

บทที่ 7

ความรัก, การปรับตัวในการดำเนินชีวิต

ความรัก

นักวิชาการหลาย ๆ คนได้ให้คำนิยามเกี่ยวกับความรักไว้ ในทฤษฎีต่าง ๆ กัน ได้แก่ โชเกรตัส กล่าวไว้ว่า

ความรัก คือ ความคลั่งไคล้ของสองเพศที่จะรวมกัน

ความรัก คือ อำนาจและพลังดึงดูดระหว่างร่างสองร่าง และวิญญาณสองวิญญาณ
เพลโต กล่าวไว้ว่า

ความรัก คือ ความปรารถนาที่จะได้เป็นเจ้าของสิ่งดีและงาม ความปรารถนานี้เกิดจากธรรมชาติ เราเป็นคนไม่สมบูรณ์ จึงต้องค้นหาสิ่งที่ขาด เพราะธรรมชาติของคน คือ ความไม่เต็มใจ ดังนั้น คนจึงต้องการความเป็นอมตะ จึงแสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ ในชั้นต่ำสุด เป็นความรู้สึกทางเพศ ชั้นสูงขึ้นมาเป็นความรัก ในชื่อเสียงเกียรติยศชั้นสูงสุด คือ ความรักในความรู้ และความงามอย่างแท้จริง

เฮนรีเฮตเดนดอล ได้แบ่งความรักไว้ 4 อย่าง

1. ความรักที่เต็มไปด้วยความรู้สึกทั้ง 2 เพศ (PASSION LOVE)
2. ความรักเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจ หรือความสงสาร (SYMPATHY LOVE)
3. ความรักมุ่งเฉพาะในกามารมณ์ (SEXUAL LOVE)
4. ความรักเนื่องจากความหลง (VARITY LOVE)

ความรักเต็มไปด้วยความรู้สึกทั้ง 2 เพศ (PASSION LOVE) เป็นไปดังนี้

1. ทั้งสองมีความรักใคร่ซึ่งกันและกัน มีความรู้จัก มีความสุข พอใจอย่างมากถ้าความรักนั้นดำเนินไปอย่างราบรื่น ปราศจากอุปสรรคใด ๆ ทั้งสิ้น
2. ผู้ที่กำลังมีความรักยอมเป็นที่ปรารถนาจากผู้ที่ตนรัก เนื่องจากความสวย ความดี หรือความที่เป็นที่ดึงดูด หรือสิ่งอื่น ๆ ที่รวมกันไว้
3. ผู้ที่มีความรัก สนใจ ห่วงใย ในผู้ที่ตนรักเพียงคนเดียว ไม่เอาใจใส่ผู้อื่น เป็นการแสดงแสนยานิสัยแท้จริงออกมาโดยไม่รู้ตัว
4. ทั้งสองจะมีความสุขมาก เมื่ออยู่ใกล้ชิดกัน และทำงานร่วมกัน
5. การทำงานสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ตนชอบ ทำให้ตนมีความสุขเมื่อทำคนเดียว แต่ถ้าทำร่วมกันจะมีความสุขมากยิ่งขึ้น
6. ทั้งสองต้องการอยู่ใกล้ชิดกัน สนับสนุนกัน ทั้งร่างกายและจิตใจ แสดงความคิดเห็นร่วมกันให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

7. ต่างคนต่างมีความเมตตากรุณาซึ่งกันและกัน ต้องการให้แต่ละฝ่ายมีความสุขและความพอใจทุกอย่าง

8. ต่างฝ่ายต่างซื่อสัตย์ซึ่งกันและกัน ช่วยเหลือปกป้องกันอันตรายต่างๆ ให้แก่กัน

9. เกิดความเชื่อมั่นในตนเองอย่างล้นเหลือเมื่อเกิดมีความรัก

ความรู้จักเกี่ยวกับกามารมณ์เป็นเพียงขั้นต้นเท่านั้น เมื่อสามีภรรยาอยู่ร่วมกันจนแก่เฒ่า ก็ยังรักกันอยู่ แม้จะแก่เกินไปที่จะประกอบกิจทางกามารมณ์ได้ แต่รสชาติของการร่วมประเวณีจะเพิ่มมากขึ้น ถ้าทั้งสองต่างรักใคร่ซึ่งกันและกันมาก่อน ความรักเป็นความรู้สึกพอใจอย่างสุดเต็มจึงเต็มไปด้วยความซื่อสัตย์ตลอดกาลปาวสาน ต่อผู้นั้นโดยเฉพาะไม่เกี่ยวกับความสนุกทางเพศเลย

ความรักระหว่างเพศ⁽¹⁾ แบ่งเป็น 2 แบบ

1. **ความรักแท้ (GENUINE LOVE)**
2. **ความรักเทียม (INFLATUATION LOVE)**

ความรักแท้

1. ต้องการเวลาที่จะทราบซึ่งในคุณค่าของกันและกัน
2. แต่ละฝ่ายมีความรู้สึกเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน สุขด้วยกัน ทุกข์ด้วยกัน
3. มีความเชื่อมั่น ซื่อสัตย์ต่อคนรักไม่ว่าจะอยู่ในสภาวะใด
4. ทำทุกอย่างเพื่อให้คนรักพึงพอใจ และมีความสุข โดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย
5. ต้องการแต่งงานกัน เพื่อความสุขในอนาคต ช่วยกันวางแผนของชีวิตอนาคต
6. รักแท้จะยืนยาวแทนการเปลี่ยนแปลงที่จะหมดสิ้นไปจากใจ ถึงแม้จะรู้ว่าคนรักเป็นคนประพฤติเหลวแหลกก็อภัยได้

ความรักเทียม

เป็นความรักเกิดชั่วขณะหนึ่งรวดเร็วมาก การกระทำทุกอย่างเพื่อตนเอง มิใช่เพื่อผู้อื่น ไม่มีความสนใจจะดำเนินชีวิตของตนให้ดีขึ้น หมกมุ่นแต่ความฝันหวานถึงคนรัก คิดถึงตนเองมากกว่าคนรัก เห็นแก่ตัว

⁽¹⁾ มณีรัตน์ เพื่อวงศศิริสาธิต, ความสัมพันธ์ในครอบครัว, มสธ. 2527 หน้า 77-79

การแต่งงานของทุกคนต้องผ่านขั้นตอนเหล่านี้

1. การเกี่ยวพาราสี (COURTSHIP)
2. การแต่งงาน (WEDDING)
3. ตั้มน้ำผึ้งพระจันทร์ (HONEY MOON)

การเกี่ยวพาราสี

ก่อนจะถึงขั้นการแต่งงานอยู่ร่วมกัน ทั้งคู่จะต้องผ่านการรู้จัก การไปเที่ยวตามลำพัง เข้าใจซึ่งกันและกัน มีเรื่องส่วนตัวก็ปรึกษาซึ่งกันและกัน ซึ่งขั้นตอนนี้เป็นการฝึกนิสัยที่จะอยู่ร่วมกันต่อไป จะไปด้วยกันได้หรือไม่ ซึ่งทั้งคู่ต้องมีการปรับตัวเข้าหาซึ่งกันและกัน เป็นขั้น การที่เรอะหันหน้าเข้าหากัน หรือจะแยกกันตั้งแต่ขั้นนี้ บางคู่แยกกันตั้งแต่ขั้นนี้ก็มิ แต่ส่วน มากถ้ารักจริงก็พยายามเอาใจเขามาใส่ใจเราถึงขั้นแต่งงานอยู่ด้วยกันด้วยความมีความสุขในชีวิต

บางคู่ที่พบอาจไม่มีขั้นเกี่ยวพาราสี หรือการออกสังคมด้วยกันก่อนแต่งงาน โดยมากเป็นคู่สมรสประเภทคลุมถุงชน หรือเป็นคู่สมรสที่เคร่งครัดในขนบธรรมเนียมประเพณี มาก แต่ก็อยู่กันโดยราบรื่นเช่นกัน

การแต่งงาน

ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ต่างเพศเป็นของธรรมชาติ ทุกคนต้องการมีความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เมื่อเจริญเติบโตถึงวัย ทั้งสองเพศต้องการมีความสัมพันธ์ด้านร่างกาย ดั้ทนสังคม ด้านจิตใจ เริ่มตั้งแต่การรู้จัก พูดคุยธรรมดา จนกระทั่งมีนัด และถึงขั้นแต่งงาน

ก่อนการแต่งงาน ต้องมีการเลือกคู่สมรส เพราะมนุษย์เราต่างจิตต่างใจ ต่างประสบการณ์ และสิ่งแวดล้อมก็แตกต่างกันด้วย เพื่อความสุขในชีวิตครอบครัวจึงจำเป็นต้องมีการเลือกก่อนตกลงปลงใจที่จะครองชีวิตคู่ เพื่อป้องกันการเลือกคู่สมรสผิดและผลสุดท้ายถึงขั้นหย่าร้าง

ชีวิตสมรสจะมีความสุขได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ สำคัญที่สุดคือคู่สมรสเอง ประกอบด้วยร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา เจตคติ นิสัย ความรู้ ความสามารถ และอื่น ๆ ซึ่งได้จากกรรมพันธุ์และสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ทำให้บุคลิกภาพต่างกัน ดังนั้น จึงต้องมีการปรับตัวเข้าหากัน

สมัยโบราณการเลือกคู่ครองเป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่เป็นผู้เลือกให้ ต่างคนต่างก็ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน แต่พบว่าการครองเรือนอยู่กันอย่างมีความสุขจนลูกหลานเต็มบ้าน เพราะ

ผู้ใหญ่มีประสบการณ์มาก ซึ่งสามารถเลือกคู่ครองให้บุตรหลานได้เหมาะสม หรือกล่าวว่าผู้ใหญ่อาบน้ำร้อนมาก่อน หรือมีสายตายาวมองเห็นการณ์ไกลได้

ปัจจุบันนี้การเลือกคู่ เป็นหน้าที่ของหนุ่มสาวเลือกเองเป็นส่วนใหญ่ เมื่อตกลงปลงใจแล้วจึงให้รู้จักผู้ใหญ่ แต่ปรากฏว่าบางคู่ก็อยู่กันมีความสุข บางคู่ก็หย่ากัน ตั้งแต่เริ่มแต่งงานได้ 1-2 เดือน เพราะความไม่เข้าใจกัน เหตุผลเพราะการเลือกคู่ครองเอง บางครั้งนิสัยจริงของแต่ละฝ่ายยังไม่แสดงออก มีอะไรหนักนิดเบาหน้อยก็ทนได้ เพราะความรักซึ่งกันและกัน

