคลิกภาพและนิสัยของคู่สมรส เนื่องจากยังมีนักวิชาการอีกหลายท่านได้ถกเถียงกันถึงแนวความคิดที่ว่า การที่หญิงชายมีบุคลิกภาพและนิสัยที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง หรือ

Opposite attraction มักเป็นสิ่งที่ดึงดูดและทำให้ทั้งคู่เกิดความสนใจซึ่งกันและกัน ช่วยเติมเต็มความสัมพันธ์ในครอบครัวได้ดียิ่งขึ้น (Strong, DeVault, Sayad, and Cohen, 2001) โดยเฉพาะลักษณะนิสัยที่เอื้อต่อกันในการที่คู่สมรสจะใช้ชีวิตสมรสอย่างประนีประนอม เช่น คนมีอารมณ์ขันกับคนที่เคร่งเครียด คนใจร้อนกับคนใจเย็น คนเป็นผู้นำและคนเป็นผู้ตาม เป็นต้นซึ่งลักษณะนิสัยเช่นนี้จะช่วยให้หญิงชายใช้ชีวิตสมรสได้อย่างประสบความสำเร็จ (National Council on Family Relations, n.d.) แนวความคิดดังกล่าวนี้ได้รับการศึกษาอย่างลึกซึ้งโดย Antill, 1983; Buss, 1984; Lesnick-Oberstein and Cohen, 1984; Kurdek and Smith, 1987 ซึ่งได้ศึกษาพบว่าความแตกต่างหรือ Opposite attraction นั้นมีผลจริงในช่วงของการคบหาหรือช่วงเริ่มต้นของการมีปฏิสัมพันธ์กัน แต่หญิงชายที่ประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิตครอบครัวจะมีความแตกต่างกันในเรื่องบุคลิกภาพและนิสัยน้อยที่สุด โดยที่ความคล้ายคลึงกันในเรื่องของลักษณะบุคลิกภาพและนิสัยกลับเป็นสิ่งที่จะทำให้คู่สมรสใช้ชีวิตสมรสอย่างมั่นคงและยืนยาวกว่า เนื่องจากหญิงชายจะมีการสื่อสารต่อกันได้ดีกว่า มีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจกันได้มากกว่า มีความชอบและไม่ชอบที่คล้ายคลึงกัน มีความเชื่อที่เหมือนกัน เป็นต้น นอกจากนี้ Mehrabian (1989) ยังเสริมอีกว่า การที่คนเราเลือกคู่ครองที่มีบุคลิกภาพและนิสัยที่เหมือนกัน เพราะบุคคลเหล่านั้นจะเกิดความรู้สึก เคยชินและรู้สึกสบายใจในการใช้ชีวิตร่วมกัน ลักษณะเช่นนี้จะทำให้เกิดความเหมาะสมกันสูงขึ้น และนำมาสู่ความพึงพอใจในชีวิตสมรสตามมา (Pines, 1999) ดังนั้น ตั้งแต่เริ่มแรกที่หญิงชายดึงดูดซึ่งกันและกันในการเริ่มมองหา คู่หญิงชายก็มักจะมองหาคนที่เหมือนกับเรา มีลักษณะบุคลิกภาพที่คล้ายเรามีกรีธาท่าทางรวมถึงหน้าตาที่คล้ายกัน มีความสนใจและมีเป้าหมายในชีวิตที่คล้ายกับตนเอง สิ่งเหล่านี้จะช่วยในการพัฒนาความสัมพันธ์ให้ลึกซึ้ง และกลายเป็นความรักความเข้าใจในที่สุด (Pines, 1999)

นอกจากความคล้ายคลึงกันในเรื่องของลักษณะบุคลิกภาพและนิสัยที่มีส่วนสำคัญในการเลือกคู่ชีวิตและทำให้ชีวิตสมรสยั่งยืนแล้ว ลักษณะทางกายภาพที่คล้ายคลึงกันก็ยังมีผลในการตัดสินใจเลือกคู่ครองด้วยเช่นกัน ดังเช่นงานวิจัยของ Galton (1884) ที่พบว่าคนเรามักจะเลือกบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่คล้ายคลึงกับเรา เพราะลักษณะทางกายภาพที่คล้ายคลึงนี้มันมีผลต่อความรู้สึกในจิตใต้สำนึกของคนเราที่ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น คุ้นเคยเหมือนกับคนในครอบครัว ไม่รู้สึกว่าเป็นคนแปลกหน้า และจะช่วยส่งผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกรวมถึงการยอมรับในตัวบุคคลนั้นได้มากยิ่งขึ้น (Pines, 1999)

3. สถานภาพสมรสของบิดามารดา

สถานภาพสมรสของบิดามารดาของคู่สมรส หมายถึง การที่คู่สมรสได้รับการถ่ายทอดประสบการณ์ของชีวิตสมรสมาจากชีวิตสมรสของบิดามารดา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของบทบาทหน้าที่ของแต่ละฝ่าย การรับผิดชอบต่อครอบครัว ความรักใคร่ผูกพัน อดทน ประนีประนอมกันระหว่างการใช้ชีวิตร่วมกัน การร่วมมือกันแก้ไขปัญหาของครอบครัว ฯลฯ การที่หญิงชายได้เห็นบทบาทที่พ่อแม่ของตนกระทำต่อหน้าที่ในครอบครัว อาจส่งผลต่อการเลือกกระทำตามแบบอย่างของพ่อแม่หรือไม่ก็ได้ ตั้งแต่เรื่องของการคัดเลือกคนที่เหมาะสมมาเป็นคู่อชีวิต การที่ตนจะแสดงบทบาทหน้าที่นั้น ๆ เมื่อถึงเวลาที่ตนมีชีวิตสมรสด้วย และหญิงชายก็มักจะมองหาคู่ครองที่มีลักษณะครอบครัวรวมถึงลักษณะคุณภาพชีวิตของพ่อแม่ที่คล้ายคลึงกัน และเจตคติที่มีต่อชีวิตครอบครัวที่เหมือน ๆ กัน เพราะจะทำให้คู่สมรสรู้สึกอบอุ่นเหมือนอยู่กับครอบครัวเดิมของตนเอง (Pines, 1999)

แบบอย่างจากบิดามารดาหรือคุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดาที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสของคู่สมรสนั้น มีผลงานวิจัยไทยสนับสนุนพอสมควร เช่น อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดามีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส เช่นเดียวกับสุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2535) พบว่าคุณภาพชีวิตสมรสของบิดามารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยต่างประเทศของ Feng, Gearusso, Bengtson and Frye (1999) ซึ่งศึกษาวิจัยเรื่องเกี่ยวกับแบบอย่างของบิดามารดาที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตและความไม่มั่นคงในชีวิตสมรส โดยเป็นการศึกษาวิจัยแบบสำรวจระยะยาว และมีการเก็บผลการวิจัยหลายช่วง คือปี 1971, 1985, 1988, 1994 และ 1997 โดยครอบครัวจะต้องประกอบด้วยสมาชิก 3 รุ่น คือ รุ่นปู่ย่าตายาย พ่อแม่ และลูกที่มีอายุมากกว่า 16 ปี และให้สมาชิกทุกช่วงวัยตอบแบบสอบถาม ซึ่งผลการวิจัยในแต่ละปีก็จะมีผลแตกต่างกัน และได้สรุปผลการวิจัยออกมาว่า การหย่าร้างของพ่อแม่ ส่งผลกระทบต่อลูกสาวมากที่สุด คือ เมื่อลูกสาวออกไปสร้างครอบครัว จะมีโอกาสที่จะเกิดการหย่าร้างได้สูง หรือหากไม่หย่าร้างก็จะส่งผลให้คุณภาพชีวิตสมรสต่ำ

4. ระยะเวลาการคบหาก่อนสมรส

ระยะเวลาการคบหาก่อนสมรส หมายถึง ระยะเวลาที่หญิงชายใช้ในการคบหาดูใจกันก่อนที่จะแต่งงาน ซึ่งระยะเวลาในการคบหากันนี้ไม่ควรใช้เวลาสั้นหรือยาวนานเกินไปถึงจะประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิตสมรส โดยหากใช้เวลาในการคบหากันสั้นเกินไปหญิงชายอาจไม่ได้เรียนรู้ซึ่งกันและกันได้ดีพอและจะเกิดปัญหามากหลังจากสมรสแล้ว หากใช้ระยะเวลาการคบหา

กันยาวนานเกินไป หญิงชายก็อาจเกิดปัญหาต่าง ๆ ได้ เช่น หญิงชายอาจเกิดความรู้สึกไม่อยากแต่งงาน หรือเมื่อแต่งงานกันไปก็อาจเกิดปัญหาในเรื่องของการรักษาสัญญา และในบางคู่ที่มีลักษณะการคบหาแบบดีวดีดีวเลิ (Up-and-down relationships) เมื่อแต่งงานแล้วก็มักจะมีลักษณะการใช้ชีวิตคู่ในแบบเดิมเช่นกัน

