

ผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อปฏิกิริยาตอบสนองการดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม

นาย วณัฏ ประทักษ์วิริยะ 5437471938
นางสาว ศิรินทร์ทิพย์ เตยหอม 5437483437
นางสาว สุทัตตา กล่อมจิตต์ 5437493738

โครงการทางจิตวิทยาเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2557

THE EFFECT OF SELF-AFFIRMATION
ON RESPONSES TO HUMILIATION BY INGROUP AND OUTGROUP

Mr.Wanut Pratakviriya 5437471938

Ms.Sirintip Toeythom 5437483438

Ms.Suthatta Klomchit 5437493738

A Senior Project in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Bachelor of Science in Psychology
Faculty of Psychology
Chulalongkorn University
Academic Year 2014

หัวข้อโครงการทางจิตวิทยา

ผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อปฏิกิริยาตอบสนองการดู
ถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม (THE EFFECT OF SELF-
AFFIRMATION ON RESPONSES TO HUMILIATION BY
INGROUP AND OUTGROUP)

โดย

นาย วัฒน ประทักษ์วิริยะ

นางสาว ศรินทร์ทิพย์ เตยหอม

นางสาว สุทัตตา กล่อมจิตต์

สาขาวิชา

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก อ.ดร. ทิพย์นภา หวนสุริยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา

(.....)

คณะกรรมการสอบโครงการทางจิตวิทยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก

(.....)

.....กรรมการ

(.....)

.....กรรมการ

(.....)

วณัต ประทักษ์วิริยะ, ศิริจันทร์ทิพย์ เตยหอม, สุทัตตา กล่อมจิตต์: ผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อ
ปฏิกิริยาตอบสนองการดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม. (THE EFFECT OF SELF-AFFIRMATION
ON RESPONSES TO HUMILIATION BY INGROUP AND OUTGROUP) อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์
ดร. ทิพย์นภา หวนสุริยา, 50 หน้า.

วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เพื่อศึกษาผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อความโกรธ อารมณ์
และการแก้แค้นเมื่อถูกดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างคือนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัยภาคปกติ ที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 100 คน ใช้การวิจัยแบบการทดลอง (Experiment) โดยมีตัว
แปรต้น 2 ตัว ได้แก่ วิธีตอบสนองต่อความโกรธ (การยืนยันคุณค่าในตนเอง และการคิดหมกมุ่นในความโกรธ)
และสถานะของหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลอง (นิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยเดียวกัน และนิสิต นักศึกษาต่าง
มหาวิทยาลัย) กลุ่มตัวอย่างถูกแบ่งเข้าสู่เงื่อนไขการทดลอง 4 เงื่อนไข ด้วยการสุ่มแบบจัดบล็อก (Block
randomization) ได้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 25 คน

ผู้ร่วมการทดลองในแต่ละเงื่อนไขต้องกรอกแบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ และถูกดูถูกด้วยข้อความทาง
ลบที่เขียนโดยหน้าม้าเพื่อกระตุ้นให้เกิดความโกรธ แล้วให้ผู้ร่วมการทดลองประเมินความโกรธและอารมณ์ของ
ตนเอง หลังจากนั้นผู้ร่วมการทดลองได้รับคำสั่งให้เข้าสู่เงื่อนไขวิธีตอบสนองต่อความโกรธ แล้วจึงประเมิน
แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้า และประเมินความโกรธและอารมณ์อีกครั้งหนึ่ง

ผลการทดลองพบว่าวิธีตอบสนองต่อความโกรธไม่ส่งอิทธิพลต่อคะแนนความโกรธ แต่ส่งอิทธิพลหลักต่อ
คะแนนอารมณ์และคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหรือคะแนนการแก้แค้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ในขณะที่สถานะของหน้าม้าไม่ส่งอิทธิพลใดๆ ต่อทุกตัวแปรตาม ในกรณีที่หน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองเป็นคน
ในกลุ่ม แต่พบว่าวิธีตอบสนองต่อความโกรธกับสถานะของหน้าม้ามีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อตัวแปรตามทั้งสาม
กล่าวคือ ผู้ร่วมการทดลองที่ได้ยืนยันคุณค่าในตนเองมีความโกรธน้อยกว่า มีอารมณ์ดีกว่า และมีพฤติกรรมแก้
แค้นน้อยกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนกรณีที่หน้าม้าที่ถูก
เป็นคนนอกกลุ่ม ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขยืนยันคุณค่าในตนเองกับเงื่อนไขหมกมุ่นในความโกรธ มีคะแนน
ความโกรธ อารมณ์ และการแก้แค้นไม่ต่างกัน

สาขาวิชา.....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ปีการศึกษา.....2557.....ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก.....

5437471938, 5437483437, 5437493738: MAJOR PSYCHOLOGY

WANUT PRATAKVIRIYA, SIRINTIP TOEYHOM, SUTHATTA KLOMCHIT: THE EFFECT OF SELF-AFFIRMATION ON RESPONSES TO HUMILIATION BY INGROUP AND OUTGROUP. ADVISOR: DR.THIPNAPA HUANSURIYA, 50 pp.

The purpose of this study was to examine the effect of self-affirmation on anger, emotion, and revenge after being humiliated by ingroup and outgroup. Subjects were 100 undergraduate students of Chulalongkorn University, age over 18. The Experiment was used in this study by using 2 independent variables which are Anger Responses (Self-Affirmation and Anger Rumination) and the status of the claque that humiliated the subjects (Ingroup and Outgroup). The subjects were divided into 4 groups by using Block Randomization; 25 on each group.

Subjects in each conditions needed to briefly registrated their biography and be humiliated by negative feedbacks that were responded by the claque in order to make the subjects angry. Then the subjects have to evaluate Anger and Emotion scale. After that subject were ordered to be in Anger Response condition. Subjects have to evaluate the biography of the claques and evaluate Anger and Emotion scale again, respectively.

The results shown that the response to anger hasn't affected the Anger score, but mainly affected to Emotion score and reply score to the feedbacks or revenge score that is statistically significant. Meanwhile, the status of the claques hasn't affected any of the dependent variables. It was found that Anger Response and the status of the claques relatively affected to all the dependent variables. In case that the claques that humiliated the subjects are ingroup, the subjects that were Self-Affirmed have a lower level in anger, have better emotion, and lesser in revenge action than those subjects in Anger Rumination condition statistically significant. In case of the claques that humiliated the subjects were outgroup, subjects in both condition weren't different in Anger, Emotion, and Revenge score.

Field of Study : Psychology Student's Signature

.....

Academic Year: 2014 Student's Signature

Student's Signature

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

อาจารย์ ดร. ทิพย์นภา หวนสุริยา อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยา กับประโยคที่บอกว่า “งานวิจัยคุณจะทำอะไรให้สังคม” ซึ่งเป็นการจุดประกายความคิดให้กับผู้วิจัยในการสร้างโครงการขึ้นนี้ขึ้น อีกทั้งยังให้ความช่วยเหลือทั้งคำแนะนำ การสอนสั่ง โดยไม่เหน็ดเหนื่อย ให้ผู้วิจัยได้กระจ่างชัดในทุกขั้นตอนของการทำโครงการทางจิตวิทยาขึ้นนี้

อาจารย์ศักดิ์พัฒน์ งามเอก กับคำแนะนำในการวิเคราะห์ผลการทดลอง และให้ความรู้ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัยด้วยการวิเคราะห์ทางสถิติ

คุณโกศล สังข์ดิษฐ์ กับการอำนวยความสะดวกในการเตรียมห้องและใช้ห้องทดลองในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างงานวิจัย

คุณชุติมา หงสะมัต กับการอำนวยความสะดวกเรื่อง การยื่นโครงร่างงานทางจิตวิทยา ตลอดจนตัวอย่างการจัดทำเล่มวิทยานิพนธ์

คุณณัฐกร วงศ์จันทร์ และคุณสมชาติ สกุดคู สำหรับการเอื้อเฟื้อข้อมูลและเอกสารสำหรับการยื่นเอกสารโครงร่างงานวิจัยให้คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

เพื่อนๆ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กับการช่วยเหลือ ความมีน้ำใจ การแบ่งปัน มาตลอดระยะเวลาในการทำโครงการทางจิตวิทยา

นาย วรุต ประทักษ์วิริยะ
นางสาวศรินทร์ทิพย์ เตยหอม
นางสาวสุทัตตา กล่อมจิตต์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง	ฌ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
แนวคิดและทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	3
วัตถุประสงค์ของงานวิจัย	9
สมมติฐานงานวิจัย	9
ขอบเขตของการวิจัย	12
คำจำกัดความที่ใช้การวิจัย	12
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	13
บทที่ 2 วิธีการดำเนินการวิจัย	14
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	14
การออกแบบงานวิจัย	14
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	15
วิธีดำเนินการวิจัย	17
การวิเคราะห์ข้อมูล	19
บทที่ 3 ผลการทดลอง	21
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย	43
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	50
รายการอ้างอิง	54
ภาคผนวก	57

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละเงื่อนไข	21
2. แสดงอายุของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมงานวิจัย	22
3. แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความโกรธในเงื่อนไข การยืนยันคุณค่าในตนเอง และการหมกมุ่นในความโกรธเมื่อถูกดูถูกจากคนในกลุ่ม และคนนอกกลุ่ม	24
4. ผลการทดสอบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสมเพื่อทดสอบอิทธิพล ของการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธที่มีต่อคะแนนความโกรธ หลังจากถูกดูถูกจากคนในกลุ่มและนอกกลุ่ม	26
5. แสดงความแตกต่างระหว่างคะแนนความโกรธที่วัดก่อนกับหลังการทดลองในแต่ละระดับ ของตัวแปรต้นทั้งสองตัว	27
6. แสดงอิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธที่มีต่อ คะแนนความโกรธ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	28
7. แสดงอิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้า ที่มีต่อคะแนนความโกรธ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	29
8. แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนระดับสีหน้าในเงื่อนไข การยืนยันคุณค่าในตนเอง และการหมกมุ่นในความโกรธเมื่อถูกดูถูกจากคนในกลุ่ม และคนนอกกลุ่ม	31
9. ผลการทดสอบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสมเพื่อทดสอบอิทธิพล ของการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธในด้านอารมณ์ หลังจากถูกดูถูกจากคนในกลุ่มและนอกกลุ่ม	33
10. แสดงความแตกต่างระหว่างคะแนนอารมณ์ที่วัดก่อนกับหลังการทดลองในแต่ละระดับ ของตัวแปรต้นทั้งสองตัว	34
11. แสดงอิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธที่มีต่อคะแนนอารมณ์ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	35
12. แสดงอิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้า ที่มีต่อคะแนนอารมณ์ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	36

ตารางที่

หน้า

13. แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับผลป้อนกลับ ของผู้ร่วมการทดลองในแง่ของไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและ การหมกมุ่นในความโกรธเมื่อถูกดูถูกจากคนในกลุ่ม และคนนอกกลุ่ม	38
14. ผลการทดสอบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางเพื่อทดสอบอิทธิพล ของการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธ ที่มีต่อคะแนนการประเมินกลับหลังจากถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม	40
15. อิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธที่มีต่อคะแนนผลป้อนกลับ ของผู้ร่วมการทดลองในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	41
16. อิทธิพลหลักของสถานะของผู้ที่ทำให้โกรธที่มีต่อคะแนนผลป้อนกลับ ของผู้ร่วมการทดลองในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ	42

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

ปัญหาความขัดแย้งเป็นสิ่งที่ทุกสังคมหลีกเลี่ยงไปไม่ได้ トラาบใดที่ผู้คนยังคงใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันย่อมเกิดปัญหาความขัดแย้งที่มาจากกรกระทบกระทั่งระหว่างกัน ไม่ว่าจะเป็นในระดับบุคคลหรือระดับกลุ่ม เช่น คณะ จังหวัด ประเทศ ซึ่งถ้าไม่มีการจัดการความขัดแย้งนี้ให้ดี ความขัดแย้งจะนำผู้คนไปสู่ความโกรธแค้น และมักจะนำมาซึ่งการแก้แค้นไปมาระหว่างกันที่ไม่มีวันจบสิ้น จนกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะยอมแพ้หรือพ่ายแพ้ไป ดังนั้นบุคคลหรือกลุ่มจึงควรรู้ความสำคัญกับวิธีการจัดการความโกรธเพื่อป้องกันไม่ให้ความขัดแย้งลุกลามจนกลายเป็นผลร้ายที่ขยายตัวและส่งผลกระทบต่อสังคม

การถูกข่มขู่และศักดิ์ศรีเป็นหนึ่งในหลาย ๆ ที่มาซึ่งก่อให้เกิดความโกรธ เมื่อถูกดูถูกหรือเหยียดหยาม บุคคลมีแนวโน้มจะรู้สึกดีกับตนเองลดลง เช่น วิตกกังวลเกี่ยวกับตนเอง ไม่มั่นใจในคุณค่าของตนเอง และสูญเสียความมั่นใจหลังจากถูกดูถูกในเรื่องที่กระทบต่อคุณค่าของตนเอง (Kosic, Mannetti & Livi, 2014) โดยเฉพาะในกรณีที่ถูกดูถูกจากบุคคลอื่นที่มีเจตนาจะสร้างความขัดแย้งระหว่างกัน มักจะมีความโกรธแค้นเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เนื่องจากไม่พอใจและมีแนวโน้มที่จะปกป้องคุณค่าในตนเองที่บุคคลอื่นดูถูก เหยียดหยาม หรือคุกคามตัวตน ซึ่งความโกรธแค้นหลังถูกลดคุณค่าในตนเองอาจเหนี่ยวนำให้เกิดความต้องการที่จะระบายออกด้วยการแก้แค้นรูปแบบต่างๆ ทั้งการลดคุณค่าในตัวบุคคลอื่นโดยการดูถูกบุคคลอื่นกลับ หรือแม้แต่การทำร้ายร่างกายบุคคลนั้น ดังจะสามารถเห็นได้ในข่าวประจำวัน เช่น ข่าวการฆ่าได้หยามไม่ได้ ซึ่งเป็นการทะเลาะวิวาทระหว่างรุ่นพี่และรุ่นน้อง มีสาเหตุมาจากรุ่นน้องถูกรุ่นพี่ตบหัวตอหน้าเพื่อน ๆ ทำให้รุ่นน้องเกิดความโมโหจึงใช้มีดพกแทงเข้าที่หน้าอก ส่งผลให้รุ่นพี่เสียชีวิตในเวลาต่อมา หลังจากรุ่นน้องถูกจับได้ให้การรับสารภาพว่าทำไปเพราะแค้นที่ผู้ตายข่มเหงด้วยการตบหัว ทำให้รู้สึกเสียหน้าและอับอาย จึงลงมือไปด้วยความโมโห (ไทยรัฐออนไลน์, 14 เมษายน 2558)

นอกจากนี้ยังมีอีกหลายปัจจัยที่มีผลต่อระดับความรุนแรงของอารมณ์ โดยเฉพาะเมื่อบุคคลมีความแตกต่างของกลุ่ม ซึ่งหากผู้ที่เป็นต้นเหตุของอารมณ์โกรธเป็นสมาชิกต่างกลุ่ม (โรงเรียน, มหาวิทยาลัย เป็นต้น) ก็อาจทำให้ความโกรธที่เกิดขึ้นมีระดับสูงกว่าเมื่อต้นเหตุเป็นบุคคลในกลุ่มเดียวกัน ยิ่งไปกว่านั้นอาจก่อให้เกิดความขัดแย้งระหว่างกลุ่ม (Intergroup Biases) มากขึ้นได้ ทำให้ผลเสียของความขัดแย้งขยายใหญ่ขึ้นอีกและส่งผลกระทบต่อสังคมส่วนรวม เช่น ปัญหาความขัดแย้งระหว่างกลุ่มนักศึกษาต่างสถาบัน ซึ่งในบางกรณีก็มีปัญหาความขัดแย้งกันมายาวนานกว่า 80 ปี มาจนถึงปัจจุบัน และทวีความรุนแรงมากขึ้น ด้วยอาวุธในการต่อสู้ที่อันตราย และสถานที่ตั้งของสถาบันที่อยู่ในใจกลางเมือง ก่อให้เกิดผลกระทบทั้งต่อร่างกายและทรัพย์สินของบุคคลทั่วไปที่ไม่ได้เป็นสมาชิกในกลุ่มทั้งสอง กลายเป็นปัญหาของสังคม เช่น ข่าวการวิ่งไล่ฟันกันของนักศึกษาจากสถาบันแห่งหนึ่งบริเวณห้างมาบุญ

ครอง จากนั้นนำไปสู่การยิงต่อสู้กันทำให้มีผู้บาดเจ็บหลายราย และเมื่อสอบสวนพบว่าสาเหตุอาจเกิดจากการที่นักศึกษาจากสถาบันคู่อริแอบเข้าไปพ่นสีสเปรย์บนกำแพงของสถาบันของตนในเชิงเหยียดหยามเกียรติสถาบัน เป็นเหตุให้เกิดความโกรธและตามล้างแค้นดังกล่าว (ผู้จัดการออนไลน์, 28 มีนาคม 2555)