เหตุผลที่คนเราแต่งงาน

คนเราแต่งงานเพื่ออะไร มีเหตุผลหลายประการ ได้แก่

1. แต่งงานเพราะความรัก ต้องการได้อยู่ใกล้ชิด ความรักคืออารมณ์รุนแรงที่มีต่อเพศตรงข้าม มีความใคร่ ความดึงดูด ความอ่อนโยน และมีการกระทำที่สมความต้องการของอีกฝ่าย หรือสนองความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่ง

2. เพราะต้องการความมั่นคงในอนาคต รวมทั้งมีเกียรติยศชื่อเสียงทั่ว ๆ ไปหญิงต้องการแต่งงานกับชายที่มีฐานะสังคมสูงกว่า เพื่อจะยกฐานะของตนให้สูงกว่าเดิม ในปัจจุบันสังคมให้ความสำคัญแก่ความมั่งคั่งมาก ดังนั้น คนแต่งงานรัวเร็วจึงได้รับความนับถือยกย่องว่าเป็นคนฉลาด พ่อแม่จึงอยากให้ลูกมีฐานะดีขึ้นหลังการสมรส ทางตรงข้ามสำหรับชายบางคนไม่ยอมเสียเกียรติที่จะยกฐานะตนเองโดยพึ่งพ่อทางฝ่ายหญิง โดยหวังในเกียรติของตนเองมากกว่าที่จะพึ่งบุญทางฝ่ายหญิง แต่ในด้านการเงินอาจจะอนุโลมให้ชายก็มองหญิงที่ฐานะดี เพื่อหลักฐานมั่นคง พ่อแม่ก็ต้องการเช่นนั้น เพราะต้องการเห็นลูกตั้งหลักฐานได้เร็ว สิ่งนี้เป็นส่วนหนึ่ง ถ้าขาดไปการครองเรือนก็จะประสบปัญหาไม่ราบรื่นเท่าที่ควร

3. ต้องการเพื่อนร่วมชีวิตทุกข์คู่สุข การอยู่เป็นโสดโดยที่เพื่อนฝูงแต่งงานไปหมดแล้วก็จะเป็นที่ครหานินทาเกิดความเหงาว่าเหว่ ไม่มีเพื่อนที่สนิทจะปรึกษาทุกข์สุข จึงพบว่า การแต่งงานของหญิงหลายคนไม่ได้แต่งด้วยความรัก หรือเพราะเงินไม่ได้สนใจรูปร่างหน้าตา เมื่อมีคนแนะนำก็ตัดสินใจแต่งงานทันที มีความคิดว่าจะได้เพื่อนมาช่วยสร้างบ้านสร้างครอบครัว แต่ต้องมีการลงทุนสร้างมิตรภาพของความเป็นเพื่อน จึงไม่ใช่ของได้เปล่า

4. ต้องการสนองความต้องการทางเพศ สังคมไทยไม่ยอมรับการอยู่ด้วยกันโดยปราศจากการแต่งงาน อย่างน้อยเพื่อนฝูงควรจะได้ทราบและรู้จักกับผู้ที่มาเป็นเขยหรือสะใภ้ การอยู่ร่วมกันระหว่างชายหญิงกระทำได้โดยไม่มีข้อครหานินทา เมื่อทั้งคู่ได้แต่งงานกันตาม

กฎหมายและประเพณีนิยม มนุษย์จำเป็นต้องได้รับการตอบสนองในเรื่องความต้องการทางเพศ จึงใช้การสมรสเพื่อสนองความต้องการ ความรู้เรื่องทางเพศ ความรู้สึก และความต้องการของเพศตรงข้าม จะช่วยให้การสมรสบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

5. ต้องการมีบุตรไว้สืบสกุล คู่สมรสที่มีความพร้อมทั้งคู่ต้องการมีบุตรไว้สืบสกุล การมีบุตรทำให้วงศ์ตระกูลของคู่สมรส โดยเฉพาะชายได้เจริญรุ่งเรืองโดยการได้คงไว้ซึ่งนามสกุลของตนเอง เพราะกฎหมายบังคับเมื่อหญิงทำการสมรสแล้ว ต้องใช้นามสกุลสามี เมื่อมีบุตร บุตรจึงต้องใช้นามสกุลตามบิดา ปัจจุบันมีบางคู่ที่ฝ่ายหญิงต้องการใช้นามสกุลตนเอง เพราะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักนับหน้าถือตาในสังคม จึงใช้นามสกุลตนเองโดยการวงเล็บ หรือขึ้นหน้านามสกุลสามี การมีบุตรทำให้พ่อแม่มีความผูกพันกันมากขึ้น ใฝ่ดูการโตวันโตคืนของลูกพร้อมจะให้การอบรมสั่งสอนและเลี้ยงดูให้เป็นคนดีต่อไป เปรียบเสมือนโซ่ทองคล้องพ่อแม่ไว้ใกล้ชิดกัน

6. ต้องการผู้ช่วยเหลือยามแก่ ผู้ช่วยเหลือ หมายถึง คู่หวังพึ่งซึ่งกันและกัน ตลอดจนหวังพึ่งลูกหลานที่จะเกิดขึ้นมา เมื่อยามที่ตนช่วยเหลือตนเองไม่ได้ เป็นความหวังอย่างยิ่งของคู่สมรส

7. หนีสถานการณ์บางอย่างทางบ้าน ได้แก่ ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีครอบครัวแบบไม่มีความสุข เช่น พ่อแม่แยกกัน หรือทะเลาะวิวาทกันตลอดเวลา หรือเป็นนักเลงสุรา การพนัน ทำให้ครอบครัวไม่มีความสุข จึงหาทางออกโดยการแต่งงานให้พ้นความทุกข์ภายในครอบครัว ส่วนมากจะเกิดแก่ฝ่ายหญิงมากกว่าชาย เพราะผู้หญิงมีความอดทนจนถึงจุดหนึ่งที่ไม่สามารถทนได้ เป็นต้น

ความต้องการของชายและหญิง โดยการแต่งงานมีความปรารถนาดังนี้

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| - รักตน | - ช่วยตัดสินใจปัญหาต่าง ๆ |
| - แสดงความรักใคร่ต่อตน | - ช่วยให้เกิดความทะเยอทะยาน |
| - ปรึกษาไว้ใจได้ | - เป็นที่พึ่งได้ |
| - นับถืออุดมคติ | - ช่วยให้เกิดความมั่นใจในตนเอง |
| - เข้าใจอารมณ์ | - ช่วยให้หายเหงา |

ฯลฯ

ทฤษฎีการเลือกคู่ครอง

การเลือกคู่ครองมี 2 ทาง

1. ด้านสังคมวิทยา กล่าวว่าการเลือกคู่ครองโดยปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม เป็นสิ่งกำหนด
2. ด้านจิตวิทยา ใช้อารมณ์ของตนเองเป็นหลัก เป็นเหตุผลเฉพาะตนเอง

1. การเลือกคู่ครองด้านสังคมวิทยา

มนุษย์ส่วนมากเลือกแต่งงานกับคนกลุ่มเดียวกัน สังคมเดียวกัน หมายถึง ที่อยู่ อาศัย อาชีพ เชื้อชาติ ศาสนา วัย การศึกษา และชั้นของสังคม เพราะในกลุ่มเดียว เชื่อว่ามีค่านิยม รสนิยม คล้ายคลึงกัน BOSSARD (1931) ได้สำรวจพบว่า คู่สมรสส่วนใหญ่มีที่อยู่อาศัย ใกล้กัน เป็นต้น

2. ทฤษฎีทางจิตวิทยา

นักวิจัยอ้างถึง 2 ทฤษฎี ที่อธิบายพฤติกรรมกรรมการเลือกคู่ของมนุษย์ ได้แก่

2.1 ทฤษฎี กล่าวถึงมนุษย์จะเลือกคู่ที่มีคุณสมบัติคล้ายตนเองเป็นคู่ครอง HOMOGAMY ซึ่งมีดังนี้

1.1 ระดับสติปัญญา

1.2 ลักษณะทางกาย สูง ต่ำ ดำ ขาว ขึ้นอยู่กับความรู้สึกรักของแต่ละสังคมและบุคคลด้วย

1.3 ลักษณะของคู่สมรสในอดีต

ส่วนมากแล้วมนุษย์จะนึกภาพของคนที่ตนจะเลือกเป็นคู่ครอง โดยจากประสบการณ์จากครอบครัว จากตัวแบบที่ใกล้ชิด คือ พ่อแม่ ถ้าพ่อแม่เป็นตัวแบบที่ดี ลูกก็จะเลือกคู่สมรสที่มีลักษณะคล้ายพ่อหรือแม่มาเป็นคู่ครอง ถ้าพ่อแม่เป็นต้นแบบที่ไม่ดี ลูกก็จะเกลียดคนที่มีรูปร่างหน้าตาและพฤติกรรมแบบนั้น ๆ

2.2 COOMB'S THEORY (1966) ได้ตั้งทฤษฎี VALUE THEORY OF MATE SELECTION สนับสนุนการเลือกคู่ที่มีคุณสมบัติคล้ายกัน หมายถึง มีทัศนคติ ค่านิยมคล้ายกันหรือเหมือนกัน เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการดำรงชีวิตครอบครัวให้ราบรื่น ถ้ามีการแต่งงานกับคนที่แตกต่างจากกลุ่มของตน อาจก่อให้เกิดการขัดแย้ง อันเกิดจากความต่างกัน และทำให้ชีวิตสมรสไม่มีความสุข

2.3 ทฤษฎีความต้องการที่ตรงข้าม COMPLIMENTARY NEEDS THEORY WINCH (1953) ไม่เห็นด้วยกับการเลือกคู่ครองที่มีนิสัยเหมือนกัน ตามข้อสังเกตการวิจัยของ BURGESS และ LOCKE พบว่า มนุษย์ต้องการแต่งงานกับคนที่มีความสอดคล้องตรงข้ามกับความต้องการของตัวเอง และบุคคลที่จะสนองความต้องการที่ดีที่สุด ได้แก่ คนที่มีคุณสมบัติตรงข้ามกับเขามากกว่าที่จะเหมือนหรือคล้ายกัน ได้แก่ ผู้มีนิสัยต้องการเอาชนะผู้อื่น ผู้ที่ต้องการให้คนอื่นยกย่องตนเอง และผู้ที่ชอบเอาใจผู้อื่น