ดังนั้น ช่วงระยะเวลาที่พอดีและเหมาะสมในการคบหากัน ควรสังเกตจากความสามารภในการสื่อสารกับคู่ของเราได้ดี โดยที่ลักษณะและวิธีการสื่อสารจะออกมาในรูปแบบที่สร้างสรรค์ ความสามารภในการยอมรับกันและกัน การยืดหยุ่นปรับตัวเข้าหากัน และเมื่อเกิดปัญหาต่าง ๆ หญิงชายสามารถช่วยกันแก้ไขปัญหาเหล่านั้นให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี สิ่งเหล่านี้จะเป็นเครื่องชี้บอกถึงระยะเวลาที่เหมาะสมในการที่หญิงชายตกลงใจแต่งงานกัน (Strong et al., 2001)

ในช่วงของระยะเวลาการคบหาก่อนการสมรสนั้น จะมีขั้นตอนของการคัดเลือกบุคคลที่สนใจในลักษณะที่คล้ายกันคือ ขั้นตอนแรกจะเริ่มจากการที่คนเราจะมีภาพและลักษณะของคนรักในแบบที่ตนเองต้องการ ถ้าบุคคลนั้นตรงตามภาพที่เคยนึกคิดไว้ก็จะเข้าสู่ขั้นตอนที่สอง คือ เริ่มมองถึงความคล้ายคลึงหรือความแตกต่างของค่านิยม ฐานะทางสังคม พันนิสัย และบุคลิกภาพ จากนั้นก็จะเข้าสู่ขั้นตอนที่สาม คือ เริ่มปรับตัวเข้าหากัน ยังมีการปรับตัวเข้าหากันน้อย เพราะมีความคล้ายคลึงกันสูง หญิงชายก็จะยังมีความพึงพอใจในความสัมพันธ์นั้นมากขึ้น (Pines, 1999) และเมื่อหญิงชายผ่านกระบวนการคัดเลือกคู่ครองตามขั้นตอนเหล่านี้ รวมถึงมีระยะเวลาในการคบหาดูใจที่เหมาะสมแล้ว ก็จะสามารถตัดสินใจที่จะใช้ชีวิตคู่ด้วยกันต่อไปได้

5. ระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา หมายถึง ระดับของการศึกษาของคู่สมรสก่อนแต่งงาน ซึ่งความคล้ายคลึงหรือแตกต่างกันระหว่างคู่สมรสในเรื่องของระดับการศึกษาอาจส่งผลต่อชีวิตสมรสในแง่ต่าง ๆ เช่น เรื่องของความเข้าใจกัน การยอมรับจากผู้คนรอบข้าง รวมถึงหน้าตาและสถานะทางสังคมด้วย อีกทั้งการศึกษายังนำมาซึ่งรายได้ครอบครัว ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก็จะส่งผลต่อไปถึงการอบรมเลี้ยงดูลูกและสภาพของครอบครัวได้เช่นกัน (Strong et al., 2001) ความคล้ายคลึงกันด้านนี้จะทำให้สามีภรรยาที่มีความคิดความอ่านที่ใกล้เคียงกัน พุดกันเข้าใจได้ง่ายเนื่องจากได้เรียนรู้มาในระดับใกล้เคียงกัน ต่างฝ่ายต่างไม่มีปมด้อย มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่อาจถูกเหยียดหยามกันได้ (Pines, 1999)

ความสัมพันธ์ของความคล้ายคลึงทางการศึกษากับคุณภาพชีวิตสมรสนี้มีผู้วิจัยไว้มากมาย เช่น Blood และ Wolfe (1960 อ้างใน ธีญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ศึกษาพบว่า

คู่สมรสที่มีระดับการศึกษาเท่าเทียมกัน มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส มากกว่าคู่ที่มีการศึกษาในระดับต่างกัน Bumpass และ Sweet (1972 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) พบว่ายิ่งคู่สมรสมีการศึกษาที่ต่างกันมากเท่าใด ย่อมทำให้ความไม่มั่นคงในชีวิตสมรสมีมากขึ้นเท่านั้น โดยเฉพาะในคู่สมรสที่ภรรยา มีระดับการศึกษาสูงกว่าสามีจะมีอัตราการหย่าร้างสูงกว่ากลุ่มคู่สมรสที่สามีมีระดับการศึกษาสูงกว่าภรรยาและกลุ่มที่มีระดับการศึกษาเท่าเทียมกัน สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2535) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส พบว่า ระดับการศึกษาเป็นปัจจัยคัดสรรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส ซึ่งแสดงว่า ถ้าบุคคลมีการศึกษาดำ ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะต่ำ แต่หากบุคคลมีระดับการศึกษาสูง ความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะสูง สิริพงษ์ ศรีตุลา, ร.ต.อ. (2541 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ศึกษาการปรับตัวในชีวิตสมรสของข้าราชการตำรวจ พบว่า ข้าราชการตำรวจที่มีภรรยาที่มีการศึกษาดำ จะมีการปรับตัวในชีวิตสมรสได้ไม่ดีเท่าข้าราชการตำรวจที่มีภรรยาที่มีการศึกษาระดับสูง บรรพต เวียงนนท์, พ.ต.ท. (2542 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการตำรวจ พบเช่นกันว่า คู่สมรสที่มีการศึกษาใกล้เคียงกันมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

6. ฐานะทางเศรษฐกิจ

ฐานะทางเศรษฐกิจของคู่สมรส หมายถึง รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว ซึ่งเป็นรายได้รวมของทั้งสามีภรรยา และเป็นรายได้ที่นำมาใช้จ่ายเพื่อทำให้ครอบครัวมีความสุข มีความมั่นคง ซึ่งลักษณะตามธรรมชาติของมนุษย์ในการเลือกคู่ครองในช่วงแรกนั้นก็มักจะเลือกคนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจที่คล้ายคลึงกับเราโดยอาจวัดจากการประกอบอาชีพและรายได้ที่ได้รับที่ไม่แตกต่างกับตนเอง (Pines, 1999) การวัดรายได้ของคู่สมรสสำหรับการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และความยั่งยืนนี้อาจจะไม่ได้หมายถึงความมั่งคั่งของจำนวนเงินที่ได้รับ แต่ควรจะหมายถึงความรู้สึกพอเพียงของรายได้ที่ครอบครัวสามารถใช้จ่ายเพื่อการยังชีพอย่างมีความสุขได้ ซึ่งแต่ละคนแต่ละครอบครัวจะมีความรู้สึกพอเพียงในระดับที่ไม่เท่ากัน ดังนั้นชีวิตความเป็นอยู่ก็นับเป็นปัจจัยสำคัญที่จะส่งผลไปถึงความพึงพอใจและความมั่นคงในชีวิตสมรสได้เช่นกัน ดังเช่นผลการวิจัยของ สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2535) บรรพต เวียงนนท์, พ.ต.ท. (2542 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) พบว่า ความพอเพียงของรายได้ในครอบครัวมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส ส่วนไชยา พรหมวิชิตกุล, ร.ต.อ. (2541 อ้างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ซึ่งศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสครอบครัวข้าราชการตำรวจผ่านความเห็นของลูกข้าราชการตำรวจ พบว่า

ลูกที่รายงานว่าครอบครัวตนเองมีรายได้พอเพียงจะมีความเห็นว่าพ่อแม่ของตน มีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดีด้วย และกนิษฐา บุญยัง (2541) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรสของประชาชนทั่วไปในจังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ความพอเพียงของรายได้ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลโดยตรงต่อความ พึงพอใจในชีวิตสมรส โดยคู่สมรสที่มีความพอเพียงของรายได้ จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสมากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความพอเพียงของรายได้

7. เพศ

เพศ (Sex) หมายถึง เพศที่กำหนดขึ้นโดยธรรมชาติ และเป็นข้อกำหนดทางสภาวะชีววิทยา ซึ่งเปลี่ยนแปลงไม่ได้กำหนดให้บุคคลเกิดมามีเพศเป็นหญิงหรือชาย ได้แก่ ความแตกต่างทางอวัยวะเพศทั้งภายในและภายนอก ความแตกต่างทางฮอร์โมนเพศหญิง และฮอร์โมนเพศชาย ความแตกต่างทางโครโมโซมเพศ และมีบทบาทเพศ (Sex role) ที่แตกต่างกัน เช่น ในการให้กำเนิดผู้หญิงเท่านั้นที่สามารถตั้งครรภ์และคลอดบุตรได้ ในขณะที่ผู้ชายจะสามารถผลิตอสุจิได้ (ภัสสร ลิมานนท์, 2544; เสาวนิจ รัตนวิจิตร, ม.ป.ป.)

