

คิดถึงลุง

รักทุกคน 🧡🧡🧡

ดูแลตัวเองด้วย 😊



Poll talk exclusive ep.1

“การสื่อสาร ของครอบครัวไทย ในยุคโควิด -19”

พศ.ดร.ศุภศิริ บุญประเวศ
ประธานหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาภาษาและการสื่อสาร
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

Poll 
Exclusive

ความนำ การสื่อสารของครอบครัวในยุคโควิด-19

หนังสือครอบครัวไทย ฉบับที่ Fall Talk Exclusive Ep.1
ซึ่งมีผลได้มาจากการนำแบบสอบถามที่ชื่อว่า Fall Talk
ซึ่งเพื่อวิเคราะห์การนำขึ้นใหม่ โดยครอบครัวของบุคคลที่ปรึกษาครอบครัว
และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาครอบครัวและนักจิตวิทยาครอบครัว
และครอบครัวบำบัดเพื่อวิเคราะห์และประเมินผลของครอบครัว
ที่มีผลต่อการปรับตัวในช่วงโควิด-19 ซึ่งผลที่ได้แสดงให้เห็นว่า
ครอบครัวไทยส่วนใหญ่ปรับตัวได้ดีในช่วงโควิด-19 และพบว่ามี
ส่วนหนึ่งที่ปรับตัวได้ไม่ดี

ฉบับนี้เขียนโดย รศ.ดร.ศิริโรจน์ ผลพันธิน "หนังสือครอบครัว
ไทย ฉบับที่ Fall Talk Exclusive Ep.1" ซึ่งหนังสือเล่มนี้เขียนโดย
รศ.ดร.ศิริโรจน์ ผลพันธิน เป็นหนังสือที่จัดทำขึ้นเพื่อเป็น
คู่มือสำหรับครอบครัวในช่วงโควิด-19 ซึ่งหนังสือเล่มนี้
มีเนื้อหาที่น่าสนใจและประโยชน์

นางสาวศิริโรจน์ ผลพันธิน นักจิตวิทยาครอบครัวและนักจิตวิทยา
ครอบครัวบำบัด ผู้ประพันธ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาครอบครัว
และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาครอบครัวและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา
ครอบครัวบำบัด และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาครอบครัว

รศ.ดร.ศิริโรจน์ ผลพันธิน
(ร.ด.ค. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย)
๒๑ เม.ย. ๖๕

ตามที่สวนดุสิตโพล ได้จัดทำ Poll Talk Exclusive Ep.1 ขึ้นมา ถือได้ว่าเป็นการพัฒนา
แนวทางการนำเสนอผล Poll อย่างเป็นรูปแบบเชิงวิชาการไปอีกขั้นหนึ่ง โดยการนำเสนอข้อมูลเชิง
วิชาการก่อน แล้วจึงนำไปสำรวจความคิดเห็นของบุคคลและนักวิชาการโดยทั่วไป ผลจะออกมาเป็น
อย่างไรก็จะเป็นความคิดเห็นที่จะสอดคล้องหรือไม่สอดคล้องก็ได้ ซึ่งก็จะเป็นโอกาสที่จะได้รับฟังความ
คิดเห็นของคนส่วนน้อยด้วยน่าจะเป็นมุมมองอีกด้านหนึ่งที่น่าสนใจก็ได้

ฉบับเปลี่ยนแปลงในครั้งนี้อาจจัดทำในหัวข้อ “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19” ซึ่ง
เป็นช่วงระยะเวลาที่บุคคลมีเวลาอยู่กับครอบครัวมากขึ้นเป็นการใช้สถานการณ์ให้เป็นประโยชน์ในการ
สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ให้กำลังใจกัน อันจะมีส่วนทำให้ครอบครัวมีความเข้มแข็งขึ้น

ขอขอบคุณคณะทำงานทุกคนที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ใฝ่รู้ และนำเสนอข้อมูล
ที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีในครอบครัว เพื่อให้บุคคลทั่วไป มีกำลังใจที่เข้มแข็งในการต่อสู้ และเอาชนะ
กับสถานการณ์ในช่วงเวลานี้ได้

Journey of Poll talk exclusive Ep.1

5 การสรุปและสังเคราะห์
ข้อมูลเชิงคุณภาพ

26 กิจกรรมพิเศษ :
สื่อสารครอบครัว
ผ่านสื่อสังคมออนไลน์

18 ผลการสำรวจข้อมูล
เชิงปริมาณ

27 เสียงสะท้อนจากสื่อ

19 การวิเคราะห์ผล
Insight Poll

28 ขั้นตอนการทำงาน
Poll Talk Exclusive

21 จากโพล
สู่บทความ

29 ความร่วมมือภายใน
& ภายนอก

24 จากโพล สู่ความเห็น
ของนักวิชาการ

30 รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ
เข้าร่วม Focus group

25 การสื่อสารในครอบครัว
ในมุมมองนักจิตวิทยา

31 มุมมองนักวิชาการ
ต่อการทำงานของ
Poll Talk Exclusive EP.1

การสรุปและสังเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ “การสื่อสารของครอบครัวไทย ในยุคโควิด-19”



พศ.ดร.ศุภศิริ บุญประเวช
ประธานหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาภาษาและการสื่อสาร

จากการศึกษาเรื่อง “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด – 19” โดยการศึกษา สังเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์ และการประชุมกลุ่ม สรุปได้ดังนี้

1. ความสำคัญของการสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด – 19

การสื่อสารในครอบครัวเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องปกติอยู่แล้ว แต่อาจจะสื่อสารกันมากบ้าง น้อยมาก หรือ ใช้วิธีการสื่อสารที่แตกต่างกันไปบ้างตามลักษณะของครอบครัว หากแต่เมื่อเกิดสถานการณ์โควิด 19 การสื่อสารในครอบครัวมีความสำคัญมากยิ่งขึ้น ดังนี้

1.1 สร้างความเข้าใจ ด้วยครอบครัวเป็นพื้นที่ที่สำคัญ ดังนั้นการสื่อสารในครอบครัวเพื่อสร้างความเข้าใจให้เกิดขึ้นจึงเป็นส่วนสำคัญประการแรก ที่จะช่วยทำให้คนในครอบครัวมีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจเป็นอย่างมาก บางคนไม่สามารถที่จะสื่อสารกับคนในครอบครัวได้ ต้องหาทางออกต่าง ๆ ด้วยตนเอง เพราะครอบครัวไม่เข้าใจ ซึ่งบางครั้งทางออกเหล่านั้นอาจไม่ถูกต้อง และอาจนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ ตามมา ผศ.ดร.อัมพร ศรีประเสริฐสุข (2565) อาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การได้กล่าวถึงประเด็นนี้ไว้ได้อย่างน่าสนใจว่า

บ้านสำหรับบางคนอาจไม่ใช่บ้านที่น่าอยู่
ทุกขใจ ท้อใจ แต่กลับบ้านไม่ได้
การสื่อสารในครอบครัวจึงมีความสำคัญ
อย่างมาก สื่อสาร แลกเปลี่ยน ทั้งความคิด
ความรู้สึก เพื่อให้เกิดความเข้าใจกันในครอบครัว

การสื่อสารระหว่างกันในครอบครัว จึงนำไปสู่การสร้างความเข้าใจระหว่างกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับบางครอบครัวที่มีคนหลากหลายวัยอาศัยอยู่ด้วยกัน

การสื่อสารในครอบครัวสำคัญมากเลยคะ
อย่างครอบครัวหนูเป็นคนละ Generation กัน
หนูอายุ 18 ปี แต่คุณพ่อคุณแม่อายุ 60 แล้ว
ทำให้ความเข้าใจไม่ตรงกัน
ดังนั้นการสื่อสารกันบ่อยๆ จะช่วยทำให้
เราเข้าใจกันมากขึ้นคะ

(ผู้ให้ข้อมูล A, 2565)

นอกจากนี้ การสื่อสารกันอย่างสม่ำเสมอภายในครอบครัว ได้สร้างความเข้าใจในเรื่องราวต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเกิดเรื่องราวที่ทำให้ครอบครัวต้องเปลี่ยนแปลงไป

ครอบครัวหนู คอยกันทุกเรื่อง
พ่อกับแม่แยกทางกันตอนหนูอยู่ ม.1
พ่อแม่เดินมาบอกว่าจะไม่อยู่ด้วยกันแล้ว พ่อแม่
เดินมาบอกว่า หนูจะอยู่ได้ไหม ถ้าพ่อแม่เลิกกัน
หนูบอกว่ายู๋ได้ หนูจะทำหน้าที่ของหนูให้ดี
และจะดูแลน้องให้ดี

(ฐิติพร ใจบุญ, 2565)

1.2 **สานสัมพันธ์ครอบครัวให้ดีขึ้น** การสื่อสารกัน
กันในครอบครัวไม่ได้เป็นเพียงการพูดคุยกันธรรมดา
เท่านั้น หากแต่ยังเป็นการถ่ายทอดความรักและ
ความปรารถนาดีให้กัน อันนำไปสู่ความผูกพันที่มากขึ้น
และความสัมพันธ์ที่ดีขึ้นตามไปด้วย โดย อ.ปทุมพร
โพธิ์กาศ (2565) อาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาและ
องค์การ ได้กล่าวถึงประเด็นนี้ว่า

แม้ว่าปัจจุบันเทคโนโลยีจะเข้ามา
เกี่ยวข้องมากขึ้น ทำให้สะดวกขึ้น
แต่ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นทำให้ห่างเหินกัน
ดังนั้นการพูดคุยกันในครอบครัว
ด้วยการได้เห็นหน้า อยู่ใกล้กัน ยังคงเป็นสิ่ง
ที่ทุกคนโหยหา เนื่องจากสิ่งเหล่านี้ล้วนแล้ว
แต่สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี และเข้าอกเข้าใจกันให้
เกิดขึ้นในครอบครัวได้อย่างลึกซึ้ง

การสื่อสารกันนั้นอาจไม่จำเป็นต้องเป็นเรื่อง
ด้านดีเสมอไป หากแต่การสื่อสารเพื่อให้สมาชิกใน
ครอบครัวได้รับรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ของครอบครัวก็
เป็นสิ่งที่ช่วยทำให้ความสัมพันธ์ของคนใน
ครอบครัวแน่นแฟ้นมากยิ่งขึ้น

พอพ่อแม่คุยกับหนูในฐานะเพื่อน
เปิดใจ สบายใจมากกว่าในฐานะพ่อแม่
ในบ้านจะคุยกันทุกเรื่อง เช่น สถานะครอบครัว
พ่อแม่ก็จะบอกว่า ช่วงนี้ไม่มีเงิน
ช่วยกันประหยัดนะ เขาก็จะคอยบอกต่าง ๆ
แนะนำ ให้เหตุผล ทำให้หนูกลับมาบังคับคิดว่า
มันก็จริงแบบที่เขาพูด
(รพีพร หาญบัญชา, 2565)

1.3 **พัฒนาตนเองจากประสบการณ์ของ
คนในครอบครัว** การสื่อสารกัน
กันในครอบครัวทำให้เกิด
การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และมุมมองต่าง ๆ
ต่อกัน โดยคนในครอบครัวอาจมีหลากหลายวัย
และอาจมีประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ
ที่แตกต่างกัน การเปิดใจ
เพื่อสื่อสารและการแบ่งปันเรื่องราวต่าง ๆ
จะทำให้คนในครอบครัวได้รู้กว้างมากยิ่งขึ้น
รวมทั้งยังสามารถ
ได้ป้องกันหรือหาแนวทางอื่น ๆ
เพิ่มขึ้นได้ หากต้องเจอกับ
สถานการณ์เช่นเดียวกับที่คนในครอบครัวประสบมา

การได้คุยกับพ่อแม่ ทำให้เรา
รู้ว่าประสบการณ์การใช้ชีวิต ความรู้ต่าง ๆ
ที่พ่อแม่ได้เจอมา นำมาถ่ายทอดสู่เรา
แล้วเราก็นำความรู้เหล่านั้น มาใช้ในการเรียน
และการใช้ชีวิตอื่น ๆ
(ศิริยุภา นนทสี, 2565)

หนูชอบนั่งฟังแล้วก็คิดตาม
สิ่งที่พ่อแม่คุยกัน ว่าถ้าเหตุการณ์แบบนี้
เกิดขึ้นหนูจะต้องทำอะไร แตกไปทางไหน
ได้บ้าง แบบ A B C D วิธีคิดแบบนี้มาจาก
ที่หนูเห็นว่าแม่แก้ปัญหาอื่น ๆ ไม่ได้
หนูเลยว่าจะไม่เป็นแบบนี้
(วนัชพร กุลตั้งวัฒนา, 2565)

1.4 ช่วยกันหาทางแก้ปัญหา การสื่อสารในครอบครัวทำให้สมาชิกในครอบครัวได้มีโอกาสแบ่งปันเรื่องราวต่าง ๆ ร่วมกัน ทำให้ครอบครัวกลายเป็นเหมือนกับ “ทีม” ที่ช่วยกันแลกเปลี่ยน แบ่งปัน และหาทางออกในเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งถ้าครอบครัวใดที่มีความเป็นทีมที่ดี จะนำมาสู่หนทางการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้ในช่วงสถานการณ์โควิด-19 ทำให้หลายครอบครัวประสบปัญหาทางด้านเศรษฐกิจมากขึ้น การที่ได้กลับมาอยู่ร่วมกันและได้สื่อสารกันมากขึ้น ส่งผลให้ครอบครัวสามารถหาทางออกกับเรื่องต่างๆ ได้ดีขึ้น



ตอนแรกหนูปรึกษากับเพื่อนก่อน แต่พอช่วงโควิด-19 ไปไหนไม่ได้ หนูเลยหันกลับมาปรึกษากับครอบครัวมากขึ้น แล้วก็ได้มุมมองที่ดีด้วย ก่อนนั้นหนูไม่ค่อยคุยกับพี่เลย แต่ตอนนี้พี่รำคาญหนูไปเรียบร้อยแล้ว

(สุธาสินี ชิวชิต, 2565)