การเลือกคู่ครอง

มนุษย์ทุกคนต้องการความสุขในชีวิตครอบครัวทุกคนจึงต้องมีเป้าหมายในการเลือกคู่ครองของตน การเลือกคู่ไม่วิวัยหรือฐานะในความรักอย่างเดียว ต้องใช้เหตุผลประกอบการเลือกคู่ได้แก่

1. ผู้ที่จะได้รับเลือกเป็นคู่สมรส
2. ภูมิหลังของครอบครัวของคู่สมรส

ผู้ที่จะได้รับเลือกเป็นคู่สมรส

ผู้ที่จะเลือกและผู้ที่ได้รับเลือก ต้องนึกถึงบุคลิกภาพเป็นสิ่งสำคัญ ทุกสิ่งทุกอย่างที่ประกอบเป็นบุคคล ได้แก่ รูปร่างหน้าตา นิสัย วุฒิภาวะทางอารมณ์ วัย การศึกษา ปรัชญาชีวิต ความสนใจ รสนิยม สุขภาพกาย สุขภาพจิต เหล่านี้เป็นต้น

รูปร่างหน้าตา การเลือกคู่แบบนี้มีข้อสังเกตว่า ความสวยงาม ความหล่อ ไม่จำเป็นต้องเป็นความสวยที่สังคมยอมรับทั่วไป แต่ความสวยงามที่ผู้เลือกนิยมชมชอบ อาจจะไม่เป็นที่นิยมในสายตาผู้อื่นได้ และต้องนึกถึงว่า สังหารไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา คนสวยงามเมื่ออายุมากขึ้น ความงามก็ย่อมน้อยลง หรือไม่งามเลยได้

นิสัย นักวิจัยเรื่องการสมรส พบว่า ชีวิตสมรสจะยาวถึงที่สุดได้ เกิดจากการมีบุคลิกภาพที่ไปกันได้ การสมรสไม่ทำให้เปลี่ยนบุคลิกภาพของคนได้ แต่นิสัยที่แท้จริงที่ปกปิดไว้จะถูกเปิดเผยหลังการแต่งงานแล้ว

นักวิจัยได้แนะนำว่า การเลือกคู่ควรพิจารณาดังนี้

1. เลือกผู้มีนิสัยที่ไปกันได้
2. เลือกคนที่นิสัยไม่ก่อความยุ่งยาก

นิสัยของภริยาที่สามีไม่ชอบ ได้แก่ จู้จี้ เห็นแก่ตัว แต่งกายสกปรก ขี้โมโห ยุ่งในการทำงานของสามี เป็นต้น

วุฒิภาวะทางอารมณ์ อารมณ์มีส่วนสำคัญมากในการดำเนินชีวิต เมื่อร่างกายเจริญเต็มทีอารมณ์ก็ควรได้เจริญตาม เพื่อเข้าสู่วุฒิภาวะทางร่างกายและจิตใจ และอยู่ในสังคมได้ดี ถ้าผู้ใดมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ไม่ดี การดำเนินชีวิตสมรสไปได้ไม่ตลอดรอดฝั่ง และไม่ควรมรส

วัยสมรสและความต่างวัยคู่สมรส วัยใดเหมาะสมมากที่สุด ตามทฤษฎีด้านการสมรส บอกได้ยาก เพราะมีส่วนเกี่ยวข้องมากมาย เช่น การศึกษา แต่ทั่วไปมีความเห็นว่า หญิงควรมีอายุ 21-25 ปี และชายอายุเกือบ 30 ปี เพราะอายุและอารมณ์จะควบคู่กันไป ถ้าสมรสเมื่ออายุน้อย อารมณ์ไม่หนักแน่นพอที่จะเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้ และมีอารมณ์วู่วาม ใจร้อน ตัดสินใจโดยไม่กิดอะไรทั้งสิ้น ชายหญิงอายุน้อยเมื่อสมรสจะมีความสุขน้อยกว่าผู้ที่อายุพอสมควร การที่มีอายุต่างกัน 15 ปี ความสุขก็จะน้อยลงเพราะความสนใจต่างกันทั่ว ๆ ไปหญิงควรมีอายุน้อยกว่าชาย

การศึกษาและปัญหา ความสุขในชีวิตสมรสได้มีการค้นคว้าในสหรัฐอเมริกาพบว่า ชีวิตสมรสมีความสัมพันธ์กับการศึกษาของคู่สมรส ถ้าทั้งสองฝ่ายได้รับการศึกษาสูงพอสมควร และการศึกษาเท่าเทียมกัน จะทำให้ทั้งสองจะปรับตัวเข้าหากันได้มากขึ้น

ปรัชญาชีวิต หมายถึง ความเชื่อพื้นฐานที่มั่นคงจริง การเกิด การตาย ความรัก ความเกลียด แต่ละคนมีปรัชญาต่าง ๆ กัน ตามค่านิยมของตนเอง ทำให้มองสิ่งที่มีคุณค่าต่อชีวิตต่างกัน เช่น บางคนชอบเก็บตัวอยู่ง่าย ๆ ขอให้มียุติที่นอนที่กินแต่ละวันก็พอ ไม่ต้องการจะพัฒนาตนเอง หรือปรับปรุงทุกสิ่งภายในบ้าน อยู่อย่างไรก็อย่างนั้น ชอบความง่าย ๆ ไม่มีระเบียบ ขอให้มีความสะดวกก็แล้วกัน ถ้าพบคู่สมรสมีระเบียบทำให้ครอบครัวไม่มีความสุขได้

รสนิยม ผู้ที่มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ รอบตนเอง และโลกกว้างจะมองเห็นโลกดีกว่า ผู้สนใจโลกแคบภายในบ้านตนเอง รสนิยมดีรู้จักเลือกสิ่งต่าง ๆ รู้จักจัดบ้านช่องให้หน้าอยู่ คู่สมรสใดที่มีรสนิยมและความสนใจที่ตรงกันเป็นรากฐานอันมั่นคง ช่วยให้ชีวิตสมรสถาวรขึ้น

สุขภาพทางกายและจิตใจ สุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ อารมณ์ สังคม ปรับตนเข้าได้ทุกสถานการณ์ ไม่มีความพิการใด ๆ ทั้งคู่ควรได้รับการตรวจร่างกายก่อนแต่งงาน เรื่องที่ควรปรึกษาแพทย์ได้แก่

1. ความปกติของอวัยวะเพศ ซึ่งจะไม่เกิดอุปสรรคในด้านการมีความสัมพันธ์ทางเพศ และการมีบุตร
2. การสืบสายโลหิตของทั้งสองฝ่าย แพทย์สามารถทราบได้ถึงความปกติของลูกที่จะเกิดมาได้

3. สภาพทั่วไป โรคติดต่อต่าง ๆ โรคเลือด ได้แก่ โรคเลือดออกไม่หยุด หมู่เลือดเข้ากันไม่ได้ เหล่านี้เป็นต้น

ภูมิหลังของครอบครัวและของแต่ละบุคคล

นักจิตวิทยาถือว่า เรื่องนี้สำคัญมากในการสมรส ฝ่ายใดถูกอบรมเลี้ยงดูแบบใด ประเพณีอย่างไร ศาสนาใด พื้นฐานทางอารมณ์ของแต่ละครอบครัวเป็นอย่างไร การปรับตัวแต่ละคนมีความแตกต่างกัน เช่น การเป็นบุตรคนโต จะเป็นผู้รับผิดชอบดี นิสัยใจคอเสมือนผู้รับผิดชอบทั้งโลก ชอบช่วยเหลือแม้จะแต่งงานแล้วก็ช่วยเหลือญาติพี่น้องอยู่ตลอดเวลา ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเกิดความไม่พอใจได้ หรือเป็นบุตรคนสุดท้อง ถูกตามใจมาตลอด เมื่อแต่งงานแล้วต้องการคนตามใจ ไม่สามารถตัดสินใจอะไรได้ ไม่เจริญทั้งวุฒิภาวะ ทำให้การแต่งงานเป็นไปไม่ตลอดรอดฝั่ง

ดังนั้น การเลือกคู่ครองต้องมีความรอบคอบมากที่สุด อย่าเอาความรักเป็นที่ตั้งต้องใช้สมองในการตัดสินใจด้วย แต่ต้องนึกถึงว่าไม่มีใครในโลกดีที่สุดใน

พิธีการแต่งงาน

พิธีการแต่งงานนี้จะพบทุกชาติทุกศาสนาในโลกนี้ แต่พิธีการปฏิบัติต่างกันตามวัฒนธรรม จานบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละชาติ

พิธีแต่งงานนี้เป็นพิธีที่นำความยินดีมีหน้ามีตามาสู่วงศ์ตระกูลอย่างใหญ่หลวง ทั้งฝ่ายหญิงและฝ่ายชาย ถือว่าเป็นพิธีสำคัญมาก เป็นการแสดงออกถึงความเป็นที่เคารพนับถือในสังคม และฐานะความร่ำรวยมาก น้อย เพราะถือว่าเป็นพิธีที่ทำได้ครั้งเดียวในชีวิตของทั้งสองฝ่าย แต่ปัจจุบันนี้พิธีนี้บางครอบครัวพยายามที่จะจัดเพื่อตามประเพณี ไม่มีการตำน้ำพริกละลายแม่น้ำเหมือนสมัยก่อน เพราะปัจจุบันนี้สังคมเปลี่ยนแปลงไป ทุกคนต้องพยายามนึกถึงแต่การประหยัดดีที่สุดใน แต่ก็ทำพอสมเกียรติทั้งสองฝ่ายก็ใช้ได้

มีเพื่อนผู้เขียนจัดพิธีแต่งงาน เช้ามีการหมั้นที่บ้านฝ่ายหญิง กลางวันเลี้ยงพระเพล และหลังน้ำพระพุทธรณ์ เลี้ยงแขกผู้ใหญ่และเพื่อนใกล้ชิดที่สนิทบ้าง การจัดนี้เป็นการจัดที่โรงพยาบาลสงฆ์ ซึ่งเป็นการรวบรัดดี การจัดที่ประหยัดแต่ก็สมเกียรติทั้งสองฝ่าย เป็นการจัดที่ประหยัด รวบรัดดี เสร็จพิธีหลังจากเลี้ยงพระ เลี้ยงแขก ประมาณ 13.00 น. ทั้งฝ่ายเจ้าภาพก็ไม่เหน็ดเหนื่อยไป ซึ่งทั้งคู่ก็อยู่กินกันอย่างมีความสุขดี