เหตุการณ์ทะเลาะวิวาทของวัยรุ่นจากต้นเหตุเรื่องการหยามศักดิ์ศรีกัน จนนำไปสู่การทำร้ายร่างกายหรือฆ่าคู่อริ ซึ่งกระตุ้นให้เกิดการแก้แค้นของคู่อริในภายหลังเช่นนี้ เป็นข่าวที่พบเห็นได้เป็นประจำ และเมื่อเกิดเหตุการณ์ดังกล่าวก็มักจะมี ความเสียหายถึงชีวิตและทรัพย์สินของบุคคลรอบข้างด้วย จึงถือเป็นปัญหาสังคมที่ควรได้รับการแก้ไข แต่การห้ามไม่ให้บุคคลอื่นมาดูถูกหรือเหยียดหยามให้เกิดความขัดแย้งกันนั้นเป็นเรื่องยาก เพราะเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของผู้อื่นซึ่งบุคคลไม่สามารถควบคุมได้ ดังนั้น เพื่อป้องกันผลเสียจากความขัดแย้งนี้ บุคคลจึงควรมีการจัดการอารมณ์ของตนเองเพื่อให้สามารถควบคุมความโกรธ และเลือกใช้วิธีทางบวกในการจัดการกับความโกรธได้ โดยผู้วิจัยเชื่อว่า หากช่วยให้ผู้คนในสังคม โดยเฉพาะวัยรุ่น สามารถจัดการกับอารมณ์โกรธที่เกิดขึ้นจากการถูกดูถูกได้ ก็จะช่วยลด หรือตัดวงจรเหตุการณ์ความรุนแรงที่อาจจะเกิดขึ้นได้

งานวิจัยชิ้นนี้จึงต้องการหาวิธีลดความโกรธและความต้องการแก้แค้นลง โดยในงานวิจัยนี้ ความโกรธจะมาจากการถูกดูถูกเหยียดหยามโดยนิสิตนักศึกษาต่างสถาบันหรือสถาบันเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง เพื่อให้การรับรู้คุณค่าในตนเองของผู้ร่วมการทดลองถูกกระทบกระเทือน ทำให้รู้สึกโกรธ และมีความต้องการจะแก้แค้น จากนั้นจึงเห็นยวนำให้ผู้ร่วมการทดลองกลุ่มหนึ่งได้ยืนยันคุณค่าในตนเอง ซึ่งเปิดโอกาสให้เรียกการรับรู้คุณค่าในตนเองกลับคืนมา ในขณะที่ให้อีกกลุ่มหนึ่งคิดหมกมุ่นเวียนอยู่กับเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกโกรธ แล้วให้บุคคลทั้งสองกลุ่มมีโอกาสได้ตอบโต้หน้ามั่ว ผู้วิจัยเชื่อว่า ในกรณีที่ผู้ดูถูกเป็นคนนอกกลุ่ม ผู้ร่วมการทดลองน่าจะมีอารมณ์โกรธและการตอบโต้ด้วยการดูถูกกลับน้อยกว่ากรณีที่ผู้ดูถูกคือคนนอกกลุ่ม เนื่องจากมองว่าคนในกลุ่มเป็นสมาชิกกลุ่มเดียวกัน จึงต้องการจะรักษาความสัมพันธ์อันดีภายในกลุ่มเอาไว้และเพราะการดูถูกจากคนต่างกลุ่มคือการดูถูกทั้งตัวผู้ร่วมการทดลองเองและกลุ่มของผู้ร่วมการทดลองด้วย นอกจากนี้ กลุ่มที่ได้ยืนยันคุณค่าในตนเองน่าจะตอบโต้ด้วยการดูถูกกลับน้อยกว่ากลุ่มที่ใช้การคิดหมกมุ่นในความโกรธ โดยเฉพาะเมื่อผู้ที่ทำให้โกรธเป็นคนในกลุ่ม

คณะผู้วิจัยเห็นว่างานวิจัยนี้จะช่วยให้เห็นแนวทางในการจัดการอารมณ์ให้ถูกวิธี เพื่อลดความโกรธและความขัดแย้งได้ ซึ่งอาจยับยั้งการแก้แค้นระหว่างบุคคลที่ไม่จบสิ้นได้ ที่สำคัญคือสามารถป้องกันสังคมจากปัญหาความขัดแย้งบานปลาย นอกจากนี้ การจัดการอารมณ์โกรธให้เปลี่ยนไปเป็นอารมณ์ทางบวกในยามที่เกิดความขัดแย้ง จะส่งผลดีในระยะยาวกับตัวบุคคลเอง ทำให้บุคคลเป็นคนที่มีความสามารถทางบวก นำคบหาและพัฒนาความสัมพันธ์ด้วยต่อไป

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

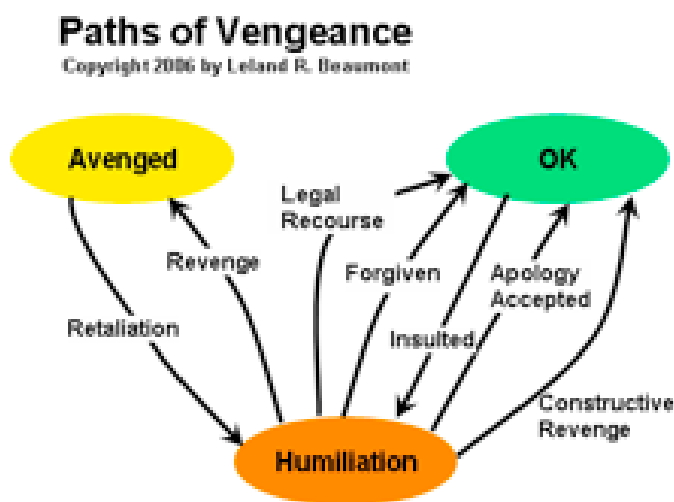
ความโกรธ(Anger) และการจัดการความโกรธ

ความโกรธ (Anger) นั้นเป็นส่วนหนึ่งของมนุษย์มาช้านาน เป็นสิ่งที่ปรากฏอย่างเป็นสากลตั้งแต่วัยเด็ก ที่สำคัญคือสามารถพบได้ในทุกวัฒนธรรมทั่วโลก และเกิดได้จากหลายสาเหตุทั้งภายนอก เช่น ความขัดแย้งต่างๆ ทะเลาะกับเพื่อนร่วมงาน และภายใน เช่น ไม่พอใจสุขภาพของตนเอง หรือเป็นโรคเครียด (Sell และคณะ, 2009) ความโกรธที่เกิดขึ้นสามารถส่งผลกระทบต่อผู้อื่นได้หลายทาง ซึ่งทฤษฎีการรักษาความสมดุลของสวัสดิภาพ (Welfare Tradeoff Ratio ,WTR -- Tooby & Cosmides, 2008) สามารถนำมาใช้อธิบายได้ โดยในสังคมหนึ่ง ทุกการกระทำของบุคคลมักส่งผลกระทบต่อบุคคลอื่นโดยรอบเสมอ และเมื่อการกระทำของบุคคลส่งผลให้สวัสดิภาพ(welfare) ของผู้อื่นลดลง เมื่อนั้นบุคคลที่สูญเสียสวัสดิภาพจะต้องแสวงหาวิธีที่จะเพิ่มสวัสดิภาพของตนเองให้กลับมาสมดุลหรือเท่าเดิม เปรียบได้กับความโกรธที่เข้ามาลดอารมณ์ทางบวกทำให้บุคคลจะต้องแสวงหาวิธีที่จะเพิ่มอารมณ์ทางบวกเพื่อให้กลับสู่สภาวะปกติ เมื่อบุคคลถูกครอบงำด้วยความโกรธ หนึ่งในวิธีที่จะช่วยให้อารมณ์ทางบวกกลับมาคือ การแก้แค้น (revenge) ด้วยวิธีการทางลบต่างๆ เช่น เมื่อถูกดูถูกมาก็ดูถูกกลับคืนไป โดยบุคคลที่ทำการแก้แค้นจะรู้สึกว่ามีผู้ที่ถูกแก้แค้นสาสมแล้วกับสิ่งที่เคยกระทำ แต่ว่าการแก้แค้นมีผลระยะยาวในเชิงลบทั้งฝ่ายผู้กระทำและผู้ถูกกระทำและยังเป็นการเพิ่มความขัดแย้งมากกว่าเดิม (Folger & Skarlicki, 1998)

ภาพที่ 1 แผนภาพของ Beaumont (2006) เสนอว่าเมื่อบุคคลถูกคุกคาม (Humiliation) ไม่ว่าจะโดยการทำให้เสื่อมเสียหรืออับอาย บุคคลก็มีทางเลือกที่จะตอบโต้กลับ ซึ่งทางเลือกนั้นนำไปสู่ผลลัพธ์ได้สองแบบคือการแก้แค้น (Avenged) หรือกลับสู่สภาวะอารมณ์ปกติ (Ok) โดยหากเลือกการแก้แค้น บุคคลจะตอบโต้กลับโดยการเอาคืน (Revenge) ซึ่งอาจส่งผลให้มีการเอาคืนกลับอีกครั้ง (Retaliation) จนกลายเป็นวงจรของการต่อสู้กันไปมาระหว่างผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ หรือหากบุคคลเลือกการกลับสู่สภาวะปกติ การแสดงออกก็สามารถมีได้หลายทางเช่น เลือกที่จะแสดงคำขอโทษสำหรับผู้กระทำ (Apology) และการให้อภัยสำหรับผู้ถูกกระทำ (Forgiven) นอกจากนี้การจัดการอย่างยุติธรรม(Legal Recourse) หรือการเอาคืนอย่างสร้างสรรค์ (Constructive Revenge) เช่น การเพิ่มคุณค่าให้ตนเองเพื่อเอาชนะฝ่ายตรงข้าม ก็สามารถหยุดวงจรการแก้แค้นได้เช่นกัน แต่หากว่าผู้ถูกกระทำมีการตอบโต้โดยแสดงการดูถูก หรือประชดประชัน (Insulted) ก็สามารถทำให้สภาวะปกติกลับสู่การคุกคามใหม่ได้อีกครั้ง

ภาพที่ 1

ภาพแสดงการจัดการกับความโกรธ



ดังนั้นจะเห็นได้ว่า บุคคลมีทางเลือกที่จะจัดการกับอารมณ์โกรธที่เกิดขึ้นและตอบสนองต่างกัน ออกไปเช่น การเบี่ยงเบนความสนใจของตนเองที่มีต่อสิ่งกระตุ้นนั้น (Distraction) การให้อภัย (Forgiveness) การจมอยู่กับความคิดที่มีต่อสิ่งกระตุ้นนั้น (Anger rumination) หรือการยืนยันในคุณค่าของตนเอง (Self-Affirmation) และมีอีกหลายวิธีที่จะสามารถจัดการกับอารมณ์โกรธของตนเองได้ (Exline และ Zell, 2009) อย่างไรก็ตาม หลังจากที่ได้ศึกษางานวิจัยในอดีตทำให้ผู้วิจัยสนใจการศึกษาการตอบสนองต่อความโกรธโดยการยืนยันคุณค่าในตนเองและการตอบสนองโดยการหมกมุ่นในความโกรธ เพื่อทดสอบว่าวิธีการใดเป็นวิธีการที่เหมาะสมในการลดความโกรธได้ดีที่สุด

การยืนยันคุณค่าในตนเอง (Self-Affirmation) จากทฤษฎี Self-Affirmation Theory (Aronson et al., 1999; Sherman & Cohen, 2002; Steele, 1988) คือการที่บุคคลมีแรงจูงใจที่จะคงศักดิ์ศรีในตนเอง (self-integrity) เพื่อการรับรู้ตนเองว่าดี มีคุณค่า และสามารถควบคุมได้เมื่อบุคคลถูกคุกคามตัวตน (Self) ไม่ว่าจะใช้กระบวนการทางความคิดซึ่งอาจทำให้เกิดอคติ (Bias) ว่าตนเองดี หรือกระบวนการพฤติกรรม เช่น การเขียนบันทึกสิ่งที่ภาคภูมิใจ เพื่อลดความเครียดที่เกิดขึ้นและเรียกได้ว่าเป็นกลไกการป้องกันตัวอย่างหนึ่ง

ในทางตรงข้ามกัน บางคนอาจเลือกตอบสนองต่อความโกรธด้วยวิธีการทางลบ เช่นการคิดหมกมุ่นอยู่กับอารมณ์โกรธนั้นหรือ (Anger Rumination) โดย Ray, Wilhelm, และ Gross ได้ให้คำนิยามไว้ในปี 2008 ว่าหมายถึงการคิดพิจารณาอยู่กับตนเองเกี่ยวกับอารมณ์เศร้าหรือโกรธ (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991) โดยการคิดลักษณะนี้มีความเกี่ยวข้องกับผลลัพธ์ทางลบมากมาย การคิดพิจารณาอยู่กับตนเองเกี่ยวกับอารมณ์เศร้าหรือโกรธนั้นมีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ทางลบซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ทางสรีระวิทยา

ซึ่งรวมถึงการเพิ่มขึ้นของระดับการตอบสนองของ Amygdala ต่อรูปภาพเชิงลบ และคำพูดเชิงลบ (Ray et al., 2005; Siegle, Steinhauer, Thase, Stenger, & Carter, 2002)

งานวิจัยที่น่าสนใจเกี่ยวกับการจัดการกับอารมณ์โกรธโดยมีผลงานวิจัยที่ค่อนข้างไปในทางเดียวกันคือ ความโกรธอาจนำไปสู่การแก้แค้นกลับของผู้ถูกรกระทำได้ เช่น ในงานวิจัยของ Exline และ Zell (2009) ได้มีกระตุ้นให้นักเรียนเกิดอารมณ์โกรธ จากนั้นจึงใช้มาตราวัด Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18) (McCullough, M.E., 2013) ซึ่งมีข้อกระทงแบ่งออกเป็น 3 ด้านได้แก่ ด้านแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยง (Avoidance Motivation) แรงจูงใจในการเอาคืน (Revenge Motivation) และด้านแรงจูงใจในการให้อภัย (Benevolence Motivation) ซึ่งผลการทดลองพบว่าความโกรธมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจในการเอาคืนและการหลีกเลี่ยงที่ 0.3 และ 0.35 ตามลำดับ แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับแรงจูงใจในการให้อภัยที่ 0.34 ดังนั้นจึงอนุมานได้ว่า เมื่อบุคคลมีความโกรธหรือถูกกระตุ้นให้โกรธจะมีแนวโน้มในการเอาคืนสูงแต่ในทางกลับกัน

เมื่อ Exline และคณะได้ศึกษาต่อถึงวิธีการในการจัดการกับอารมณ์โกรธโดยใช้ตัวแปรการยืนยันคุณค่าในตน (Self-Affirmation) การเห็นอกเห็นใจ (Empathy) และการให้อภัย (Forgiveness) โดยการขอให้นักเรียนนึกถึงเหตุการณ์ที่ถูกทำให้เจ็บปวด จากนั้นได้แบ่งผู้เข้าร่วมออกเป็น 4 เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขการให้คิดถึงเหตุการณ์ที่เจ็บปวดที่สุดโดยไม่จำเป็นว่าผู้ที่ทำร้ายนั้นจะต้องเป็นคนเดียวกับเหตุการณ์แรก (Similar offense) เงื่อนไขการให้คิดว่าตนเองเป็นผู้กระทำให้เกิดเหตุการณ์นั้นไม่ว่าเหตุผลที่ต้องทำร้ายมาจากภายในตัวนักเรียนเองหรือมาจากปัจจัยแวดล้อมก็ตาม ซึ่งการคิดเช่นนี้เป็นการคิดเพื่ออธิบายการกระทำนั้น (Perspective-taking) เงื่อนไขการให้คิดถึงสิ่งที่ทำให้ตนภาคภูมิใจ (Self-Affirmation) และเงื่อนไขควบคุม (Control) ได้แก่การให้นักเรียนคิดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในอาภิตยที่ผ่านมา เพื่อวัดความค่าเฉลี่ยในด้านอารมณ์ต่างๆ ได้แก่การมีอารมณ์ร่วมเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathic emotion) ด้านความรู้สึกละอายใจ (Shame) ด้านความเศร้า (Sadness) ด้านความโกรธ (Anger) ด้านอารมณ์บวก (Positive emotion) และด้านความเข้มแข็ง (Strength) โดยพบว่าในเงื่อนไขการให้คิดถึงสิ่งที่ภาคภูมิใจมีคะแนนเฉลี่ยในด้านความโกรธ ความเศร้า และความรู้สึกละอายใจต่ำที่สุดในทุกเงื่อนไข และยังมีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุดในด้านอารมณ์ทางบวกอีกด้วย

ดังนั้นการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเอง อย่างทันท่วงทีจะช่วยลดอารมณ์โกรธ อีกทั้งยังช่วยเพิ่มอารมณ์ทางบวกและความเข้มแข็งได้ดี งานวิจัยนี้จึงสามารถสนับสนุนสมมติฐานในการนำการยืนยันคุณค่าในตนเอง (Self-affirmation) มาใช้ลดความโกรธ และช่วยป้องกันการแก้แค้นจากผู้ถูกรกระทำได้