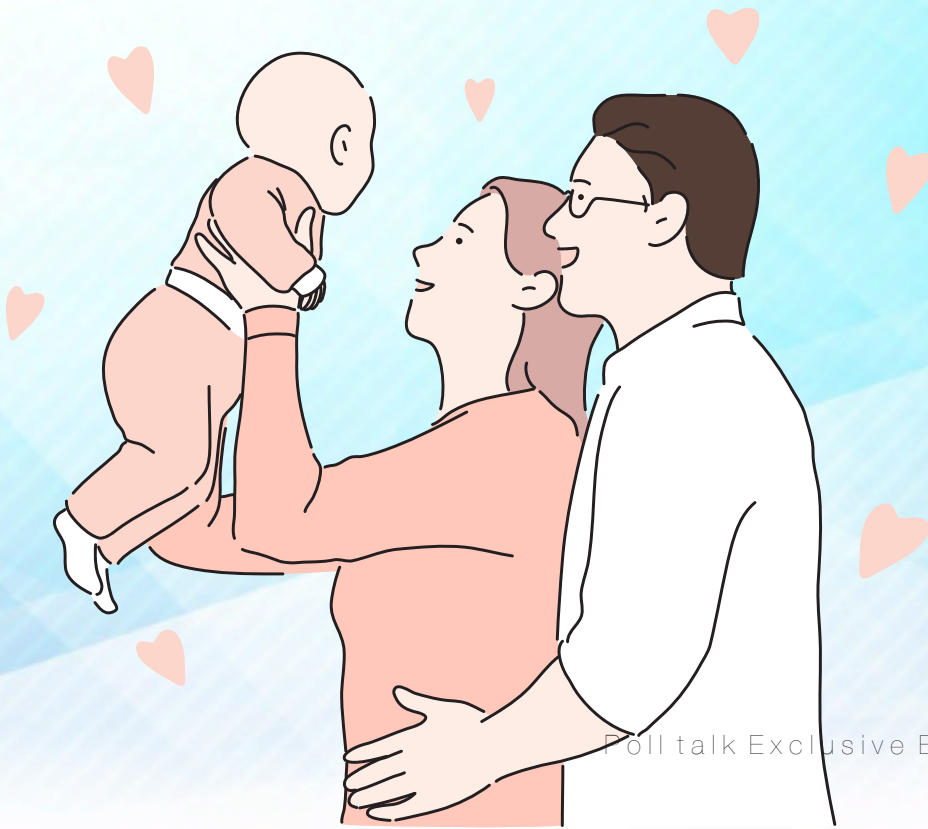
ช่วงโควิด-19 ครอบครัวที่ได้ค้นพบอะไรหลายๆอย่าง เนื่องจากลูกสาว ลูกชาย รวมถึงลูกเขย ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19 ดังนั้นเราจึงเริ่มค้นหาความช่วยเหลือ และหาทางออก เพื่อประกอบอาชีพ จนนำมาสู่การเปิดร้านเบเกอรี่ออนไลน์

(ขวัญเนตร สุขใจ, 2565)

2. ลักษณะการสื่อสารในครอบครัวในยุคโควิด-19

เมื่อครอบครัวไทยต้องเผชิญกับสถานการณ์โควิด-19 ทำให้หลายครอบครัวมีโอกาสได้สื่อสารกันมากขึ้นเนื่องจากต้องอยู่แต่ภายในบ้าน ขณะที่หลายครอบครัวแม้จะอยู่บ้านเดียวกันก็ยังคงทำงานจนละเลยการสื่อสารในครอบครัว ซึ่งลักษณะการสื่อสารในครอบครัวไทยยุคโควิด-19 มีดังนี้

2.1 ความถี่ในการสื่อสาร ลักษณะแรกที่พบคือ สถานการณ์โควิดทำให้หลายครอบครัวหันมาคุยกันมากขึ้น อาจด้วยความเป็นห่วงเป็นใยจากคนในครอบครัว หรือการสอบถามเกี่ยวกับสถานการณ์ต่างๆ



ปกติไม่ค่อยได้คุยกันเลย พอช่วงโควิด คุยกันมากขึ้น บ้านหนูขี้ก๊ว คุยกันบ่อยมาก จนจะประสาทเสีย ล่าสุดหนูติดโควิด ที่บ้านก็สติ กระเจิงไปเลย หนูก็ย้ายมาอยู่ที่อีกบ้านหนึ่ง เขาก็โทรมาทุกวันเลย จากที่ไม่ค่อยได้คุยกัน ก็คุยกันมากขึ้นเยอะเลย

(พลอยไพลิน ตั้งตระการโกศล, 2565)

หลังจากเกิดสถานการณ์โควิด-19 ตนเองจะเครียดมากขึ้น ทำให้คุยกับครอบครัว มากขึ้น ทั้งด้านของการป้องกัน และดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากโควิด

(ศศิพร ต่ายคำ, 2565)

ขณะที่บางครอบครัว คนในครอบครัวต้อง ทำงานที่บ้านจึงทำให้พื้นที่ทำงานและพื้นที่ของการ พักผ่อนทับซ้อนกัน จนนำไปสู่การไม่คุยกันของ คนในครอบครัว

ที่บ้านมี 3 ชั้น ตนเองอยู่ชั้น 3 ส่วนพ่อแม่อยู่ชั้น 1 วัน ๆ ก็เอาแต่ทำงาน อยู่ชั้น 3 ลงมาก็แค่ตอกกินข้าว กินข้าวเสร็จ ก็ขึ้นไปทำงานต่อ จนแม่ต้องไลน์ไปหาพี่สาว ว่า รู้สึกเหมือนไม่มีลูกชาย

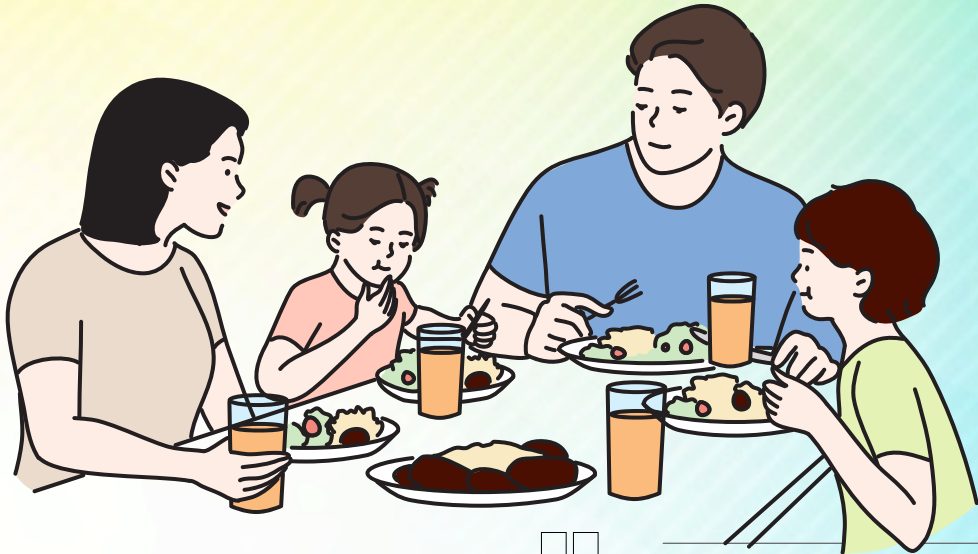
(วัชรพล วิบูลยศริน, 2565)

2.2 การสื่อสารผ่านออนไลน์

ด้วยการสื่อสารในครอบครัวไทยปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบไปตามความก้าวหน้าทาง เทคโนโลยี ทำให้มีช่องทางการสื่อสารที่หลากหลาย มากขึ้น (สฤชต์ ศรีโยธิน, 2565) หลายครอบครัวมีไลน์ กลุ่ม มีเฟซบุ๊ก ซึ่งกรณีของการสื่อสารผ่านสื่อสังคม ออนไลน์เป็นเรื่องที่น่าสนใจอย่างมาก เนื่องจากบาง ครอบครัวไม่รับสมาชิกในครอบครัวเป็นเพื่อนในสังคม ออนไลน์ หรือบางครอบครัวรับเป็นเพื่อนแต่กดให้มอง ไม่เห็นในบางโพสต์ โดยคุณขวัญญูเนตร สุขใจ (2565) รักษาการหัวหน้าสำนักวิชาการและวิเทศสัมพันธ์ สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรม ราชูปถัมภ์ ได้กล่าวถึงประเด็นนี้ว่า

มีเฟซบุ๊กลูกนะ แต่จะแค่คอยดูเท่านั้น ไม่เข้าไปกดไลก์ หรือเข้าไปคอมเมนต์อะไรเลย เพราะไม่อยากให้ลูกรู้สึกว่าไม่เป็นส่วนตัว เราก็มแค่คอยดูว่าลูกทำอะไรบ้าง หรือยังไ้ แต่จะไม่เอาเรื่องที่ถูกโพสต์มาพูดถึง





2.3 เวลาในการสื่อสาร โดยส่วนใหญ่หลายครอบครัวจะให้ความสำคัญกับช่วงเวลาของการกินข้าวร่วมกัน และให้เป็นเวลาของการสื่อสารเรื่องต่าง ๆ ในครอบครัว

ช่วงกินข้าว ผมจะพยายามหาเรื่องคุยกับพ่อแม่
(วัชรพล วิบูลยศริน, 2565)

การกินข้าวด้วยกันคือยาที่ดีที่สุด คุยกัน แลกเปลี่ยนความคิดกัน
(ศุภมิตร บัวเสนาะ, 2565)

เวลาทานข้าวเย็นจะเป็นช่วงเวลา 2 ชั่วโมงในการพูดคุยกันในครอบครัว โดยไม่มีการใช้โทรศัพท์
(วิณัฐ สุกุลหอม, 2565)

นอกจากช่วงเวลากินข้าวร่วมกันจะกลายเป็นช่วงเวลาหลายครอบครัวใช้เป็นช่วงเวลาของการสื่อสารแล้วนั้น อีกหนึ่งช่วงเวลาที่ทำให้เกิดการสื่อสารกันในครอบครัว คือ ตอนไปเที่ยว หรือทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

ปกติเวลาคุยกันจะเป็นตอนกินข้าวหรือไปเที่ยว เพราะว่า บ้านผมเล็กพออยู่ตอนเช้าจะอยู่ชั้น 1 ทั้งหมดทานข้าวพร้อมกัน ส่วนใหญ่พ่อแม่จะชอบถามเรื่องที่โรงเรียน ผมจะชอบนิทานให้พ่อแม่ฟัง ผมชอบเปิดลำโพง ให้พ่อแม่ฟัง ผมสนิทกับพ่อมากกว่า เพราะผมได้รับอิทธิพลมาจากพ่อ ทั้งการแต่งกาย อาหาร และการฟังเพลง พ่อจะเข้าใจเรามากกว่า
(พรวิษ พร้อมสันเทียะ, 2565)

ช่วงเวลาในการสื่อสารในครอบครัวที่ดีที่สุดคือช่วงที่ทำกิจกรรมร่วมกัน รับประทานอาหารร่วมกัน
(นิศารัตน์ อิศระมโนรส, 2565)

เนื่องจากต้องออกไปทำงานนอกบ้านทุกวัน จึงมีเวลาสื่อสารกับครอบครัวในช่วงรับประทานอาหารเย็น และการนั่งพักผ่อนเดินออกกำลังกายร่วมกัน ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง และการใช้เวลาในช่วงวันหยุดทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น ทำอาหาร ท่องเที่ยว เป็นต้น
(ฐิตินาถ สุขคนเขตร์, 2565)

3. เนื้อหา หรือ เรื่องราวที่สื่อสารกันในครอบครัว

การสื่อสารกันในครอบครัว มีเนื้อหาหรือเรื่องราวที่แตกต่างกันไปตามลักษณะของแต่ละครอบครัว ซึ่งโดยส่วนใหญ่เนื้อหาที่พูดคุยกัน ได้แก่

3.1 การเรียน หรือ การทำงาน

ผมคุยเรื่องการชิว มาอยู่มหาวิทยาลัยใหม่ การสอบ ผมก็จะปรึกษาคณะเพื่อนตลอด การเลือกที่อยู่ ค่าใช้จ่ายต่างๆ จะไหวไหม ไม่ใช่แค่เรื่องเราอย่างเดียว แต่เป็นเรื่องที่ว่าเราจะซัพพอร์ตเราได้ไหม พบอกเขา เขาก็เข้าใจ

(สุขวิญเมือง ศรีสมบัติ, 2565)

เล่าปัญหาที่พบจากการทำงาน ในบางเรื่องที่ต้องการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนในครอบครัว ให้ช่วยเสนอแนวทางการแก้ปัญหาและสอนลูก ให้ได้รู้จักการเผชิญปัญหาในชีวิต

(ฐิตินาถ สุคนเขตร์, 2565)

3.2 สถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

หนูชอบเล่าทุกอย่างที่เกิดขึ้น ในแต่ละวันให้เขาฟัง หนูอยากให้ทุกคน รู้ไปกับหนูด้วย

(ผู้ให้ข้อมูล B, 2565)

3.3 อาหารการกิน

อาหารที่เหมาะสมเด็กวัยรุ่น และผู้สูงอายุ อาหารที่แต่ละคนชอบ

(ฐิตินาถ สุคนเขตร์, 2565)

3.4 การให้คำแนะนำในการใช้ชีวิต

ช่วงนี้เขาจะพูดให้ระวังเรื่องการเที่ยวกลางคืน เพราะว่าอายุไปเกี่ยวได้แล้ว ให้ระวังเรื่องแก๊วน้ำ การโดนใส่ยา ที่บ้านเขาจะให้ไป เขาบอกดีกว่าห้าม เพราะว่าถ้าห้ามก็แอบไป

(นันทน์ภัส ลีลาพารุ่ง, 2565)

3.5 เรื่องสุขภาพ หรือสถานการณ์โควิด-19

การสอบถามถึงอาการหรือ ความผิดปกติของร่างกายคนในครอบครัว และคนที่พบเจอในแต่ละวัน ชักซ้อมทำความเข้าใจ หากเกิดการติดเชื้อจะต้องทำอย่างไร