ส่วนความเป็นหญิงชาย (Gender) หมายถึง เพศที่ถูกกำหนดโดยเงื่อนไขทางสังคมหรือวัฒนธรรมให้แสดงบทบาทหญิงหรือบทบาทชาย (Gender role) ซึ่งบทบาทหญิงชายนี้ไม่ตายตัวและอาจเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ตามสภาวะการณ์และเงื่อนไขของสังคมที่เปลี่ยนไปในแต่ละสังคมแต่ละวัฒนธรรม โดยเฉพาะภายใต้อิทธิพลของความเป็นเมืองและการพัฒนาประเทศอุตสาหกรรมมากขึ้น และเป็นสิ่งที่สังคมคาดหวังว่าหญิงชายควรมีพฤติกรรมที่เหมาะสมอย่างไร โดยเด็กหญิงและเด็กชายจะถูกอบรมสั่งสอนให้มีบทบาท พฤติกรรม พัฒนาการทางอารมณ์ สติปัญญา และความคาดหวังในชีวิตในลักษณะที่ต่างกัน (ภัสสร ลิมานนท์, 2544; เสาวนิจ รัตนวิจิตร, ม.ป.ป.) นอกจากนี้ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ (Gender relation) ก็ยังคงถูกกำหนดและควบคุมโดยบันทัดฐานและค่านิยมของแต่ละสังคมเช่นเดียวกัน เพราะเมื่อสังคมกำหนดบทบาทและความรับผิดชอบให้แก่แต่ละเพศแล้ว ก็เป็นที่รู้กันว่าความสัมพันธ์ระหว่างกันของหญิงและชายควรเป็นไปในรูปแบบใดตามความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการกำหนดบทบาทนั้น ๆ (ภัสสร ลิมานนท์, 2544) ซึ่งมีงานวิจัยต่างประเทศของ Cunningham และ Russell (2004) ได้ศึกษาถึงอิทธิพลของบทบาทหญิงชาย (Gender role) ที่มีต่อความรัก การเลือกคู่ครอง และการแต่งงาน โดยสำรวจกลุ่มตัวอย่างหญิงชายจำนวน 143 คน และใช้แบบสอบถาม Bem Sex-Role Inventory (BSRI) ในการทดสอบความเป็นหญิงความเป็นชาย พบว่า ผู้หญิงและผู้ชาย มีความเป็นหญิง (Femininity) ความเป็นชาย (Masculinity) ในตัวไม่เท่ากัน ส่วนใหญ่แล้วผู้ชายควรมีความเป็นชายมากกว่าความเป็นหญิงจึงจะเรียกว่าเป็นเพศชาย นอกจากนี้ยังศึกษาถึงอิทธิพลของ

ความเป็นหญิงชายและความพึงพอใจในรูปร่างภายนอกที่มีต่อการเลือกคู่ครองพบว่า ผู้ชายที่มีความเป็นชาย (Masculinity) สูงมักเลือกคู่โดยการให้ความสำคัญในรูปร่างภายนอกเป็นเกณฑ์ ในขณะที่ผู้ชายบางคนที่มีความเป็นหญิง (Femininity) ในตัวสูงจะเลือกคู่จากอารมณ์ความรู้สึกทางด้านจิตใจที่มีต่อกันมากกว่ารูปร่างภายนอก ส่วนผู้หญิงที่มีความเป็นหญิง (Femininity) สูงก็จะเลือกคู่โดยอาศัยระดับของความรู้สึกไว้วางใจ (commitment) ความมั่นคง และสถานภาพ (status) ทางด้านสังคมเป็นหลัก ดังนั้น ความแตกต่างทางเพศสภาพ (Gender difference) จึงมีความเกี่ยวข้องกับการเลือกคู่ครอง โดยการแลกเปลี่ยน (Trade off) ลักษณะบางอย่างที่แต่ละเพศขาดหายไปและต้องการจากเพศตรงข้ามมาเติมเต็มซึ่งกันและกัน

ปัจจัยระหว่างการสมรส

การปฏิสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส

1. การยอมรับกันและกัน

การยอมรับกันและกันเป็นสิ่งสำคัญเบื้องต้นของการที่คู่สมรสจะอยู่ด้วยกันได้ เพราะการสมรสย่อมหมายถึงการต้องใช้ชีวิตร่วมกันตลอดชีวิต ต้องเห็นหน้ากันทุกวัน ต้องมีกิจกรรมร่วมกัน ต้องปรึกษาหารือกัน แก้ปัญหาร่วมกันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การยอมรับกันในทุกแง่มุมทำให้ทั้งคู่อยู่ด้วยกันโดยไม่มีความขัดแย้งทางความคิดและอารมณ์ ไม่รำคาญกัน ไม่เบื่อกัน ไม่ดูถูกกัน ไม่เกลียดกัน การยอมรับกันและกันนี้ยังรวมไปถึงการที่ทั้งคู่มีการให้อภัยและมีการเสียสละซึ่งกันและกัน (National Council on Family Relations, 2005) ลักษณะการยอมรับกันและกันได้มีตัวชี้วัดต่าง ๆ เช่น การมองอีกฝ่ายในแง่ดี พพอใจในคู่ชีวิตทั้งรูปร่างหน้าตา สติปัญญา ความคิดเห็นและจิตใจ ซึ่งจะทำให้ทั้งคู่สื่อสารกันได้อย่างราบรื่น ยอมรับในตัวตน รวมไปถึงค่านิยมต่าง ๆ ของอีกฝ่าย แม้แต่การตอบสนองทางเพศสัมพันธ์ที่คู่สมรสมอบให้ เพราะเมื่อผู้หญิงอายุมากขึ้นฮอร์โมนก็ย่อมเปลี่ยนแปลงไปและทำให้อารมณ์เพศลดลง ส่วนผู้ชายก็ต้องปรับตัวไปตามสภาพที่เกิดขึ้นเช่นกัน การยอมรับการเปลี่ยนแปลงในร่างกายที่เกิดขึ้นได้จึงเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คู่สมรสสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้นาน (แอริน, 2548) เป็นต้น สำหรับตัวแปรเกี่ยวกับการยอมรับกันและกันนี้ นักวิจัยไทยไม่ค่อยนิยมนำมาใช้เป็นตัวแปรในการศึกษามากนัก นักวิจัยบางคนกำหนดให้ประเด็นการยอมรับกันและกันมีความหมายเดียวกับการมีทัศนคติที่ดีต่อชีวิตสมรส แต่ก็พบว่ามีการนำมากำหนดเป็นตัวแปรในการวิจัยไม่มากนัก (ธัญญา สนธิวงศ์ ณ ออยุธยา, 2545) ซึ่งงานวิจัยของต่างประเทศได้มีการศึกษาในลักษณะของการยอมรับและปรับตัวซึ่งกันและกันในแง่ของการแสดงออกทางอารมณ์ในลักษณะต่าง ๆ เช่นงานของ Waldinger, Schulz, Hauser, Allen

and Crowell (2004) ซึ่งศึกษาเรื่องของความเกี่ยวข้องระหว่างการแสดงออกทางอารมณ์กับความมั่นคงและคุณภาพชีวิตสมรส ซึ่งสามารถจำแนกอารมณ์ที่แสดงออกได้เป็น 15 ประเภท และอารมณ์ที่สมควรที่จะแสดงออกต่อกัน ไม่ควรที่จะเก็บกดอารมณ์เหล่านั้นไว้ ได้แก่ อารมณ์โมโหอย่างที่สุด (Hostility) จนอยากทำร้าย อารมณ์ของความรันทด ความยากลำบาก (Distress) อารมณ์ที่แสดงถึงความเข้าใจ ความเห็นใจ (Empathy) และอารมณ์ของการแสดงออกซึ่งความรัก (Affection) ซึ่งอารมณ์ทั้ง 4 ประเภทนี้มีความเกี่ยวข้องเป็นอย่างมากต่อความสุขและการปรับตัวในชีวิตสมรส โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วง 5 ปีแรกของการสมรส เพื่อเป็นการสร้างพื้นฐานที่มั่นคงให้แก่ชีวิตสมรส ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ Eysenck and Wakefield (1981); Richard, Wakefield, and Lewak (1990) ที่พบว่า การปรับตัวและลักษณะบุคลิกภาพและนิสัยที่แตกต่างกันของคู่สมรส โดยที่คู่สมรสที่ประสบความสำเร็จมักมีลักษณะนิสัยที่คล้ายคลึงกันหรือแตกต่างกันน้อย เพราะการปรับตัวหลังการแต่งงานจะมีน้อยกว่าคู่ที่มีความแตกต่างกันมาก และการที่คู่สมรสต้องปรับตัวมากอาจกระทบกระเทือนต่อความมั่นคงในชีวิตสมรสในภายหลังได้ (Nemechek, Stephanie, Olson, and Kenneth, 1999)

2. การสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ

ประสิทธิภาพของการสื่อสาร หมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนความคิด อารมณ์ และความเชื่อ โดยใช้วัจนภาษาและอวัจนภาษา ซึ่งฝ่ายหนึ่งสามารถเปิดเผยความรู้สึกนึกคิด และทำให้อีกฝ่ายหนึ่งพึงพอใจ ส่วนการสื่อสารระหว่างคู่สมรส (Marital Communication) หมายถึง กระบวนการแลกเปลี่ยนภาวะเชิงจิตวิสัย เช่น ความรู้สึกนึกคิด อารมณ์และความคาดหวัง โดยอาศัยวัจนภาษาและอวัจนภาษา รวมทั้งมีสัญลักษณ์ร่วมกัน รับรู้และเข้าใจในความหมายเดียวกัน ซึ่งถือได้ว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญของการรักษาความสัมพันธ์ให้คงไว้อย่างต่อเนื่อง (สุรางค์รัตน์ คงศรี, 2547) อีกทั้งการสื่อสารที่เกิดขึ้นระหว่างคู่สมรสต้องเป็นการสื่อสารในลักษณะที่ทั้งคู่ใช้ภาษาในรูปแบบเดียวกัน มีความคิดในการใช้ภาษาเพื่อปรับความเข้าใจกันได้อย่างดี มีทักษะในการสื่อสารที่คล้ายกัน (Pines, 1999) และที่สำคัญ การสื่อสารระหว่างคู่สมรสต้องเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพด้วย คือต้องเห็นความสำคัญของการพูดคุย และมีเวลาในการพูดคุยกัน เพราะฉะนั้นการสื่อสารกันระหว่างคู่สมรสอย่างมีประสิทธิภาพจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก นักวิชาการด้านครอบครัวศึกษาในประเทศไทยให้ความสำคัญกับการสื่อสารกันในครอบครัวอย่างมาก ถึงกับพัฒนาขึ้นมาเป็นองค์ความรู้ที่ใช้ในการฝึกอบรมให้สมาชิกในครอบครัวได้ใช้การสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, มปป: 32 อ้างใน รัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) และประเด็นการสื่อสารนี้

นักวิจัยไทยจะบรรจุไว้ในกลุ่มปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตและความมั่นคงในชีวิตสมรสแทบทั้งสิ้น

Bahr (1989 อ้างในฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) สนับสนุนว่า คู่สมรสที่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรสจะมีทักษะในการสื่อสารมากกว่าคู่สมรสที่ไม่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กนิษฐา บุญยัง (2540) พบว่า การสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตสมรส และงานวิจัยของจัสมีน สุวรรณชีพ (2544 อ้างใน สุรางค์รัตน์ คงศรี, 2547) ที่พบว่า การสื่อสารในชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจและความมั่นคงในชีวิตสมรส และอธิบายถึงประสิทธิภาพของการสื่อสารระหว่างคู่สมรสนั้นประกอบไปด้วย

1. การพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ ได้แก่ การที่คู่สมรสต่างพูดคุย ปรีกษาหาเรื่องกันในเรื่องต่าง ๆ อยู่เสมอ เปิดโอกาสให้แต่ละฝ่ายได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น หรือความต้องการของตน
2. การเปิดเผยตนเองระหว่างกัน ได้แก่ การแสดงให้เห็นถึงตัวตนที่แท้จริงของตนต่อคู่สมรส รวมถึงการเปิดเผยความรู้สึก ความต้องการที่ชัดเจนตรงตามความรู้สึกที่แท้จริง
3. การเป็นผู้ฟังที่ดี ได้แก่ การพร้อมที่จะรับฟังปัญหา ยินดีรับฟังความคิดเห็นของกันและกันโดยไม่ขัดหรือไม่แสดงความสนใจ รวมทั้งไม่พยายามประเมินอีกฝ่ายหนึ่งว่าผิดหรือถูก
4. ความเข้าใจความหมายตรงกัน ได้แก่ การที่ทั้งสองฝ่ายต่างรับรู้และเข้าใจความหมายที่ต้องการสื่อสารกันได้อย่างถูกต้องและชัดเจน
5. ความเห็นอกเห็นใจและให้กำลังใจกัน ได้แก่ การพูดจาหรือแสดงออกให้คู่สมรสอีกฝ่ายรับรู้ถึงความรักและความเข้าใจ สนับสนุนและเป็นกำลังใจที่ดีต่อกัน

เช่นเดียวกับ Cole (2003) ที่กล่าวถึงช่วงเวลาและวิธีการที่จะสร้างบรรยากาศในการสื่อสารที่ดีระหว่างคู่สมรส เพื่อให้คู่สมรสได้มีโอกาสที่จะพัฒนาการสื่อสารและความใกล้ชิดระหว่างกันมากขึ้น

1. เมื่อเกิดวิกฤตหรืออุปสรรคที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต ช่วงเวลาเช่นนี้ เป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมอย่างยิ่งที่คู่สมรสควรจะหันมาพูดคุยกันถึงเรื่องความคาดหวังของตนเองและคู่สมรส ถ้าชีวิตสมรสราบรื่นก็จะไม่ได้ช่วยให้ทั้งคู่รู้จักกันดีเท่ากับช่วงเวลาที่ต้องฝ่าอุปสรรคร่วมกัน

2. ทุกครั้งที่คู่สมรสต้องฟันฝ่าอุปสรรคร่วมกัน ควรจะมีการใช้คำพูดในการชักชวนให้คู่สมรสมาปรึกษาปัญหาาร่วมกัน เพื่อให้มองว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นเป็นปัญหาของทั้งคู่ และควรที่ทั้งคู่จะมาช่วยกันหาทางจัดการกับปัญหานั้น ๆ ร่วมกัน

3. ควรมีคำพูดที่แสดงให้เห็นว่าคู่สมรสเป็นทีมเดียวกัน เรื่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องของคนสองคน ไม่ใช่ของคนใดคนหนึ่ง

4. ปัญหาเกิดขึ้นในที่ทำงาน ปัญหาเรื่องของคุณภาพ โรคภัยไข้เจ็บ ปัญหาเหล่านี้เป็นโอกาสอันดีที่คู่สมรสจะได้หันหน้ามาปรึกษาและพูดคุยกัน

5. ที่สำคัญที่สุด คือเรื่องของชีวิตทางเพศของคู่สมรส ซึ่งเป็นเรื่องที่จำเป็นมากที่คู่สมรสควรจะต้องพูดคุยกัน และสื่อสารกันให้เข้าใจถึงความต้องการและการตอบสนองของแต่ละฝ่าย เพื่อไม่ให้เกิดความเข้าใจผิด และก่อให้เกิดความขัดแย้งในชีวิตสมรสได้ในภายหลัง

ซึ่งลักษณะของการสื่อสารเหล่านี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Navran (1967, อ้างใน รัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) ซึ่งทำการวิจัยเรื่อง แบบแผนของการสื่อสารของคู่สมรส และพบว่า การสื่อสารระหว่างคู่สมรสที่มีความสุขและไม่มีความสุขมีความแตกต่างกันโดยคู่สมรสที่มีความสุขจะมีลักษณะการสื่อสารดังนี้คือ มีการพูดคุยกันมาก แสดงความเข้าใจในคำพูดของคู่สมรส สื่อสารกันในเรื่องที่ยาวนาน เปิดการสื่อสารระหว่างกันได้ตลอดเวลา ใ้ในการรับรู้ความรู้สึกของคู่สมรส มีภาษาที่มีความหมายระหว่างกันเป็นส่วนตัว และใช้ภาษาท่าทางในการสื่อสารระหว่างกัน และคล้ายกับการศึกษาของ American Academy of Matrimonial Lawyer ที่พบว่า การที่หญิงชายสื่อสารกันโดยตรง (Direct Communication) เป็นวิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด โดยที่หญิงชายสามารถบอกสิ่งที่ตนเองชอบหรือไม่ชอบ บอกปัญหาและความรู้สึกของตนเองต่อคู่สมรสเพื่อจะได้ช่วยกันหาทางแก้ไขปัญหานั้น เพราะหากพูดอ้อมค้อมหรือไม่พูดเลย อาจเป็นการสร้างความกดดันในทุก ๆ วันของการดำเนินชีวิตคู่ ซึ่งอาจนำไปสู่การหย่าร้างได้ ("Making Marriage Last", n.d.)