เมื่อศึกษาถึงการจัดการกับอารมณ์โกรธโดยใช้วิธีการในคิดหมกมุ่นอยู่กับความโกรธ (Anger Rumination) ในการทดลองของ Ray, Wilhelm, And Gross (2008) ให้ผู้ร่วมการทดลองนึกถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้กับผู้ร่วมการทดลองโดยเป็นเหตุการณ์ที่เกี่ยวกับความโกรธ จากนั้นในเงื่อนไขการหมกมุ่นในอารมณ์โกรธ (Anger Rumination) นั้น ผู้วิจัยได้ขอให้ผู้ร่วมการทดลองคิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ในมุมมองบุคคลที่ 1 (มุมมองของตนเอง) และให้พิจารณาถึงความรู้สึกของตน และในแง่ของการพิจารณาซ้ำในมุมมองอื่น (Reappraising) ผู้วิจัยได้ขอให้ผู้ร่วมการทดลองคิดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในมุมมองของผู้อื่น (มุมมองบุคคลที่ 3) และคิดว่าผู้อื่นนั้นจะรู้สึกอย่างไร ได้ผลพบว่าการระลึกถึงเหตุการณ์ที่โกรธและการให้ย้าความสนใจไปที่ความโกรธนั้นเป็นลักษณะของการคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้น (Rumination) จะคงไว้ซึ่งอารมณ์โกรธ แต่ในทางกลับกันการคิดพิจารณาในมุมมองบุคคลที่สาม (Reappraising) จะสามารถลดความโกรธลงได้

ดังนั้นการใช้การหมกมุ่นในความโกรธในการจัดการกับอารมณ์โกรธ นอกจากจะไม่สามารถลดอารมณ์โกรธลงได้แล้ว ยังคงระดับความโกรธเอาไว้ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นวิธีการจัดการที่ไม่เหมาะสมและอาจนำไปสู่การเพิ่มขึ้นของอารมณ์โกรธก็เป็นได้ ซึ่งจะศึกษาเพิ่มเติมในงานวิจัยชิ้นนี้

ผู้วิจัยจึงเชื่อว่าการตอบสนองต่อความโกรธด้วยการยืนยันคุณค่าในตนเอง (self-affirmation) น่าจะสามารถลดความโกรธได้ดีกว่าการใช้การคิดหมกมุ่น (Rumination) เพราะการยืนยันคุณค่าในตนเองช่วยเพิ่มอารมณ์ทางบวก แต่การคิดหมกมุ่นจะทำให้บุคคลคงอารมณ์ทางลบเอาไว้

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังต้องการศึกษาว่า การเกิดความโกรธและวิธีการตอบสนองต่อความโกรธจะมีผลแตกต่างกันหรือไม่หากคนที่เป็นสาเหตุให้โกรธนั้นเป็นในคนกลุ่มเดียวกันหรือคนต่างกลุ่ม สาเหตุของการเกิดอารมณ์โกรธก็มีความสำคัญ หากว่าสาเหตุต่างกันระดับความรุนแรงของอารมณ์โกรธก็จะมีผลแตกต่างกันตามไปด้วย ซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้สนใจสาเหตุของอารมณ์โกรธที่เกิดจากการถูกคุกคาม ดูถูกจากบุคคลที่มีสถานะกลุ่มแตกต่างกัน

อัตลักษณ์ทางสังคม(Social Identity) และการจัดประเภททางสังคม (social categorization)

อัตลักษณ์ทางสังคมหรือ Social identity เป็นส่วนหนึ่งของอัตลักษณ์ของบุคคลที่ได้รับจากการเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม Tajfel และ Turner (1979) ได้เสนอทฤษฎี อัตลักษณ์ทางสังคม (Social identity theory) ซึ่งกล่าวว่า กลุ่มที่บุคคลเป็นสมาชิกอยู่นั้นเป็นแหล่งที่มาที่สำคัญของความภาคภูมิใจตัวเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้นการที่จะเพิ่มภาพลักษณ์ของตนเอง ผู้คนจะสร้างสถานะของกลุ่มที่ตัวเองเป็นสมาชิกอยู่ให้ดีเหนือกลุ่มอื่นๆ เพื่อให้ตนเองรู้สึกภาคภูมิใจและเพิ่มคุณค่าของตนเองไปด้วย เช่น คนอังกฤษอาจพูดว่า “ประเทศอังกฤษเป็นประเทศที่ดีที่สุดในโลก” แสดงให้เห็นถึงการเพิ่มภาพลักษณ์ของกลุ่ม ซึ่งในประโยคนี้คือ คนอังกฤษ เป็นการจำแนกและเลือกใช้อคติที่มีต่อสมาชิกที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มตน และกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการประเมินบุคคลว่าเป็น “พวกเขา” หรือ “พวกเรา” จะเกิดขึ้นเป็นลำดับดังนี้

Social Categorization  Social Identification  Social Comparison

ขั้นแรก คือ การจัดประเภททางสังคม (Social Categorization) เพื่อให้เกิดความเข้าใจในเป้าหมายและสามารถระบุเป้าหมายได้ว่าอยู่ในกลุ่มใด ในกรณีที่บุคคลต้องการเข้าใจในสภาพแวดล้อมทางสังคม บุคคลจะจัดประเภทเป้าหมาย เช่น คนดำ คนขาว คนอังกฤษ คนอเมริกัน ชาวคริสต์ ชาวมุสลิม

ขั้นที่สอง คือ การระบุตัวตนทางสังคม (Social Identification) บุคคลจะปรับตัวเข้าสู่อัตลักษณ์หรือตัวตนของกลุ่ม โดยที่บุคคลจะจัดประเภทของตัวเองไว้ในกลุ่มที่บุคคลเป็นสมาชิกอยู่ เช่น บุคคลจัดประเภทตัวเองอยู่ในกลุ่มของนักเรียน ก็จะมีโอกาสที่บุคคลจะปรับตัวเข้าสู่อัตลักษณ์หรือตัวตนของกลุ่มนักเรียน และเริ่มทำพฤติกรรมในลักษณะที่บุคคลเชื่อว่าเป็นพฤติกรรมของนักเรียน และค่อยๆ ไปตามบรรทัดฐานของกลุ่ม ซึ่งมีนัยสำคัญทางอารมณ์เกี่ยวกับความเป็นเอกลักษณ์ของตัวบุคคลกับกลุ่ม และการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลจะมีผูกพันกับความเป็นสมาชิกกลุ่มด้วย

ขั้นที่สาม คือ การเปรียบเทียบทางสังคม (Social Comparison) เมื่อบุคคลได้จัดประเภทของเป้าหมายลงในกลุ่มและได้ระบุตัวตนแล้ว บุคคลมีแนวโน้มที่จะเปรียบเทียบกลุ่มตนกับกลุ่มอื่นๆ หากว่าการเห็นคุณค่าในตนเองใช้เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวความต้องการของกลุ่มในการเปรียบเทียบความชื่นชอบกับกลุ่มอื่น สิ่งนี้จะเป็นสิ่งสำคัญในการทำความเข้าใจอคติ เมื่อกลุ่มสองกลุ่มที่ระบุว่าเป็นคู่แข่งกัน กลุ่มทั้งสองจะถูกบังคับให้แข่งขันกัน เพื่อที่สมาชิกจะสามารถรักษาความเห็นคุณค่าในตนเองได้ การแข่งขันและความเกลียดชังระหว่างกลุ่มจึงไม่เพียงแต่ทำให้เกิดการแข่งขันเพื่อแย่งทรัพยากร แต่ยังเป็นผลมาจากการระบุการแข่งขันอีกด้วย

การระบุตัวตนทางสังคม (Social Identity) (Tajfel & Turner, 1986) ยังส่งผลให้เกิด ความต้องการพื้นฐานสำหรับการเห็นคุณค่าในตนเองในทางบวกจะทำให้เกิดความชอบความเป็นคนในกลุ่มเมื่อมากกว่าเมื่อเทียบกับความเป็นคนนอกกลุ่ม นอกจากนี้ทฤษฎีการจัดประเภทของตน (Self-categorization) (Turner et al., 1987) ได้เสนอว่า การให้คุณค่าของแต่ละบุคคลนั้นแตกต่างกันไปตามความเป็นคนในกลุ่มหรือคนนอกกลุ่ม และการจัดประเภทของตนเองนั้นมีแนวโน้มที่จะถูกประเมินในทางบวก ซึ่งสมาชิกที่เป็นบุคคลในกลุ่มจะได้รับการจัดสรรทรัพยากรที่มากขึ้น (e.g., Tajfel, 1970; Wilder, 1986) และมีแนวโน้มที่จะได้รับการช่วยเหลือ (Piliavin, Dovidio, Gaertner, & Clark, 1981) และมีความเชื่อว่าจะมีคุณลักษณะที่ดีมากขึ้นเมื่อเทียบกับสมาชิกนอกกลุ่ม (Brewer, 1979; Gaertner, Mann, Murreu, & Dovidio, 1989)

เมื่อบุคคลแบ่งกลุ่มในสังคมออกเป็น กลุ่มที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ (In group) และกลุ่มที่ตนเองไม่ได้เป็นสมาชิกอยู่ (Out group) บุคคลมีแนวโน้มจะมองว่าสมาชิกนอกกลุ่มมีความคล้ายคลึงกัน แต่มองว่าสมาชิกในกลุ่มมีความแตกต่างกันไป ที่สำคัญบุคคลจะมองว่ากลุ่มของตนเองดีกว่ากลุ่มอื่นและเกิดความลำเอียงระหว่างตัวบุคคลซึ่งเป็นสมาชิกในกลุ่มกับกลุ่มอื่นๆ ขึ้น (Intergroup Biases) ความลำเอียงนี้สามารถนำมาซึ่งความขัดแย้งระหว่างกลุ่ม และนำไปสู่ความโกรธแค้นได้ ทำให้เมื่อถูกคุกคามจากกลุ่มอื่น บุคคลอาจรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเองที่ได้ผูกมัดไว้กับกลุ่มของตน ทำให้อาจตกอยู่ในสภาวะที่ไม่น่าพึงพอใจ

และต้องการปกป้องกลุ่มของตนจนอาจเกิดอารมณ์โกรธร่วมด้วยซึ่งสภาวะโกรธนี้เองอาจเป็นสาเหตุของผลลัพธ์ที่ไม่น่าพึงพอใจต่างๆ ตามมา

นอกจากนี้ยังมีประเด็นในด้านการมีอคติระหว่างกลุ่ม (in group-out group bias) โดยจากงานวิจัยของ Brewer(1999) มีการกระตุ้นผู้เข้าร่วมการทดลองให้เกิดอารมณ์โกรธ ซึ่งสาเหตุมาจากทั้งบุคคลในกลุ่มเดียวกันและบุคคลนอกกลุ่ม จากนั้นได้ศึกษาการจัดการกับอารมณ์โกรธและพบว่าโดยปกติแล้วบุคคลซึ่งอยู่ในกลุ่มเดียวกันจะมีการปกป้องทั้งตนเองและกลุ่มจากการถูกคุกคามโดยบุคคลนอกกลุ่มโดยการตอบโต้กลับทางใดทางหนึ่ง แต่เมื่อถูกคุกคามจากคนในกลุ่มเดียวกัน บุคคลจะมีแนวโน้มที่จะให้อภัยเพื่อรักษาความสัมพันธ์อันดีภายในกลุ่มและเพื่อให้เป็นที่ยอมรับจากคนในกลุ่มอีกด้วย

ในทางกลับกันทฤษฎีแกะดำ(the black sheep effect) ซึ่งถูกศึกษาในงานวิจัยของ Marques, Yzerbyt, และ Leyens(1988) พบว่าเมื่อผู้ร่วมการทดลองได้รับคำสั่งให้ประเมินทั้งกลุ่มที่เป็นสมาชิกกลุ่มเดียวกับตน และกลุ่มที่เป็นสมาชิกต่างกลุ่ม ผู้ร่วมการทดลองมีแนวโน้มจะประเมินบุคคลที่อยู่กลุ่มเดียวกันที่สูงและต่ำกว่าความเป็นจริง หรือกล่าวได้ว่าเมื่อรับรู้ว่ามีสมาชิกในกลุ่มมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมแม้ว่าจะ เป็นพฤติกรรมเดียวกับสมาชิกกลุ่มอื่นแต่ก็ถูกประเมินว่าแยกว่าและในทางเดียวกันหากเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมก็จะถูกประเมินว่าดีกว่าความเป็นจริงด้วยเช่นเดียวกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงคิดว่า หากผู้ร่วมการทดลองถูกคุกคามจากหน้าม้าที่อยู่กลุ่มเดียวกัน ผู้ร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะประเมินและตอบกลับด้วยข้อความทางลบในเงื่อนไขการคิดหมกมุ่นมากกว่ากลุ่มที่ผู้ร่วมการทดลองถูกคุกคามจากหน้าม้าต่างกลุ่ม และในทางเดียวกัน ผู้ร่วมการทดลองจะมีแนวโน้มที่ประเมินและตอบกลับด้วยข้อความทางบวกในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมากกว่ากลุ่มผู้ร่วมการทดลองที่ถูกคุกคามจากหน้าม้าต่างกลุ่มเช่นกัน

ในการศึกษาถึงระดับของความโกรธหากถูกกระทำจากบุคคลอื่นที่มีสถานะการเป็นสมาชิกกลุ่มที่ต่างกัน (in group, out group) ในงานวิจัยของ Jamieson, Koslov, Nock, และ Mendes (2012) จัดกระทำโดยผู้ร่วมการทดลอง จะรับรู้ว่าคุณค่าต้องสื่อสารกับผู้ร่วมการทดลองอีก 2 คนในโปรแกรมสนทนาผ่านอินเทอร์เน็ต คนหนึ่งถูกบอกว่าเป็นคนเชื้อชาติเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง (in group) และอีกคนหนึ่งเป็นบุคคลที่มาจากต่างเชื้อชาติ (out group) ซึ่งผู้ร่วมการทดลอง 2 คนนี้คือหน้าม้าที่ทางผู้วิจัยได้เตรียมเอาไว้ ซึ่งการพูดคุยนี้อาจสามารถถกเถียงกันได้โดยจะป้อนผลกลับทางลบ และเป็นข้อความที่คุกคามผู้ร่วมการทดลองผ่านโปรแกรมสนทนาผ่านระบบอินเทอร์เน็ต ผลที่ได้ก็คือผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับข้อความทางลบจากหน้าม้าที่อยู่ต่างกลุ่มจะแสดงความโกรธออกมามากกว่า ซึ่งงานวิจัยได้แสดงให้เห็นว่าการถูกคุกคามจากกลุ่มอื่นจะส่งผลต่อระดับความโกรธที่มากกว่า

ดังนั้นถ้าหากไม่มีการจัดการอารมณ์ที่ดีบุคคลอาจเลือกใช้การแก้แค้นมาจัดการความโกรธและความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ก่อให้เกิดผลเสียตามมาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และการแก้แค้นที่ไม่จบไม่สิ้นจะกลายเป็นปัญหาสังคมได้ ดังนั้นบุคคลจึงควรเลือกใช้วิธีทางบวกในการจัดการกับอารมณ์ โดยเมื่อถูกกระทำจากกลุ่มอื่น ให้เลือกคิดถึงแต่สิ่งดีๆ รับรู้แต่เรื่องทางบวก เพื่อลดอารมณ์โกรธและหันเหความสนใจ

จากเรื่องทางลบ ทางออกของความขัดแย้งนี้ก็จะไม่ใช่การแก้แค้น แต่เป็นการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น (Self-Affirmation) ไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อทุกฝ่าย เป็นการจบความขัดแย้งได้

จากงานวิจัยดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยเกิดความสนใจในความแตกต่างระหว่างการจัดการกับความโกรธ โดยใช้การยืนยันคุณค่าในตนเอง (Self-affirmation) และการหมกมุ่นกับความโกรธ (Anger rumination) อีกทั้งหากความโกรธที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากการถูกดูถูกจากบุคคลอื่นที่มีสถานภาพความเป็นสมาชิกที่แตกต่างกัน (In group, Out group) เข้ามาช่วยด้วย อาจส่งผลต่อระดับของความโกรธแตกต่างกัน จึงออกแบบงานวิจัยที่มีตัวแปรทั้งสองร่วมกันเพื่อวิเคราะห์หาความสัมพันธ์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการเกิดและการลดความโกรธ
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของความเป็นคนในและนอกกลุ่มต่อปฏิบัติการตอบสนองการดูถูก
3. เพื่อศึกษาการนำการเพิ่มคุณค่าในตนเองมาช่วยลดความโกรธ

สมมติฐานงานวิจัย

1. หลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจจะมีคะแนนความโกรธลดลงมากกว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งในคิดหมกมุ่นในความโกรธที่เกิดขึ้น
2. ในกรณีที่หน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธลดลงมากกว่ากรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง
3. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้ามีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการลดลงของคะแนนความโกรธ
 - 3.1 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ต่ำกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
 - 3.2 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ต่ำกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ

- 3.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ต่ำกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
- 3.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
4. ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจจะมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับ
5. ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง
6. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ และสถานะของหน้าม้า มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการเพิ่มขึ้นของคะแนนระดับสีหน้า
- 6.1 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนระดับสีหน้า **สูงกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 6.2 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนระดับสีหน้า **สูงกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 6.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนระดับสีหน้า **สูงกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย

- 6.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหามงูในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนระดับสีหน้า **ต่ำกว่า** เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
7. หลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้าม **ในทางบวกมากกว่า** เงื่อนไขการหามงูในความโกรธ
8. ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้าม **ในทางบวกมากกว่า** กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง
9. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้ามีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อความแตกต่างของคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิน
- 9.1 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับ **ในทางบวกมากกว่า** เงื่อนไขการหามงูในความโกรธ
- 9.2 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับ **ในทางบวกมากกว่า** เงื่อนไขการหามงูในความโกรธ
- 9.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับ **ในทางบวกมากกว่า** เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
- 9.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหามงูในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับ **ในทางลบมากกว่า** เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จัดทำขึ้นในรูปแบบของการทดลอง (Experiment) ที่ศึกษาอิทธิพลของการยืนยันคุณค่าในตนเองของบุคคล ต่อปฏิกริยาตอบสนองการดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเพศชายและหญิง ที่มีอายุมากกว่า 18 ปีทั้งหมด 100 คน

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น งานวิจัยนี้ทดสอบผลของตัวแปรต้นสองตัว ได้แก่

1. วิธีตอบสนองต่ออารมณ์โกรธ แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

1.1 การยืนยันคุณค่าในตนเอง (Self-affirmation) หมายถึง การที่บุคคลมีแรงจูงใจที่จะคงศักดิ์ศรีในตนเอง (self-integrity) เพื่อการรับรู้ตนเองว่าดี มีคุณค่า และสามารถควบคุมได้เมื่อบุคคลถูกคุกคามตัวตน โดยผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับเงื่อนไขนี้ จะได้รับคำสั่งจากผู้ช่วยวิจัยให้เขียนสิ่งที่ภาคภูมิใจที่สุด หรือข้อดีของตนเองเพิ่มเติม

1.2 การหมกมุ่นในความโกรธ (Anger rumination) หมายถึง การที่บุคคลหมกมุ่นกับความคิดทางลบ ความคับข้องใจเข้าไปซ้ำมา เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ทำให้โกรธที่เกิดขึ้น ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับเงื่อนไขนี้ จะได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นกับข้อความดูถูกที่ได้รับจากหน้าม้า พร้อมทั้งเขียนข้อความโต้ตอบผู้ที่มาดูถูกตน

2. สถานะของหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลอง แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

2.1 บุคคลในกลุ่ม (In-group) หมายถึง บุคคลอื่นที่มีสถานะเป็นสมาชิกในกลุ่มที่บุคคลเป็นสมาชิกอยู่ในงานวิจัยนี้จัดทำด้วยการบอกว่าผู้ที่ประเมินผู้ร่วมการทดลองเป็นนิสิตจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเหมือนกับผู้ร่วมการทดลอง

2.2 บุคคลนอกกลุ่ม (Out-group) หมายถึง บุคคลอื่นที่มีสถานะเป็นสมาชิกนอกกลุ่มที่บุคคลเป็นสมาชิกอยู่ในงานวิจัยนี้จะจัดทำด้วยการบอกว่าผู้ที่ประเมินผู้ร่วมการทดลองเป็นนิสิตจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ตัวแปรตาม งานวิจัยชิ้นนี้มีการวัดตัวแปรตามสามตัว ได้แก่

1. ความโกรธ (Anger) หมายถึง สภาวะที่บุคคลถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายนอกจนทำให้เกิดความคับข้องใจ ซึ่งสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความคับข้องใจในงานวิจัยนี้จัดทำโดยการเขียนข้อความทางลบดูถูกผู้ร่วมการทดลอง หลังจากนั้นให้ผู้ร่วมการทดลองตอบมาตรวจวัดความโกรธของทัศนโนย วงศ์สุวรรณ โดยคะแนนสูงหมายถึง มีความโกรธมาก และคะแนนต่ำหมายถึง มีความโกรธน้อย

2. อารมณ์ (Emotion) หมายถึง สภาวะจิตใจของบุคคลหลังจากถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้า ซึ่งในงานวิจัยนี้วัดโดยมาตรวัดระดับสีหน้า คะแนนระดับสีหน้าจะแบ่งเป็น 10 ระดับ ระดับที่ 10 หมายถึง มีสีหน้าที่ดี สดใส มีอารมณ์ทางบวกอย่างมาก และจะลดลงเรื่อยไปถึงระดับที่ 1 ที่หมายถึง มีสีหน้าที่ไม่ดี มีความโกรธ มีอารมณ์ทางลบเป็นอย่างมาก

3. การแก้แค้น (Revenge) หมายถึง การตอบโต้เพื่อระบายอารมณ์หลังถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้า ภายนอกจนทำให้เกิดความโกรธ ซึ่งในงานวิจัยนี้วัดการแก้แค้นออกมาในรูปแบบของการประเมิณกลับของผู้ร่วมการทดลองหลังได้รับเงื่อนไข โดยคะแนนการประเมิณกลับจะแบ่งเป็น 3 ระดับ ระดับที่ 1 หมายถึง การประเมิณนั้นเป็นการประเมิณด้วยข้อความทางลบ และจะเพิ่มขึ้นเรื่อยไปถึงระดับที่ 3 ที่หมายถึงการประเมิณด้วยข้อความทางบวก

ประโยชน์ที่ได้รับ

งานวิจัยชิ้นนี้ช่วยให้เข้าใจกระบวนการที่ก่อให้เกิดความโกรธไปจนถึงวิธีการลดความโกรธ โดยสามารถนำวิธีที่มีประสิทธิภาพไปใช้ลดความโกรธที่นำไปสู่ความขัดแย้งและการแก้แค้นในชีวิตจริง หากบุคคลในสังคมสามารถลดความโกรธด้วยวิธีที่มีประสิทธิภาพได้ และลดแนวโน้มที่จะเกิดเหตุการณ์ความขัดแย้งในปัจจุบันดังที่เห็นได้จากการนำเสนอของสื่อ ปัญหาการแก้แค้นกลับไปกลับมาในสังคมจะลดลงได้ในที่สุด

บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาอิทธิพลของการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองและการคิดหมกมุ่นกับความโกรธเพื่อจัดการกับความโกรธที่เกิดขึ้นจากการถูกดูถูกโดยบุคคลในกลุ่ม และบุคคลนอกกลุ่ม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตปริญญาตรีจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยภาคปกติ ที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป จำนวน 100 คน โดยจำนวนกลุ่มตัวอย่างคำนวณด้วยโปรแกรม G*Power กำหนดให้รูปแบบการทดสอบเป็น F Test; ANOVA: Fixed effects, special, main effects and interactions โดยใช้ข้อมูลดังนี้ effect size = .3, alpha = .05, power = .8, df = 1, number of group= 4 ได้ผลว่าควรใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 90 คน ผู้วิจัยวางแผนว่าจะเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเพิ่มอีก 10% คือ 9 คน เพื่อสำรองข้อมูลในกรณีที่ผู้ร่วมการทดลองถอนตัวหรือกรอกข้อมูลไม่ครบหรือไม่สามารถนำข้อมูลไปใช้ได้และเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีก 1 คน เพื่อให้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็น 100 คน) ให้สามารถแบ่งเข้าเงื่อนไขการทดลองทั้ง 4 กลุ่มได้เท่ากัน โดยแบ่งเป็นสัดส่วนนิสิตชาย-หญิงดังนี้ คือ นิสิตชาย 40 คน นิสิตหญิง 60 คน การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบบอกต่อ (Snowball sampling) จากการเชิญชวนนิสิตคณะต่างๆของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และขออนุญาตอาจารย์ประจำคณะจิตวิทยาที่สอนวิชาเลือกของคณะจิตวิทยาเพื่อประชาสัมพันธ์และเชิญชวนนิสิตให้เข้าร่วมงานวิจัย

การออกแบบงานวิจัย

แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 เงื่อนไข ด้วยวิธีการสุ่มแบบบล็อก (Block randomization) ซึ่ง 1 บล็อกจะเท่ากับจำนวนเงื่อนไขที่มีคือ 4 เงื่อนไข เงื่อนไขละ 1 คน โดยผู้วิจัยเตรียมฉลากหมายเลข 1-4 ตามเงื่อนไขดังนี้

1. กลุ่มการยืนยันคุณค่าในตนเอง และประเมินหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน
2. กลุ่มการยืนยันคุณค่าในตนเอง และประเมินหน้าม้าที่เป็นนักศึกษาต่างมหาวิทยาลัย
3. กลุ่มการคิดหมกมุ่นอยู่กับความโกรธและประเมินหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน
4. กลุ่มการคิดหมกมุ่นอยู่กับความโกรธและประเมินหน้าม้าที่เป็นนักศึกษาต่างมหาวิทยาลัย

โดยในทุกๆ กลุ่มตัวอย่างสี่คน ผู้วิจัยจะทำการจับฉลากทีละหนึ่งใบ เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างทั้งสี่คนเข้าสู่เงื่อนไขการทดลองตามหมายเลขที่อยู่บนฉลาก และทำเช่นนี้ซ้ำจนกระทั่งแบ่งกลุ่มตัวอย่างเข้าเงื่อนไขได้ครบทั้ง 100 คน โดยจะแบ่งผู้ร่วมการทดลองจำนวนเท่าๆ กันได้ดังนี้

	In group	Out Group
Self-Affirmation	25	25
Anger Rumination	25	25

ในกรณีผู้ร่วมการทดลองขอถอนตัวออกจากกรทดลอง หรือมีคะแนนความโกรธ หรืออารมณ์ไม่เปลี่ยนแปลงในขั้นกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธ ผู้วิจัยจะทำการคัดผลการวิจัยของผู้ร่วมการทดลองนั้นออก และหากกลุ่มตัวอย่างเพิ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ ประกอบด้วยหัวข้อวันเดือนปีเกิด อายุ เพศ ระดับการศึกษา เกรดเฉลี่ย งานอดิเรก กิจกรรมและการทำงานในมหาวิทยาลัย และกิจกรรมและการทำงานนอกมหาวิทยาลัย

2.ข้อความทางลบที่ใช้ถูกผู้ร่วมการทดลอง

ผู้วิจัยได้เขียนข้อความทางลบเพื่อใช้วิจารณ์ผู้ร่วมการทดลองให้เกิดความโกรธ โดยเป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ จำนวน 17 ข้อ หลังจากนั้นนำไปทดลองให้นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี จำนวน 49 คน (เพศชาย 14 คน เพศหญิง 35 คน) ประเมินว่า ถ้าได้อ่านข้อความแต่ละข้อดังต่อไปนี้จะมีความรู้สึกโกรธมากน้อยเพียงใด โดยใช้มาตราที่มีคะแนนความโกรธ 5 ช่วง ดังนี้

คำตอบ	คะแนน
1.ไม่รู้สึกอะไรเลย	1
2.รู้สึกโกรธเล็กน้อย	2
3.รู้สึกโกรธปานกลาง	3
4.รู้สึกโกรธมาก	4
5.รู้สึกโกรธมากที่สุด	5

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย พบว่ามีข้อความทางลบ 2 ข้อ ที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ คือ ค่าเฉลี่ยน้อยกว่า 2.5 คะแนนจาก 5 คะแนน ซึ่งหมายความว่า ผู้วิจัยจะไม่นำข้อความ 2 ข้อนั้นมาใช้ในการทดลอง คือ ข้อความทางข้อที่ 7 ที่มีค่าเฉลี่ย 2.22 และ 14 ที่มีค่าเฉลี่ย 2.23 ออก จึงเหลือข้อความ 15 ข้อความที่มีค่าเฉลี่ย 2.53 – 3.89 คะแนน ในขั้นตอนการทดลอง ผู้วิจัยจะนำข้อความทั้งหมดมาสุ่มใช้อย่างน้อย 4 ข้อความต่อผู้ร่วมการทดลอง โดยพิจารณาเลือกใช้ข้อความจากข้อมูลส่วนตัวที่ผู้ร่วมการทดลองกรอกมาในแบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ เช่น งานอดิเรก ไร้อารยะ เรียนรู้ภาษาได้เกรดแค่นี้เองหรือกิจกรรมที่ทำดูไร้อารยะ เป็นต้น ถึงแม้ว่าข้อความทางลบที่ใช้ดูถูกจะต่างกันไป ผู้วิจัยจึงทำตรวจสอบความโกรธ และอารมณ์โดยใช้มาตรวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ

3.มาตรวัดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธ พัฒนาจากแบบสำรวจความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ (Spielberger, 1996) ซึ่งถูกพัฒนาโดยทศไนย วงศ์สุวรรณ (2542) เป็นมาตร Likert Scale จำนวน 10 ข้อ ประกอบไปด้วยข้อคำถามประเมินความรู้สึก เช่น ฉันรู้สึกโกรธมาก ฉันรู้สึกเคืองแค้น เป็นต้น โดยแต่ละข้อประกอบไปด้วย 4 ตัวเลือก ดังนี้

คำตอบ	คะแนน
1. ไม่มีเลย	1
2. มีบ้าง	2
3. มีปานกลาง	3
4. มีมาก	4

ผู้ร่วมการทดลองจะทำมาตรนี้ครั้งแรกหลังจากที่ได้รับคำวิจารณ์ทางลบจากหน้าม้า และอีกครั้งหนึ่งหลังจากที่ผ่านวิธีการตอบสนองความโกรธ (เป็นการตรวจสอบว่าข้อความดูถูกทำให้มีความโกรธเพิ่มขึ้น อารมณ์ไม่ดีมากขึ้น และวิธีการตอบสนองความโกรธทำให้ความโกรธลดลง อารมณ์ดีมากขึ้น)

4.แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้า ใช้เพื่อวัดระดับการแก้แค้นของผู้ร่วมการทดลอง มีรูปแบบเดียวกับแบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวผู้ร่วมการทดลอง แต่จะแบ่งกรอกข้อมูลในหัวข้อระดับการศึกษา-เกรดเฉลี่ยเป็นนิติศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัย และนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เมื่อผู้ร่วมการทดลองทำการประเมินแบบฟอร์มของหน้าม้ากลับ ผู้วิจัยจะนำข้อความที่ผู้ร่วมการทดลองประเมินกลับไปให้บุคคลอื่นที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทดลองจำนวนสองคนเป็นผู้ประเมินข้อความนั้นว่ามีเนื้อหาในทิศทางใด โดยทำการกำหนดช่วงคะแนนเป็น 3 ระดับดังนี้ 1.การประเมินนั้นเป็นการประเมินด้วยข้อความทางลบ 2.การประเมินนั้นเป็นการประเมินด้วยข้อความทั่วไป 3.การประเมินนั้นเป็นการประเมินด้วยข้อความทางบวก

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยทั้งสามคนชักชวนคณะกรรมการดำเนินการทดลองให้เข้าใจตรงกัน เพื่อให้ดำเนินการทดลองได้มาตรฐานเดียวกัน เมื่อผู้ร่วมการทดลองมาถึงห้องทดลอง ก่อนเข้าสู่กระบวนการวิจัย ผู้วิจัยจะขอให้ผู้ร่วมการทดลองอ่านรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยเพิ่มเติมใน หนังสือยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะอธิบายให้ผู้ร่วมการทดลองฟังว่า “ผู้ร่วมการทดลองมีสิทธิถอนตัวออกจากการวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอนตัวออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อผู้ร่วมการทดลองทั้งสิ้น” หลังจากนั้นลงชื่อในหนังสือยินยอมหากยินดีเข้าร่วมการวิจัย จากนั้นจึงเริ่มดำเนินการกระบวนการวิจัย โดยการวิจัยแบ่งเป็น 5 ช่วง ดังนี้