(ฐิตินาถ สุคนเขตร์, 2565)

ปกติไม่ค่อยได้คุยกันเลย พอช่วงโควิด คุยกันมากขึ้น บ้านหนูซึกแล้ว คุยกันบ่อยมาก จนจะประสาทเสีย ล่าสุดหยุดโควิด ที่บ้านก็สติกระเจิงไปเลย หนูก็ย้ายมาอยู่ที่อีกบ้านหนึ่ง เขาก็โทรมาทุกวันเลย จากที่ไม่ค่อยได้คุยกัน ก็คุยกันมากขึ้นเยอะเลย”

(พลอยไพลิน ตั้งตระการโกศล, 2565)

หลังจากเกิดสถานการณ์โควิด-19 ตนเองจะเครียดมากขึ้น ทำให้คุยกับครอบครัวมากขึ้น ทั้งด้านของการป้องกันและดูแลตนเองให้ปลอดภัย จากโควิด

(ศศิพร ต่ายคำ, 2565)

3.6 การวางแผนของครอบครัวในด้านต่าง ๆ



การวางแผนของครอบครัว
ในด้านต่างๆ เช่น การเงิน การทำประกันสุขภาพ
ประกันชีวิต การเดินทางท่องเที่ยว การลงทุน
และพูดคุยถึงความไม่แน่นอนของอนาคต
หากเกิดสิ่งไม่คาดฝันจะอย่างไร

(ฐิตินาถ สุคนษเตรี, 2565)



“คุยกับแม่เรื่องซีรีส์ หนังสือชอบ
ถ้าพี่จะคุยเรื่องการเรียน Iwag
หรือศิลปินที่ชอบ”

(สุธาสิณี ชิวชิต, 2565)



3.7 งานอดิเรก



“ปกติหนูคุยกับคุณพ่อ
คุณแม่ทุกเรื่องเลยคะ เพราะพ่อแม่เข้าใจ
และพร้อมซัพพอร์ตหนูทุกเรื่องเลย
พ่อแม่หนูไปทำงานอีกที่หนึ่ง
กลับเสาร์อาทิตย์ ก็เล่าให้ฟังว่าวันนี้ไปทำ
อะไรมาบ้าง เรื่องที่ชอบคุยกับแม่ที่สุด
คือ ซีรีส์ และศิลปินเกาหลี
เพราะแม่ก็ดูกับหนู”

(พรรัชชล พงษ์ศรีเจริญสุข, 2565)



คุยกับแม่ทุกเรื่องเลย เพราะแม่บอกว่า
แม่จะเป็นเพื่อนที่ยืนยาวที่สุด
คุยได้ทุกเรื่อง ทั้งเรียน ของกิน แต่ถ้าแต่งตัว
แม่จะนิดหนึ่ง หนูใส่แต่กางเกงขายาว เสื้อ
บางที่หนูก็อยากโตเป็นสาวบ้าง
เรื่องแฟน หนูก็คุยค่ะ แต่จะคุยเฉพาะกับ
ที่เป็นผู้ชาย ถ้าแฟนผู้หญิง หนูจะไม่คุย
เพราะแม่จะธรรมะธรรมาโม

(อนัญญา ปิยะวงค์, 2565)

“ไม่กล้าคุยเรื่องแฟน มันรู้สึกแปลกๆ
ถ้าไปคุยกับพ่อแม่ ถ้ามีก็รับรู้ เขาไม่ได้อะไร”

(นันทน์ภัส สิลภาพรungs, 2565)

4. อุปสรรค หรือ ปัญหาสำหรับการสื่อสารใน ครอบครัวไทยยุคโควิด-19

ครอบครัวไทยปัจจุบันนี้มีหลากหลาย ทั้ง
ครอบครัวพ่อ/แม่เลี้ยงเดี่ยว ครอบครัวเล็ก ครอบครัว
ใหญ่ ซึ่งในแต่ละครอบครัวก็ล้วนแล้วแต่มีวิธีการ
สื่อสารที่แตกต่างกัน ดังนั้นอุปสรรคหรือปัญหาที่พบ
มีดังนี้

4.1 การสื่อสารแบบเผชิญหน้า (Face to
Face) น้อยลง ด้วยสถานการณ์โควิด-19 ทำให้หลาย
ครอบครัวต้องอาศัยการสื่อสารผ่านเทคโนโลยี ขณะ
เดียวกันบางครอบครัวก็ไม่สื่อสารกันแบบเผชิญหน้า
ทั้ง ๆ ที่อยู่ในบ้านเดียวกัน (ศุภมิตร บัวเสนาะ, 2565;
วัชรพล วิบูลยศริน, 2565)

4.2 การสื่อสารผ่านเทคโนโลยี ทำให้เกิดการ
ตีความหลากหลาย แม้ว่าเทคโนโลยีจะทำให้คนใน
ครอบครัวสามารถสื่อสารกันได้สะดวกมากยิ่งขึ้น แต่
เทคโนโลยี (ข้อความ) ไม่มีน้ำเสียง จึงทำให้ คนรับสาร
ตีความข้อความเหล่านั้นด้วยน้ำเสียงของตนเอง อันจะ
นำไปสู่ความเข้าใจผิดได้ (ปาริณ เจียมจิตต์ตรง, 2565)



4.3 ช่องว่างทางภาษา คนในครอบครัวมีหลากหลายวัย โดยเด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่ มีการใช้ภาษาในระดับที่แตกต่างกัน ทำให้บางครั้งการพูดคุยกันทำให้เกิดปัญหาได้ ผู้ใหญ่อาจมองว่าเด็กวัยรุ่นพูดไม่รู้เรื่อง ขณะที่เด็กวัยรุ่นก็อาจมองว่าผู้ใหญ่ใช้คำแรงไป

“น้ำเสียงของแม่ แม่เสียงดัง ด้วยความเป็นคนใต้ คุณเรื่องวัยรุ่นได้กับพ่อมากกว่า เสียงแม่จะดัง พอคุยตอนกินข้าว บางทีก็สนุก แต่พอแม่เริ่มเปิดประเด็น มันก็จะเจ็บบทหมดเลย ปัญหาของหนูน่าจะเป็นเรื่องเนื้อหา และเสียงแม่”
(ทิพนันท์ ขวัญศรีเพ็ชร์, 2565)

พ่อเป็นคนเข้มงวด เสียงดัง พูดหวานไม่เป็น หนูเคยเสีย Self ต่อหน้าเพื่อน เพื่อนหนูเป็นเพศที่สาม ชายรักชาย แต่พ่อหนูคิดว่าเป็นแฟนหนู ก็ถามว่า มีงเอาใครมาด้วย ไม่ค่อยถนอมน้ำใจเท่าไร ชอบคิดไปเอง
(ทิพนันท์ ขวัญศรีเพ็ชร์, 2565)

คำพูด หรือประโยคบางคำ ที่เราไม่รู้ว่าเขาสื่อสารในเชิงไหน ทำให้เราไม่เข้าใจกัน บางคำ เขาพูดมาแล้วเรารู้สึกจืดจืดก็มี”
(นันทรัตน์ จันทุลิ่ง, 2565)

4.4 ช่องว่างของความคิด หรือทัศนคติ ซึ่งอาจเป็นผลมาจากวัยที่แตกต่างกัน ประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ทำให้คนในครอบครัวสื่อสารเรื่องต่างๆ ผ่านทัศนคติและมุมมองของตนเองเท่านั้น อันนำไปสู่การสื่อสารที่ขัดแย้งในที่สุด ดังกรณีตัวอย่างต่อไปนี้

พ่อกับแม่หนูหัวโบราณมากค่ะ เขาชอบเอาความคิดรุ่นปู่ย่าตายาย มาสอนพวกหนู แม่เข้าใจการแต่งตัวของหนู แต่พ่อไม่เข้าใจ หนูต้องใส่กางเกงกับกระโปรง เพื่อมากอดข้างนอก บางทีพ่อก็ไม่อนุญาตให้ไปเที่ยว หนูต้องแอบออกไป แล้วก็กลับมา ก่อนที่พ่อจะกลับมา”
(สายมิ่ง จัวยง, 2565)

พ่อกับแม่อายุห่างจากหนูมาก แต่หนูอยากไปเที่ยวกลางคืน เขาก็จะไม่เข้าใจ พ่อแม่ก็ด่าๆ เราอยู่อย่างนั้น จากที่หนูกลายเป็นคนไม่เถียง หนูกลายเป็นเถียง และเริ่มต้นจากการโกหกพ่อแม่ หลังๆ หนูก็เริ่มพูดความจริง พ่อแม่ก็ต่อต้าน หนูก็พยายามพูดๆ ล้อมไป เพราะระดับอายุ และภาษา ทำให้หนูก็ไม่อยากฟัง
(รัชชประภา พิมพ์ทอง, 2565)

หนูแอบไปเที่ยว ประสบอุบัติเหตุ ไม่กล้าบอกพ่อแม่ หนูคุยกับแม่ที่โรกิกะละกันอีกแล้ว ก็เลยไม่ค่อยดีกว่า หนูก็เลยตัดปัญหาไปเลย
(พลอยชนก พลรักษ์เขตร์, 2565)

หนูชอบคุยกับพ่อแม่ แต่บางที เขาก็พูดว่า เรื่องของหนูไร้สาระ อย่างช่วงโควิดแบบนี้ หนูออกไปไหนไม่ได้ก็เลยอยากคุยกับเขา
(วนัชพร กุลตั้งวัฒนา, 2565)

การประกอบอาชีพของคนในครอบครัวก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่ทำให้มุมมอง ความคิด ทศนคติของคนในครอบครัวเกิดความไม่เข้าใจซึ่งกันและกัน ดังจะเห็นได้จากการที่คุณนวลปณิต ณ์ฐู เขียนภักดี (2565) ได้นิยามตนเองว่าเป็น ศิลปินที่โตมาในครอบครัวข้าราชการทั้งตระกูล ซึ่งถูกปลูกฝังว่า ต้องประกอบอาชีพข้าราชการเพื่อความมั่นคงต่างๆ ครั้นคุณนวลปณิต ตัดสินใจที่จะประกอบอาชีพนักการละคร ซึ่งเป็นสิ่งที่ตนเองรักแม่กลับไม่ยอมรับ คุณนวลปณิตต้องใช้เวลากว่า 10 ปี เพื่อให้แม่ยอมรับอาชีพนี้

นอกจากนี้ ด้วยบทบาทที่เปลี่ยนแปลงจึงทำให้บางครอบครัวหลงลืมในช่วงเวลาที่ตนเองเป็นลูก และมองตนเองในอีกบทบาทคือการเป็นแม่ ดังเช่นกรณีของ ผศ.ดร.วิมลฐู สกุลหอม (2565) ซึ่งกล่าวว่า

“แม่เคยโทรหาตอนกลางวัน ปรากฏว่าเราทำงานก็คุยไม่ได้ แม่ก็เลยโทรหา 4 ครั้ง เปลี่ยนเวลาเพื่อลูก ตอนแรกก็รู้สึกไม่พอใจ จนเมื่อลูกไปเรียนต่างประเทศ Time Zone ต่างกัน เราโทรไปหาลูก แต่ว่าดีแล้ว ลูกรับโทรศัพท์ด้วยน้ำเสียงจ้วเจีย แต่ลูกไม่หงุดหงิดเรา และบอกเราว่าคุยได้ จึงทำให้เราเย็นอกกลับมา มองว่า แม่เราก็คงรู้สึกเหมือนที่เรารู้สึกเช่นกัน”

4.5 ช่องว่างระหว่างวัย การเกิดสถานการณ์โควิด-19 ทำให้คนในครอบครัวต้องใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันมากขึ้นทำให้ต้องใช้เวลาร่วมกันมากขึ้น ดังนั้นเรื่องของวัยจึงกลายเป็นอุปสรรคหนึ่งในการสื่อสารในครอบครัว เนื่องจากคนแต่ละวัยให้คุณค่ากับเรื่องต่างๆ ไม่เท่ากัน โลกของเด็ก โลกของผู้ใหญ่ โลกของคนชรา ต่างแตกต่างกัน ทำให้เมื่อต้องสื่อสารกันจึงกลายเป็นปัญหาได้ โดยหลายครอบครัวก็เผชิญกับเรื่องนี้ เช่น ครอบครัวของคุณปาริณ เจริญจิตต์ตรง (2565) ที่มีสมาชิกหลายวัยในครอบครัวอย่าง ลูกชายอายุ 2 ขวบ ภรรยา และตนเอง เป็นต้น ขณะนี้ คุณขวัญเนตร สุขใจ (2565)

ซึ่งให้คำนิยามตนเองว่า คุณแม่ยุคใหม่ สานฝันคนสามวัยในครอบครัว กล่าวว่า “ครอบครัวที่มีคนหลายวัยในครอบครัว จึงต้องมีการปรับตัวกัน”

นอกจากนี้ ชิสเตอร์จันธนา จันทร ผู้ติดตามประเมินงานโครงการและนักจิตวิทยามูลนิธิคณะศรีชุมพบาล ประเทศไทย - กัมพูชา ได้นำเสนอประเด็นที่น่าสนใจ เกี่ยวกับช่องว่างระหว่างวัยที่เกิดขึ้น เนื่องจากท่านได้ทำงานกับครอบครัวที่ประสบปัญหาต่างๆ โดยเฉพาะครอบครัวที่ติดโควิด ทำให้แม่กับลูกต้องอาศัยอยู่ด้วยกันภายในห้องเล็กๆ ตลอดเวลา ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นคือ แม่และลูกมีปัญหาในการสื่อสารกัน แม่ไม่เข้าใจลูก ลูกก็ไม่เข้าใจแม่

4.6 การไม่พูดคุยกัน การไม่สื่อสาร หลายครอบครัวผิดใจกัน หรือเข้าใจผิดกัน หรือมีความรู้สึกไม่ดีสะสม จนทำให้เกิดความเหินห่างในครอบครัว เนื่องจากการไม่พูดคุยกัน ซึ่งอาจมีสาเหตุจากการทำงานที่ทำให้ช่วงเวลาในการสื่อสารกันหายไป ประกอบกับเศรษฐกิจปัจจุบันที่ทำให้หลายครอบครัวต้องทำงานหนักขึ้น ดังจะเห็นได้จากกรณีตัวอย่างต่อไปนี้