ปัจจัยที่สำคัญที่เป็นอุปสรรคในการสื่อสาร คือ การสื่อสารทางอ้อม (Indirect Communication) ซึ่งวิธีการสื่อสารทางอ้อมนี้ใช้กันมากระหว่างสามีภรรยาในสังคมปัจจุบัน เนื่องจากเมื่อคู่สมรสขาดความไว้วางใจ หรือไม่สามรถเรียนรู้บทบาทของอีกฝ่ายหนึ่งได้ถูกต้องหรือไม่ทราบความคาดหวังของอีกฝ่ายหนึ่ง จึงทำให้ผู้ส่งสารเกิดความสงสัย กลัวถูกปฏิเสธ และกลัวเสียหน้า ดังนั้น จึงใช้การสื่อสารทางอ้อมแทน แต่วิธีนี้อาจเป็นสาเหตุนำไปสู่ความไม่พึงพอใจในชีวิตสมรส หรือสร้างความขัดแย้งขึ้นได้ และคู่สมรสที่ประสบความสำเร็จและมีความสุขในชีวิต

สมรสนั้น จะมีการสื่อสารระหว่างกันอย่างมีประสิทธิภาพ และมีทักษะในการสื่อสารมากกว่า คู่สมรสที่ไม่มีความพึงพอใจในชีวิตสมรส

3. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต

ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิต หมายถึง การที่คู่สมรสทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันในยามว่าง อีกทั้งยังรวมไปถึงการที่คู่สมรสให้ความเคารพและให้เกียรติซึ่งกันและกันทั้งในบ้านและนอกบ้าน (National Council on Family Relations, n.d.) กิจกรรมภายในและภายนอกบ้านที่คู่สมรสควรทำร่วมกัน เช่น การไปเยี่ยมเยียนเพื่อน ๆ ด้วยกัน การมีเวลาพูดคุยปรึกษาหารือกัน และการไปรับประทานอาหารนอกบ้านด้วยกัน เป็นต้น ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่แน่นแฟ้นและเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสด้วย (ฉันทจิต จริยจรรยาโรจน์, 2541) การทำกิจกรรมนอกบ้านร่วมกันของคู่สมรสจะมีส่วนช่วยในการทำให้การใช้ชีวิตสมรสมีความยั่งยืนมากขึ้น เพราะหากต่างฝ่ายต่างสนใจแต่กิจกรรมของตนเองไม่มาร่วมทำกิจกรรมร่วมกันก็จะก่อให้เกิดความห่างเหิน และอาจเกิดความขัดแย้งตามมาได้ ดังนั้น ยิ่งคู่สมรสทำกิจกรรมร่วมกันมากเท่าไร ก็จะช่วยสร้างความมั่นคงในชีวิตสมรสได้มากขึ้นเท่านั้น (National Council on Family Relations, n.d.) และมีงานวิจัยของ Dr. Booth ที่สอดคล้องกับการทำกิจกรรมร่วมกันของสามีภรรยา โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาผู้ชายชาวอเมริกันที่มีการใช้ชีวิตสมรสอย่างยาวนานกว่า 20 ปี และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับภรรยา พบว่า ผู้ชายเหล่านั้นมักเป็นคนที่ยันทำงานบ้าน ช่วยแบ่งเบางานบ้านของภรรยา ทำให้ภรรยามีความสุขและส่งผลถึงสามีด้วย และทำให้ชีวิตคู่มีความสุขและอยู่กันได้อย่างยืนยาว ("Quality of Marriage Remains Steady". 2004)

ดังนั้นชีวิตสมรสที่ดีจึงไม่ใช่ชีวิตสมรสที่ไม่มีความขัดแย้งกันเลย ไม่ใช่ชีวิตสมรสที่ไม่เคยประสบกับเหตุการณ์ที่ไม่ดีต่าง ๆ ไม่ใช่ชีวิตสมรสที่ไม่ผ่านความยากลำบาก ไม่เคยทำความผิดอะไร แต่ชีวิตสมรสที่ดีตามคำกล่าวของ Magee (1996) คือ ชีวิตสมรสที่เหมือนกับเป็นการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับเพื่อน เพราะเมื่อเรารู้สึกว่าคู่สมรสของเราเป็นเพื่อน เราก็จะให้ความรัก ให้เกียรติ เคารพนับถือกันและกัน อีกทั้งยังมีความรู้สึกเป็นสุขและสบายใจที่ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ดังนั้นถ้ารู้สึกและปฏิบัติต่อคู่สมรสเราเหมือนกับเพื่อน ก็มีหน้าที่จะช่วยทำให้ชีวิตสมรสของเรามีความสุขและมีชีวิตสมรสที่ดี ที่สำคัญที่สุดในการที่คู่สมรสจะอยู่ร่วมกันอย่างยาวนานควรจะเริ่มจากการที่ทั้งคู่ให้คำมั่นสัญญาในการยอมรับที่จะอยู่ร่วมกัน เป็นเพื่อนคู่ชีวิตกัน ร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วยกัน เพราะการแต่งงานก็เปรียบเสมือนการทำงานอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นงานที่ยากและหนักมากต้องร่วมมือกันทำ ทั้งคู่งานจึงจะประสบผลสำเร็จได้ และยังคงต้องเสียสละเวลาส่วนตัวของแต่ละคนเพื่อที่จะช่วยกันสร้างครอบครัวที่มีความสุขต่อไปได้ (Popenoe, n.d.)

ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตจำแนกออกเป็น 4 ประเภท คือ

1. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตในเชิงองค์การ หมายถึง การที่สามีและภรรยาต่างก็เข้าไปมีส่วนร่วมในกลุ่มที่จัดอยู่ในรูปขององค์การ ซึ่งมีอยู่หลายประเภท เป็นการใช้เวลาภายนอกบ้าน
2. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตการให้ข่าวสาร ซึ่งเป็นการสื่อสารระหว่างกันและกันเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงที่ทั้งสองฝ่ายไม่ได้อยู่ด้วยกัน
3. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตในแง่ที่เกี่ยวข้องกับเพื่อนร่วมงานของทั้งสองฝ่าย คือ การที่ต่างฝ่ายต่างรู้จักเพื่อนร่วมงานของอีกฝ่ายหนึ่ง มีการไปเยี่ยมเยียนเพื่อนทั้งสองฝ่ายด้วยกัน
4. ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตในเชิงมิตรภาพ หมายถึง การมีส่วนร่วมในการไปเยี่ยมเยียนเพื่อนฝูงของทั้งสองฝ่ายด้วยกัน ดังนั้นความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตจึงตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ โดยเฉพาะคู่สมรสซึ่งได้ตัดสินใจเข้าสู่ชีวิตสมรส ซึ่งปรารถนามาเป็นเพื่อนร่วมชีวิตด้วยกัน หากสมหวังได้คู่ครองที่มีลักษณะความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตที่ดี ชีวิตสมรสก็จะมีความอบอุ่น บังเกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ (อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์, 2531)

นอกจากนั้น จากการศึกษาของ สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์ (2535) และอุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) ศึกษาพบว่า ความเป็นเพื่อนคู่ชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตสมรส

ปัจจัยทางสังคม

1. ลักษณะโครงสร้างของครอบครัว

ลักษณะโครงสร้างทางครอบครัว หมายถึง จำนวนสมาชิกภายในครอบครัวของคู่สมรสที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เช่น การอาศัยอยู่เพียงลำพังเฉพาะคู่สมรสและบุตร การอาศัยอยู่ร่วมกับบิดามารดาฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งของคู่สมรส นักวิชาการด้านครอบครัวศึกษาได้เปรียบเทียบข้อดีข้อเสียของครอบครัวที่มีขนาดต่างกันได้ว่า ครอบครัวขนาดเล็กหรือครอบครัวเดี่ยวที่ประกอบด้วยพ่อแม่ลูกมีข้อดีคือ สมาชิกในครอบครัวมีความใกล้ชิดกัน สามีภรรยามีอิสระที่จะตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ในครอบครัวเอง ฯลฯ แต่มีข้อเสียคือ มีความหวงหวาดความอบอุ่น เมื่อมีความขัดแย้งในครอบครัวหรือยามมีปัญหาจะขาดญาติพี่น้องที่จะมาช่วยเหลือ หรือไกลเกลี่ย ประนีประนอม ในขณะที่ครอบครัวที่มีญาติมาอาศัยอยู่ด้วย สามีภรรยาจะขาดอิสระในการตัดสินใจ หรือแม้กระทั่งการแสดงออกซึ่งความรักใคร่ผูกพัน แต่ในครอบครัวใหญ่ สามีภรรยาจะมีผู้ช่วยแบ่งเบาภาระบางอย่าง เช่น ดูแลบ้าน เลี้ยงดูลูก และเมื่อมีปัญหาหรือความขัดแย้งกัน อาจลดความรุนแรงลงได้ด้วย ความเกรงใจผู้ใหญ่ในบ้าน

อุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) นำตัวแปรไปใช้ในการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตสมรสของข้าราชการ กรุงเทพมหานคร ไม่พบว่ามีความสัมพันธ์กัน ขณะที่ บรรพต เวียงนนท์, พ.ต.ท. (2542 อ้างใน ธีญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) พบว่า ข้าราชการตำรวจที่มีความพึงพอใจในการมีญาติผู้ใหญ่อาศัยอยู่ด้วย จะมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสสูงด้วย