ช่วงที่ 1 ช่วงก่อนการทดลอง ผู้วิจัยแนะนำโครงการวิจัย ให้กับกลุ่มตัวอย่างเข้าใจ โดยผู้วิจัยจะบอกผู้ร่วมการทดลองว่า “ยินดีต้อนรับท่านเข้าสู่การทดลอง และขอขอบคุณที่ท่านสละเวลามา การทดลองนี้เป็นการทดลองเกี่ยวกับการรับรู้บุคคลอื่นด้วยข้อมูลที่จำกัด มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการรับรู้บุคคลอื่นโดยพิจารณาจากข้อมูลเบื้องต้นที่ได้รับ ผู้วิจัยจะสุ่มท่านเข้าเงื่อนไขการทดลองด้วยวิธีการสุ่มแบบจัดบล็อก (Block randomization) และท่านจะได้รับแบบฟอร์มเพื่อกรอกข้อมูลส่วนตัว หลังจากนั้นข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของท่านจะถูกประเมินโดยผู้ร่วมการทดลองอีกท่านหนึ่งที่อยู่ในห้องถัดไป ก่อนจะถูกส่งคืนกลับมาให้ท่าน และในช่วงสุดท้ายท่านจะได้ประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของผู้ร่วมการทดลองคนดังกล่าว ก่อนที่จะจบการทดลอง ซึ่งในทุกขั้นตอนของการทดลองท่านจะต้องประเมินมาตรฐานวัดความรู้สึกต่างๆไป เพื่อวัดการประเมินการรับรู้บุคคลทั้งต่อตนเองและผู้ร่วมการทดลองอีกคนหนึ่ง” หลังจากนั้น ผู้วิจัยจะขอให้ผู้ร่วมการทดลองตอบมาตรฐานวัดความโกรธ และอารมณ์ (ก่อนเข้าการทดลอง) เพื่อตรวจสอบความโกรธ และอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างว่ามีเป็นเช่นไรก่อนเข้าสู่เงื่อนไขการทดลอง โดยบอกว่าเป็นมาตรฐานประเมินความรู้สึกต่างๆไป แล้วจึงเขียน ข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของตนเอง ประกอบด้วยหัวข้อวันเดือนปีเกิด อายุ เพศ ระดับการศึกษา - เกรดเฉลี่ย งานอดิเรก กิจกรรมและการทำงานในมหาวิทยาลัย และกิจกรรมและการทำงานนอกมหาวิทยาลัย

ช่วงที่ 2 การกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของผู้ร่วมการทดลองออกไปจากห้องโดยบอกว่า นำไปให้ผู้ร่วมการทดลองอีกคนหนึ่งซึ่งเป็นหน้าม้าประเมิน เป็นเวลา 5 นาที หลังจากนั้นจะนำผลการประเมินกลับมาให้ผู้ร่วมการทดลองดู เมื่อออกจากห้องทดลองผู้วิจัยจะทำการเขียนข้อความดูถูกในใบแบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ หลังจากนั้นจึงนำกลับไปให้ผู้ร่วมการทดลองอ่าน และผู้วิจัยจะขอให้ผู้ร่วมการทดลองตอบมาตรฐานวัดความโกรธ และอารมณ์ (ก่อนเข้าเงื่อนไข) (เพื่อตรวจสอบความโกรธ และอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีการเปลี่ยนแปลง)

(หน้าม้า คือ บุคคลสมมติซึ่งไม่มีตัวตน โดยข้อความการดูถูกผู้ร่วมการทดลองของหน้าม้าจะถูกเขียนโดยผู้วิจัยอีกคนหนึ่ง เพื่อให้ผู้ร่วมการทดลองเข้าใจว่าเป็นการดูถูกของหน้าม้า และตอบสนองต่อ

ข้อความถูกต้องตามความเป็นจริง โดยผู้การทดลองจะทราบว่าหน้าม้าอยู่ในบทบาทคนในกลุ่ม-นอกกลุ่มได้จาก แบบฟอร์มข้อมูลโดยย่อของหน้าม้าในช่วงที่ 4 การวัดตัวแปรตาม)

ช่วงที่ 3 การจัดการทำวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ผู้วิจัยจัดผู้ร่วมการทดลองเข้าสู่เงื่อนไขการทดลองตามที่ผู้วิจัยได้จับฉลากไว้ล่วงหน้า โดยในแต่ละเงื่อนไขมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ 1) กลุ่มยืนยันคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างจะได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนเองภาคภูมิใจที่สุด หรือข้อดีของตนเอง เพื่อทำการยืนยันคุณค่าในตนเอง โดยผู้วิจัยจะพูดว่า “ขอให้ท่านเขียนข้อความเพิ่มเติม เกี่ยวกับข้อดีอื่นๆ ของตัวท่าน ที่ท่านภาคภูมิใจที่สุด” 2) กลุ่มคิดหมกมุ่นอยู่กับความโกรธ กลุ่มตัวอย่างจะได้รับคำสั่งให้คิดถึงเหตุการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้นไปเมื่อสักครู่ และให้คิดหาข้อโต้แย้งการประเมินทางลบ เช่น ฉันคิดว่าการประเมินดังกล่าว นั้นไม่เป็นความจริง โดยผู้วิจัยจะพูดว่า “ขอให้ท่านเขียนข้อความเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจากการถูกประเมินทางลบ ว่าท่านเห็นด้วยหรือไม่ อย่างไร” หลังจากนั้นผู้วิจัยจะขอให้ผู้ร่วมการทดลองตอบมาตรฐานวัดความโกรธ และอารมณ์ (หลังเข้าเงื่อนไข) (เพื่อตรวจสอบความโกรธ และอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างว่ามีการเปลี่ยนแปลง)

ช่วงที่ 4 การวัดตัวแปรตาม หลังจากทีกลุ่มตัวอย่างผ่านการจัดการทำวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ผู้ร่วมการทดลองจะได้รับคำสั่งให้ประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าตามที่ได้ถูกสุ่มไว้ โดยครึ่งหนึ่งของผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และเงื่อนไขการคิดหมกมุ่นอยู่กับความโกรธได้อ่านข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน และอีกครึ่งหนึ่งของผู้ร่วมการทดลองในแต่ละเงื่อนไขได้อ่านข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่เป็นนิสิตต่างมหาวิทยาลัย จากนั้นให้ผู้ร่วมการทดลองประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้า และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมการทดลองเขียนความเห็นอย่างอิสระในข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้า โดยผู้ช่วยผู้วิจัยจะพูดว่า “ให้ท่านอ่านข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของผู้ร่วมการทดลองอีกฝ่าย และประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อนี้กลับ ด้วยการเขียนวิจารณ์อย่างอิสระ”

ช่วงที่ 5 ช่วงหลังการทดลอง ผู้วิจัยเปิดเผยถึงวัตถุประสงค์การทดลองที่แท้จริง ว่าเป็นการทดลองเกี่ยวกับ “ผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อปฏิกิริยาตอบสนองการดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม” และอธิบายถึงตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง และพูดคุยกับผู้ร่วมการทดลองเพื่อให้แน่ใจว่า การจัดการทำอารมณ์ดังกล่าวจะไม่ส่งผลเสียต่อผู้ร่วมการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

จากการศึกษาผลของการยืนยันคุณค่าของตนเองต่อปฏิกิริยาตอบสนองการดูถูกโดยบุคคลในกลุ่มและนอกกลุ่ม คณะผู้วิจัยจะนำเสนอเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 การทดสอบสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา เพื่อแสดงข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน

2.1 การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสม (three-way mixed factorial ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล (Between subject) 2 ตัว คือ 1.วิธีตอบสนองต่อความโกรธ 2.สถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ และตัวแปรภายในบุคคล 1 ตัว (Within-subject) คือ ความโกรธที่ถูกวัดออกมาในรูปแบบของคะแนนความโกรธ ซึ่งวัดซ้ำ 2 ครั้ง คือ ช่วงหลังจากถูกดูถูก และช่วงหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ เพื่อทดสอบผลของการยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธที่มีต่อปฏิบัติการดูถูก โดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่มโดยจะวิเคราะห์ค่าคะแนนความโกรธ หลังถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

2.2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสม (three-way mixed factorial ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล (Between subject) 2 ตัว คือ 1.วิธีตอบสนองต่อความโกรธ 2.สถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ และตัวแปรภายในบุคคล 1 ตัว (Within-subject) คือ อารมณ์ที่ถูกวัดออกมาในรูปแบบของคะแนนระดับสีหน้า ซึ่งวัดซ้ำ 2 ครั้ง คือ ช่วงหลังจากถูกดูถูก และช่วงหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ เพื่อทดสอบผลของการยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธที่มีต่อปฏิบัติการดูถูก โดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่มโดยจะวิเคราะห์อารมณ์ (คะแนนระดับสีหน้า) หลังถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

2.3 การวิเคราะห์การความแปรปรวนสองทาง (two-way between subject ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล คือ 1.วิธีตอบสนองต่อความโกรธ 2.สถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ และตัวแปรภายในบุคคล โดยวิเคราะห์การแก้แค้น ซึ่งถูกวัดออกมาในรูปแบบของประเมินกลับของผู้ร่วมการทดลองหลังได้รับเงื่อนไข

บทที่ 3
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการทดลองเป็นสองตอนดังนี้ 1. การทดสอบสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา 2. การทดสอบสมมติฐานโดยแบ่งเป็น 3 ช่วงตามตัวแปรตามในการวิจัย ได้แก่ ความโกรธ อารมณ์ และการแก้แค้น

ตอนที่ 1 การทดสอบสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นแบ่งเป็นเพศชายทั้งหมด 40 คน แบ่งตามเงื่อนไข เงื่อนไขละ 10 คน และเพศหญิง 60 คน แบ่งตามเงื่อนไข เงื่อนไขละ 60 คน (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1

จำนวนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละเงื่อนไข ($N = 100$)

	ชาย	หญิง
เงื่อนไข		
ถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง	10	15
ถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัยและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง	10	15
ถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ	10	15
ถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัยและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ	10	15
รวม	40	60

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 100 คน มีอายุเฉลี่ย 21.26 ปี ($SD = .08$) โดยส่วนใหญ่อายุ 22 ปี คิดเป็นร้อยละ 58 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด รองลงมาคือ อายุ 21 ปี คิดเป็นร้อยละ 28 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด (ตารางที่ 1.1)

ตารางที่ 1.1

จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ ($N = 100$)

	จำนวน	ร้อยละ
อายุ		
19	1	2.0
20	7	7.0
21	28	28.0
22	58	58.0
23	4	4.0
25	1	1.0
รวม	100	100.00

$M = 21.26$

$SD = 0.80$

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบสมมติฐานชุดที่ 1 ที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรตามตัวแรก คือ ความโกรธโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสม (three – way mixed factorial ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล 2 ตัว คือ 1. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ 2. สถานะของหน้าม้า และตัวแปรภายในบุคคล 1 ตัว คือ ความโกรธที่ถูกวัดออกมาในรูปแบบของคะแนนความโกรธ ซึ่งวัดซ้ำ 2 ครั้ง โดยมีสมมติฐานดังนี้

1. หลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจจะมีคะแนนความโกรธ **ลดลงมากกว่า** ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่เกิดขึ้น
2. ในกรณีที่หน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ลดลงมากกว่า** กรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง
3. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้ามีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการลดลงของคะแนนความโกรธ
 - 3.1 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ต่ำกว่า** เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
 - 3.2 เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ต่ำกว่า** เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
 - 3.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ต่ำกว่า** เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
 - 3.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า** เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย

จากตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความโกรธก่อนเข้าเงื่อนไขวิธีการตอบสนองของความโกรธ ในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ เมื่อถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนความโกรธมากกว่าทุกเงื่อนไข ($M = 16.44, SD = 5.71$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและเมื่อถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 15.92, SD = 5.46$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและเมื่อถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 15.68, SD = 4.12$) และลำดับสุดท้ายคือ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน ($M = 15.44, SD = 5.07$) เมื่อเมื่อคำนวณค่าเฉลี่ยความโกรธของทุกเงื่อนไขในช่วงก่อนการทดลอง มีค่าเท่ากับ 15.87 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.05

ค่าเฉลี่ยของคะแนนความโกรธหลังผ่านวิธีการตอบสนองของความโกรธ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน มีค่าเฉลี่ยความโกรธน้อยกว่าทุกเงื่อนไข ($M = 11.28, SD = 1.69$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 11.4, SD = 1.95$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ และถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 12.56, SD = 2.2$) ลำดับสุดท้ายคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ และถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมี ($M = 12.96, SD = 3$) เมื่อคำนวณค่าเฉลี่ยความโกรธของทุกเงื่อนไขในช่วงหลังการทดลอง มีค่าเท่ากับ 12.05 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.35

ตารางที่ 2

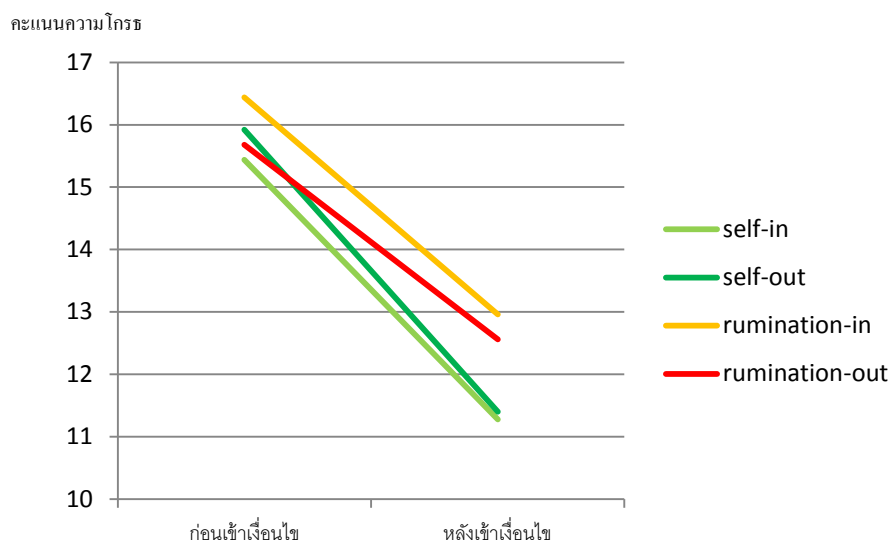
แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความโกรธ ในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธ เมื่อถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

วิธีตอบสนองต่อความโกรธ		การยืนยันคุณค่าในตนเอง		การหมกมุ่นในความโกรธ		รวม	
	สถานะของหน้าม้า	M	SD	M	SD	M	SD
ก่อนการทดลอง	คนในกลุ่ม	15.44	5.07	16.44	5.71	15.94	5.34
	คนนอกกลุ่ม	15.92	5.46	15.68	4.12	15.80	4.79
	รวม	15.68	5.19	16.06	4.94	15.87	5.05
หลังการทดลอง	คนในกลุ่ม	11.28	1.69	12.96	3.00	12.12	2.56
	คนนอกกลุ่ม	11.40	1.95	12.56	2.20	11.98	2.14
	รวม	11.34	1.81	12.76	2.61	12.05	2.35

จากกราฟที่ 1 แสดงให้เห็นว่า คะแนนความโกรธหลังเข้าเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนความโกรธน้อยกว่าเงื่อนไขอื่น และในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนความโกรธมากกว่าเงื่อนไขอื่น

ภาพที่ 1

แสดงคะแนนความโกรธก่อนเข้าก่อน - หลังเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ



หมายเหตุ

- Self-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Self-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Rumination-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- Rumination-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ

จากตารางที่ 2 และ 3 พบว่า ความแตกต่างของคะแนนความโกรธในช่วงที่ 2 ($M = 15.87$, $SD = 5.05$) และช่วงที่ 3 ($M = 12.05$, $SD = 2.35$) (ตารางที่ 2) พบความแตกต่างของคะแนนความโกรธในแต่ละช่วงเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(1, 96) = 88.86$, $p < .001$) โดยคะแนนความโกรธหลังเข้าเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธมีคะแนนความโกรธน้อยกว่าคะแนนความโกรธก่อนเข้าเงื่อนไข

และพบว่าวิธีการตอบสนองต่อความโกรธไม่มีผลต่อคะแนนความโกรธ ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจมีคะแนนความโกรธลดลงไม่แตกต่างจากผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งในคิดหมกมุ่นในความโกรธที่เกิดขึ้น ($F(1, 96) = 1.64, p = .20$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

และพบว่าสถานะของหน้าม้าไม่มีผลต่อคะแนนความโกรธ ในกรณีที่หน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนความโกรธลดลงไม่แตกต่างจากกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ($F(1, 96) = 0, p = 1$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการลดลงของคะแนนความโกรธ ($F(1, 96) = 0.19, p = .65$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3

ตารางที่ 3

ผลการทดสอบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสมเพื่อทดสอบอิทธิพลของการยืนยันคุณค่าในตัวเองและการหมกมุ่นในความโกรธที่มีต่อคะแนนความโกรธหลังจากถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p	η^2
คะแนนความโกรธก่อนและหลังการทดลอง	729.62	1	729.62	88.86	.00*	.48
คะแนนความโกรธก่อนและหลังการทดลอง *	0.00	1	0.00	0.00	1.00	.00
สถานะของหน้าม้า						
คะแนนความโกรธก่อนและหลังการทดลอง *	13.52	1	13.52	1.64	.20	.01
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ						
คะแนนความโกรธก่อนและหลังการทดลอง *	1.62	1	1.62	0.19	.65	.00
สถานะของหน้าม้า * วิธีตอบสนองต่อความโกรธ						
ความคลาดเคลื่อน	788.24	96	8.21			

หลังจากนั้นทำการทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect) ของเงื่อนไขการใช้การยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธ และความเป็นคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่มและค่าคะแนนความโกรธ

จากตารางที่ 4 ทั้งสี่เงื่อนไขมีคะแนนความโกรธลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $F_s(1, 96)$ มีค่าเท่ากับ 14.81 ถึง 31.10 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .001$) แสดงให้เห็นว่า ทุกเงื่อนไขการทดลองมีคะแนนความโกรธลดลงอย่างมีนัยสำคัญ (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 4