“พ่อแม่ไปทำงานเลิกดึก ก็เลยไม่ค่อยได้คุยกัน” (พลอยชนก พลรักษ์เขตร์, 2565)

“พ่อแม่แต่งงาน ไม่มีเวลาอยู่กับครอบครัว พ่อชอบลืมนเวลาหนูบอกว่า พ่อซื้ออันนี้มาให้หนูเลย หนูเลยไม่บอกให้พ่อซื้อแล้ว ไปซื้อเอง” (รพีพร หาญบัญชา, 2565)

ซึ่งการที่อยู่บ้านเดียวกัน ถ้าไม่คุยกันก็ทำให้เข้าใจผิดได้มากแล้ว ยิ่งถ้าอยู่กันคนละแห่ง หรืออยู่คนละประเทศ การไม่ได้สื่อสารกันแม้เพียงเรื่องเล็กน้อยอย่างสม่ำเสมออาจนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ได้ ดังจะเห็นได้จากการที่ คุณนวลปณิต ณ์ฐู เขียนภักดี

(2565) ซึ่งเดินทางไปเรียนต่อที่ต่างประเทศ และกลับมาจากต่างประเทศในช่วงของสถานการณ์โรคโควิด 19



“แม่ทำเหมือนเราเป็นตัวเชื้อโรค เพราะแม่รับข้อมูลข่าวสารเยอะมาก จนแม่กลัวไปหมด แม่ไม่มาเจอหน้า ไม่กอด จิตสเปร์ยทุกอย่าง ตอนนั้นไม่ได้คุยกันเลย การแสดงออกแบบนี้ของแม่ทำให้เรา เสียใจมาก แต่พอตอนหลัง จึงค่อยเข้าใจว่า แม่ทำเพราะรัก และห่วงนะ อย่างน้อยถ้าตอนนั้น คุยกันสักหน่อยน่าจะดีกว่า



4.7 การจัดการอารมณ์ในการสื่อสาร เรื่องของอารมณ์เป็นสิ่งที่สำคัญมากในการสื่อสาร เนื่องจากอารมณ์ทำให้ผู้ฟังหรือผู้รับสารรู้สึกคล้อยตามในเรื่องนั้นได้ แต่อารมณ์ที่เกิดขึ้นแล้วกลายเป็นปัญหาในการสื่อสาร คือ อารมณ์ในด้านลบ อันส่งผลต่อความรู้สึกที่ไม่ดีของคนในครอบครัว เนื่องจากคนในครอบครัวจะค่อนข้างรู้สึกและรับรู้อารมณ์ได้เร็วกว่าคนอื่น การจัดการอารมณ์ไม่เหมาะสมจะนำไปสู่ความรู้สึกไม่ดีของคนในครอบครัว ดังตัวอย่าง



“ไปทำงานแล้วมีปัญหา พอกลับมาจัดการอารมณ์ไม่ได้ วันนั้นมาว่าๆ ใสหนู ทั้งๆ ที่หนู ไม่ได้ทำอะไรผิด

(ฐิติพร ใจบุญ, 2565)

นอกจากนี้ บางอารมณ์ที่เกิดขึ้นก็อาจมาจากความรักและความเป็นห่วง จึงทำให้การแสดงอารมณ์ และการสื่อสารเป็นไปในทางที่อาจสร้างความกดดันให้เกิดขึ้นภายในครอบครัวได้ ดังกรณีของ ผศ.ดร.ศศิพร ต่ายคำ (2565) ซึ่งสามีเป็นโรคไต และลูกสาวเป็นโรคหอบหืด รวมทั้งเรียนรู้ซ้ำ ทำให้ท่านต้องแบกรับกับความรู้สึกหลายอย่าง จนนำไปสู่การ

กลายเป็นคนดู ยิ่งเมื่อสถานการณ์โควิด-19 เกิดขึ้น ท่านได้กล่าวว่า ท่านกลายเป็นคนดูมากยิ่งขึ้น เพราะคุณพ่อคุณแม่ของท่านไม่ค่อยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง ขณะที่ท่านต้องระวังเรื่องนี้เป็นอย่างมาก ไม่เช่นนั้นหากมีใครสักคนติดโควิด-19 อาจส่งผลร้ายต่อคนในครอบครัว โดยเฉพาะลูกสาวและสามีที่มีโรคประจำตัวได้

5. แนวทางแก้ปัญหาการสื่อสารในครอบครัว

การแก้ปัญหาการสื่อสารในครอบครัวนั้น สิ่งสำคัญที่จะช่วยทำให้แก้ไขได้คือ “การเริ่มต้นจากตนเอง” โดยมีแนวทางดังนี้

5.1 เรียนรู้คนในครอบครัว โดยเรียนรู้ทั้งสิ่งที่เขาต้องการ สิ่งที่เขาอยากเป็น เรียนรู้และศึกษาในทุกสิ่งเพื่อให้เข้าใจกันมากยิ่งขึ้น ผศ.ดร.วิณัฐ สุกุลหอม (2565) ได้กล่าวถึงประเด็นนี้ว่า



“อยากให้ทุกคนดูคนใกล้ตัว ใช้วิธีคิดว่า เขาอยากได้อะไร เขาอยากเป็นอะไร ศึกษาเขา เพื่อคิดแบบเขาและเข้าใจเขาคคนเป็นพ่อเป็นแม่คือโค้ช ที่จะคอยให้คำแนะนำต่างๆ กับเขา การเรียนรู้เขาให้มากจะช่วยทำให้เราเข้าใจเขา และสามารถสื่อสารกับเขาได้ดียิ่งขึ้น



นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับความเห็นของ ผศ.ดร.ศศิพร ต่ายคำ (2565) ซึ่งกล่าวว่า



“ในฐานะที่เป็นครูสื่อสาร เราต้องเข้าใจก่อน เข้าใจเขา ยอมรับเขา และลดความคาดหวังของตนเองด้วย



5.2 ฟังเป็นผู้ฟังและผู้พูด ตามหลักของการสื่อสารนั้นจะต้องมีทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร ดังนั้นการสื่อสารกันในครอบครัว ทุกคนจะต้องผลัดกันเป็นทั้ง “ผู้ฟังที่ดี” และ “ผู้พูดที่ดี” เพื่อให้การสื่อสารในครอบครัวมีการสื่อสารสองทางมากยิ่งขึ้น หากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นผู้ฟังมากเกินไปก็อาจทำให้ไม่ได้ถ่ายทอดความรู้สึกต่างๆออกมา และอาจนำไปสู่การเก็บกดได้ สอดคล้องกับความเห็นของ อ.ปทุมพร โพธิ์กาศ (2565) อาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ ซึ่งกล่าวว่า

การสื่อสารในครอบครัวไม่ควรมีการผูกขาดในการทำหน้าที่เป็นแค่ผู้ฟังหรือผู้พูดเพียงแค่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเท่านั้น หากแต่ทุกคนในครอบครัวต่างต้องเป็นทั้งสองแบบ ขณะที่พ่อแม่อยากให้ลูกฟังอยากให้ลูกเข้าใจ อาจต้องหันกลับมามองสักนิดว่า ลูกคิดอย่างไร การเปิดโอกาสให้ลูกได้คิดได้แลกเปลี่ยนจะช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวได้ดีขึ้น

โดย คุณปาริณ เจียมจิตต์ตรง (2565) ได้เสริมประเด็นนี้ว่า

ฟังกันบ้าง บางทีอาจต้องเล่นบทคนฟังนิดนึง

ในกรณีที่คนในครอบครัวไม่ค่อยสื่อสารกัน อาจจะต้องมีใครสักคนที่ต้องการเรื่องคุย เพื่อให้ทำให้เกิดการสื่อสารระหว่างกัน ดังที่ รศ.ดร.วัชรพล วิบูลยศริน (2565) ได้กล่าวว่า “ทุกวันนี้เวลากินข้าวต้องหาเรื่องคุยกับพ่อแม่” เช่นเดียวกับ ครอบครัวของ รศ.ดร.เทือน ทองแก้ว (2565) ที่ใช้อาหารในการสื่อสาร โดยภรรยาของท่านจะคอยสอบถามลูกๆ ว่า วันนี้อยากทานอะไร จะทำอะไรกินกันดี

5.3 อย่ากดดันด้วยคำชม การชมเชยหรือการให้กำลังใจต่อกันเป็นเรื่องที่ดี แต่การให้คำชมแก่คนในครอบครัวมากเกินไป อาจทำให้คนนั้นถูกกดดันด้วยคำชม หรืออาจกลายเป็นการสร้างนิสัยให้เขาต้องได้แต่คำชมเท่านั้น (ขวัญเนตร สุขใจ, 2565) ซึ่งในประเด็นนี้ รศ.ดร.วัชรพล วิบูลยศริน ได้เสริมว่า

พ่อแม่แต่พี่สาว พี่สาวเป็นคนเก่ง เราเลยอยากทำทุกอย่างให้เขาชม ตอนเอ็นทรานซ์จริงๆ ผมอยากเข้า..... แล้วก็ไปสอบที่.... ด้วย ภายหลังเลือก..... ผมต้องการคำชมจากพ่อ

5.4 ไม่เปรียบเทียบคนในครอบครัว การเปรียบเทียบคนในครอบครัวโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเปรียบเทียบพี่ กับ น้อง อาจทำให้คนที่ถูกเปรียบเทียบตกอยู่ในกับดักที่ว่า “พ่อแม่ไม่รัก” (วัชรพล วิบูลยศริน, 2565) ดังนั้นการแสดงออกของฝ่ายที่ถูกเปรียบเทียบให้ต่อยกว่า อาจแสดงออกด้วยการกระทำที่ดีเพื่อให้พ่อแม่รัก หรือ แสดงออกด้วยการกระทำที่ไม่ดีเพื่อเรียกร้องความสนใจได้

5.5 หาวิธีสื่อสารกับเขาให้เหมาะสม หลายครอบครัวเกิดปัญหาการสื่อสารเนื่องจากมุ่งที่จะสื่อสารในแบบและวิธีการที่ตนเองเป็น แต่ในครอบครัวประกอบไปด้วยคนหลากหลายวัย หลากหลายมุมมอง ดังนั้นหากต้องการให้การสื่อสารสัมฤทธิ์ผล ผู้ส่งสารจะต้องพยายามหาวิธีสื่อสารในแบบที่เขาชอบ หรือเป็นแบบที่เขาต้องการ

ดังกรณีของ ผศ.นิศารัตน์ อิศระมโนรส (2565) ซึ่งได้สื่อสารกับลูก 2 คน (อายุ 2 ขวบ และ 4 ขวบ) ผ่านการเล่านิทานเนื่องจากการพูดตรงๆ กับเด็กเล็ก อาจทำให้เด็กไม่เข้าใจ โดยในช่วงโควิด-19 มีนิทานสอนเรื่องนี้เยอะมาก ดังนั้นจึงนำมาเล่าให้ลูกฟัง และลงมือทำให้เห็นเพื่อเป็นตัวอย่างกับลูก

นอกจากนี้ในกรณีของ ผศ.ดร.ณัฐชนก นุกิจ (2565) ก็ได้ปรับวิธีการสื่อสารกับลูก โดยเป็นตัวอย่าง

ให้กับลูกในด้านต่างๆ เพื่อให้ลูกซึมซับสิ่งเหล่านั้น นอกจากนั้นด้วยความที่ลูกยังเล็ก ดังนั้นการสื่อสารกับเขาจะต้องชัดเจน และมีเหตุผล เช่น ตอนนี้องแม่ไม่ว่าง แม่ขอเวลา 1 ชั่วโมง เดี่ยวแม่ออกไปหา ครั้นถึงเวลาตามกำหนดแม่ก็ควรออกไปตามเวลา หรือการที่บอกกับลูกว่า จะพาไปเที่ยวเมื่อไร เมื่อถึงเวลาที่ต้องทำตามนั้น

สำหรับครอบครัวที่มีลูกอยู่ในวัยรุ่น สิ่งที่วัยรุ่นต้องการจากพ่อแม่ คือ การสื่อสารแบบเพื่อน ดังจะเห็นได้จาก

หนูคุยกับแม่ทุกเรื่อง เรื่องเรียนก็คุย เรื่องแฟนก็คุย หนูอยากไปเที่ยวกับแฟน แม่ก็พาหนูและแฟนไปด้วย หนูคุยกับแม่เหมือนเพื่อนเลย แต่ไม่ได้ใช้คำหยาบ สบายใจ

(จิตรลดา จัญญาภูจน, 2565)

5.6 การสื่อสารเชิงบวก ทั้งอวจนภาษา และวจนภาษา การสื่อสารแต่ในมุมที่ดีจะช่วยทำให้บรรยากาศในครอบครัวดีขึ้น โดยการสื่อสารเชิงบวกด้วยวจนภาษาหรือภาษาพูดนั้นจะช่วยสร้างพลังให้กับสมาชิกในครอบครัวได้เป็นอย่างดี แม้ว่าจะเกิดสถานการณ์ใดก็ตาม หากคนในครอบครัวช่วยกันสื่อสารด้วยทัศนคติเชิงบวกแล้วนั้นจะกลายเป็นพลังใจที่เข้มแข็งให้กับคนในครอบครัวได้ ซึ่งประเด็นนี้ อ.ปทุมพร โพธิ์กาศ (2565) ได้กล่าวว่า

คำพูด วิธีการสื่อสาร รูปแบบ การสื่อสารที่ดี จะช่วยทำให้สมาชิกในครอบครัว รู้สึกดีกันได้ นอกจากนี้ควรระวัง การพูดตรงเกินไป เนื่องจากอาจกลายเป็น การบูลลี่ (Bully) ได้ การพูดด้วยคำที่เหมาะสม ไม่ต้องประดึษฐ์ แสดงความจริงใจ ไม่ทำร้าย เป็นการสื่อสารเชิงบวกที่ดีที่สุด