พิธีที่ทำกันส่วนมาก ได้แก่

พิธีทางศาสนา มีการตักบาตรร่วมกัน เลี้ยงพระเพล พระฉันท์เสร็จประพรมน้ำพระพุทธมนต์ เป็นการเสร็จพิธี

ถ้าเป็นศาสนาคริสต์ จะทำพิธีสมรสโดยบาทหลวงเป็นผู้ทำพิธีในโบสถ์ ทั้งสองฝ่าย แลกเปลี่ยนแหวนซึ่งกันและกัน เป็นแหวนทองเกลี้ยงธรรมดา สวมบนนิ้วนางซ้าย และให้คำสัญญาต่อทุกคนว่าจะยอมรับเป็นสามีและภรรยา ไม่ว่าผู้นั้นจะดีหรือเลว หลังจากเสร็จพิธีแล้วมีการเลี้ยงน้ำชา เป็นการเสร็จพิธีแต่งงาน

พิธีตามประเพณี

คู่บ่าวสาวหมอบรับน้ำสังข์จากแขกผู้ใหญ่ มีมงคลแฝด (ด้ายสายสิญจน์) คล้องศีรษะทั้งฝ่ายหญิงและชาย สวมโดยแขกผู้มีเกียรติ พ่อแม่หรือแขกผู้ใหญ่จะรดน้ำบนศีรษะโดยสังข์เล็ก ๆ และให้ศีลให้พร ปัจจุบันนี้ส่วนมากรดน้ำที่มือทั้งคู่ ซึ่งวางอยู่บนหมอนบนโต๊ะเล็ก ๆ ตรงหน้า ถ้าใช้พิธีหมอบกราบใช้เวลานานทำให้ทั้งคู่เหนื่อยมากจึงเลิกวิธีการหมอบกราบแล้วเปลี่ยนเป็นนั่งบนม้าแทน

(2) ผู้ที่ขอรับพระราชทานน้ำสังข์จากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวแล้ว ไม่ต้องมีพิธีรดน้ำอีก

พิธีตามกฎหมาย

พิธีตามกฎหมาย คือ การจดทะเบียนสมรสบางคู่ก็เชิญนายอำเภอมาจดทะเบียนในงานแต่งงาน บางคู่ก็จดทะเบียนหลังพิธีแต่งงานโดยไปจดที่อำเภอ

เป็นการแต่งงานที่ถูกต้องตามกฎหมาย ทั้งคู่มีสิทธิ์ทั้งได้ทั้งเสียซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นกฎหมายที่บังคับใช้หลังวันที่ 1 ตุลาคม พ.ศ.2478 ทุกคนที่อยู่ร่วมกันต้องจดทะเบียนสมรส จึงจะถูกต้องตามกฎหมาย

ค่าใช้จ่ายในพิธีแต่งงาน

ค่าใช้จ่ายขึ้นอยู่กับความพร้อมของทั้งสองฝ่าย และความพอใจ จะใช้ของใหม่หมดหรือใหม่บ้าง เก่าบ้าง จะใช้ชุดเจ้าสาว-เจ้าบ่าว ก็ชุด แต่งหน้า ทำผม การ์ดเชิญ เช่าสถานที่จัดงาน ของชำร่วย ซึ่งเป็นพิธีการที่เจ้าสาว-เจ้าบ่าวต้องเหนื่อยมากก่อนถึงวันงาน แล้วแต่คู่ใดจะตัดทอนอะไรออก ไม่มีข้อบังคับไว้

(2) ทวีริศม์ ธนคม, ครอบครัวยุคใหม่, 2524, หน้า 160

การดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์

เป็นประเพณีของชาวตะวันตก แต่ปัจจุบันเรานำมาใช้ในการแต่งงานของประเทศเรา เพราะคู่สมรสจะต้องมีแผนล่วงหน้าไว้ว่า หลังแต่งงานแล้วจะไปดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์ที่ไหน ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับเวลา และปัจจัยของทั้งคู่ บางคู่ก็อยู่บ้านจัดเรือนหอ บางคู่ก็ไปต่างจังหวัด ภายในประเทศ บางคู่ก็ไปต่างประเทศ พิธีนี้เป็นการทำคู่สมรสได้อยู่ด้วยกันโดยไม่มีใครเกี่ยวข้อง หรือรบกวนทำให้มีการปรับตัวในเรื่องเพศ หรือการจากครอบครัวมาทำให้ว้าเหว่ (โดยเฉพาะหญิง) เป็นต้น ในเรื่องเพศ ฝ่ายหญิงจะมีความกระดากอายกลัว ซึ่งควรได้มีเวลาที่ได้อยู่กันเป็นส่วนตัว และมีบรรยากาศที่ดีพอ ทั้งคู่จะมีความสัมพันธ์ทางกาย ทางใจ ได้ลึกซึ้งและมีความรักเข้าใจกันอย่างสุดคุ้ม

การแต่งงานและชีวิตครอบครัว ต้องใช้ความรอบคอบ ต้องอาศัยการเตรียมตัว ความพร้อม ความรู้ ไหวพริบ การปรับตัวของคู่สามีภรรยาแต่ละคู่ที่จะดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายอย่างสมบูรณ์ ดังนั้น ก่อนตกลงปลงใจแต่งงาน ต้องมีการได้ศึกษาภาวะต่าง ๆ เช่น เศรษฐกิจ สังคม การเมืองให้ถี่ถ้วน เพื่อการดำเนินชีวิตจะไม่เกิดปัญหา และบรรลุเป้าหมายของชีวิต

การแต่งงาน เป็นเรื่องเฉพาะตัวของสามีภรรยา ต้องพยายามเรียนรู้ ผู้ที่แต่งงานครองรักกันมา 10-25 ปี มีประสบการณ์ในการครองเรือน วิธีต่าง ๆ ศิลปะการครองชีวิตคู่แต่ละคนก็ใช้ต่างกัน อย่างไรก็ตาม ทางฝ่ายหญิงต้องมีคุณสมบัติของสตรีที่ดีไว้ ฝ่ายชายก็เช่นกัน ต้องมีความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น ไม่ใจร้อน ภู่วาม ฝ่ายหนึ่งเป็นไฟฝ่ายหนึ่งเป็นน้ำ แล้วการดำเนินชีวิตครอบครัวจะราบรื่น

ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของสามีภรรยา

ปัญหาที่มีข้อขัดแย้งกันระหว่างสามีภรรยาที่พบบ่อย และนำไปซึ่งความไม่สงบสุขในชีวิตครอบครัว ได้แก่

1. ปัญหาเล็ก ๆ น้อย ๆ ขัดแย้งกันในชีวิตประจำวัน ต้องเข้าใจว่าการแต่งงานไม่ใช่การเปลี่ยนนิสัยของทั้งสองฝ่ายได้ ต้องยอมรับความจริง แต่ละคนเป็นของตัวเอง แต่ละฝ่ายต้องพยายามหาต้นเหตุปัญหา สิ่งใดสำคัญมากน้อยอย่าถือเป็นเรื่องจริงจังนัก สิ่งใดพอผ่อนปรนได้ก็พยายามอมอมขอมกัน ไม่เพิกเฉย ชีวิตก็จะประสบความสำเร็จ

2. การเที่ยวนอกบ้าน กินเหล้าเมายา และอื่น ๆ ภรรยาต้องพยายามใจเย็น ปฏิบัติตนเป็นแม่บ้านที่ดี เตรียมอาหารตามปกติ พูดยาเหมือนปกติ ทำเป็นไม่รู้ไม่เห็น ใช้ความอ่อนหวานของตนเองเป็นเครื่องช่วยให้สามีมีความเข้าใจ หวังดีต่อเรา แสดงให้เห็นว่า เรา

ห้วงสุขภาพของเขามากกว่าจะห้วงหรือหวงเพื่อความพอใจของเราฝ่ายเดียว

3. ปัญหาสนใจหญิงอื่น ปัญหานี้เป็นปัญหาใหญ่ ภริยาควรทำใจเข้มแข็ง อดทน สังเกต นิสัยสามีว่าการทำเป็นสภาพบุรุษเอาใจเพื่อนหญิงบ่อยๆ ซ้ำๆ กันหรือไม่ ถ้าทำเป็น บางครั้งเพื่อมารยาทก็ควรไม่สนใจ เพราะผู้ชายอาจเบื่อกับการตามจู้จี้จุกจิก รำคาญ ภริยาจึงหึง บางครั้งเพื่อนฝูงอาจบอกเราให้ทราบ อาจเป็นการหวังดีหรืออุบายก็ได้ ต้องฟังหูไว้หู หนักแน่น พยายามทำตนเองให้สามีพึงพอใจกับการไม่ปล่อยตัว แต่งตัวบ้าง รักษาสุขภาพ ชมเชยสามี ในกรณีที่เขาทำอะไรสำเร็จเล็ก ๆ น้อย ๆ สามีจะกลับใจได้ ถ้าบ้านมีความสุข สดชื่น ก็จึงลืม เรื่องเก่าเสีย เริ่มต้นชีวิตใหม่ต่อไป

4. ปัญหาการทะเลาะเบาะแว้ง สามีภริยาอยู่ด้วยกันต่างคนต่างจิตต่างใจ ต้องมี เรื่องทะเลาะบ้าง “ลื่นกับพินยอมกระทบกัน” เช่นเดียวกัน การทะเลาะกันเนื่องมาจากความ เกรียด ต้องการระบายความเครียดออกมา ภริยาอาจคิดว่าเป็นของธรรมดา สามีเห็นว่าเป็น เรื่องสนุก ทำให้ชีวิตการสมรสมีชีวิตชีวากว่าชีวิตที่เรื่อย ๆ สามีหรือภริยาเป็นฝ่ายจ้อก่อนก็ได้ ไม่เป็นการเสียศักดิ์ศรี ชีวิตครอบครัวจะดำเนินไปด้วยดี การปรึกษาปัญหาต่างๆ ภายใน ครอบครัว หรือปัญหาอื่น ๆ ควรให้ดูกาลเทศะ เวลาที่อารมณ์ปลอดโปร่งไม่ใช่เวลาเหนื่อย หิว เกรียด อาจเป็นบ่อเกิดแห่งการทะเลาะเบาะแว้งกัน ถ้าปัญหาเล็กน้อยในบ้าน ให้ลูก ๆ ได้ มีส่วนช่วยแก้ปัญหาคด้วย ทุกคนมีความรับผิดชอบร่วมกัน ช่วยกันทำให้ชีวิตมีค่า และสวยสด งดงาม