ความแตกต่างระหว่างคะแนนความโกรธที่วัดก่อนกับหลังการทดลองในแต่ละระดับของตัวแปรต้นทั้งสองตัว

		คะแนนความโกรธก่อน - หลังการทดลอง			
		<i>M diff.</i>	<i>SE</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ	สถานะของหน้าม้า				
การยืนยันคุณค่าในตนเอง	คนในกลุ่ม	4.16	0.81	26.34	.00*
	คนนอกกลุ่ม	4.52	0.81	31.10	.00*
การหมกมุ่นในความโกรธ	คนในกลุ่ม	3.48	0.81	18.43	.00*
	คนนอกกลุ่ม	3.12	0.81	14.81	.00*

ตารางที่ 5 เมื่อหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธต่ำกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($M diff = -1.68, SE = .64, F(1, 96) = 6.85, p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.1

แต่เมื่อหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีแนวโน้มคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธที่จะลดลงมากกว่าจากเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($M diff = -1.16, SE = .64, F(1, 96) = 3.26, p = .07$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.2

ตารางที่ 5

อิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ที่มีต่อคะแนนความโกรธ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัว
อื่นๆ (Simple main effect)

วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ		เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง – เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ						
		<i>M diff.</i>	<i>SE</i>	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
สถานะของหน้าม้า	ความโกรธ							
	คนในกลุ่ม							
	ก่อน	-1.00	1.44	12.50	1	12.5	0.47	.49
	หลัง	-1.68	0.64	35.28	1	35.28	6.85	.01*
คนนอกกลุ่ม	ก่อน	0.24	1.44	7.20	1	7.20	0.02	.86
	หลัง	-1.16	0.64	16.82	1	16.82	3.26	.07

จากตารางที่ 6 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M \text{ diff} = -0.12, SE = .64, F(1, 96) = 0.03, p = .85$)

ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.3

ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M \text{ diff} = -0.40, SE = .64, F(1, 96) = 0.38, p = .53$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.4

ตารางที่ 6

อิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้า ที่มีต่อคะแนนความโกรธ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ
(Simple main effect)

สถานะของหน้าม้า		คนในกลุ่ม – คนนอกกลุ่ม						
		M diff.	SE	SS	df	MS	F	p
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ	ความโกรธ							
การยืนยันคุณค่าในตนเอง	ก่อน	-0.48	1.44	2.88	1	2.88	0.11	.74
	หลัง	-0.12	.064	0.18	1	0.18	0.03	.85
การหมกมุ่นในความโกรธ	ก่อน	0.76	1.44	7.22	1	7.22	0.27	.60
	หลัง	0.40	0.64	2.00	1	2.00	0.38	.53

การทดสอบสมมติฐานชุดที่ 2

สมมติฐานชุดที่ 2 ที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรตามตัวที่ 2 คือ อารมณ์ของผู้ร่วมการทดลองที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสม (three – way mixed factorial ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล 2 ตัว คือ 1 วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ 2. สถานะของหน้าม้า และตัวแปรภายในบุคคล 1 ตัว คือ อารมณ์ ซึ่งถูกวัดออกมาในรูปแบบของคะแนนระดับสีหน้า ซึ่งวัดซ้ำ 2 ครั้ง ซึ่งมีสมมติฐานดังนี้

- ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจจะมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับ
- ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง
- วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ และสถานะของหน้าม้า มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการเพิ่มขึ้นของคะแนนระดับสีหน้า

- 6.1 เมื่อหน้าม้าที่ถูกร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 6.2 เมื่อหน้าม้าที่ถูกร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 6.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
- 6.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ต่ำกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย

จากตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยของคะแนนอารมณ์ก่อนการทดลองในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ เมื่อถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน พบว่ามีค่าเฉลี่ยอารมณ์ในทางลบมากกว่าทุกเงื่อนไข ($M = 5.68, SD = 1.75$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและเมื่อถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 5.84, SD = 1.4$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 6.08, SD = 1.38$) และลำดับสุดท้ายเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน ($M = 6.36, SD = 2.09$) เมื่อเมื่อคำนวณค่าเฉลี่ยอารมณ์ของทุกเงื่อนไขในช่วงก่อนเข้าเงื่อนไขการตอบสนองต่อความโกรธมีค่าเท่ากับ 5.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.67

ค่าเฉลี่ยของคะแนนอารมณ์หลังการทดลอง ในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน มีค่าเฉลี่ยอารมณ์ทางบวกมากกว่าทุกเงื่อนไข ($M = 8.20, SD = 1.4$) ลำดับถัดมาคือ ในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากนิสิตต่างมหาวิทยาลัย ($M = 7.56, SD = 1.22$) ลำดับถัดมาคือ ในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ และถูกดูถูกจากนิสิตต่าง

มหาวิทยาลัย ($M = 7.24$, $SD = 1.16$) และลำดับสุดท้าย ในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ และถูกดูถูก จากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกัน ($M = 6.68$, $SD = 1.21$) เมื่อเมื่อคำนวณค่าเฉลี่ยอารมณ์ของทุกเงื่อนไข ในช่วงหลังเข้าเงื่อนไขการตอบสนองต่อความโกรธ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 7.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.31

ตารางที่ 7

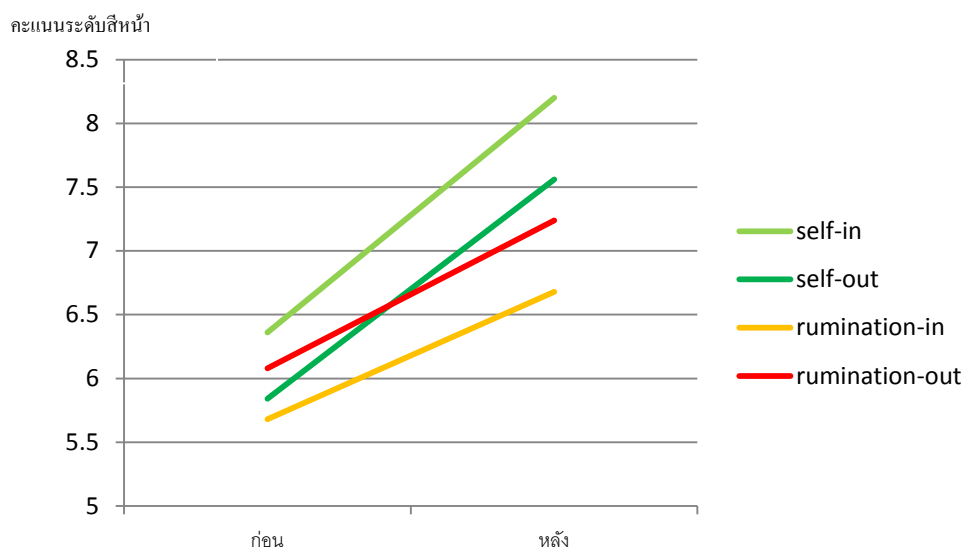
แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนระดับสีหน้า ในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธเมื่อถูกดูถูกโดยคนในกลุ่ม และคนนอกกลุ่ม

วิธีตอบสนองต่อความโกรธ		การยืนยันคุณค่าในตนเอง		การหมกมุ่นในความโกรธ		รวม	
คะแนนอารมณ์	สถานะของหน้าม้า	M	SD	M	SD	M	SD
ก่อนการทดลอง	คนในกลุ่ม	6.36	2.09	5.68	1.75	6.02	1.93
	คนนอกกลุ่ม	5.84	1.40	6.08	1.38	5.96	1.38
	รวม	6.10	1.78	5.88	1.56	5.99	1.67
หลังการทดลอง	คนในกลุ่ม	8.20	1.25	6.68	1.21	7.44	1.44
	คนนอกกลุ่ม	7.56	1.22	7.24	1.16	7.40	1.19
	รวม	7.88	1.27	6.96	1.21	7.42	1.31

จากกราฟที่ 2 แสดงให้เห็นว่า คะแนนอารมณ์หลังเข้าเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง และถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนอารมณ์ทางบวกกว่าเงื่อนไขอื่น และในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและถูกดูถูกจากนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนอารมณ์ทางบวกน้อยกว่าเงื่อนไขอื่น

ภาพที่ 2

แสดงคะแนนอารมณ์ก่อนของผู้ร่วมการทดลองก่อนเข้าและหลังการเงื่อนไขเงื่อนไขวิธีการตอบสนองของความโกรธ



หมายเหตุ

- Self-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Self-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Rumination-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- Rumination-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ

จากตารางที่ 8 พบความแตกต่างของคะแนนอารมณ์ (Face Scale) ในช่วงก่อนการทดลอง ($M = 5.99, SD = 1.67$) และช่วงหลังการทดลอง ($M = 7.42, SD = 1.31$) (ตารางที่ 7) พบความแตกต่างของคะแนนอารมณ์ในช่วงก่อนและหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(1, 96) = 99.26, p < .001$) โดยคะแนนอารมณ์หลังเข้าเงื่อนไขวิธีการตอบสนองของความโกรธ มีระดับสูงกว่าในช่วงก่อนเข้าเงื่อนไข และพบว่าวิธีการตอบสนองต่อความโกรธมีผลต่อคะแนนความอารมณ์ โดยผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(1, 96) = 5.94, p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4

แต่สถานะของหน้าม้าไม่มีผลต่อคะแนนความอารมณ์ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เพิ่มขึ้นไม่แตกต่างจาก** กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ($F(1, 96) = 0.005, p = .94$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 5

และพบว่า วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ และสถานะของหน้าม้าไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการเพิ่มขึ้นของคะแนนระดับสีหน้า ($F(1, 96) = 0.23, p = .62$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6

ตารางที่ 8

ผลการทดลองโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางแบบผสมเพื่อทดสอบ 1.อิทธิพลของการยืนยันคุณค่าในตัวเองและการหมกมุ่นในด้านอารมณ์หลังจากถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p	η^2
คะแนนอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง	102.24	1	102.24	99.26	.00*	.50
คะแนนอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง *	0.005	1	0.005	0.005	.94	.00
สถานะของหน้าม้า						
คะแนนอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง * วิธี	6.12	1	6.12	5.94	.01*	.05
ตอบสนองต่อความโกรธ						
คะแนนอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง *	0.24	1	0.24	0.23	.62	.00
สถานะของหน้าม้า * วิธีตอบสนองต่อความโกรธ						
โกรธ						
ความคลาดเคลื่อน	98.88	96	1.03			

หลังจากนั้นทำการทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect) ของเงื่อนไขการใช้การยืนยันคุณค่าในตัวเอง และการหมกมุ่นในความโกรธ ความเป็นคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่มและค่าคะแนนอารมณ์

จากตารางที่ 9 ทั้งสี่เงื่อนไขมีคะแนนอารมณ์เพิ่มขึ้นในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $F_s(1, 96)$ มีค่าตั้งแต่ 12.13 ถึง 41.08 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .001$ แสดงให้เห็นว่า ทุกเงื่อนไขการทดลองมีคะแนนอารมณ์เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ตารางที่ 9

ความแตกต่างระหว่างคะแนนอารมณ์ที่วัดก่อนกับหลังการทดลอง ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นทั้งสองตัว

		คะแนนอารมณ์ก่อน – หลังการทดลอง			
		<i>M diff.</i>	<i>SE</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ	สถานะของหน้าม้า				
การยืนยันคุณค่าในตนเอง	คนในกลุ่ม	-1.84	0.28	41.08	.00*
	คนนอกกลุ่ม	-1.72	0.28	35.90	.00*
การหมกมุ่นในความโกรธ	คนในกลุ่ม	-1.00	0.28	12.13	.001*
	คนนอกกลุ่ม	-1.16	0.28	16.33	.00*

จากตารางที่ 10 พบว่า เมื่อหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **สูงกว่า** เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($M\ diff = 1.52, SE = .34, F(1, 96) = 19.5, p < .001$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.1

และเมื่อหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธไม่แตกต่างจากเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ($M\ diff = 0.32, SE = .34, F(1, 96) = 0.86, p = .35$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.2

ตารางที่ 10

อิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ที่มีต่อคะแนนอารมณ์ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัว
อื่นๆ (Simple main effect)

วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ		เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง – เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ						
		<i>M diff.</i>	<i>SE</i>	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
สถานะของหน้าม้า	อารมณ์							
	คนในกลุ่ม							
	ก่อน	0.68	0.47	5.78	1	5.78	2.05	.15
	หลัง	1.52	0.34	28.88	1	28.88	19.50	.00*
คนนอกกลุ่ม	ก่อน	-2.40	0.47	0.72	1	0.72	0.25	.61
	หลัง	0.32	0.34	1.28	1	1.28	0.86	.35

จากตารางที่ 11 พบว่า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ เพิ่มขึ้นมากกว่าเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($M \text{ diff} = .64, SE = .34, F(1, 96) = 3.45, p = .06$) ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.3

และผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M \text{ diff} = .56, SE = .34, F(1, 96) = 3.95, p = .10$) ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.4

ตารางที่ 11

อิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้า ที่มีต่อคะแนนอารมณ์ ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect)

สถานะของหน้าม้า		คนในกลุ่ม – คนนอกกลุ่ม						
		<i>M diff.</i>	<i>SE</i>	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ	อารมณ์							
	การยืนยันคุณค่าในตนเอง							
	ก่อน	0.52	0.47	3.38	1	3.38	1.20	.27
	หลัง	0.64	0.34	5.12	1	5.12	3.45	.06
การหมกมุ่นในความโกรธ	ก่อน	-0.40	0.47	2.00	1	2.00	0.71	.40
	หลัง	-0.56	0.34	3.92	1	3.92	2.64	.10

การทดสอบสมมติฐานชุดที่ 3

สมมติฐานชุดที่ 3 ที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรตามตัวที่ 3 คือ การแก้แค้น ซึ่งถูกวัดออกมาในรูปแบบของประเมินกลับของผู้ร่วมการทดลองหลังได้รับเงื่อนไข โดยใช้การวิเคราะห์การความแปรปรวนสองทาง (two-way between subject ANOVA) โดยมีตัวแปรระหว่างบุคคล คือ 1.วิธีตอบสนองต่อความโกรธ 2.สถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ และตัวแปรภายในบุคคล โดยวิเคราะห์การแก้แค้น ซึ่งถูกวัดออกมาในรูปแบบของประเมินกลับของผู้ร่วมการทดลองหลังได้รับเงื่อนไข โดยมีสมมติฐานดังนี้

7. หลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้ามในทางบวกมากกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
8. ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้ามในทางบวกมากกว่า กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง
9. วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้ามีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อความแตกต่างของคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิน

- 9.1 เมื่อนำมาที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ในทางบวกมากกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 9.2 เมื่อนำมาที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ในทางบวกกว่ามากกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- 9.3 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ในทางบวกมากกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย
- 9.4 ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ **ในทางลบมากกว่า**เงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย

จากตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ยของคะแนนผลป้อนกลับของผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่มหาวิทยาลัยเดียวกัน มีค่าเฉลี่ยของคะแนนผลป้อนกลับในทางบวกมากที่สุด ($M= 2.28, SD = 0.79$) ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M= 2.16, SD = 0.89$)

ลำดับถัดมาคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M= 1.88, SD = 0.78$) ลำดับสุดท้ายคือ เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ และต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่มหาวิทยาลัยเดียวกัน คะแนนผลป้อนกลับในทางลบมากที่สุด ($M= 1.80, SD = 0.81$)

ตารางที่ 12

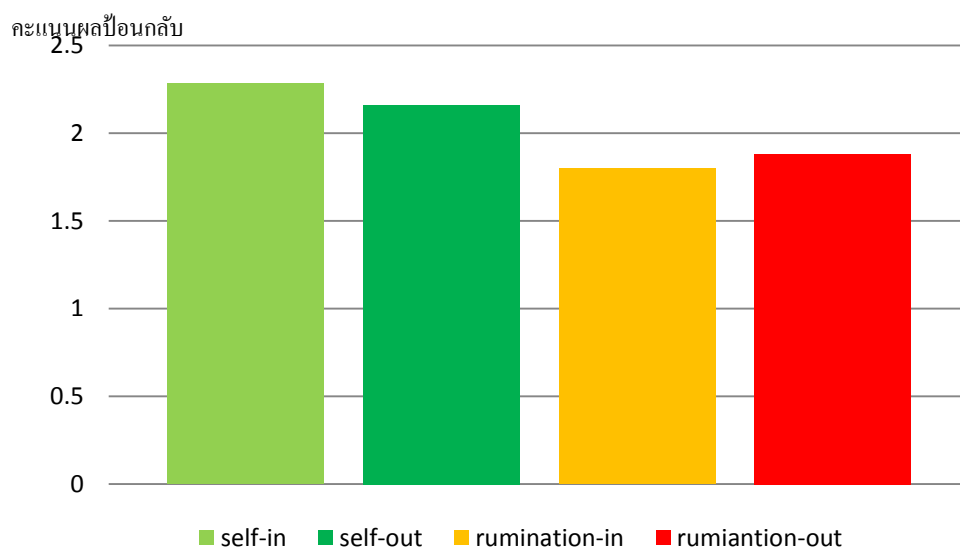
แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับของผลป้อนกลับของผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตัวเองและการหมกมุ่นในความโกรธเมื่อถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