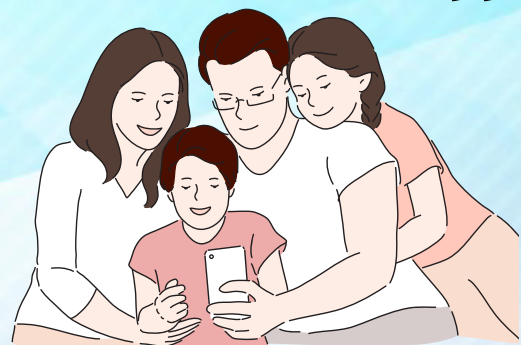
ขณะที่การสื่อสารเชิงบวกด้านอวจนภาษา หรือ ภาษากาย ก็เป็นส่วนสำคัญสำหรับการสื่อสารในครอบครัว เนื่องจากการถ่ายทอดความรัก ความปรารถนาดี ผ่านการสัมผัสทางกาย ด้วยการกอด การจับมือ การลูบหัว เป็นต้น การสื่อสารด้วยภาษาทางกายเหล่านี้จะช่วยเติมเต็มการสื่อสารในการครอบครัวให้สมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น ซึ่ง ผศ.พัชรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ (2565) อาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาและองค์การ ได้กล่าวถึงประเด็นนี้ว่า

หลายครอบครัวให้ความสำคัญกับ ภาษาพูดเท่านั้น ทั้งที่ความจริงแล้วภาษากาย เป็นสิ่งสำคัญมาก บางทีเมื่อลูกร้องไห้ เสียใจ ด้วยเรื่องอะไรก็ตาม การเดินเข้าไปกอด โดยไม่ต้องพูดอะไร ก็ทำให้ลูกสบายใจขึ้นและสัมผัสได้ถึง ความรักของแม่

นอกจากนี้การสัมผัสเพียงเล็กน้อยจากคนในครอบครัวอาจกลายเป็น “พลัง” ที่เติมเต็มความสุขให้กับคนในครอบครัวได้ไม่รู้ลืม

การสัมผัสอาจฝังอยู่ในใจตอนไหนไม่รู้ ผมจำได้ว่า พ่อเคยลูบหัวผม ผมจำไม่ได้ว่า พ่อลูบหัวผมทำไม แต่ผมรู้สึกดี รู้สึกอบอุ่น ความรู้สึกนี้ยังอยู่ในใจผมเสมอและนำไปใช้กับลูก

(ปาริณ เจียมจิตต์ตรง, 2565)

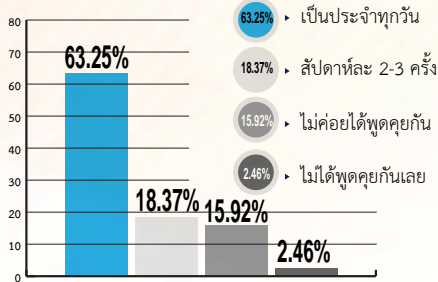




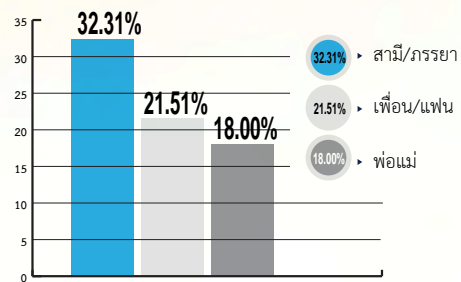
ผลการสำรวจข้อมูลเชิงปริมาณ

“สวนดุสิตโพล” มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ได้สำรวจความคิดเห็นของประชาชนทั่วประเทศ จำนวนทั้งสิ้น 1,143 คน (สำรวจทางออนไลน์) ระหว่างวันที่ 4-7 เมษายน 2565 สรุปผลได้ ดังนี้

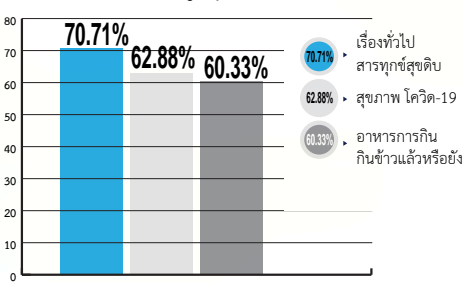
1 ในยุคโควิด-19 คนไทยพูดคุยกับคนในครอบครัวมากน้อยเพียงใด



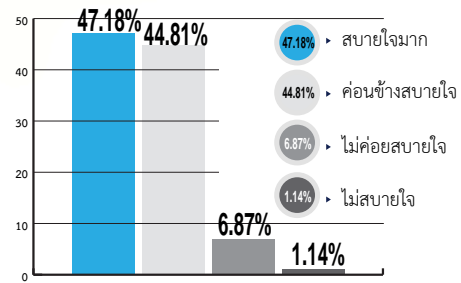
2 เวลาที่มีปัญหาต้องการคำแนะนำใครที่อยากจะพูดคุยด้วยมากที่สุด



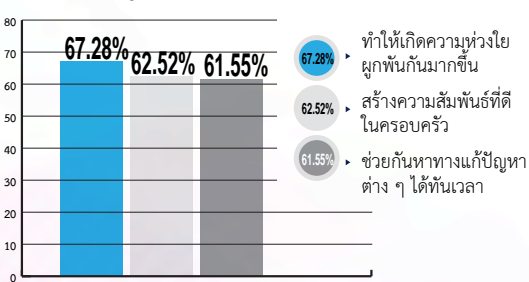
3 เรื่องใดบ้างที่มักจะพูดคุยกับคนในครอบครัว



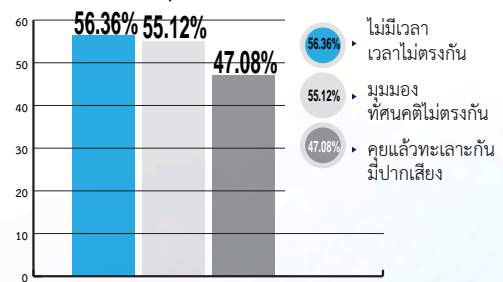
4 ในช่วงโควิด-19 การพูดคุยกับคนในครอบครัวทำให้รู้สึกสบายใจมากน้อยเพียงใด



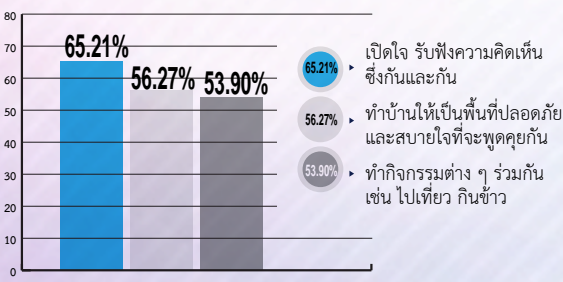
5 ในช่วงโควิด-19 การพูดคุยสื่อสารกันในครอบครัวมีความสำคัญอย่างไร



6 การที่คนในครอบครัวไม่ค่อยได้พูดคุยกันเป็นเพราะสาเหตุใด



7 ทำอย่างไรคนในครอบครัวจึงจะพูดคุยสื่อสารเข้าใจกันได้มากขึ้น





การวิเคราะห์ผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชน ในประเด็น “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19”

จากการวิเคราะห์ผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชนทั่วประเทศโดย “สวนดุสิตโพล” ในประเด็น “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19” จำแนกตามช่วงวัยพบว่า ประชาชนวัยเกษียณมีพฤติกรรมการพูดคุยกับคนในครอบครัวเป็นประจำทุกวันสูงกว่าวัยอื่น ที่ร้อยละ 80.84 ในขณะที่ประชาชนวัยทำงานและวัยเรียน มีพฤติกรรมในลักษณะเดียวกัน ที่ร้อยละ 60.67 และ 52.83 ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผลจากการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 ที่ทำให้สมาชิกในครอบครัวได้กลับมาใช้ชีวิตร่วมกันและสร้างความสัมพันธ์ที่ติดต่อกันมากยิ่งขึ้น จึงส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและไม่โดดเดี่ยวเช่นเดิม¹ ในขณะที่ประชาชนวัยทำงานและวัยเรียนนั้น แม้จะมีความคิดเห็นสอดคล้องกันในประเด็นดังกล่าว แต่กลับพบว่ามีความร้อยละที่ต่ำกว่า ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก แม้จะมีเวลาอยู่บ้านมากขึ้น แต่ประชาชนทั้งสองวัยยังคงต้องมีการกิจในการทำงานหรือเรียนออนไลน์อยู่ จึงอาจทำให้คิดว่าตนเองมีโอกาสดูคุยกับคนในครอบครัวทุกวันน้อยกว่า สอดคล้องกับข้อมูลการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างวัยเรียนและวัยทำงานที่ระบุว่า “ปกติไม่ค่อยได้คุยกันเลย พอช่วงโควิดจะคุยกันมากขึ้น” ทั้งนี้การพูดคุยกับคนในครอบครัวทุกวันดังกล่าว อาจเกิดจากความห่วงใย หรือสอบถามสถานการณ์ต่าง ๆ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลบางรายกล่าวว่า “จากสถานการณ์โควิด-19 ทำให้ได้พูดคุยกับครอบครัวมากขึ้น โดยมักคุยกันเกี่ยวกับการป้องกันและดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากโควิด” ซึ่งช่วงเวลาที่มักใช้ในการพูดคุยกันนั้น ส่วนใหญ่มักเป็น “ช่วงรับประทานอาหารเย็น พักผ่อน หรือออกกำลังกาย

ร่วมกัน” เป็นต้น

ในส่วนของมุมมองต่อสาเหตุหลักที่ทำให้คนในครอบครัวไม่ค่อยได้พูดคุยกันนั้น ประชาชนวัยเรียนมีความคิดเห็นว่าเป็นสาเหตุจากการไม่กล้าคุยมากที่สุด ที่ร้อยละ 71.70 ทั้งนี้ สาเหตุที่เด็กในวัยเรียนไม่กล้าคุยกับผู้ปกครองนั้นอาจเนื่องมาจาก การกลัวถูกตำหนิ ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสัมภาษณ์ของกลุ่ม



ตัวอย่างวัยเรียนที่ระบุว่า “หนูแอบไปเที่ยว ประสบอุบัติเหตุ ไม่กล้าบอกพ่อแม่ หนูคุยกับแม่ที่ไร ก็ทะเลาะกันอีกแล้ว ก็เลยไม่คุยดีกว่า หนูก็เลยตัดปัญหาไปเลย” ส่วนคนในวัยเกษียณกลับมีมุมมองถึงสาเหตุของการไม่คุยกันว่า มาจากมุมมอง ที่คนคิดไม่ตรงกัน ร้อยละ 62.65 ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากปัญหาทางความคิดและประสบการณ์ที่แตกต่างกันของคนแต่ละช่วงวัย แต่กลับเข้าใจว่าคนอื่นต้องคิดและเชื่อเหมือนตน จึงทำให้เกิดความไม่เข้าใจและขัดแย้งกันในที่สุด² ดังผลการ



สัมภาษณ์ของเด็กวัยเรียนที่ระบุว่า “พ่อกับแม่หนูหัวโบราณมากค่ะ เขาชอบเอาความคิดรุ่นปู่ย่าตายายมาสอนพวกหนู หนูต้องใส่กางเกงทับกระโปรงเพื่อมาถอดข้างนอก” เป็นต้น ส่วนประชาชนวัยทำงานกลับมีมุมมองต่อปัญหาดังกล่าวแตกต่างออกไป โดยมีความเห็นว่าเกิดจากการไม่มีเวลา เวลาไม่ตรงกันมากที่สุด ที่ร้อยละ 58.50 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะคนในวัยทำงานมองว่า พ่อแม่ยุคใหม่จำเป็นต้องออกไปทำงานนอกบ้าน จึงไม่มีเวลาพูดคุยกับลูกเท่าที่ควร ทำให้บางครั้งที่เด็กมีเรื่องอยากปรึกษา ก็ไม่กล้าเล่าไม่กล้าคุย เพราะคิดว่าการพูดคุยกับพ่อแม่ให้เข้าใจเป็นเรื่องยากเกินไป³ ดังข้อมูลสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่างวัยเรียนที่ระบุว่า “พ่อทำแต่งงาน ไม่มีเวลาอยู่กับครอบครัว พ่อชอบลืมเวลาหนูบอกว่าพ่อชื่อของอันนี้มาให้หน่อย” เป็นต้น

สำหรับข้อเสนอแนะในการส่งเสริมให้คนในครอบครัวพูดคุยสื่อสารกันได้เข้าใจมากขึ้นนั้น ประชาชนในทุกช่วงวัยมีความเห็นสอดคล้องกันว่า ควรเปิดใจรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันมากที่สุด โดยจำแนกเป็น วัยเกษียณ ร้อยละ 77.71 วัยทำงาน ร้อยละ 63.16 และวัยเรียน ร้อยละ 60.38 ตามลำดับ ทั้งนี้การสื่อสารด้วยการเปิดใจรับฟังระหว่างคนในครอบครัว จะสามารถช่วยสร้างความเข้าใจระหว่างกันได้มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับบางครอบครัวที่มีคนหลากหลายวัยอาศัยอยู่ด้วยกัน

ดึงข้อมูลจากการสัมภาษณ์เด็กในวัยเรียนตอนหนึ่งทีระบุว่า “การสื่อสารในครอบครัวสำคัญมากเลยคะ อย่างครอบครัวหนูเป็นคนละ Generation กัน หนูอายุ 18 ปี แต่คุณพ่อคุณแม่อายุ 60 แล้ว ทำให้ความเข้าใจไม่ตรงกัน ดังนั้น การสื่อสารกันบ่อย ๆ จะช่วยให้เราเข้าใจกันมากขึ้นคะ” จากแนวคิดจะเห็นได้ว่าการสื่อสารที่ดีของคนในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ทั้งนี้สมาชิกในครอบครัวควรยอมรับความจริงว่า คนแต่ละรุ่นไม่จำเป็นต้องมีความคิดเห็นและความเชื่อที่เหมือนกันก็ได้ และพึงระลึกเสมอว่าการที่ครอบครัวจะมีความสุขได้นั้น สมาชิกในครอบครัวต้องให้ความเคารพความเป็นตัวตนและเปิดใจรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันให้มากที่สุด² เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านสุขภาพจิตแก่สมาชิกในครอบครัวให้เกิดความเข้มแข็งสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมยุคโควิด-19 ได้อย่างมีความสุขต่อไป