5. ปัญหาญาติพี่น้องของแต่ละฝ่าย ญาติแต่ละฝ่ายมีความสำคัญต่อคู่สมรส และการดำเนินชีวิตครอบครัว บางคนต้องอยู่รวมกันกับครอบครัวสามี หรือครอบครัวภริยา หลัง จากแต่งงานแล้ว เพราะไม่สามารถจะแยกครอบครัวได้ ด้วยสาเหตุหลายประการ

1. ไม่มีทุนทรัพย์เพียงพอ
2. เป็นลูกคนโต หรือคนเล็ก
3. เป็นหัวหน้าครอบครัวของพ่อแม่ (ฝ่ายสามี) พี่น้อง
4. ไม่สามารถทิ้งพ่อแม่ได้ (การติดพ่อแม่ ตัดสินใจไม่ได้)
5. ต้องอุปการะพ่อแม่

สาเหตุดังกล่าวนี้ ทำให้คู่สมรสมีความรู้สึกอึดอัด เพราะจะทำอะไรทุกอย่างมีคน คอยจับตามองดู โดยเฉพาะฝ่ายหญิง ถ้าเป็นฝ่ายชายไม่ค่อยมีปัญหา มาก เพราะทุกคนเอาใจ ลูกเขย และปกติฝ่ายชายไม่ได้ทำงานบ้านอยู่แล้ว

การดำเนินชีวิตคู่ไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ ต้องผ่อนผันตามครอบครัวเดิม เมื่อเกิดปัญหาขึ้นไม่ได้ปรึกษากันระหว่างสามีภรรยา แต่มีบุคคลที่สามารถเกี่ยวข้องกับ ตัดสินใจอะไรไม่ได้ เป็นบุคคลที่ยากจะบรรลุถึงวุฒิภาวะในฐานะหัวหน้าครอบครัว

ตัวอย่างมากมายพบเสมอ ที่คู่สมรสต้องแยกจากกันเพราะไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตครองเรือน เนื่องมาจากสามีหรือภรรยาไม่ยกย่องนับถือญาติฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเสมือนญาติของตนเอง เหล่านี้เป็นสาเหตุของการแตกแยกของครอบครัว

6. ปัญหาการเงิน การใช้จ่ายของครอบครัว ฝ่ายชายต้องมีหน้าที่รับผิดชอบในเรื่องค่าใช้จ่ายในบ้าน โดยมีภรรยาเป็นผู้ใช้จ่าย ภรรยาต้องเป็นคนกระหมัดกระแห่ม ใช้จ่ายให้อยู่ในขอบเขต ไม่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่าย รู้จักเก็บหอมรอมริบ เพราะระยะตั้งครอบครัวใหม่ๆ มีความจำเป็นต้องใช้สอยมาก อะไรควรใช้ก่อนก็ใช้ บางอย่างรอได้ควรรอซื้อที่หลังได้

ปัญหาสำคัญในเรื่องการเงินนี้ อยู่ที่คู่สามีภรรยาตกลงกันอย่างไร ถ้าทำมาหาเงินได้ทั้งคู่ ต่างคนต่างใช้ จะมีความรู้สึกรับผิดชอบน้อย แต่งงานใหม่ๆ ไม่คิดอะไร พอนานเข้าเกิดมีความรู้สึกได้เปรียบเสียเปรียบ สามีคิดว่าตนเองไม่ควรรับผิดชอบคนเดียว ภรรยาควรมีส่วนในการออกค่าใช้จ่ายในบ้าน

คู่สมรสมีการศึกษาดี เหมาะสมกันทั้งชาติตระกูล รายได้ดีทั้งคู่ เป็นผู้ที่ใครพบเห็นต้องยกย่อง เหมาะสมกันที่สุด แต่ทั้งคู่ถ้ามีปัญหาเกิดขึ้น จะไม่ปรับตัวเข้าหากัน เพราะต่างคนต่างพึ่งตนเองได้ ต่างคนต่างก็มีความรู้ความสามารถเท่ากัน มีความเป็นอยู่ร่วมกันน้อยในที่สุดแยกทางกัน ชีวิตครอบครัวไม่ดำเนินไปด้วยดี

7. เรื่องศาสนา การเลือกคู่ก่อนสมรส มีปัจจัยในการเลือกหลายอย่าง ได้แก่ เชื้อชาติ ตระกูลของครอบครัวของทั้งสองฝ่าย ทั้งคู่ต้องปรับตัวเข้าหากัน คนที่ยึดมั่นศาสนา เป็นผู้ที่มีชีวิตครอบครัวผาสุก มากกว่าคนที่ไม่มีสิ่งยึดเหนี่ยวในชีวิต เช่น ฝ่ายหญิงนับถือศาสนาพุทธ ฝ่ายชายนับถือศาสนาคริสต์ ก่อนแต่งงานตกลงกันว่าต่างคนต่างนับถือศาสนาของตนเอง แต่บุตรที่เกิดมาจะให้นับถือศาสนาอะไรต้องตกลงกันก่อน

ดังนั้น ศาสนาควรเลือกผู้ที่มีศาสนาเดียวกันดีที่สุด ไม่มีปัญหาตามมาทีหลัง การดำเนินชีวิตจะประสบความสำเร็จสมความมุ่งหมายที่วางไว้

8. ปัญหาการเลี้ยงดูฝึกอบรมลูก เมื่อแต่งงานแล้วทั้งคู่ต้องเตรียมตัวไว้ในการที่จะเป็นพ่อแม่ เพราะการแต่งงานสิ่งที่ต้องการคือการมีบุตรไว้สืบตระกูล และเป็นโอรสที่คล้องชีวิตพ่อแม่ไว้อย่างมั่นคง

การอบรมเลี้ยงดูบุตร อาจเกิดข้อขัดแย้งระหว่างสามีภริยาได้ เพราะพ่อแม่มีความคิดต่างกัน เนื่องมาจากในอดีตแต่ละฝ่ายได้รับการอบรมมาอย่างไร ก็มีความตั้งใจจะอบรมลูกแบบนั้น หรือพ่อแม่รักลูกเกินไป มองพฤติกรรมของลูกดีหมด แต่ละฝ่ายคิดว่าความคิดของตนเองถูกเสมอ

ดังนั้น การอบรมเด็กต้องนิ่งถึง ขั้นตอนพัฒนาการของเด็ก แต่ที่สำคัญที่สุดเด็กต้องได้รับความอบอุ่นและอยู่ในครอบครัวที่มีความสามัคคี เด็กจะเลียนแบบพ่อแม่ ต้องทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ลูก การอบรมไม่เคร่งครัดเกินไป หรือหย่อนเกินไป พยายามเดินสายกลาง ให้เด็กมีความคิดริเริ่ม ได้แสดงออกถึงความสามารถของตนเอง และชีวิตครอบครัวจะมีความสุข ระเบียบนี้เป็นระเบียบที่มีความสุขที่สุดของครอบครัว

9. การวางแผนครอบครัว การวางแผนครอบครัวมีส่วนสำคัญอย่างมากในการดำเนินชีวิต เมื่อยังไม่พร้อมจะมีบุตร เราต้องการบุตรกี่คน ห่างกันกี่ปี เป็นการวางแผนโดยใช้วิธีการคุมกำเนิด การคุมกำเนิดคือการชะลอการเกิด ซึ่งมี 2 วิธี

- การคุมกำเนิดแบบถาวร
- การคุมกำเนิดแบบชั่วคราว

การคุมกำเนิดแบบถาวร

ไม่สามารถมีลูกได้อีก จะใช้วิธีนี้ต่อเมื่อคู่สมรสมีบุตรแล้ว 1-2 คน เมื่อได้ลูกตามต้องการแล้วจะคุมกำเนิดแบบนี้

การคุมกำเนิดแบบชั่วคราว

เป็นการคุมเมื่อยังไม่พร้อมจะมีบุตร ต้องการมีบุตรจะมีบุตรเมื่อไรก็หยุดการคุมกำเนิดแบบนี้ได้

การหย่าร้าง

ทั่วไป ถ้าชีวิตการแต่งงานราบรื่น ครอบครัวมีความอบอุ่นอยู่กันอย่างเข้าใจซึ่งกันและกัน มีบุตรน่ารัก ทำให้รู้สึกที่ชีวิตนี้มีค่ามาก หายเหนื่อย เมื่อกลับถึงบ้านชีวิตครอบครัวดังกล่าวนี้จะไม่มีการนึกถึงการหย่าร้าง ครอบครัวแต่ละครอบครัวสามารถหลีกเลี่ยงการหย่าร้างที่จะเกิดขึ้นได้ โดยการใช้เวลาเป็นเครื่องตัดสิน ต้องมีการพิจารณาสาเหตุของการหย่าร้างได้แก่ ก่อนแต่งงานต้องมีเวลาในการพิจารณา และได้พบตัวอย่างของการหย่าร้าง ทำให้มีเวลา

ในการตัดสินใจ เลือกรูปแบบการดำเนินงานก็จะตามมาภายหลัง เมื่อแต่งงานแล้วต้องพยายามต่อสู้ปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น ต้องเป็นผู้มีวุฒิภาวะเต็มที่ และมั่นใจ ทำตามแผนและเป้าหมายของการแต่งงานว่าจะดำเนินชีวิตครอบครัวให้ผาสุก ฟันฝ่าอุปสรรคที่จะเกิดขึ้นได้ และทางออกที่ดีไม่ใช่การหย่าร้าง ต้องเข้าใจว่าการหย่าร้างไม่ทำให้หมดปัญหาต่าง ๆ ไปได้ กลับต้องเพิ่มภาระอีกมากมาย โดยเฉพาะครอบครัวที่มีบุตร