วิธีตอบสนองต่อความโกรธ		การยืนยันคุณค่าในตนเอง		การหมกมุ่นในความโกรธ		รวม	
วัดการแก้แค้น	สถานะของหน้าม้า	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
คะแนนผลป้อนกลับ	คนในกลุ่ม	2.28	0.79	1.80	0.81	2.04	0.83
	คนนอกกลุ่ม	2.16	0.89	1.88	0.78	2.02	0.84
	รวม	2.22	0.84	1.84	0.79	2.03	0.83

จากกราฟที่ 3 เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่มหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนผลป้อนกลับสูงที่สุด และเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธและต้องประเมินหน้าม้าที่อยู่มหาวิทยาลัยเดียวกันมีคะแนนผลป้อนกลับต่ำที่สุด

กราฟที่ 3

แสดงคะแนนผลป้อนกลับของผู้ร่วมการทดลองหลังได้รับเงื่อนไขวิธีการตอบสนองความโกรธต่อสถานะของหน้าม้า



หมายเหตุ

- Self-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Self-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง
- Rumination-in คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนในกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ
- Rumination-out คือการดูถูกจากหน้าม้าที่เป็นคนนอกกลุ่มและได้รับเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ

จากตารางที่ 13 พบว่า วิธีการตอบสนองต่อความโกรธที่แตกต่างกันทำให้ ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้ามแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F(1, 96) = 5.32, p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 7 โดยในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง ($M = 2.22, SD = 0.84$) มีคะแนนการประเมินฝ่ายตรงข้ามในในทางบวกสูงกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ($M = 1.84, SD = 0.79$) (ตารางที่ 12) (กราฟที่ 3)

แต่เมื่อสถานะของหน้าม้าแตกต่างกัน ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินฝ่ายตรงข้ามไม่แตกต่างกัน ($F(1, 96) = 0.01, p = .90$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 8

และพบว่า วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อความแตกต่างของคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิน ($F(1, 96) = 0.36, p = .54$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9

ตารางที่ 13

ผลการทดสอบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางเพื่อทดสอบอิทธิพลของการยืนยันคุณค่าในตัวเองและการหมกมุ่นในความโกรธที่มีต่อคะแนนการประเมินกลับหลังจากถูกดูถูกโดยคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
สถานะของหน้าม้า	0.01	1	0.01	0.01	.90
วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ	3.61	1	3.61	5.32	.02*
สถานะของหน้าม้า * วิธีตอบสนองต่อความโกรธ	0.25	1	0.25	0.36	.54
ความคลาดเคลื่อน	65.04	96			

หลังจากนั้นทำการทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect) โดยเริ่มจากตัวแปรผลของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ในแต่ละระดับของตัวแปรสถานะของหน้าม้า และเพื่อทดสอบสถานะของผู้ที่ทำให้โกรธในแต่ละระดับของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ

จากตารางที่ 14 พบว่า เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ในทางบวกสูงมากกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($M\ diff = .48, SE = .23, F(1, 96) = 4.25, p < .05$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.1

แต่เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ($M\ diff = .28, SE = .23, F(1, 96) = 1.44, p = .23$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.2

ตารางที่ 14

อิทธิพลหลักของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ที่มีต่อคะแนนผลป้อนกลับของผู้ร่วมการทดลอง ในแต่ละระดับของสถานะของหน้าม้า (Simple main effect)

วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ	เงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง – เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ						
	<i>M diff.</i>	<i>SD</i>	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
สถานะของหน้าม้า							
คนในกลุ่ม	0.48	0.23	2.88	1	2.88	4.25	.04*
คนนอกกลุ่ม	0.28	0.23	0.98	1	0.98	1.44	.23

เพื่อทดสอบสถานะของผู้ที่ทำให้โกรธในแต่ละระดับของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ จากตารางที่ 15 พบว่า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M\ diff = .12, SE = .23, F(1, 96) = 0.26, p = .60$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.3

ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ($M\ diff = -0.08, SE = .23, F(1, 96) = 0.11, p = .73$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่

9.4

ตารางที่ 15

อิทธิพลหลักของสถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ ที่มีต่อคะแนนผลป้อนกลับของผู้ร่วมการทดลองในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect)

สถานะของผู้ที่ทำให้โกรธ	คนในกลุ่ม – คนนอกกลุ่ม						
	<i>M diff.</i>	<i>SD</i>	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
วิธีตอบสนองต่อความโกรธ							
การยืนยันคุณค่าในตนเอง	0.12	0.23	0.18	1	0.18	0.26	.60
การหมกมุ่นในความโกรธ	-0.08	0.23	0.08	1	0.08	0.11	.73

บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษากระบวนการเกิดและการลดความโกรธ และเพื่อศึกษาอิทธิพลของความเป็นคนในและนอกกลุ่มต่อปฏิริยาการตอบสนองการดูถูก และเพื่อศึกษาการนำการเพิ่มคุณค่าในตนเองมาช่วยลดความโกรธ โดยผู้วิจัยจะอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกตามตัวแปรตามดังนี้ 1.ความโกรธ 2.อารมณ์ 3.การแก้แค้น

ผลของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่อความโกรธ

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ซึ่งทำนายว่าหลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจจะมีคะแนนความโกรธลดลงมากกว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่เกิดขึ้น พบว่า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจมีคะแนนความโกรธลดลงเช่นเดียวกับผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่เกิดขึ้น ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน อาจเป็นเพราะในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ผู้วิจัยจะได้รับคำสั่งให้เขียนข้อความตอบโต้ ทำให้ผู้ร่วมการทดลองบางคนได้เขียนอธิบาย และชี้แจงเกี่ยวกับสิ่งที่หน้าม้าดูถูก ซึ่งอาจทำให้ความโกรธลดลงได้

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งทำนายว่า เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนความโกรธลดลงมากกว่ากรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง พบว่าในกรณีที่หน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนความโกรธลดลงเช่นเดียวกับกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน สาเหตุอาจเนื่องมาจาก ความเป็นกลุ่มในงานวิจัยนี้คือสถาบันการศึกษา และจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมักมีกิจกรรมร่วมกับมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อยู่เป็นประจำ จึงทำให้แม้ว่าจะอยู่ต่างกลุ่มแต่ก็เรียกได้ว่าเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดกันและมีความคล้ายกันในหลายๆ ด้าน ดังนั้นผู้ร่วมการทดลองจึงอาจไม่เกิดความรู้สึกถึงความแตกต่างมากนักแม้จะถูกดูถูกจากนอกกลุ่ม

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 พบว่า อิทธิพลปฏิสัมพันธ์ของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าโดยภาพรวมไม่มีผลต่อการลดลงของคะแนนความโกรธ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 แต่ผลทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ

(Simple main effect) ของการยืนยันคุณค่าในตัวเอง การหมกมุ่นในความโกรธ การเป็นคนในกลุ่ม การเป็นคนนอกกลุ่ม และความโกรธพบว่า

เมื่อหน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขการทดลองต่ำกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.1 สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎี การรักษาความสมดุลของสวัสดิภาพหรือ Welfare Tradeoff Ratio-WTR โดย (Tooby, et al. 2008) ซึ่งอนุมานได้ว่าเมื่อผู้ร่วมการทดลองสูญเสียความสมดุลของสวัสดิภาพจากการถูกดูถูกทำให้เกิดอารมณ์ทางลบ (ความโกรธ) ผู้ร่วมการทดลองจึงมีแนวโน้มที่จะชดเชยด้วยอารมณ์ทางบวก ซึ่งการใช้ การยืนยันคุณค่าในตนเอง (Self-affirmation) สามารถช่วยให้เกิดอารมณ์ทางบวกได้ (Exline, et al. 2009) ซึ่งในทางกลับกัน ในทางทฤษฎีแล้ว การหมกมุ่นในความโกรธไม่ใช่วิธีที่มีประสิทธิภาพในการลดอารมณ์โกรธเท่ากับการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเอง (Ray, et al. 2008) ดังนั้นผู้ร่วมการทดลองที่ผ่านเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะสามารถปรับความสมดุลของสวัสดิภาพได้มากกว่า ส่งผลให้มีความโกรธหลังการทดลองน้อยกว่าผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขหมกมุ่นในความโกรธ

นอกจากนี้การถูกดูถูกจากบุคคลในกลุ่มเดียวกันยังอาจทำให้เกิดผลของ the black sheep (Marques, et al. 1988) ทั้งในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองทำให้มีคะแนนความโกรธเหลือน้อยที่สุดในทุกเงื่อนไข เช่นเดียวกับในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธซึ่งทำให้มีคะแนนความโกรธเหลืออยู่มากที่สุดในทุกเงื่อนไขเช่นกัน

ในกรณีที่หน้าม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจะมีแนวโน้มคะแนนความโกรธหลังการทดลองน้อยกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จึงยังไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3.2 อย่างชัดเจน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างบางส่วนรายงานว่า การได้เขียนเกี่ยวกับข้อความทางลบที่ได้รับ ทำให้ได้เขียนระบายออกและอธิบายตนเอง ทำให้เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธมีคะแนนความโกรธลดลงไม่แตกต่างจากเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง

เมื่อทำการทดสอบอิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้าในแต่ละระดับของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธพบว่า

ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการ

ตอบสนองต่อความโกรธ ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.3 เนื่องจากทั้งสองกลุ่มผ่านเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองทั้งคู่ ทำให้อารมณ์โกรธลดลง และในเงื่อนไขที่ถูกดูถูกจากสมาชิกต่างกลุ่มก็มีความโกรธลดลงไม่ต่างจากในเงื่อนไขที่ถูกดูถูกจากสมาชิกในกลุ่มเดียวกัน เช่นเดียวกับในส่วนของผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ก็มีคะแนนความโกรธหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธก็ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3.4 อาจเพราะผู้ร่วมการทดลองไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มของตนเอง(จุฬา) และกลุ่มของหน้าม้า(ธรรมศาสตร์) และเนื่องจากทั้งสองกลุ่มมักมีกิจกรรมร่วมกันอยู่บ่อยครั้งจึงอาจรับรู้ว่ามีคล้ายกันมากกว่าแตกต่าง ผลที่ได้จึงไม่มีความแตกต่างเด่นชัดมากนักจึงไม่สอดคล้องกับสมมติฐานทั้งสองข้อ

จากการทดสอบวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่อความโกรธพบว่าการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธสามารถช่วยลดความโกรธได้ อย่างไรก็ตามการยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถช่วยลดความโกรธได้ดีกว่ายิ่งในกรณีที่ถูกคุกคามจากบุคคลในกลุ่มเดียวกันยิ่งช่วยให้มีประสิทธิภาพดีขึ้น ในด้านของสถานะของหน้าม้ายังไม่พบความแตกต่างของคะแนนความโกรธเนื่องจากหลายปัจจัยเช่น การไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มและความเป็นนิรนามของหน้าม้า

ผลของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่ออารมณ์ของผู้ร่วมการทดลอง

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 พบว่า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกมากกว่า** ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 เพราะการยืนยันคุณค่าในตนเองนอกจากจะช่วยลดความโกรธแล้วยังช่วยเพิ่มอารมณ์ทางบวก(Positive emotion) และความเข้มแข็ง (Strength)(Exline et al., 2009) ได้อีกด้วย ซึ่งในทางกลับกัน การคิดหมกมุ่นในความโกรธมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอารมณ์ทางลบ (Ray et al., 2006) และมีแนวโน้มจะคงระดับของอารมณ์โกรธเอาไว้ (Ray et al., 2008)

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 5 พบว่า ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนอารมณ์ที่วัดด้วยมาตรวัดระดับสีหน้า **เปลี่ยนไปในทางบวกไม่แตกต่างจาก** กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ซึ่งไม่สอดคล้องกับ

สมมติฐานข้อที่ 5 เนื่องจากการวัดสีหน้าเป็นคะแนนการวัดอารมณ์โดยรวมดังนั้นเมื่อการกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธอาจไม่รุนแรงพอที่จะทำให้เกิดความเด่นชัดของอารมณ์ทางลบ ทำให้ผู้ร่วมการทดลองอาจถูกอารมณ์อื่นๆ ที่เกิดจากสภาพแวดล้อม เช่น ความสบายของห้องทดลอง หรือประสบการณ์ส่วนตัวระหว่างการทดลองซึ่งผู้ร่วมการทดลองบางคนมีการเล่นโทรศัพท์มือถือในระหว่างการทดลองด้วย ทำให้ปัจจัยดังกล่าวเข้ามามีอิทธิพลร่วม ส่งผลให้คะแนนอารมณ์โดยรวมเป็นไปในทางบวกไม่แตกต่างกันระหว่างสองเงื่อนไข

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 6 พบว่า วิธีการตอบสนองต่อความโกรธ และสถานะของหน้าม้าไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อการเพิ่มขึ้นของคะแนนระดับสีหน้า ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6 แต่การทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect) พบว่า

เมื่อน้ำม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ สูงกว่าเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.1 ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า การยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถช่วยลดความโกรธและยังช่วยเพิ่มอารมณ์ทางบวก(Positive emotion) และ ความเข้มแข็ง (Strength) (Exline et al., 2009) ได้อีกด้วย

นอกจากนี้การถูกดูถูกจากบุคคลในกลุ่มเดียวกันยังอาจทำให้เกิดผลของ the black sheep (Marques, et al. 1988) ทั้งในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองทำให้มีคะแนนอารมณ์ทางบวกมากที่สุด ในทุกเงื่อนไข เช่นเดียวกับในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธซึ่งทำให้มีคะแนนอารมณ์ทางบวกน้อยที่สุดในทุกเงื่อนไขเช่นกัน

เมื่อน้ำม้าที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธไม่แตกต่างจากเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.2 เนื่องจากเมื่อเปรียบเทียบภายในเงื่อนไขถูกคุกคามจากสมาชิกต่างกลุ่ม การยืนยันคุณค่าในตนเองอาจทำให้เกิดอารมณ์ทางบวกไม่มากพอที่จะให้เห็นความแตกต่างเมื่อเทียบกับเงื่อนไขการคิดหมกมุ่นในอารมณ์โกรธ นอกจากนี้การผ่านเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอาจทำให้ผู้ร่วมการทดลองบางคนรับรู้

การเขียนเกี่ยวกับข้อความทางลบทำให้ได้อธิบายตนเองจึงทำให้คะแนนอารมณ์เป็นไปในทางบวกไม่ต่างจากเงื่อนไขการได้ยืนยันคุณค่าในตนเอง

เมื่อทำการทดสอบอิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้าพบว่าผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจ และต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีแนวโน้มที่จะมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ เพิ่มขึ้นมากกว่าเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.3 เนื่องจากทั้งสองกลุ่มผ่านเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองทั้งคู่ ทำให้มีอารมณ์ทางบวกเพิ่มขึ้นไม่แตกต่างกัน และเนื่องจากสมาชิกในกลุ่มมักลดอารมณ์ทางลบเพื่อรักษาความสัมพันธ์ภายในกลุ่มมากกว่า (Brewer, 1999) เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของคนในกลุ่มโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเงื่อนไขที่ได้รับการยืนยันคุณค่า ในตนเอง (Self-affirmation) ยังมีคะแนนระดับสีหน้า (Face scale) โดยรวมมีแนวโน้มเป็นไปในทางบวก มากกว่า

และผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนระดับสีหน้าหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ เป็นไปในทางลบไม่แตกต่างโดยมีคะแนนต่ำกว่าเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 6.4 ทั้งนี้อาจเกิดจากการหมกมุ่นคิดถึงสารทางลบทำให้ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขถูกคุกคามจากสมาชิกในกลุ่มเดียวกันติดอยู่ในอารมณ์ทางลบ ทำให้แทนที่จะรักษาความสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่มจึงทำให้ผู้ร่วมการทดลองไม่จำเป็นต้องคำนึงถึงความสัมพันธ์ภายในกลุ่ม (Brewer, 1999) ทำให้คะแนนการตอบกลับระหว่างเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธไม่แตกต่างกัน และผู้ร่วมการทดลองบางส่วนไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มทำให้ผลที่ออกมาไม่พบความแตกต่างอีกทั้งผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธยังรับรู้ว่าการเขียนตอบโต้ข้อความทางลบที่ได้รับเป็นการระบายและอธิบายตนเองอีกด้วย จากการทดสอบวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่ออารมณ์ของผู้ร่วมการทดลองพบว่าการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธช่วยเพิ่มอารมณ์ให้เป็นไปในทางบวกได้ อย่างไรก็ตามการยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถช่วยเพิ่มอารมณ์ทางบวกได้ดีกว่าการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยยะสำคัญ ยิ่งในกรณีที่ถูกคุกคามจากบุคคลในกลุ่มเดียวกันและได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเอง ยิ่งช่วยให้มีประสิทธิภาพดีมากขึ้น ในด้านของสถานะของหน้าม้ายังไม่พบความแตกต่าง