¹ กรุงเทพธุรกิจ. (2564). ‘ผู้สูงวัย’ ปรับตัว ปรับใจ อย่างไร ในยุคดิจิทัล. สืบค้นเมื่อ 9 เมษายน 2565, <https://www.bangkokbiznews.com/social/932366>
² กรุงเทพธุรกิจ. (2564). ลดขัดแย้งระหว่างรุ่น. สืบค้นเมื่อ 9 เมษายน 2565, จาก <https://www.bangkokbiznews.com/blogs/columnist/963886>
³ schoolfix. (2563). 9 เหตุผลที่เด็กยุคใหม่ไม่อยากคุยกับพ่อแม่. สืบค้นเมื่อ 9 เมษายน 2565, จาก <https://dekdee.org/th/news/87092-9-เหตุผลที่เด็กยุคใหม่ไม่อยากคุยกับพ่อแม่>

ผู้เจาะประเด็นเชิงลึก : ผศ.ดร.ยุธยา อยู่เย็น ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 ผู้วิเคราะห์ข้อมูลและประสานงาน : นางสาวณิชาภัส ตั้งบรรพินิล นักวิจัยประจำสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 ผู้เรียบเรียงเนื้อหาประจำสัปดาห์ : ผศ.ดร.จิราพร รอดพ่วง รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 ที่ปรึกษา : รศ.ดร.สุขุม เฉลยทรัพย์ ประธานที่ปรึกษาอธิการบดี มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 รศ.ดร.ชนะศึก นิษานนท์ รองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและพัฒนาการศึกษา มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



การสื่อสารในครอบครัวไทย เมื่อโควิด-19 มาเยือน

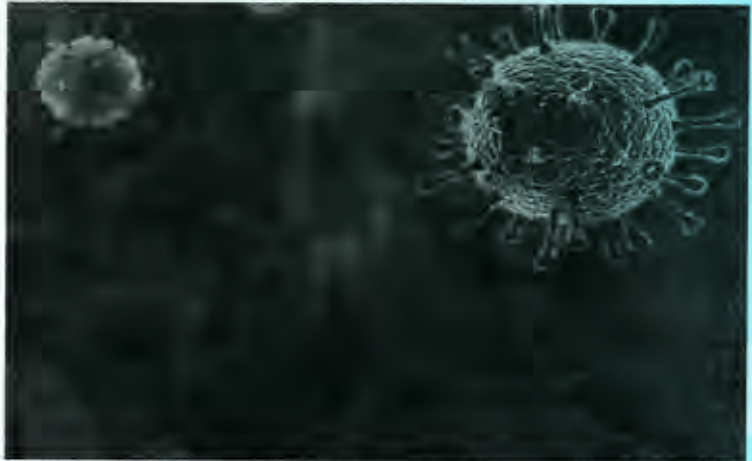
■ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภศิริ บุญประเวช
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เราคุยกับคนอื่นได้มากมาย ทำไม
คุยกับคนในครอบครัวไม่ได้

เมื่อพูดถึงเรื่องของการสื่อสาร การสื่อสารในอีกมิติหนึ่งที่น่าสนใจ คือ “การสื่อสารในครอบครัว” แม้ว่าสำหรับบางครอบครัวเรื่องของการพูดคุยกัน ติดต่อกัน เป็นเรื่องปกติที่ทำกันอยู่แล้ว หากแต่สำหรับบางครอบครัว การพูดคุยกัน กลับมี “กำแพง” ทั้งหนา และบาง ที่กั้นขวางอยู่ ด้วยเหตุผลที่หลากหลายทั้งคนในครอบครัวไม่ฟังกัน ต่างวัย ต่างภาษา ต่างทัศนคติ หรือแม้กระทั่งบางทีก็มีเรื่องของบทบาทและหน้าที่ การงานของคนในครอบครัวที่ขวางกั้นการสื่อสารในครอบครัว

ยิ่งปัจจุบันสถานการณ์โควิด-19 ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านการใช้ชีวิต และด้านการทำงาน ภาพของการสื่อสารในครอบครัวก็ยิ่งเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย จากเดิมที่ยังพอมีเวลาคุยกันบ้างเมื่อกลับถึงบ้าน ขณะกินข้าวหรือทำกิจกรรมร่วมกันก็มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรื่องราวต่างๆ ด้วยกัน กลายเป็นว่าตอนนี้การทำงานในรูปแบบใหม่ ทำให้ “เวลา” ที่เคยใช้ร่วมกับคนในครอบครัว กลายเป็นเวลาที่ต้องทำงานให้ทันกับเวลา ขณะที่บางครอบครัวมีเวลาให้กันแค่เวลาเหล่านี้นักกลับกลายเป็น “เวลาที่ไม่มีคุณภาพ” สำหรับครอบครัว เพราะต่างคนต่างนั่งจ้องเครื่องมือสื่อสารของตนเอง บางครอบครัวอยู่ด้วยกัน อยู่ข้างๆ กัน ยังส่งข้อความคุยกันก็มี

ทั้งที่ความจริงแล้ว การสื่อสารใน



ครอบครัวคือระบบของความสัมพันธ์ คือสถานที่พักพิงที่ปลอดภัย คือพื้นที่แห่งความห่วงใย และอาจเป็นอีกหลายอย่างได้มากกว่านั้นสำหรับบางคน ดังนั้นการสื่อสารระหว่างกัน ด้วยการถามไถ่เรื่องราวต่างๆ การร่วมรับฟังปัญหาต่างๆ ช่วยกันคิดหาทางออก รวมทั้งการเป็นแหล่งกำลังใจให้กัน สิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะช่วยทำให้สมาชิกในครอบครัวสามารถเติบโตและเข้มแข็งพร้อมที่จะเผชิญกับเรื่องราวต่างๆ ภายนอกได้

บางครอบครัวคิดว่า “ไม่ต้องพูด ก็เข้าใจ” หากแต่ในด้านของการสื่อสาร การไม่พูดอาจก่อให้เกิดการตีความได้หลากหลาย และแม้จะเข้าใจในสิ่งที่ไม่ได้พูด แต่เราก็มักอยากจะทำอยู่ดี ดังนั้นการพูดคุยกันจึงเป็นสิ่งที่จะช่วยทำให้เกิดความเข้าใจกัน อันนำไปสู่ความสัมพันธ์ต่างๆ ในครอบครัวที่ดีขึ้น นอกจากนี้คนในครอบครัวก็ต้องเรียนรู้ และเปิดใจที่จะรับฟังกันและกันด้วย สำหรับบางครอบครัวการพูดคุยกัน

ต่างที่ ดังนั้นช่องทางการสื่อสารที่หลากหลาย ในปัจจุบันจึงเป็นโอกาสที่จะทำให้เราสามารถติดต่อกันได้ทุกที่ และทุกเวลา “ไลน์กลุ่มครอบครัว” ได้กลายเป็นอีกหนึ่งพื้นที่ออนไลน์ที่หลายครอบครัวใช้เป็นสื่อกลางในการพูดคุยกัน และนัดหมายกันเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ขณะที่บางครอบครัวทุกๆ เช้า จะได้รับข้อความ “สวัสดีตอนเช้า” หรือไม่ก็ “ภาพคำคม” ที่คนในครอบครัวส่งมาให้เสมอ บางคนอาจรู้สึกว่ามันมาทำไมทุกวัน ไม่เบื่อบ้างหรือ แต่เมื่อไม่ได้รับ กลับรู้สึกใจหายอย่างบอกไม่ถูกก็ได้

การสื่อสารในครอบครัวในยุคนี้มีช่องทางการสื่อสารที่หลากหลายมากขึ้น ทำให้มีโอกาสในการสื่อสารมากขึ้น เหลือเพียงแค่ “คนในครอบครัว” เท่านั้นที่จะสื่อสารกันใหม่

บางทีก็ไม่น่าแปลกทำไมกับคนนอก หรือคนที่เราทำงานด้วย เรากล้าพูด กล้าคุย และสื่อสารได้ในหลายๆ เรื่อง หากแต่คนในครอบครัวเรา เรากล้าไม่สื่อสารอะไรเลย

‘การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19’



มองผ่าน ‘ข้อมูล’

รศ.ดร.สุภูมิ เจริญทรัพย์
สวนดุสิตโพล มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

การสื่อสารของมนุษย์เป็นกระบวนการที่ประกอบด้วยความคิดและการสร้างสัญลักษณ์ การส่งสัญลักษณ์ไปยังผู้รับสาร การตีความหมายสัญลักษณ์ของผู้รับสารและการส่งความหมายกลับมา หรือกล่าวง่าย ๆ ก็คือ การส่งผ่านข้อมูล ความคิด ทักษะคิด รวมถึงอารมณ์ จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งโดยใช้สัญลักษณ์ เพื่อสร้างการรับรู้ (Cognitive) ทักษะคิด (Attitude) และพฤติกรรมและการแสดงออก (Behavior)

การสื่อสารในครอบครัวเป็นการทำหน้าที่ที่สำคัญประการหนึ่งของครอบครัวคือ การทำหน้าที่ของครอบครัวว่ามีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใด หากครอบครัวทำหน้าที่ได้มีประสิทธิภาพมาก ก็จะส่งเสริมให้สมาชิกในครอบครัวมีความสุขกายและสุขใจ ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของทฤษฎีโครงสร้างและการทำหน้าที่ (Structural and Functional Theory) ที่บอกไว้ว่า สมาชิกแต่ละคนในครอบครัวมีหน้าที่ของตน หากทุกคนปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนอย่างสมบูรณ์ ครอบครัวก็จะมีความสุขและมีคุณภาพ

ขณะเดียวกันทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Interaction Theory) ที่ให้ความสำคัญกับการสื่อสารในครอบครัวเช่นกัน อธิบายว่าการสื่อสารระหว่างบุคคลส่วนใหญ่เป็นผลของการใช้สัญลักษณ์ร่วมกัน ทั้งที่เป็นคำพูดและกิริยาท่าทาง การจะทราบว่าครอบครัวมีความสัมพันธ์กันอย่างไร ให้พิจารณาจากการกระทำของบรรดาสมาชิกในครอบครัวผ่านกระบวนการติดต่อสื่อสารทั้งนี้ การเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ การใช้วิธีการติดต่อสื่อสารที่สอดคล้องกัน (อ่านเพิ่มเติมที่ <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Veridian-E-Journal/article/download/38603/31946/สื่อสารอย่างสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุขในครอบครัว>)

โดยทั่วไปคนเราต้องการและคาดหวังอยากมีครอบครัวแบบอุดมคติ คือสมาชิกที่

อาศัยอยู่ในครอบครัวหรือบ้านหลังเดียวกัน พร้อมโอบอุ้ม เยียวยา ดูแล และให้กำลังใจกันและกัน เมื่อคนใดคนหนึ่งหรือทุกคนภายในครอบครัวต้องเผชิญกับความทุกข์กายหรือทุกข์ใจ ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งของชีวิต แต่ไม่ว่าทุกครอบครัวจะสามารถออกแบบหรือสร้างครอบครัวในแบบอุดมคติสำเร็จ !!!

ยิ่งภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ได้ส่งผลกระทบต่อชีวิตของประชาชน ทำให้ต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตรายจ่ายเพิ่ม รายได้ลด เกิดความเครียด วิตกกังวลจนนำไปสู่การกระทบกระทั่งและปัญหาอื่นๆ ในครอบครัว ซึ่งผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเรื่อง “ครอบครัวไทยในยุคโควิด-19” ของสวนดุสิตโพล มหาวิทยาลัยสวนดุสิต เมื่อเดือน มี.ค. 2564 ที่ผ่านมา พบว่าในยุคโควิด-19 ปัญหาครอบครัวไทยในภาพรวมที่พบเห็นมากขึ้น 5 อันดับเรียงจากมากไปน้อย คือปัญหาหนี้สิน (75.41%) คนในครอบครัวว่างงาน/ว่างงาน (69.96%) ความเครียด/โรควิตกกังวล (67.19%) การทะเลาะเบาะแว้ง (36.02%) และการเลิกการกัน/หย่าร้าง (30.30%)

การสื่อสารกันภายในครอบครัวที่มีประสิทธิภาพเป็นกลไกหนึ่งที่จะสร้างความสุข ลดความขัดแย้ง และบรรเทาทุกข์ของครอบครัวไทยเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาครอบครัวที่พบเห็นมากขึ้นในยุคโควิด-19 และในยุคโควิด-19 นี้การสื่อสารของคนในครอบครัวคงไม่จำเป็นที่จะต้องจำกัดรูปแบบหรือต้องเน้นเฉพาะ “face2face” เท่านั้น เพราะทุกคนต้องเว้นระยะห่าง ดังนั้น การสื่อสารแบบออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะใช้ Facebook Messenger Line หรือ WhatsApp ก็จะทำให้ทุกคนปลอดภัยยิ่งขึ้น ไม่ต่างจากการหันมาซื้อของออนไลน์กันมากขึ้น

ครอบครัวมีการสื่อสารทั้งระหว่างระบบย่อยภายในครอบครัวเองและกับระบบภายนอก การสื่อสารในครอบครัวเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของระบบทางชีวภาพโดยมีการพูดและการฟังเป็นกลไกสำคัญที่ก่อให้เกิดการสื่อสารในครอบครัว ครอบครัวที่มีลักษณะการสื่อสารที่ยืดหยุ่นสูง เปิดโอกาสให้สมาชิกในครอบครัวได้แสดงความคิดเห็น