2. อิทธิพลของสังคมนรอบตัว

อิทธิพลของสังคมนรอบตัวของคู่สมรส คือแรงกดดันภายนอกที่ส่งผลถึงการตัดสินใจแต่งงานรวมไปถึงการใช้ชีวิตคู่อยู่ร่วมกันของคู่สมรส เช่น อายุ ความคาดหวังของคนรอบข้าง ได้แก่ ญาติ เพื่อน รวมไปถึงบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง เช่น เพื่อนร่วมงาน เพื่อนบ้าน ฯลฯ หากกลุ่มคนเหล่านี้ให้การยอมรับคู่สามีภรรยาเป็นอย่างดี ยอมรับว่าเป็นคู่สมรสที่เหมาะสม หรือยอมรับบุคคลทั้งคู่ไม่รังเกียจฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ย่อมทำให้คู่สมรสมีความพึงพอใจในชีวิตสมรสได้ หรือการที่คู่สมรสได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมในชุมชนมาก ได้รับการยอมรับจากชุมชนจะทำให้คู่สมรสมีความพึงพอใจในชีวิตสมรส ได้เช่นกัน (ธีญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, 2545) และอิทธิพลของสังคมได้มีผลอย่างมากในการตัดสินใจเลือกคู่ครองด้วยตนเอง ซึ่งการเลือกคู่ครองมีแนวโน้มที่จะเลือกคู่สมรสที่มีความคล้ายคลึงกันทั้งในด้านสังคมและจิตใจ (สุภาวดี เดชาเกรียงศักดิ์, 2535) อิทธิพลของสังคมนรอบตัวนี้รวมไปถึงเรื่องของความคาดหวังจากสังคม และปัจจัยเสี่ยงทางสังคมของคู่สมรส คือ ลักษณะประสพการณ์ความท้าทายในชีวิตที่คู่สมรสได้รับ โดยยิ่งคู่สมรสที่มีความท้าทายในการใช้ชีวิตสูงเท่าไรก็ยิ่งทำให้ชีวิตสมรสมีความเสี่ยงและไม่มั่นคงมากขึ้น หากคู่สมรสไม่มีหรือมีความท้าทายในชีวิตสมรสน้อย ความเสี่ยงในชีวิตสมรสก็จะน้อยลงตามไปด้วย และทำให้ชีวิตสมรสมีความมั่นคงเพิ่มขึ้น (Herrick, 2005) ได้แก่ เรื่องของความมั่นคงในหน้าที่การงาน ภาวะล้มละลายหรือมีหนี้สิน ภาวะตกงาน ซึ่งนับเป็นเรื่องใหญ่ที่ต้องมีความรับผิดชอบร่วมกัน และหากคู่สมรสพบกับความท้าทายที่ค่อนข้างรุนแรงเช่นนี้ ก็จะทำให้ชีวิตคู่มีความเสี่ยงสูง และเป็นสาเหตุไปสู่ความขัดแย้ง และแตกแยกในที่สุด

ลักษณะของคู่สมรสที่ประสบกับความท้าทายในชีวิตสมรสที่สูง และมีความเสี่ยงที่จะเกิดความแตกแยกและล้มเหลวในชีวิตสมรส จะมีลักษณะดังนี้ คือคู่สมรสจะมีเจตคติต่อชีวิตที่ไม่ดี โดยที่การใช้ชีวิตสมรสจะไม่ราบรื่นเพราะมีปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้นในชีวิตสมรส นอกจากนี้คู่สมรสยังมีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน เกิดการทะเลาะเบาะแว้งกัน ประสพการณ์เหล่านี้จะสะสมไปเรื่อย ๆ และสร้างความร้าวฉานให้เกิดขึ้นในชีวิตสมรส (National Council on Family Relations, 2005)

3. การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ

การสนับสนุนจากบุคคลนัยสำคัญ หมายถึง การที่คู่สมรสได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนจากพ่อแม่ของแต่ละฝ่าย รวมไปถึงเครือญาติ หรือแม้แต่เพื่อนฝูง คนใกล้ชิดคนอื่น ๆ การที่บุคคลจะตัดสินใจเลือกใครสักคนมาเป็นคู่ครอง หากมีเสียงคัดค้านจากคนรอบข้าง หรือส่วนใหญ่แสดงความคิดเห็นไม่เห็นด้วย บุคคลนั้นย่อมเกิดความไม่แน่ใจ ไม่อบอุ่นใจ หากตัดสินใจเลือกคนดังกล่าวเป็นคู่ครอง แล้วพบว่ามีปัญหาภายในอาจจะทำให้เกิดการโทษตนเองที่ไม่ฟังความคิดเห็นจากคนรอบตัว หรือแม้แต่คู่สมรสสามารถครองคู่อยู่กันไปได้ แต่คนใกล้ชิดกลับห่างเหิน หรือยังแสดงการไม่ยอมรับอยู่ คู่สมรสอาจจะเกิดความเครียด นำมาสู่ปัญหาการปรับตัวตามมาได้เช่นกัน

งานวิจัยที่สนับสนุนแนวคิดนี้ได้แก่ งานวิจัยของอุบลรัตน์ พิชญ์ชยะนนท์ (2531) สุภาวดี เตชะเกรียงศักดิ์ (2535) สุมิตรา รัฐประสาท (2537) ซึ่งพบว่า การสนับสนุนจากครอบครัว (พ่อแม่) ของคู่สมรสมีผลต่อ ความพึงพอใจในชีวิตสมรส ส่วนบรรพต เวียงนนท์, พ.ต.ท. (2542) อ่างใน ธัญญา สนิทวงศ์ ณ อยุธยา, (2545) พบว่า การสนับสนุนจากเพื่อนฝูงข้าราชการตำรวจ มีผลต่อคุณภาพชีวิตสมรส ซึ่งคล้ายคลึงกับงานวิจัยต่างประเทศของ Bryant and Conger (1999) ที่ทำการวิจัยในเรื่องของการสนับสนุนจากสังคมนอกตัวต่อการอยู่ร่วมกันอย่างยาวนานและประสบความสำเร็จของคู่สมรส ซึ่งวิจัยในคู่สมรสที่อยู่ในวัยกลางคนในอเมริกา ซึ่งทุกคู่สมรสจะต้องมีลูกอยู่ในระดับเกรด 7 และมีพี่น้องที่อยู่ห่างกันในช่วง 4 ปี และคู่สมรสจะมีกลุ่มคนในทุกฐานะของสังคม โดยการวิจัยจะแบ่งระดับของการสนับสนุนจากสังคมเป็น 3 ระดับ คือ การสนับสนุนจากคนรอบข้างคือ เพื่อนและครอบครัวของสามีและภรรยา การสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนสนิทของคู่สมรส และการสนับสนุนจากตัวของคู่สมรสเอง และพบว่า แม้ว่าการแต่งงานจะผ่านไปนานกว่า 20 ปีแล้ว แต่การสนับสนุนจากเพื่อนและคนรอบตัว ยังมีอิทธิพลต่อความสำเร็จของชีวิตสมรสของคู่สมรสเป็นอย่างมาก เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Helms, Crouter and McHale (2003) ที่ได้ศึกษาเรื่องของคุณภาพชีวิตสมรสและชีวิตการแต่งงานของคู่สมรสที่เกี่ยวข้องกับเพื่อนสนิท โดยไปทำการสัมภาษณ์ตามบ้านของคู่สมรสจำนวน 142 คู่ พบว่า อิทธิพลของเพื่อนสนิทสามารถส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตสมรสได้ โดยเฉพาะเพื่อนสนิทของภรรยา คือ ภรรยาเวลาที่ปรึกษาปัญหาในชีวิตสมรสกับเพื่อนสนิทนั้น เพื่อนสนิทก็จะเป็นฝ่ายรับฟัง และการรับฟังก็มีส่วนช่วยให้อารมณ์ของฝ่ายหญิงคงที่มากขึ้น และสามารถทำให้มองปัญหาในอีกมุมมองหนึ่งและพบทางแก้ไขปัญหาได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลของ Oliner (1989) อ่างใน Helms et al., (2003) ที่กล่าวว่า ผู้หญิงเมื่อพูดคุยปรับทุกข์กับเพื่อนสนิทแล้วมีส่วนที่ทำให้ชีวิตสมรสมีความมั่นคง เช่นเดียวกับ Harrison (1998) ; O'Connor (1992) ; Rubin (1985) อ่างใน Helms et al., (2003) บอกว่าเพื่อนสนิทของฝ่ายหญิง

ส่วนใหญ่จะให้การสนับสนุนด้านอารมณ์กับฝ่ายหญิง และมีส่วนช่วยให้ชีวิตสมรสมีความมั่นคงมากขึ้น

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการที่คู่สมรสมีระยะเวลาในการสมรสยาวนาน ไม่น้อยกว่า 20 ปี