ดังนั้น สำคัญที่สุดคือต้องมีการปรับตัวเข้าหากัน มีปัญหาอะไรพูดคุยกัน แก้ปัญหาร่วมกัน แล้วทุกสิ่งทุกอย่างก็จะประสบความสำเร็จ

ปรัชญาของการหย่าร้าง⁽³⁾

การหย่าร้างเป็นการปรับตัววิธีหนึ่ง เป็นวิธีสุดท้ายที่ครอบครัวหรือคู่สมรสเลือกใช้ โดยใช้วิธีอื่นไม่ได้ผล กฎหมายยินยอมให้สามีภรรยาหย่าขาดจากกันเมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดประพฤติผิดใจ ปัจจุบันชีวิตครอบครัวผูกพันด้วยความรักมากกว่าทรัพย์สินหรือการงาน ความสุขของคู่สมรสเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ถ้าคู่สมรสไม่มีความสุขในชีวิตแต่งงาน ก็ควรมีสติพิจารณาความสุขของคู่สมรสใหม่ถ้าเป็นสิ่งที่ปรารถนา ในสังคมปัจจุบันภริยาและสามีเดินเคียงบ่าเคียงไหล่กันไม่เหมือนสมัยเก่า ภริยาเป็นช่างเท้าหลัง ต้องคอยตามสามี ไม่มีสติจะชี้แนะหรือช่วยในการดำเนินกิจการใด ๆ เป็นต้น ปัจจุบันนี้ภรรยามีเสรีภาพที่เลือกทางเดิน ถ้าชีวิตสมรสล้มเหลว ถ้ามีบุตร และหย่าร้างจากสามีเดิมแล้ว ก็ยังเลี้ยงดูบุตรได้ดีกว่าจะมีชีวิตแต่งงานที่ทุกข์ทรมาน

สาเหตุของการหย่าร้างในปัจจุบัน

สาเหตุดังกล่าว ได้แก่

- (4)1. สังคมแบบประชาธิปไตยให้เสรีภาพแก่คนมาก ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่พึงพอใจใคร ทำให้ครอบครัวแตกแยกกัน
2. การจัดกันระหว่างสังคมสมัยเก่าและสมัยใหม่ ตลอดจนเรื่องความสัมพันธ์ในครอบครัวทำให้ครอบครัวขาดเสถียรภาพ

(3) ทวีรสุมิ ธนาคม, *ครอบครัวสัมพันธ์*. 2524, หน้า 346

(4) สุภัตรา สุภาพ, *ปัญหาสังคม*. 2515 หน้า 75-76

สถิติการหย่าร้างของประเทศไทย

สถิติการจดทะเบียนสมรสและการหย่า

| ปี | ทั่วประเทศ | | ในกรุงเทพมหานคร | |
|------|------------|--------|-----------------|-------|
| | สมรส | หย่า | สมรส | หย่า |
| 2519 | 270,415 | 16,536 | 37,175 | 5,444 |
| 2520 | 281,111 | 17,616 | 27,227 | 4,569 |
| 2521 | 291,501 | 20,356 | 35,004 | 6,744 |
| 2522 | 285,461 | 22,485 | 35,100 | 7,259 |
| 2523 | 305,588 | 24,922 | 35,208 | 7,713 |

ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ

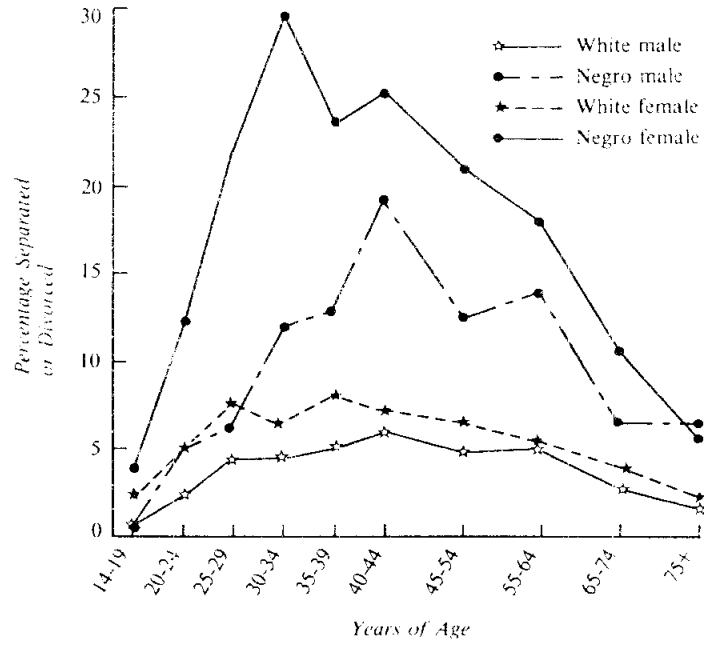
สถิติการหย่าร้างของคนไทยจำแนกตามรายภาค

| พ.ศ. ภาค | 2520 | | | 2521 | | | 2522 | | |
|-----------------------|---------|--------|-------------------------|---------|--------|-------------------------|---------|--------|-------------------------|
| | สมรส | หย่า | % การหย่า ต่อการสมรส | สมรส | หย่า | % การหย่า ต่อการสมรส | สมรส | หย่า | % การหย่า ต่อการสมรส |
| ภาคเหนือ | 66,752 | 3,644 | 5.46 | 75,576 | 4,170 | 5.52 | 73,624 | 4,679 | 6.36 |
| ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | 75,515 | 3,148 | 4.17 | 77,613 | 3,321 | 4.28 | 80,814 | 3,431 | 4.25 |
| ภาคกลาง (ไม่รวม กทม.) | 78,413 | 4,524 | 5.77 | 68,553 | 4,314 | 6.29 | 65,130 | 4,832 | 7.42 |
| ภาคใต้ | 31,764 | 1,723 | 5.42 | 31,636 | 1,807 | 5.71 | 30,793 | 1,881 | 6.11 |
| กรุงเทพมหานคร | 27,227 | 4,569 | 16.78 | 35,004 | 6,744 | 19.27 | 35,100 | 7,259 | 20.68 |
| | 279,671 | 17,608 | 6.30 | 291,501 | 20,356 | 6.98 | 285,461 | 22,082 | 7.74 |

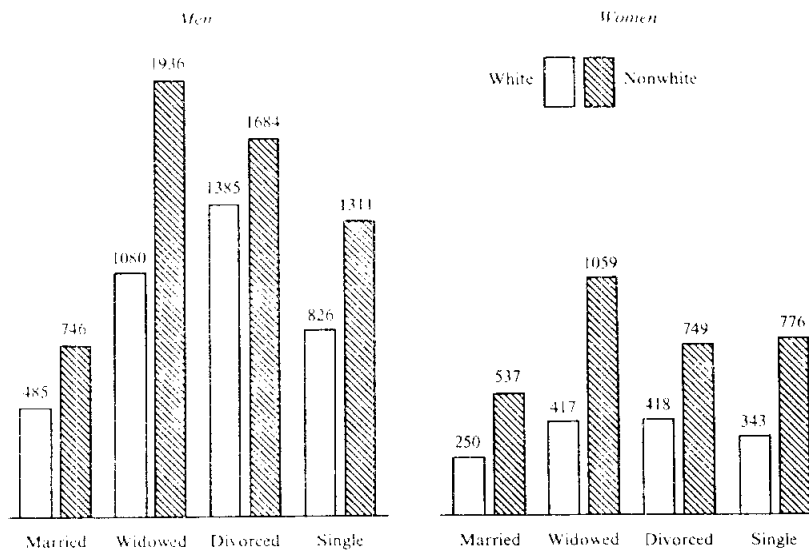
ที่มา : กองทะเบียน กระทรวงมหาดไทย

จากทวีรัมย์ ธนากม, ครอบครัวสัมพันธ์. 2524

สถิติการหย่าร้างของอเมริกา



สถิติการหย่าร้างของชนผิวขาวและผิวดำ



สถิติการหย่าร้าง การแต่งงาน เป็นหม้าย และคนโสด

3. สังคมแบบเมือง มีการติดต่อกันมาก มาตรฐานการครองชีพก็สูงกว่าในชนบท รายจ่ายครอบครัวมีมากขึ้น ความตึงเครียดในครอบครัวเกิดขึ้นได้ง่าย ตลอดจนคู่สมรสมีสิ่งเข้าวนให้เกิดความไม่ซื่อสัตย์ต่อกันได้ ซึ่งในบั้นปลายก็ต้องหย่าร้างกัน

4. หญิงมีงานทำไม่ต้องพึ่งสามี ในทางด้านเศรษฐกิจอาจจะไม่ค่อยเชื่อพึ่งสามี การหย่าร้างเกิดขึ้นได้ง่าย

5. การมีการศึกษาสูงทำให้มาตรฐานในชีวิตสูงขึ้น ทำให้ยากจะอยู่กับคนมีการศึกษาต่ำกว่าตน

6. ความคิดเก่าๆ ในเรื่องที่ว่า หากทำให้การแต่งงานขาดสะบั้นลงจะเป็นบาป ไม่อยู่ในความนึกคิดอีกต่อไป การหย่าร้างจึงเกิดขึ้นง่าย

7. ความคิดที่ว่า การแต่งงานเพื่อความต้องการทางเพศอย่างเดียว เมื่อเกิดความไม่พอใจในเรื่องเพศก็เกิดการหย่าร้างกัน

8. สถานภาพของหญิงเปลี่ยนไป มีอิสระเสรีภาพเท่าเทียมผู้ชาย หรือเกือบเท่าเทียมชาย ทำให้หญิงมีอิสระเสรีภาพในการตัดสินใจปัญหาชีวิตด้วยตนเองไม่ต้องอยู่ในโอวาทของสามี ดังนั้น เมื่อหญิงไม่พอใจสามีเมื่อไรก็อาจจะขอหย่าได้

9. สภาพของสังคมและวัฒนธรรม ทำให้คนสมัยใหม่ต้องออกจากบ้านอยู่เสมอ ทำให้มีเวลาอยู่กับครอบครัวน้อยลง ความสัมพันธ์ของครอบครัวจึงลดน้อยลงไปด้วย การหย่าร้างจึงเกิดได้ง่ายเพราะความผูกพันมีน้อย

10. ความคิดในเรื่องการหย่าร้างมีมากกว่าแต่ก่อน และยังมีกฎหมายที่ทำให้การหย่าร้างเกิดขึ้นได้ง่าย จึงไม่น่าแปลกใจที่การหย่าร้างเป็นที่แพร่หลายมากขึ้นทุกที