ของตนเอง กล่าวพูดคุย กล่าวถกเถียง มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ จะส่งเสริมให้สมาชิกในครอบครัวเคารพในความคิดเห็นที่แตกต่าง เชื่อมั่นในตนเอง กล่าวคตินอกกรอบ มีความคิดสร้างสรรค์ ฯลฯ

ในทางตรงกันข้าม ครอบครัวที่การสื่อสารไม่มีประสิทธิภาพ จะเป็นสาเหตุหนึ่งของปัญหาครอบครัว ครอบครัวที่สื่อสารกันน้อยเพราะคิดว่าไม่จำเป็นต้องพูดคุยกันมาก เป็นคนในครอบครัวเดียวกัน ต่างรู้จักและรู้จักกันดีอยู่แล้วแต่การสื่อสารที่น้อยมักจะทำให้เกิดความเข้าใจผิดหรือผิดใจกัน ครอบครัวที่มีการสื่อสารกันน้อยและสื่อสารไม่มีประสิทธิภาพ ยังส่งผลให้สมาชิกในครอบครัวขาดความรัก ขาดระเบียบวินัย และไม่ไว้ใจผู้อื่น

แนวทางการสื่อสารเพื่อสร้างความสุขหรือลดปัญหาภายในครอบครัว เช่น พูดให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ถ้าอีกฝ่ายพูดไม่ได้ อีกฝ่ายต้องใจเย็น บอกความรู้สึกนึกคิดให้อีกฝ่าย เข้าใจได้ถูกต้อง สื่อสารแบบ 2 ทาง เปิดให้อีกฝ่ายได้พูดแลกเปลี่ยน หรือรับฟังความคิดเห็นของอีกฝ่าย พูดชัดเจน หรือเจาะจงในเรื่องที่ต้องการสื่อพูดเชิงบวก ที่ให้เกียรติ อีกฝ่าย ไม่ใช่เสียงเกินขอบเขต เช่น การตะโกน ตะคอก ตะหวาด หรือขึ้นเสียงใส่กัน หลีกเลี่ยงการสื่อสารเชิงลบ เช่น สงครามเย็น ประชดประชัน ครอบครัวล้มๆ เป็นต้น

การสื่อสารเป็นเรื่องพื้นฐานที่เกิดขึ้นเป็นประจำทุกวัน ทุกคนจึงควรฝึกสื่อสารให้เกิดประสิทธิภาพ ไม่สื่อสารผิดที่ ผิดจังหวะ ผิดเวลา และผิดคน ครับ...

และสุดท้ายคำนี้ อย่าพลาด... ผลโพลหัวข้อ... “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19” มีหลายประเด็นที่น่าสนใจติดตามอย่างยิ่งไม่ว่าจะเป็นความถี่ในการพูดคุยกับคนในครอบครัว ยามรู้สึกไม่สบายกายไม่สบายใจหรือช่วงเวลาแห่งความสุขชอบพูดคุยกับใครในครอบครัว เรื่องราวที่ชอบพูดคุยกับคนในครอบครัวสาเหตุที่คนในครอบครัวไม่ค่อยพูดคุยกัน และทำอย่างไรให้คนในครอบครัวหันหน้ามาพูดคุยกันให้มากขึ้น ฯลฯ

จากการสื่อสารกันในครอบครัว ถึงการสื่อสารของสังคม

ประเทศไทยกำหนดให้วันที่ 14 เมษายนของทุกปีเป็นวันครอบครัว เนื่องจากเป็นช่วงเทศกาลสงกรานต์ สมาชิกในครอบครัวได้มีโอกาสพบปะสังสรรค์พูดคุย อดน้ำคำหัวผู้ใหญ่ ร่วมสืบสานวัฒนธรรมประเพณีไทยร่วมกัน จนกระทั่งเมื่อโควิด-19 ระบาดตั้งแต่ปี พ.ศ. 2563 ทำให้ประชาชนต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตเพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายทางด้านสาธารณสุขของภาครัฐ หลายครอบครัวต้องงดการพบปะกัน ลดกิจกรรมที่ต้องทำร่วมกันลง การพูดคุยสื่อสารกันในครอบครัวจึงปรับเปลี่ยนรูปแบบไป พูดคุยกันแบบออนไลน์มากขึ้น หลายคนก็ปรับตัวได้เป็นอย่างดี แต่ก็มีปัญหาที่ยังมีอีกหลายคนที่ยังรู้สึกเครียดและกังวลกับสิ่งต่างๆ ที่แทรกแซงการใช้ชีวิตแบบปกติ จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแบบฉับพลัน หรือที่เราเรียกว่า Disruptive เช่นนี้

จากความสำเร็จดังกล่าว สวนดุสิตโพล มหาวิทยาลัยสวนดุสิต จึงได้สำรวจความคิดเห็นของประชาชนทั่วประเทศ จำนวน 1,143 คน (สำรวจทางออนไลน์) ระหว่างวันที่ 4-12 เมษายน 2565 ในประเด็นเรื่อง “การสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19” ผลที่น่าสนใจพบว่า กลุ่มตัวอย่างพูดคุยกับคนในครอบครัวกันเป็นประจำทุกวัน ร้อยละ 63.25 เวลาที่มีปัญหาคนที่อยากพูดคุยด้วยมากที่สุด คือ สามเณร ร้อยละ 32.31 รองลงมาคือ เพื่อน/แฟน ร้อยละ

21.51 เรื่องที่มักจะพูดคุยคือเรื่องทั่วไป สารทุกข์สุขดิบ ร้อยละ 70.71 ในช่วงโควิด-19 การพูดคุยกันกับคนในครอบครัวทำให้รู้สึกสบายใจมาก ร้อยละ 47.18 โดยมองว่าทำให้เกิดความห่วงใยผูกพันกันมากขึ้น ร้อยละ 67.28 การที่คนในครอบครัวไม่ค่อยได้พูดคุยกันนั้นเป็นเพราะไม่มีเวลา เวลาไม่ตรงกัน ร้อยละ 56.36 วิธีการที่จะทำให้คนในครอบครัวพูดคุยสื่อสารเข้าใจกันได้มากขึ้น คือ ต้องเปิดใจ รับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ร้อยละ 65.21 รองลงมาคือ ทำบ้านให้เป็นพื้นที่ปลอดภัยและสบายใจที่จะพูดคุยกัน ร้อยละ 56.27

จากผลการสำรวจจะเห็นได้ว่าถึงแม้จะอยู่ในช่วงโควิด-19 แต่คนในครอบครัวก็มีการพูดคุยกันเป็นประจำ โดยเฉพาะการคุยกับสามี ภรรยา สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะของครอบครัวไทยที่เล็กลง มีความเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น จึงมีการพูดคุยกันในกลุ่มเล็กมากกว่ากลุ่มใหญ่ หรือครอบครัวขยาย การพูดคุยกันก็คุยในเรื่องทั่วไป สอบถามชีวิตความเป็นอยู่ รวมไปถึงเรื่องสุขภาพและโควิด-19 ก็เป็นหัวข้อที่ถูกหยิบยกขึ้นมาพูดคุยกันมากขึ้น นอกจากนี้ยังมีการพูดคุยกันในเรื่องอาหารการกิน ปัญหาต่างๆ สถานการณ์ข่าวสารประจำวัน การเรียน การทำงาน การท่องเที่ยว การเงิน การซื้อของ การเมือง และความรักเป็นอันดับสุดท้าย ส่วนเรื่อง “เวลา” เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ครอบครัว

ไม่ค่อยได้พูดคุยกัน เนื่องจากต้องทำงาน เรียน หรือมีกิจกรรมอื่นจำเป็นอื่นๆ จึงทำให้มีเวลาพูดคุยกันน้อย ถึงแม้จะมีเวลาไม่มากนักแต่หากมีการเปิดใจรับฟังกันอย่างจริงจัง ก็สามารถทำให้เวลาที่มีอยู่นั้นเป็นเวลาคุณภาพ (Quality Time) สำหรับครอบครัวได้

การพูดคุยสื่อสารกันนับว่าเป็นพื้นฐานของการสร้างความผูกพันในครอบครัว หากให้อิสระในการพูดคุยรับฟังความคิดเห็นก็จะลดการเกิดปัญหาในครอบครัวได้ แต่ในบางครอบครัวที่ไม่เป็นพื้นที่ปลอดภัยในการพูดคุยหรือแสดงความคิดเห็น ก็ย่อมจะทำให้เกิดความไม่สบายใจ บ้านไม่เป็นบ้าน และจากปัญหาในระดับครอบครัวก็ย่อมจะสะท้อนถึงภาพของการสื่อสารในระดับสังคมและระดับประเทศ ที่หลายฝ่ายตั้งคำถามว่าประชาชนได้สื่อสาร หรือแสดงความคิดเห็นมากน้อยเพียงใด และที่สำคัญไปกว่านั้นการสื่อสารจากประชาชนไปถึงรัฐบาลหรือไม่ ผลโพลพบว่าคนไทยรู้สึกสบายใจกับการพูดคุยกับคนในครอบครัว แล้วคนไทยรู้สึกสบายใจกับการพูดคุยกับรัฐบาลมากน้อยเพียงใด เป็นประเด็นที่ต้องหาคำตอบกันต่อไป

พรพรรณ บัวทอง

นักวิจัย สวนดุสิตโพล
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

จากโพล สู่ความเห็นของนักวิชาการ



ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรรณิศา พันธุ์ศรี
ผู้ช่วยคณบดีคณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

จากการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ในวันที่ 4 เมษายน 2565 จำนวนผู้เข้าร่วม 10 คน และการ สัมภาษณ์ ในวันที่ 1 เมษายน 2565 จำนวนผู้เข้าร่วม 30 คน ใช้การ สัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง ผลปรากฏ

1) ด้านความสำคัญของการสื่อสารของครอบครัวไทยในยุคโควิด-19 หลายครอบครัวมองว่าการสื่อสารมีความสำคัญมาก เช่น การสร้างความเข้าใจกัน การสานสัมพันธ์คนในครอบครัว การแบ่งปันประสบการณ์ต่างๆ จากคนในครอบครัวมากขึ้น

2) ลักษณะการสื่อสารในครอบครัวในยุคโควิด-19 หลายครอบครัวมีการสื่อสารกันมากขึ้น แต่ก็อาจจะมีบางครอบครัวที่จะต้องมีการวางเงื่อนไขร่วมกันในการสื่อสารเรื่องราวต่างๆ

3) เนื้อหาหรือเรื่องราวที่สื่อสารกันในครอบครัวพบว่า แต่ละครอบครัวการสื่อสารแตกต่างกันออกไปตามบริบทของครอบครัวและหลากหลายเรื่องราว เช่น อาหารการกิน สถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน การทำงาน เป็นต้น

4) อุปสรรคหรือปัญหาสำหรับการสื่อสารในครอบครัวไทยยุคโควิด-19 ส่วนใหญ่จะสื่อสารผ่านเทคโนโลยีสื่อสารออนไลน์ ลดการสื่อสารแบบเผชิญหน้ากัน ซึ่งในบางครั้งอาจจะทำให้การสื่อสารผิดพลาดไม่ตรงกันนำพาสู่ปัญหาอุปสรรคในการพูดคุยกันกับคนในครอบครัว

5) แนวทางแก้ปัญหาการสื่อสารในครอบครัว อาจเพิ่มแนวทางในการสื่อสาร วิธีการสื่อสารให้กับสมาชิกในครอบครัวที่เหมาะสมและถูกวิธี การเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดีเมื่อสมาชิกต้องการที่จะสื่อสารให้คนในครอบครัวได้รับทราบ





“

"สังคมปัจจุบัน ทำให้การสื่อสารระหว่างกันหายไป ทุกคนต่างก้มหน้าอยู่กับเครื่องมือสื่อสารของตนเอง การกินข้าวด้วยกันอย่างพร้อมหน้า อย่างน้อย สัปดาห์ละ 3 - 4 วัน คือ ยาที่ดีที่สุด ที่จะช่วยให้เราได้สื่อสารกันมากขึ้น"

”

อ.ศุภมิตร บัวเสนา
ประธานหลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

การสื่อสารในครอบครัว ในมุมมองนักจิตวิทยา

โดย...อาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ม.สวนดุสิต



“

"หลายครอบครัวให้ความสำคัญกับภาษาพูดเท่าที่
ทั้งที่ความจริงแล้ว "ภาษากาย" เป็นสิ่งสำคัญมาก
บางที เมื่อลูกร้องไห้ เสียใจ ด้วยเรื่องอะไรก็ตาม
การเดินเข้าไปกอด โดยไม่ต้องพูดอะไร
ก็ทำให้ลูกสบายใจขึ้น และสัมผัสได้ถึงความรัก
ของแม่"

”

ผศ.พัศรินทร์ ก่อเลิศรวงศ์
หลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



“

"การสื่อสารในครอบครัวมีช่องทางการสื่อสาร
หลากหลายมากขึ้น การใช้ช่องทางการสื่อสาร
เหล่านี้ให้เกิดประโยชน์ เพื่อถ่ายทอดความห่วงใย
ในครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ จึงเป็นสิ่งที่สำคัญ"

”

ผศ.ดร.สฤษฎ์ ศรีโยธิน
รองคณบดีฝ่ายวิชาการ และอาจารย์ประจำหลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรม
และองค์การ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



“

"บ้านสำหรับบางคนอาจไม่ใช่บ้านที่น่านอน ทุกข์ใจ
ท้อใจ ... แต่กลับบ้านไม่ได้ การสื่อสารในครอบครัว
จึงมีความสำคัญอย่างมาก สื่อสาร แลกเปลี่ยน
ทั้งความคิด ความรู้สึก เพื่อให้เกิดความเข้าใจกัน
ในครอบครัว"

”

ผศ.ดร.อัมพร ศรีประเสริฐสุข
หลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