ในงานวิจัยของ Van Laningham, Johnson และ Amato (2001) ได้ทำการวิจัยในคู่สมรสที่มีชีวิตสมรสตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป โดยให้ทำแบบสอบถามและสัมภาษณ์ระยะยาว ซึ่งจะใช้ข้อมูลของคู่สมรสแต่ละคู่เป็นกรณีศึกษา และแต่ละคู่จะพบว่ามีความสุขในชีวิตสมรสที่ไม่แน่นอน คือ อาจจะมีความสุขเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ลดลงเรื่อย ๆ หรือเพิ่ม ๆ ลด ๆ และจากการที่คู่สมรสสามารถใช้ชีวิตสมรสร่วมกันได้อย่างยาวนานปรากฏว่า คู่สมรสจะมีรูปแบบของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันที่ไม่ได้มีแต่ความสุขตลอดเวลา และพบว่ารูปแบบของการใช้ชีวิตจะออกมาในรูปแบบของกราฟได้ 3 รูปแบบ คือ

รูปแบบที่ 1 ความสุขที่เกิดขึ้นเมื่อตอนแต่งงานเป็นความสุขที่มากที่สุด จากนั้นความสุขก็เริ่มลดลง แต่คู่สมรสก็ยังคงมีความรักให้แก่กันและกัน และยังสามารถอยู่ร่วมกันได้ต่อไปอย่างยั่งยืน

รูปแบบที่ 2 เป็นรูปแบบที่ความสุขในชีวิตสมรสค่อย ๆ เพิ่มขึ้นทีละนิดทีละหน่อย จากการที่คู่สมรสใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน

รูปแบบที่ 3 เป็นรูปแบบที่ไม่ค่อยมีการเปลี่ยนแปลงมากนัก คือ ความสุขในชีวิตสมรสไม่ค่อยมีการเปลี่ยนแปลง ความสุขหรือความทุกข์ไม่ค่อยเพิ่มหรือลดลง

รูปแบบของความสุขทั้ง 3 รูปแบบนี้เป็นสิ่งที่น่าสนใจ เพราะคนส่วนใหญ่มักคิดว่าคนที่ใช้ชีวิตสมรสที่ยืนยาวถึง 20 ปี ย่อมต้องมีความรัก และความสุขเพิ่มมากขึ้น แต่จริง ๆ แล้วจากการศึกษาที่ได้นี้แสดงให้เห็นแล้วว่า ถึงแม้คู่สมรสจะใช้ชีวิตสมรสร่วมกันอย่างยาวนาน แต่ความรักและความสุขในชีวิตสมรสอาจมีหลายรูปแบบได้เช่นเดียวกัน เพียงแต่ชีวิตสมรสของคนเหล่านั้นยังสามารถอยู่ร่วมกันได้ต่อไปเท่านั้นเอง

งานวิจัยของนักคิดที่มีชื่อเสียงอีกคนหนึ่งคือ Gottman ในปี 1994 ซึ่งได้ทำการวิจัยร่วมกับผู้วิจัยอีกหลายคน และทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและสัมภาษณ์ ซึ่งสามารถบอกได้ว่าตัวแปรที่สำคัญที่สุดที่ทำให้คู่สมรสใช้ชีวิตสมรสได้อย่างยืนยาว และมีความสุข คือ การจัดการกับความขัดแย้งในชีวิตสมรส ซึ่งนับว่าเป็นตัวแปรที่สำคัญที่สุด เพราะว่าถ้าคู่สมรสสามารถจัดการกับความขัดแย้งด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสม และมีวิธีการที่สร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี จะเป็นการดีกว่าการที่คู่สมรสใช้พฤติกรรมที่ไม่ดีในการแก้ไขปัญหานั้น และจากที่ Gottman ได้เก็บข้อมูลและ

สถิติของคู่สมรส พบว่า ชีวิตสมรสของคู่สมรสที่อยู่ด้วยกัน 20 ปีขึ้นไป จะใช้วิธีที่ดีในการจัดการกับความขัดแย้งในอัตราส่วน 5:1 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการจัดการกับความขัดแย้งในชีวิตสมรสต้องอาศัยความคิดและพฤติกรรมในเชิงบวกมากกว่าเชิงลบ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าจัดการโดยใช้ความคิดและพฤติกรรมในเชิงลบใช้ไม่ได้ แต่ควรใช้ในสัดส่วนที่เหมาะสม และผู้วิจัยยังได้ให้ความเห็นว่า การที่จะใช้การจัดการเชิงบวกเพียงอย่างเดียว เปรียบเสมือนกับคู่สมรสใช้ชีวิตอยู่ในความเพ้อฝัน ไม่ได้ใช้ชีวิตตามความเป็นจริงซึ่งในชีวิตจริงแล้วคนเราย่อมมีทั้งด้านบวกและด้านลบ แต่จะทำการอะไรที่จะทำให้เกิดความสมดุลเกิดขึ้น ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้ก็พบว่า ควรที่จะมีพฤติกรรมเชิงบวก 5 ครั้ง และพฤติกรรมเชิงลบ 1 ครั้ง สำหรับการจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรสของคู่สมรสที่ใช้ชีวิตคู่มายาวนานกว่า 20 ปี

งานวิจัยอีกชิ้นของ Gottman ได้กล่าวถึงจุดเปลี่ยนหรือจุดแตกหักของชีวิตสมรสว่า มันจะเกิดขึ้นเมื่อคู่สมรสคนใดคนหนึ่งเริ่มมองคู่ของตนเองในแง่ลบ มองว่าความรักที่ตนเองได้รับจากคู่สมรสเริ่มขาดหายไป เริ่มมีความรู้สึกไม่นับถือคู่สมรสของตนเองและรู้สึกว่าชีวิตสมรสของตนเองไม่มีความปลอดภัยและมั่นคง และความรู้สึกทั้งหมดนี้เกิดขึ้นจากการกระทำของคู่สมรสของตนเองที่ทำให้ต้องรู้สึกเช่นนี้ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เกิดจุดแตกหักต่อชีวิตสมรสของตนเอง ทำให้รู้สึกเจ็บปวดต่อการกระทำนั้น รู้สึกเศร้าและผิดหวัง มีความรู้สึกว่าชีวิตสมรสของตนเองแขวนอยู่บนเส้นด้าย มีความรู้สึกว่าตนเองหรือคู่สมรสต้องการที่จะหย่าขาดจากกัน ทำให้เกิดความรู้สึกกลัวและโกรธ ในจุดหักเหจุดนี้เองที่ยากต่อการที่จะแก้ไขหรือปรับทัศนคติให้หันกลับไปใช้ชีวิตคู่ร่วมกันได้เหมือนเดิม (Parker, 2001)

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของ Mackey และ O'Brien (1995) ที่ทำการสัมภาษณ์คู่สมรสจำนวน 60 คู่ และจากข้อมูลที่ได้ทำให้สามารถจำแนกปัจจัยที่มีความสำคัญในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างยาวนานออกเป็น 5 ปัจจัย ดังนี้

1. มีวิธีการบริหารความขัดแย้ง โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่คู่สมรสต้องมีภาระในการเลี้ยงดูลูก การที่จะทำให้ชีวิตคู่ประสบความสำเร็จได้นั้น ต้องมีการเปิดใจร่วมกันในการแก้ปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ ให้หมดไป และต้องเป็นการเปิดใจทั้งสองฝ่ายมิใช่เพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเท่านั้น
2. มีการตัดสินใจร่วมกัน ในการใช้ชีวิตสมรสนั้นต้องมีเรื่องให้คิดและตัดสินใจมากมาย บางเรื่องต่างฝ่ายต่างคิดและตัดสินใจเพียงลำพังได้ แต่ส่วนใหญ่แล้วคู่สมรสควรที่จะช่วยกันคิดและมีการตัดสินใจร่วมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับลูก เพราะเรื่องของลูกเป็นเรื่องที่ทั้งสองฝ่ายต่างต้องมีบทบาทหน้าที่ในการตัดสินใจร่วมกัน และเมื่อสามีภรรยาช่วยกันคิดช่วยกันตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ของลูก ก็จะทำให้ทั้งคู่มีความรู้สึกว่าคู่สมรส

ของตนเองเอาใจใส่ และให้ความสำคัญกับเรื่องของครอบครัว ซึ่งจะส่งผลให้ชีวิตคู่ดำเนินต่อไปอย่างมีความสุข

3. คุณภาพของการสื่อสารที่ดี คู่สมรสควรที่จะมีการเปิดใจกันในการสื่อสารระหว่างกัน และต้องมีการแสดงออกด้วยการกระทำให้สอดคล้องกับคำพูดที่ได้พูดไปด้วย เพื่อที่จะทำให้เกิดการสื่อสารที่เข้าใจกันได้เป็นอย่างดี และทำให้ชีวิตคู่มีความสุข ความพอใจ