นอกจากนี้ จากสถิติของต่างประเทศ ผู้ที่หย่าร้างมากที่สุดมีอายุตั้งแต่ 16-20 ปี เพราะความไม่เข้าใจกัน ไม่สามารถทนอยู่ด้วยกันได้ สาเหตุที่พบ ได้แก่

1. ทารุณ ทูบตี คู่สมรส
2. สภาวะการเงินตึงเครียด
3. ทอดทิ้งไม่เลี้ยงดู
4. นอกใจ
5. ตัดสุราเรื้อรัง

ปัญหาที่พบหลังการหย่าร้าง⁽⁵⁾

การหย่าร้างต้องการการตัดสินใจเช่นเดียวกับการเลือกคู่ครองแต่งงาน เป็นการตัดสินใจตามลำพัง มองไม่เห็นอนาคตว่าจะเป็นอย่างไร มีแต่ความมืดมนต์ ปัญหาที่จะเกิดพอกกล่าวได้ดังนี้

ก. คู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง

1. หลังจากการหย่าร้างแล้ว ชีวิตอนาคตจะเป็นอย่างไร ชีวิตปัจจุบันของสามีหรือภรรยาไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ถ้าเกิดการหย่าร้าง ชีวิตอนาคตตามลำพังของสามีภรรยา จะเศร้าหมองมากขึ้นได้

2. คู่หย่าร้างต้องเผชิญต่อการปรับตัวใหม่ในชีวิตส่วนตัว เพราะการแต่งงานเป็นชีวิตรวมของสองคน แม้ว่าชีวิตสมรสจะไม่ราบรื่นก็ยังคงอาศัยพึ่งพาซึ่งกันและกันมาก ถ้าต่างคนต่างอยู่ต้องทำอะไรทุกอย่างด้วยตนเอง จะจำเป็นต้องปรับตัวใหม่ ให้เข้ากับสถานการณ์นั้น ๆ ซึ่งไม่ใช่ของง่ายนัก

3. การหย่าร้างทำให้ชีวิตทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป มีเพื่อนใหม่ แสวงหาความสนใจใหม่ ฝ่ายชายไม่ค่อยมีปัญหา แต่ฝ่ายหญิงอาจพบปัญหา และมีความรู้สึกกว่าตนเองมีปมด้อย ไม่อยากพบปะเพื่อนฝูง เจ้าสังคมมากขึ้น

4. การหย่าร้างทำให้มีปัญหาการเงิน แต่ละฝ่ายต้องเตรียมตัวหารายได้เลี้ยงตัวเองมากขึ้น ฝ่ายชายต้องการเงินมากขึ้น เพราะต้องมีภาระในการเลี้ยงดูบุตรเป็นรายเดือน ฝ่ายหญิงก็ใช้จ่ายมากขึ้น มีภาระครอบครัวมากขึ้น การแต่งงานใหม่ก็ไม่เอื้ออำนวยเพราะต้องรับภาระทั้งสองฝ่าย

5. เกิดการหย่าร้าง หญิงที่ทำหน้าที่แม่บ้านจะมีความรู้สึกว่าเหว่ ต้องใช้เวลาทั้งหมดไปทำงาน ทำเพื่อคลายความเครียด

6. สิ่งสำคัญ เมื่อมีการหย่าร้าง ฝ่ายหญิงและชาย จะรู้สึกไม่สบายอารมณ์ กระตือ-กระเทือนใจไม่มากก็น้อยอยู่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง เป็นระยะที่ทั้งสองฝ่ายไม่สามารถหาความเพลิดเพลินจากภายนอกมาทดแทนได้ แม้จะแสดงออกว่าไม่มีทุกข์ร้อน แต่ในส่วนลึกยังเศร้าหมองอยู่

(5) วารุณี บิณฑสันต์, จิตวิทยาครอบครัวและสวัสดิภาพเด็ก, 2516 หน้า 93-95

ข. ลูก ๆ

ในขณะที่ทั้งคู่หาทางหย่าร้างกัน จะเป็นความทุกข์และกระเทือนมายังลูก ๆ ทำให้เด็กขาดความสุข ขาดความอบอุ่น ขาดการเอาใจใส่ ได้รับการกระทบกระเทือนทางด้านจิตใจ ลูกบางคนเข้าข้างพ่อ บางคนเข้าข้างแม่ ทำให้เกิดความคิดว่าพ่อหรือแม่เป็นผู้ผิด ทำให้ขาดความเคารพนับถือ ความสุขในชีวิตครอบครัวไม่พบว่าจะมีเกิดขึ้นเลยในเด็กที่เคยได้รับความอบอุ่นจากพ่อและแม่ แต่ความรักที่ถูกตัดไปโดยสิ้นเชิง ทำให้มีผลต่อพัฒนาการด้านบุคลิกภาพของเด็กเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในเด็กเล็ก ถ้าขาดพ่อหรือแม่จะทำให้พัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ไม่เป็นไปตามขั้นตอนที่ควรจะเป็น ในเด็กที่โตพอจะเข้าใจเหตุผล จะเกิดความรู้สึกไม่มั่นคง ไม่อบอุ่นพึ่งเพื่อนมากกว่าพ่อหรือแม่ อาจกลายเป็นเด็กที่มีพฤติกรรมแปลก ๆ เช่น เข้ากลุ่มอาชญากร ประพฤติผิดทางเพศ ตีดยาเสพติด เป็นเด็กจรจัด เป็นปัญหาแก่สังคมเป็นอย่างยิ่ง

ก่อนหย่าร้างกัน ควรได้พิจารณาให้รอบคอบว่า การหย่าร้างจริง ๆ เปรียบเทียบกับชีวิตคู่ จะเกิดอะไรขึ้นต่อไปในอนาคต ควรได้คำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. ชีวิตจะต้องดำเนินไปอย่างไรหลังการหย่าร้าง
2. จะมีความสุขหรือได้รับความสุขอะไรหลังการหย่าร้าง
3. พิจารณาถึงขณะที่กำลังเป็นคู่รักบ้าง มีความดีประทับใจเราอย่างไร
4. ควรอดทนต่อสู้ต่อไปหรือไม่ เพื่ออนาคตของแต่ละฝ่าย และเพื่อลูก
5. สาเหตุต่าง ๆ ที่จะเกิดการหย่าร้างนี้เกิดจากอะไรแน่ จากตนเอง ญาติพี่น้อง ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง
6. ถ้าจะแต่งงานใหม่จะดีกว่าหรือร้ายกว่าคู่สมรสเดิม
7. พยายามปรึกษาผู้ที่สามารถแก้ปัญหานี้ได้ เช่น ผู้ที่เคารพนับถือ หรือนักจิตวิทยาครอบครัว เป็นต้น

เมื่อได้คำตอบเหล่านี้แล้ว ยังคิดหย่าร้างอีกหรือไม่

การลดปัญหาการหย่าร้าง

- (6) 1. การหย่าร้างต้องมีเหตุผลดีและร้ายแรงต่อการอยู่ร่วมกันของคู่สมรส
2. แยกคู่สมรสอยู่ต่างหากชั่วคราวหนึ่ง หากไม่ยอมคืนดีกันจริงจึงยอมให้หย่าขาด

(6) สุพัตรา สุภาพ, ปัญหาสังคม. 2515 หน้า 79-80

3. ศลไม่ยอมรับพิจารณาการหย่าร้าง จนกว่าคู่สมรสได้ไปพบเจ้าหน้าที่แนะแนว การสมรสให้ทราบถึงปัญหาทั้งสองฝ่ายที่ประสบ เมื่อตกลงกันไม่ได้จึงให้นำคดีขึ้นศาลได้

4. การพิจารณาคดีควรทำเป็นความลับ ไม่ให้ทั้งสองฝ่ายเสียชื่อเสียงมาก และเป็น การถอนมณีใจเด็ก (ถ้ามีบุตร)

5. มีการให้การศึกษแก่เด็กเรื่องครอบครัว และความเป็นไปในครอบครัว เพื่อให้ เด็กได้รู้ถึงอุปสรรคและปัญหาที่จะพึงมีเมื่อแต่งงาน เพื่อสร้างทัศนคติ คุณธรรม หรือค่านิยม ให้กับเด็ก

6. ให้มีการศึกษาเรื่องเพศศึกษา เพื่อเป็นแนวทางของชีวิตจริงในสังคม การให้การ ศึกษาเรื่องเพศแก่เด็ก เน้นการให้ทัศนคติต่างๆ แก่เด็กเรื่องชีวิต พ่อแม่ควรให้ความรู้ แก่เด็กอย่างถูกต้อง แต่ไม่ใช่เป็นการขู่ขู่ เพื่อป้องกันเด็กไปแสวงหาความรู้เองที่ผิด ๆ เกิด ทำให้เสื่อมเสียได้

การปรับตัวเมื่อเกิดปัญหาขึ้นในชีวิตประจำวัน

ทุกครอบครัวต้องมีปัญหาเกิดขึ้นมากหรือน้อยอยู่ที่การปรับตัว และความเข้าใจ ช่งกันและกัน พยายามยึดหลักต่อไปนี้

1. ยอมรับว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นบทเรียนที่เราต้องแก้ไขได้ โดยหาวิธีการในการ แก้ปัญหานั้น ๆ

2. ยอมรับความเห็นอกเห็นใจ และความช่วยเหลือจากผู้อื่นบ้าง เพราะทุกคนที่อยู่ ในสังคมต้องมีการช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน เช่น ถ้าเดือดร้อนการเงิน อาจจะ ยอมรับความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ได้ เป็นต้น

3. เตรียมรับสถานการณ์ที่ไม่ได้คิดว่าจะเกิด พยายามทำตนให้มีประโยชน์ที่สุดแก่ ครอบครัว โดยการทำหน้าที่พ่อบ้าน แม่บ้านดีที่สุด แม้ว่าจะต้องทำงานนอกบ้านก็ต้องพยายาม ระวังอารมณ์ร้อนเพราะความเหน็ดเหนื่อยจากนอกบ้าน ไม่นำงานนอกบ้านมาเป็นเหตุให้เกิด การขัดขวางการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่จะเป็นไปด้วยดี