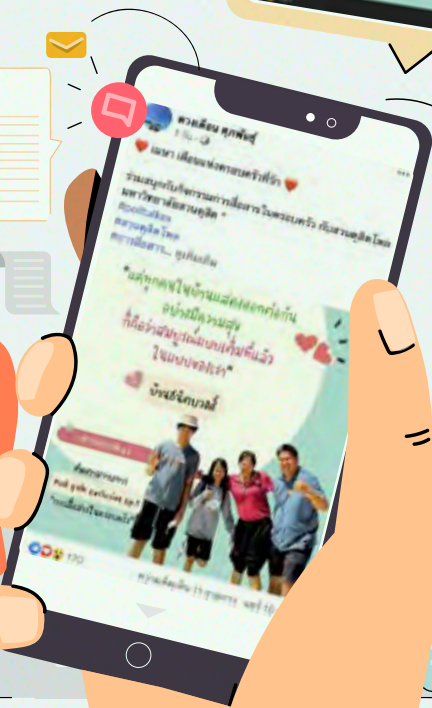
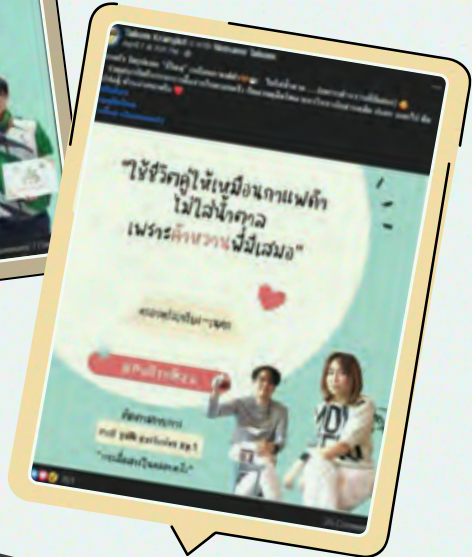
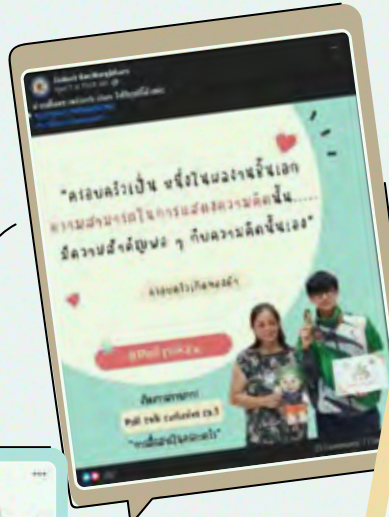
“

"การสื่อสารในครอบครัว ไม่ควรมีการผูกขาดในการทำหน้าที่
เป็นแค่ผู้ฟังหรือผู้พูดเพียงแค่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเท่านั้น หากแต่
ทุกคนในครอบครัวต่างต้องเป็นทั้งสองแบบ ขณะที่พ่อแม่อยากให้
ลูกฟัง อยากให้ลูกเข้าใจ อาจต้องหันกลับมาองลึกนิดว่า
ลูกคิดอย่างไร การเปิดโอกาสให้ลูกได้คิด ได้แลกเปลี่ยน
จะช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวได้ดีขึ้น"

”

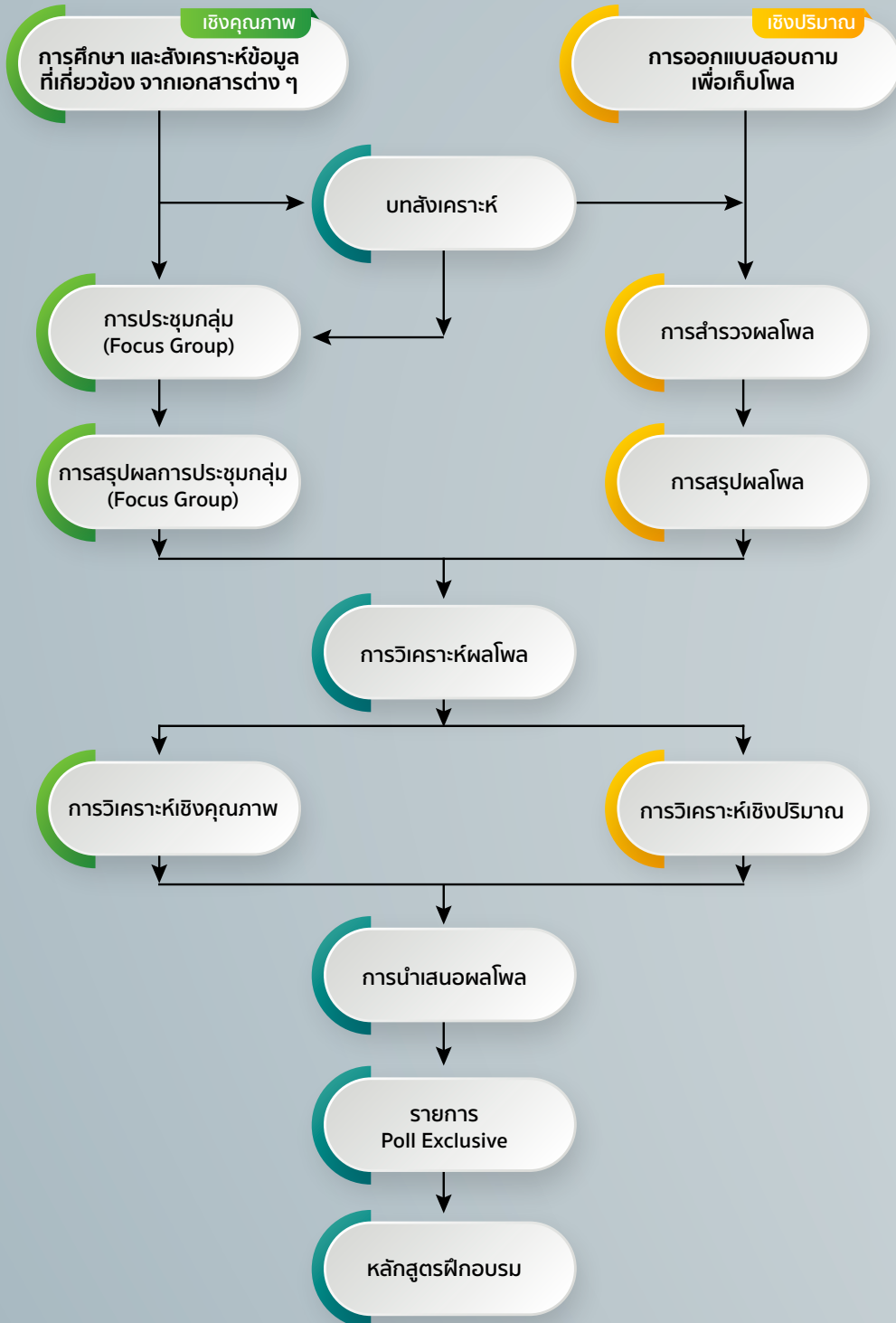
อ.ปทุมพร โพรธัก
หลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

กิจกรรมพิเศษ: สื่อสารครอบครัวผ่านสื่อสังคมออนไลน์





ขั้นตอนการทำงาน Poll Talk Exclusive



ความร่วมมือภายใน & ภายนอก



1. ด้านการจัดประชุมกลุ่ม

- สวนดุสิตโพล
- กองประชาสัมพันธ์
- สำนักวิทยบริการฯ
- คณะครุศาสตร์
- คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
- คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
- คณะวิทยาการจัดการ
- โรงเรียนการเรือน
- สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์
- มูลนิธิศรีชมพาบบาลประเทศไทย – กัมพูชา
- มหาวิทยาลัยมหิดล

3. ด้านการจัดทำเล่ม Poll Talk Exclusive Ep.1

- สวนดุสิตโพล
- คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
- ศูนย์บริการสื่อและสิ่งพิมพ์กราฟิกดีไซน์ท์
- คณะครุศาสตร์
- สถาบันวิจัยและพัฒนา

2. ด้านการสร้างการมีส่วนร่วม “การสื่อสารของครอบครัว” ผ่านสื่อสังคมออนไลน์

- คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
- คณะวิทยาการจัดการ
- โรงเรียนการท่องเที่ยวและการบริการ
- โรงเรียนการเรือน
- โรงเรียนสาธิตละอออุทิศ

4. ด้านการจัดทำรายการ Poll Talk Exclusive Ep.1

- สวนดุสิตโพล
- กองประชาสัมพันธ์
- สำนักวิทยบริการฯ
- คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์



ผู้เข้าร่วมการประชุมกลุ่ม

เรื่อง “การสื่อสารในครอบครัว”

วันจันทร์ ที่ 4 เมษายน 2565 เวลา 9.30-12.00 น.

ณ ห้อง 203 อาคาร ดร.ศิโรจน์ พลพันธ์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



1. รองศาสตราจารย์ ดร.วัชรพล วิบูลยศรีน
รองผู้อำนวยการฝ่ายสื่อสารองค์กรและบริการวิชาการ
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย ม.มหิดล
2. ซิสเตอร์ จันธนา จันทร
ผู้ติดตามประเมินงานโครงการ และ
นักจิตวิทยามูลนิธิคณะศรีชุมพาบาล ประเทศไทย-
กัมพูชา
3. คุณขวัญเนตร สุขใจ
รักษาการหัวหน้าสำนักวิชาการและวิเทศสัมพันธ์
สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์
4. คุณปาริณ เจียมจิตต์ตรง
นักเขียน และ content creator
5. คุณนวลปณิต ณัฐ เขียนภักดี
นักแสดงอิสระ / ผู้กำกับละครเวที
6. รองศาสตราจารย์ ดร.เทียน ทองแก้ว
ที่ปรึกษาอธิการบดี ม.สวนดุสิต
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิณัฐ สกุลหอม
คณบดีคณะครุศาสตร์ ม.สวนดุสิต
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฐิตินาถ สุกนเขตร์
คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ม.สวนดุสิต
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิศารัตน์ อิศระมโนรส
รองคณบดีคณะครุศาสตร์ ม.สวนดุสิต
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศศิพร ต่ายคำ
อาจารย์สาขาวิชานิติศาสตร์ คณะวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ดำเนินรายการโดย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภศิริ บุญประเวศ
ประธานหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาภาษาและการสื่อสาร
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ม.สวนดุสิต



มุมมองนักวิชาการ ต่อ การทำงานของ Poll Talk Exclusive EP.1



รศ.ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

ประธานหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ ม.สุโขทัยธรรมาธิราช



Assoc. Prof. Dr. Watcharapol Wiboolyasarin
Deputy Director
for Corporate Communications and Academic
Services
Mahidol University

การทำโพลก็คือการวิจัยเชิงปริมาณประเภทหนึ่ง โดยปกติที่ผ่านมาผลโพลก็จะเป็นเพียงการนำเสนอผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณออกมาเป็นตัวเลข เป็นตาราง มีการเปรียบเทียบตัวแปรต่างๆ บ้างเล็กน้อย ซึ่งทำให้ผู้อ่านทราบผลแบบตรงไปตรงมาปราศจากสีสันทหรือข้อมูลอื่นสนับสนุน จากตัวอย่างและโมเดลการทำ Poll Talk Exclusive ที่นำเสนอมา แสดงให้เห็นถึงการนำข้อมูลเชิงคุณภาพมาใช้ประกอบการนำเสนอผลโพล ทำให้เกิดเนื้อหา มุมมอง และสีสันทที่หลากหลายของโพล และเมื่อทำโพลในเรื่องใด หากเป็นไปได้การนำเสนอเนื้อหาเชิงคุณภาพในหลากหลายแง่มุมแบบ 360 องศาประกอบก็จะทำให้โพลนั้นมีความน่าสนใจและมีเสน่ห์ยิ่งขึ้น

“When many individuals consider conducting a poll, they envision simply creating a question and emailing it to respondents. It is a straightforward quantitative procedure. Sun Dusit Poll, on the other hand, is diametrically opposed to popular view. It begins with the management of qualitative data gathered throughout the documentation process in order to generate questions for focus groups with different and pertinent informants about the specified topic. The study’s findings were then examined to extract the survey’s question items. It is definitely a new layer in the polling process, backed up by the research method. This increases the reliability and accuracy of the Sun Dusit Poll’s results.”



ผศ.ดร.ศุภศิริ บุญประเวช

ประธานหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาภาษาและการสื่อสาร
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

การสื่อสารของครอบครัวมีหลายมิติขึ้นอยู่กับจำนวนของสมาชิกในครอบครัว การเรียนรู้การสื่อสารระหว่างกัน การเปิดใจ และพร้อมที่จะรับฟังกันและกันอย่างแท้จริง ไม่ว่าจะคำพูดนั้นจะมาจากใครก็ตามในครอบครัว หรือไม่ว่าเรื่องนั้นจะเป็นเรื่องที่ถูกต้องหรือเรื่องที่ผิด จะช่วยทำให้บรรยากาศของการสื่อสารในครอบครัวดีขึ้น ดังนั้นถ้าต้องการให้ครอบครัวสื่อสารกันทุกเรื่อง สมาชิกในครอบครัวต้องเข้าใจ ยอมรับ และพร้อมที่จะเป็นพื้นที่ปลอดภัย เพื่อสร้างความสบายใจให้กันและกัน

Asst. Prof. Dr. Supasiri Boonprawes

Chairperson of the Bachelor of
Arts Program Department of Language
and Communication
Faculty of Humanities and
Social Sciences, Suan Dusit University

Family communication is multifaceted depending on the number of family members. Learning to speak with one another, being receptive and willing to actually listen to each other, regardless of whether the words are from anyone in the family or whether the subject is right or wrong. It will contribute to the improvement of the family communication atmosphere. Therefore, if you want your family to speak about anything, family members must understand, embrace, and be willing to act as a safe space for one another.

博士，助理教授
川登喜大学人文与社
会学院 语言与交流专业主任

家庭沟通的维度是多样的，取决于家庭成员的数量。也需要相互学习，相互沟通，打开心扉，时刻准备倾听彼此的心声。无论是哪位家庭成员发出的声音也不管事情的对错，只要沟通就能让家庭氛围好起来所以如果需要让每件事情都能沟通家庭成员就要彼此理解、相互接受并准备好作为他人舒适的港湾。



**Youtube
Poll talk Exclusive
Ep.1**