4. มีความไว้วางใจ ความเคารพ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้เป็นการให้ที่มีเงื่อนไขทางสังคม (reciprocity) คือ เป็นการให้เชิงจิตใจ เช่น ให้ความไว้วางใจ ให้ความเคารพ ให้ความเข้าใจ โดยที่จะได้รับผลตอบแทนกลับมาหรือไม่ก็ได้ แต่ถ้าได้รับผลตอบแทนกลับมาก็จะยิ่งทำให้ชีวิตสมรสมีความสุข ความพึงพอใจมากยิ่งขึ้น

5. มีความใกล้ชิดในด้านของเพศสัมพันธ์และจิตใจ ในกรณีนี้คือ ความรู้สึกให้เกียรติ นับถือ ไว้วางใจ และยอมรับกันและกัน ความรู้สึกเหล่านี้จะแสดงออกมาในรูปแบบของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความใกล้ชิดทางด้านร่างกาย เช่น เมื่อคู่สมรสมีความรู้สึกรักใคร่ ห่วงใย ก็จะสามารถแสดงออกมาในลักษณะของการสัมผัส การกอด เป็นต้น

งานวิจัยของ Alford-Cooper (1998) ได้สอบถามคู่สมรสจำนวน 576 คู่ ที่มีระยะเวลาสมรสไม่น้อยกว่า 50 ปี เพื่อสอบถามถึงวิธีการ และรูปแบบของความสัมพันธ์ที่ทำให้ทั้งคู่สามารถให้ชีวิตคู่อยู่ด้วยกันได้อย่างยาวนาน และพบว่าส่วนใหญ่แล้วคู่สมรสต้องรู้และเข้าใจว่าการแต่งงานจะต้องยืนยาว โดยที่ไม่ได้สนใจเรื่องของรายละเอียดต่าง ๆ ระหว่างการสมรส และผู้วิจัยได้สอบถามถึงลักษณะความสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ ที่ทำให้ชีวิตสมรสยั่งยืน และสามารถสรุปออกมาได้เป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความไว้วางใจกัน มีการให้ความรักซึ่งกันและกัน และมีความยินดีที่จะประนีประนอมกัน กลุ่มที่สองจะยินดีที่จะประนีประนอมกันในลักษณะพบกันครึ่งทาง มีความคิดว่าไม่สามารถขาดอีกฝ่ายหนึ่งได้ และคิดว่าคู่สมรสของตนเองเป็นคู่ที่เหมาะสมกับตนที่สุดแล้ว กลุ่มที่สามจะคิดว่าเมื่ออยู่ด้วยกันจนมีลูกแล้วก็ต้องอยู่กันต่อไป และคิดว่าการสื่อสารที่ดีจะช่วยให้ชีวิตสมรสมีความสุขได้ ซึ่งคู่สมรสในงานวิจัยนี้ยังได้ให้คำแนะนำสำหรับคู่สมรสรุ่นใหม่เพื่อเป็นพื้นฐานในการใช้ชีวิตร่วมกันอย่างยาวนาน 5 ข้อ คือ

1. ควร มีพื้นฐานครอบครัว ความคิด ความเชื่อ ค่านิยมที่คล้ายคลึงกัน
2. คู่สมรสที่ประสบความสำเร็จต้องประกอบไปด้วย การให้ความรัก ให้เกียรติกัน และกัน มากกว่าการสนใจเรื่องเพศสัมพันธ์เพียงอย่างเดียว ซึ่งหมายถึง การให้ความสำคัญกับความรู้สึกทางด้านจิตใจมากกว่าทางร่างกาย
3. อย่าพยายามมองหา หรือสร้างภาพลักษณ์ของคู่สมรสที่สมบูรณ์แบบ

4. ควรมีการสนทนากันอย่างเปิดเผย ซื่อสัตย์ และจริงใจต่อกัน โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่เกิดความขัดแย้งระหว่างกัน

5. ควรมีการเสียสละ ประนีประนอม และให้อภัยกัน

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของ Sharlin, Kaslow และ Hammerschmidt (2000) ที่ทำการศึกษาคู่สมรสใน 8 ประเทศ คือ อเมริกา แคนาดา อิสราเอล ชิลี เยอรมัน เนเธอร์แลนด์ สวีเดน และแอฟริกาใต้ ที่มีระยะเวลาในการสมรสหรือใช้ชีวิตร่วมกันไม่น้อยกว่า 20 ปี จำนวน 610 คู่ และพบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญสำหรับการใช้ชีวิตสมรสที่ยั่งยืน คือ การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวเดิม รูปแบบความสัมพันธ์ที่เคยมีกับคนรักเก่าซึ่งจะสามารถบ่งบอกถึงลักษณะความสัมพันธ์ในอนาคตได้ การแบ่งบทบาทหน้าที่รับผิดชอบภายในครอบครัวเดิมของคู่สมรส การปรับตัวในชีวิตสมรส และวิธีการสื่อสาร วิธีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น โดยผู้วิจัยพบว่าผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ไม่มีความแตกต่างกันในแต่ละประเทศ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าถึงแม้ในแต่ละประเทศจะมีความคิด ความเชื่อ ค่านิยม หรือวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน แต่วิธีการที่จะใช้ชีวิตสมรสให้มีความสุขและยั่งยืน กลับมีความคิด รูปแบบ และลักษณะที่คล้ายคลึงกัน

งานวิจัยที่น่าสนใจอีกชิ้นหนึ่งคือ งานวิจัยของ Australian Institute of Family Studies (Parker, 2000) ซึ่งทำการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เคยเป็นหม้ายมาก่อนและแต่งงานใหม่ เป็นผู้ชาย 12 คน อายุระหว่าง 28 ถึง 73 ปี และผู้หญิง 18 คน อายุระหว่าง 33 ถึง 71 ปี ที่มีระยะเวลาในการสมรสเฉลี่ย 20-25 ปี และมีความพึงพอใจในชีวิตสมรส โดยทำการสนทนากลุ่มเพื่อสอบถามถึงความหมายของการใช้ชีวิตคู่ ความคาดหวังในการใช้ชีวิตคู่ เหตุผลที่ทำให้ชีวิตคู่ประสบผลสำเร็จ และการสนับสนุนและการสร้างความสัมพันธ์ที่แข็งแกร่งสำหรับชีวิตคู่ ซึ่งพบว่า

กลุ่มตัวอย่างให้ความหมายของชีวิตคู่ที่คล้ายคลึงกัน คือ มองว่าชีวิตคู่เป็นเรื่องของคนสองคน เป็นเรื่องของการทำกิจกรรมในอนาคตร่วมกัน มีการตัดสินใจ การแบ่งปัน และการทำงานร่วมกัน ที่สำคัญชีวิตคู่ที่ดีควรจะต้องมีความอดทน มีการสนับสนุนเกื้อกูลกัน และมีการติดต่อสื่อสารที่ดีต่อกัน

มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันสำหรับความคาดหวังในชีวิตคู่ โดยในกลุ่มคู่สมรสที่มีระยะเวลาในการสมรสไม่น้อยกว่า 30 ปี จะกล่าวว่าไม่ได้คิดหรือคาดหวังอะไรมากสำหรับการแต่งงานในครั้งใหม่ เพียงแต่มีการยอมรับและดำเนินชีวิตสมรสต่อมาเรื่อย ๆ เท่านั้นเอง และสำหรับในคู่สมรสรุ่นใหม่ นั้น มักจะมีความคาดหวังต่อการสมรสสูงกว่าคู่สมรสรุ่นเก่า

เหตุผลที่ทำให้ชีวิตคู่ประสบผลสำเร็จเกิดขึ้นจากหลายปัจจัย เช่น ความสัมพันธ์ของความรักและความไว้วางใจ การดำเนินชีวิตคู่ในรูปแบบความสัมพันธ์ของความเป็นเพื่อน การมี

ค่านิยม ความเชื่อต่าง ๆ เหมือนกัน การพยายามบอกตนเองเสมอว่าชีวิตสมรสต้องมั่นคง การมีลูก การให้คุณค่ากับสถาบันครอบครัวและการแต่งงาน รวมถึงการมีเครือข่ายที่คอยสนับสนุนคู่สมรส เพื่อคอยประคับประคองให้ชีวิตสมรสดำเนินต่อไปได้ด้วยดี

การสนับสนุนและการสร้างความสัมพันธ์ที่แข็งแกร่งในชีวิตคู่ ควรจะมีการได้รับค่านิยมและทัศนคติที่ดีในการมองชีวิตคู่ มีการให้เวลากันและกัน ที่สำคัญคู่สมรสจะต้องพึ่งพาตนเองในการช่วยกันประคับประคองชีวิตคู่ให้ประสบความสำเร็จได้โดยไม่ต้องได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัวเดิมของแต่ละฝ่าย