4. ต้องพยายามทำเป็นไม่รู้เห็นสิ่งที่ต่างฝ่ายต่างทำขึ้น โดยฝ่ายหญิงไม่รู้เห็น พยายามทำใจค่อนข้างแน่น ทำหน้าที่ต่างๆ ในบ้านเหมือนเดิม ฝ่ายที่ทำไม่ดีจะเกิดความ เกรงใจและหันกลับมาให้ความอบอุ่นแก่ครอบครัวตามเดิม นักเสมอว่าแพ้เป็นพระชนะเป็น มาร หรือใช้ไม้เข็นเข้าดูบ ชีวิตครอบครัวจะประสบความสำเร็จ

การปรับตัวในการดำเนินชีวิต

ปัญหาต่างๆ ในครอบครัวเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ถ้าแต่ละครอบครัวมีการปรับตัว เข้าหากัน ผ่อนสั้นผ่อนยาว เข้าใจซึ่งกันและกัน ปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน พยายามหาความสุขให้แก่ชีวิตครอบครัวให้ได้มากที่สุด การปรับตัวในการดำเนินชีวิตสมรสสำคัญ ได้แก่

1. การปรับตัวเรื่องเพศรส

การปรับตัวเรื่องเพศรส ให้เป็นที่พอใจของทั้งสองฝ่าย ทั้งคู่ต้องมีความอดทน บางคู่ใช้เวลานาน บางคู่ใช้เวลารวดเร็ว ฝ่ายชายควรเข้าใจธรรมชาติ ความรู้สึกทางเพศของหญิง ฝ่ายหญิงไม่สามารถไปไฝหาเรื่องเพศรสได้จากที่อื่น นอกจากสามีซึ่งต่างกับฝ่ายชาย ถ้าได้รับเรื่องเพศรสไม่ประสบความสำเร็จก็สามารถหาจากที่อื่นได้ หรืออาจทำให้มีการนอกใจได้ ฝ่ายชายนั้นความรู้สึกทางเพศเกิดขึ้นได้รวดเร็ว และหมดเร็วเช่นกัน ส่วนหญิงความรู้สึกทางเพศเกิดช้า ดังนั้น ต้องพยายามใช้เวลาเพื่อให้ประสบความสำเร็จทั้งสองฝ่ายพร้อมๆ กัน จำเป็นต้องพูดกันอย่างเปิดเผยความรู้สึก จะช่วยให้ชีวิตสมรสจะมีความสุข

2. การปรับตัวในเรื่องการใช้จ่าย

การใช้จ่ายต้องพยายามเข้าใจซึ่งกันและกัน เพราะเป็นระยะที่เริ่มสร้างตัว สิ่งฟุ่มเฟือยต่างๆ พยายามค่อยๆ ลดลง ทั้งสองฝ่ายต้องช่วยกันหัดนิสัยของตนเองในเรื่องเที่ยวเตร่ กินอาหารนอกบ้าน เสื้อผ้าฟุ่มเฟือย สิ่งเหล่านี้เป็นเหตุให้ครอบครัวไม่มีความสุขได้ ถ้าการเงินไม่พอใช้จ่ายภายในครอบครัว เป็นสาเหตุให้ครอบครัวไม่มีความสุข ดังคำพังเพยที่ว่า “ความจนเข้าทางประตู ความรักออกทางหน้าต่าง”

3. การปรับตัวด้านอารมณ์

ทั้งคู่ต้องมีถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน เข้าใจกันให้ถ่องแท้ เพราะความไม่เข้าใจกันเป็นต้นเหตุให้ชีวิตสมรสไม่ราบรื่น ตลอดรอดฝั่ง เพราะเมื่อเราตัดสินใจแต่งงาน แสดงว่าทั้งคู่ต้องเป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะด้านอารมณ์สามารถอดทนได้ต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในชีวิตสมรส ควบคุมอารมณ์ได้ ผ่อนหนักผ่อนเบา ฝ่ายหนึ่งเป็นไฟฝ่ายหนึ่งต้องเป็นน้ำ ใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ ชีวิตสมรสจึงจะราบรื่นตลอดไป

4. การปรับตัวในด้านบุคลิกภาพ

การปรับตัวในด้านนี้มีความสำคัญไม่น้อยกว่าด้านอื่น การที่มีบุคลิกภาพต่างกัน ทำให้เป็นข้อขัดแย้งในชีวิตสมรสได้ เพราะการตัดสินใจเร็วเกินไปไม่ได้ศึกษาซึ่งกันและกัน ให้เข้าใจเสียก่อนจะร่วมชีวิตคู่ เพราะตอนเป็นคนรักทุกสิ่งทุกอย่างเห็นดีตามกันทุกอย่าง

แต่เมื่ออยู่ด้วยกันแล้วนิสัยแท้จริงจะแสดงออกมา เช่น อารมณ์ร้อน จุนเจียว ปากร้ายใจดี สิ่งเหล่านี้แต่ละฝ่ายต้องยอมรับความจริง พยายามปรับปรุงแก้ไขได้ เพื่อความสุขของชีวิต สมรส

นอกจากนี้ มีการปรับตัวในเรื่องสังคม เจยสะใจ ญาติพี่น้องของฝ่ายตรงข้าม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ได้ ถ้ามีการปรับตัวในสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ได้ ชีวิตครอบครัวก็จะดำเนินไปด้วยดี

การดำเนินชีวิตของบุคคลในระบบประชาธิปไตย

บุคคลในยุคประชาธิปไตย จะเป็นผู้มีคุณภาพชีวิตดีต้องเป็นบุคคลที่มีอำนาจ และสิทธิตามสิทธิมนุษยชน และรู้จักใช้สิทธิหน้าที่นั้น ๆ ตามกฎหมาย เช่น เรามีสิทธิที่จะใช้ของสาธารณะประโยชน์ร่วมกับบุคคลอื่น แต่เราไม่ใช่เจ้าของในสถานที่นั้น ๆ การใช้ต้องช่วยกันดูแลรักษาไม่ให้ชำรุดสละหักพัง เช่นนี้จึงจะเรียกว่าเป็นผู้มีอำนาจ สิทธิหน้าที่ตามระบอบประชาธิปไตย หรือการเลือกตั้งต่าง ๆ เรามีทั้งสิทธิ-หน้าที่ แต่ถ้าเราไม่ใช่สิทธิในการเลือกตั้งนั้น เราก็ไม่ได้ใช้หน้าที่ตามสิทธิของเราในระบอบประชาธิปไตย เป็นต้น

บุคคลในระบอบประชาธิปไตย ต้องคำนึงถึงตนเองในด้านสุขภาพจิต สุขภาพกาย สังคม ควมรับผิดชอบต่อหน้าที่ ความรู้จักตัดสินใจ บังคับตนเองได้ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี เชื่อมมั่นในตนเองรู้จักสิทธิหน้าที่ ช่วยเหลือสังคมโดยการทำประโยชน์แก่สังคม จึงจะถือว่าช่วยให้ประชาธิปไตยเจริญงอกงามไปในด้านดี ช่วยทำให้บุคคลในสังคมมีคุณภาพดีในการดำเนินชีวิต

การดำเนินชีวิตของครอบครัวในอนาคต

การดำเนินชีวิตครอบครัวในสังคมต่อไปขึ้นอยู่กับว่าในอนาคตนั้น สังคมได้ให้อะไรบ้าง เช่น ปัจจุบันนี้สังคมได้ให้สิทธิเสรีภาพแก่ครอบครัว โดยสังคมได้เปิดโอกาสเสรีภาพในการครองเรือน ให้เสรีภาพแก่เด็กและเยาวชนทุกอย่าง การตัดสินใจต่าง ๆ ไม่จำเป็นต้องฟังผู้ใหญ่ ทุกคนมีเสรีจะเลือกคู่ครอง เลือกการดำเนินชีวิตของตนเอง ช่วงระยะเวลาต่อจากปัจจุบันอนาคต นี้จะพบว่า สังคมวุ่นวายมาก เศรษฐกิจของครอบครัวต้องประหยัด การทำงานนอกบ้านของทั้งสามีภริยามากขึ้น เด็กถูกส่งไปเลี้ยงในสถานรับเลี้ยงเด็กแรกเกิด โรงเรียนอนุบาลมากขึ้นกว่าสมัยก่อน เพราะความที่มารดาไม่มีเวลาเลี้ยงดู ครอบครัวเปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยวจากบ้านหลังเล็ก ๆ กลายเป็นคอนโดมิเนียม เหล่านี้เป็นต้น

แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวในปัจจุบัน



รูปจาก -Skolnick Arlene, **The intimate Enviroment** 2nd Ed. P. 12, 368.

จากการเปลี่ยนแปลงนี้แบ่งได้ ดังนี้

1. การแต่งงานพอใจจะอยู่กินกันโดยไม่จดทะเบียนสมรส
 2. ไม่ต้องการมีบุตร
 3. การหย่าร้างเป็นของธรรมดา
 4. ด้านเพศสัมพันธ์เพิ่มด้าน UNISEX, BISEX
 5. ด้านความรับผิดชอบงานบ้านฝ่ายชายต้องช่วยรับผิดชอบด้วย เช่น การรดน้ำต้นไม้ เป็นเพื่อนเล่นของบุตร เป็นต้น
 6. ต้องการเสรีภาพมากขึ้นทั้งสามี ภรรยา บุตร
 7. ภรรยาต้องทำงานนอกบ้านเพิ่มขึ้น เพราะช่วยรายได้ของครอบครัว
- สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้พบมากทั้งในสังคมตะวันตก และสังคมไทยพบเช่นกัน

เอกสารอ้างอิง

บทที่ 7

- 1 มณีรัตน์ เฟื่องวุฒิสารานุก คหกรรมศาสตร์ทั่วไป, ความสัมพันธ์ในครอบครัว.
กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช 2527. หน้า 77-79
 - 2 ทวีร์สมิ์ ชนาคม. ชีวิตประหยัด. กรุงเทพฯ โรงพิมพ์ศิวิลพร 2527. หน้า 160-346
 - 3 วารุณี บดินทสันต์. จิตวิทยาครอบครัวและสวัสดิภาพเด็ก. นนทบุรี โรงพิมพ์
โรงเรียนประชาสงเคราะห์บ้านปากเกร็ด, 2516.
 - 4 สุพัตรา สุภาพ. ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ ไทยวัฒนาพานิช, 2523 หน้า 75-76,
79-80
-