ของคะแนนอารมณ์เนื่องจากหลายปัจจัยเช่น การไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มและความเป็นนิรนามของหน้าม้า

ผลของวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่อพฤติกรรมแก้แค้น

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 7 ซึ่งทำนายว่าหลังจากถูกดูถูกโดยหน้าม้า ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณฝ่ายตรงข้าม**ในทางบวกมากกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ พบว่า ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณฝ่ายตรงข้าม**ในทางบวกมากกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 7 เนื่องจากผู้เข้าร่วมการทดลองได้รับเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองจึงทำให้มีอารมณ์ และ**ความโกรธลดลง**จึงประเมิณกลับในทางบวกมากกว่า

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 8 ซึ่งทำนายว่า ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณฝ่ายตรงข้าม**ในทางบวกมากกว่า**กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง พบว่า ในกรณีที่หน้าม้าศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองจะมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณฝ่ายตรงข้ามไม่แตกต่างจาก กรณีที่หน้าม้าศึกษาที่อยู่ต่างมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 8 เนื่องจากผู้ร่วมการทดลองไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มของตนเอง (จุฬา) และกลุ่มของหน้าม้า (ธรรมศาสตร์) และเนื่องจากทั้งสองกลุ่มมักมีกิจกรรมร่วมกันอยู่บ่อยครั้งจึงอาจรับรู้ว่ามี**ความคล้ายกันมากกว่า**แตกต่าง ผลที่ได้จึง**ไม่มีความแตกต่างเด่นชัด**มากนัก

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 9 พบว่า วิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าไม่มีอิทธิพลปฏิสัมพันธ์ต่อความแตกต่างของคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9 ดังนั้นผู้วิจัยทำการทดสอบอิทธิพลหลักของตัวแปรต้นแต่ละตัว ในแต่ละระดับของตัวแปรต้นตัวอื่นๆ (Simple main effect) พบว่า

เมื่อหน้าม้าที่ถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมิณกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ในทางบวกสูง**มากกว่า**เงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.1 สามารถอธิบายได้ว่าเมื่อความโกรธลดลงซึ่งเป็นผลมาจากการได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนเองภาคภูมิใจมากกว่าในคำสั่งการคิดหมกมุ่นในความโกรธ ทำให้มีการแก้

แค่กลับลดลงหรือตอบสนองในทางบวกมากกว่าตามไปด้วย หรือในทางกลับกัน หากบุคคลมีการจัดการกับความโกรธด้วยวิธีการที่ไม่เหมาะสมอาจส่งผลให้เกิดการแก้แค้นกลับมากกว่า

เมื่อนำที่ดูถูกผู้ร่วมการทดลองศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง ผู้ร่วมการทดลองในเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธในทางบวก ไม่แตกต่างจากเงื่อนไขการหมกมุ่นในความโกรธ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.2 เนื่องจากเมื่อเป็นการแก้แค้นหน้าม้าที่เป็นบุคคลต่างกลุ่ม จึงทำให้ผู้ร่วมการทดลองไม่จำเป็นต้องคำนึงถึงความสัมพันธ์ภายในกลุ่ม (Brewer, 1999) ทำให้คะแนนการตอบกลับระหว่างเงื่อนไขการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธไม่แตกต่างกัน

เมื่อทำการทดสอบอิทธิพลหลักของสถานะของหน้าม้าพบว่า ผู้ร่วมการทดลองที่ได้รับคำสั่งให้เขียนสิ่งที่ตนภาคภูมิใจและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับด้วยการประเมินกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ในทางบวกไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.3 เนื่องจาก การยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถช่วยลดความโกรธได้ (Exline et al., 2009) จึงทำให้ลดการแก้แค้นกลับได้ตามไปด้วยแม้ว่าจะถูกคุกคามจากบุคคลทั้งในและนอกกลุ่ม

ผู้ร่วมการทดลองที่ได้คำสั่งให้คิดหมกมุ่นในความโกรธที่ได้รับและต้องประเมินข้อมูลส่วนตัวโดยย่อของหน้าม้าที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลองมีคะแนนการตอบกลับหลังผ่านเงื่อนไขวิธีการตอบสนองต่อความโกรธ ในทางลบไม่แตกต่างจากเงื่อนไขที่หน้าม้าศึกษาอยู่ต่างมหาวิทยาลัย ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 9.4 เนื่องจาก การหมกมุ่นในความโกรธนอกจากจะทำให้มีอาการโกรธคงเดิมแล้วอาจจะอนุมานได้ว่าทำให้ผู้ร่วมการทดลองละเลยการรักษาความสัมพันธ์ภายในกลุ่มและเกิดการโต้ตอบแก้แค้นการดูถูกจากหน้าม้าในทั้งสองเงื่อนไขของการเป็นคนในและคนนอกกลุ่ม

จากการทดสอบวิธีการตอบสนองต่อความโกรธและสถานะของหน้าม้าที่มีต่อพฤติกรรมแก้แค้น พบว่าการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธช่วยลดการแก้แค้นและตอบโต้กลับในทางบวก อย่างไรก็ตามการยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถช่วยลดการแก้แค้นและตอบโต้กลับในทางบวกได้ดีกว่าการหมกมุ่นในความโกรธอย่างมีนัยสำคัญ ยิ่งในกรณีที่ถูกคุกคามจากบุคคลในกลุ่มเดียวกันยิ่งช่วยให้มีประสิทธิภาพดีขึ้น ในด้านของสถานะของหน้าม้ายังไม่พบความแตกต่างของ

คะแนนอารมณ์เนื่องจากหลายปัจจัยเช่น การไม่รับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างกลุ่มและความเป็นนิรนามของหน้าม้า

จากการทดลองทั้งหมดจะสรุปได้ว่า ไม่ว่าผู้ที่ทำให้โกรธจะเป็นคนในกลุ่มหรือนอกกลุ่มผลของงานวิจัยนี้สนับสนุนทฤษฎี การยืนยันคุณค่าในตนเอง โดยพบว่าการใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองนอกจากจะช่วยลดความโกรธหลังจากถูกดูถูกได้ดีกว่าการหมกมุ่นในความโกรธแล้ว ยังช่วยทำให้อารมณ์ทางลบกลับมาเป็นอารมณ์ปกติหรืออารมณ์บวก และยังช่วยลดการแก้แค้นได้อีกด้วย

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

ข้อจำกัด

การศึกษาเรื่องการแก้แค้นยังมีอยู่ไม่มากนัก ดังนั้นการทดลองในงานวิจัยนี้จึงถูกคิดขึ้นโดยผู้ทำงานวิจัยเอง ทำให้ยังคงมีข้อจำกัดในหลายส่วนโดยหนึ่งในนั้นคือสภาพแวดล้อมในห้องทดลองโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อช่วงเวลาที่ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างนั้นอยู่ในช่วงฤดูร้อน (มีนาคม-เมษายน) ดังนั้นเมื่อผู้ร่วมการทดลองเข้ามาในห้องทดลองที่มีอุณหภูมิต่ำกว่าภายนอกมากจึงอาจส่งผลให้ผู้ร่วมการทดลองมีความรู้สึกสบายมากขึ้น และอาจส่งผลต่อการกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธต่อผู้เข้าร่วมการทดลองนั้นยากขึ้นหรือไม่โกรธเท่าที่ควร

ข้อจำกัดลำดับต่อไปคือระดับการรับรู้คำดูถูกของผู้ร่วมการทดลองโดยผ่านการตีความข้อความทางลบจากหน้าม้า ถึงแม้ว่าข้อความเหล่านี้จะถูกทดสอบแล้วว่าสามารถกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธ แต่ด้วยปัจจัยเรื่องของความแตกต่างระหว่างบุคคลอาจส่งผลให้ผู้ร่วมการทดลองรับรู้ข้อความทางลบแตกต่างกันไป

ในระหว่างขั้นตอนการทดลองพบว่าผู้ร่วมการทดลองบางคนมีการใช้โทรศัพท์มือถือในระหว่างรอการประเมินกลับจากหน้าม้าและในระหว่างขั้นตอนการเขียนยืนยันคุณค่าในตนเองหรือการเขียนหมกมุ่นในข้อความทางลบ ถึงแม้ว่าก่อนการทดลองผู้วิจัยได้อธิบายเกี่ยวกับการทดลอง และได้ขอความร่วมมือผู้ร่วมการทดลองให้งดเล่นโทรศัพท์ในระหว่างที่ทำการวิจัย แต่ก็ไม่สามารถควบคุมผู้ร่วมการทดลองได้ทั้งหมด ทำให้การใช้โทรศัพท์ที่มีแนวโน้มที่จะส่งผลแทรกแซงทำให้ผลการทดลองคลาดเคลื่อนได้เช่นกัน

นอกจากนี้ผู้ร่วมการทดลองในงานวิจัยซึ่งล้วนเป็นนิสิตปัจจุบันในจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยยังถือได้ว่าเป็นกลุ่มที่มีสถานะสูง ทั้งในด้านการศึกษา และสังคม การมีสถานะที่สูงนั้นทำให้เมื่อถูกดูถูกด้วยข้อความทางลบอาจทำให้อารมณ์ไม่เปลี่ยนแปลง หรืออาจเรียกได้ว่ามีภูมิคุ้มกันทางจิตในระดับสูง ดังนั้นในการพัฒนางานวิจัยควรใช้กลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายทางสถานะมากกว่านี้ เช่น กลุ่มนิสิต นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยอื่น ซึ่งอาจทำให้การกระตุ้นความโกรธเป็นไปได้ง่ายและส่งผลต่อระดับความโกรธมากกว่านี้ อย่างไรก็ตามขนาดของกลุ่มตัวอย่างก็ส่งผลต่องานวิจัยด้วยเช่นกัน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างใน

การทดลองมีเพียง 100 คน (เงื่อนไขละ 25 คน) จึงทำให้การอนุมานไปยังกลุ่มประชากรยังมีความไม่แน่นอนและยังไม่สามารถแผ่ขยายไปยังบุคคลทั่วไปได้ ในด้านการระบุอารมณ์ของผู้ร่วมการทดลองเองก็มีความสำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อผู้ร่วมการทดลองบางรายไม่สามารถระบุอารมณ์ของตนได้ชัดเจนจึงได้ระบุอารมณ์ในระดับกลางๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการทดลองได้

งานวิจัยในอนาคตและการนำไปใช้

งานวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทดสอบผลของการยืนยันคุณค่าในตนเอง และการหมกมุ่นในความโกรธ ต่อปฏิบัติการการดูถูกจากคนในกลุ่มและคนนอกกลุ่ม ซึ่งการยืนยันคุณค่าในตนเองและการหมกมุ่นในความโกรธนั้นเป็นเพียงวิธีหนึ่งในการจัดการกับความโกรธ ซึ่งยังมีตัวแปรทางจิตวิทยาอีกมากมายที่น่าสนใจ และสามารถลดความโกรธได้ เช่น การคิดถึงผลลัพธ์ในอนาคต หรือการนำตนเองไปสู่มุมมองของผู้กระทำ (Perspective-taking) ทำให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ (Empathy)

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถจัดการกับความโกรธได้ แต่ในระดับความโกรธเพียงระดับหนึ่ง ซึ่งในงานวิจัยนี้ข้อความทางลบที่ใช้ดูถูกยังมีระดับที่ไม่รุนแรงมากพอ ซึ่งจำเป็นต้องมีการศึกษาเพิ่มเติม หากมีการกระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธในระดับที่สูงและรุนแรงมากกว่านี้ การยืนยันคุณค่าในตนเองยังส่งผลอย่างมีประสิทธิภาพหรือไม่ และผลของการวิจัยยังพบอีกว่า การคิดหมกมุ่นในความโกรธสามารถลดความโกรธได้ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัย ซึ่งอาจมีปัจจัยอื่นๆที่ทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนได้ เช่น ระดับของสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดความโกรธ เวลาที่ใช้ในการคิดหมกมุ่นในความโกรธ ซึ่งหากมีการกระตุ้นให้ผู้ร่วมการทดลองมีความโกรธมากกว่านี้ และจัดกระทำให้เกิดการตอบโต้ระหว่างผู้ร่วมการทดลองกับหน้าม้ามากกว่า 1 ครั้ง การคิดหมกมุ่นในความโกรธยังส่งผลอย่างมีประสิทธิภาพหรือไม่ ซึ่งยังคงต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไป

ในปัจจุบันประเทศไทยมีการแข่งขันกันสูงทั้งทางการศึกษา เศรษฐกิจ และธุรกิจ ทำให้อาจเกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่มบุคคล ซึ่งนำไปสู่อารมณ์ทางลบ เช่น ความโกรธ ความเศร้า หรือความรู้สึกไม่ดีกับตนเอง อาจนำไปสู่วิธีการจัดการอย่างไม่มีประสิทธิภาพได้ เช่น การแก้แค้น ซึ่งจากผลการทดลองแสดงให้เห็นว่า ยังมีวิธีการจัดการอารมณ์อย่างมีความสร้างสรรค์ คือ การยืนยันคุณค่าในตนเอง ซึ่งสามารถลดความรู้สึกทางลบ อารมณ์โกรธ และยังทำให้เกิดความรู้สึกดีกับตนเองได้อีกด้วย อย่างเช่น เป็นแนวทางให้ครูสอนวิธียืนยันคุณค่าในตนเองให้กับนักเรียน โดยอาจเป็นการเปิดโอกาสให้

นักเรียนแสดงความสามารถพิเศษ หรือเขียนเรื่องที่นักเรียนภูมิใจเกี่ยวกับตนเอง ในยามที่นักเรียนเกิดความขัดแย้งกับนักเรียนคนอื่น ให้นักเรียนใช้วิธียืนยันคุณค่าในตนเอง เพื่อจัดการกับความคับข้องใจหรือความโกรธที่เกิดขึ้น เมื่อความโกรธลดลง โอกาสการกระทบกระทั่งกันระหว่างนักเรียนก็จะลดลงไปด้วย ทำให้สามารถลดปัญหาความรุนแรงในโรงเรียนลง

สรุปผลการทดลอง

แม้ว่าการวิจัยเกี่ยวกับการยืนยันคุณค่าในตนเอง และการคิดหมกมุ่นในความโกรธ เพื่อใช้ลดความโกรธยังมีจำนวนไม่มากนัก แต่จากผลการวิจัยในครั้งนี้ก็สามารถตอบวัตถุประสงค์การทดลองได้ คือ เมื่อถูกบุคคลด้วยข้อความทางลบ ทำให้บุคคลมีระดับความโกรธสูงขึ้น ไม่ว่าจะการถูกนั้นมาจากคนในกลุ่มหรือคนนอกกลุ่ม ระดับของความโกรธที่เกิดขึ้นก็ไม่แตกต่างกัน และเมื่อบุคคลใช้การยืนยันคุณค่าในตนเองก็มีความโกรธลดลงจริง ในขณะที่ผู้วิจัยที่คิดหมกมุ่นในความโกรธในการวิจัยนี้มีความโกรธลดลง เช่นเดียวกัน อาจเป็นเพราะตัวแปรแทรกซ้อนบางอย่างที่ทำให้คะแนนความโกรธของกลุ่มนี้ลดลงด้วย ดังที่ได้อภิปรายมาแล้ว แต่อย่างไรก็ตาม การคิดหมกมุ่นในความโกรธนั้นไม่มีประสิทธิภาพในการลดความโกรธ เพิ่มอารมณ์บวก และลดการแก้แค้นได้ดีเท่ากับวิธีการยืนยันคุณค่าในตนเอง และในทางทฤษฎีแล้ว หากเป็นเรื่องที่ทำให้เกิดอารมณ์โกรธรุนแรงกว่านี้ การคิดหมกมุ่นในความโกรธอาจจะทำให้เกิดผลทางลบก็ได้

ข้อเสนอแนะ

เพื่อแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในระยะยาว เมื่อบุคคลเกิดความโกรธ ควรใช้เวลาไปกับการคิดถึงเรื่องทางบวกมากกว่าคิดหมกมุ่นในเรื่องทางลบ เพื่อปรับสภาพอารมณ์ให้กลับมาเป็นบวก อีกทั้งการเลือกคิดเกี่ยวกับคุณค่าในตนเอง เช่น ผลงานของตนเอง หรือเรื่องที่ตนเองภาคภูมิใจ ยิ่งช่วยให้หลุดพ้นจากอารมณ์โกรธได้มากขึ้น หากในอนาคตมีงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีที่สามารถลดอารมณ์โกรธ และการป้องกันการแก้แค้นมากขึ้น ก็อาจนำแนวคิดต่างๆ ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าไปใช้ในการเรียนการสอนได้ในหลายระดับชั้น เช่น การจัดชั้นเรียน หรืองานสัมมนาเกี่ยวกับวิธีการคิดเพื่อยืนยันคุณค่าในตนเองสามารถลดความโกรธได้ โดยเปิดรับบุคคลทั่วไป เพื่อเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการยืนยันคุณค่าในตนเองในแบบต่างๆ โดยไม่ใช่เพียงแค่นำไปจัดการกับความโกรธเท่านั้น แต่ยังสามารถนำหัวข้อนี้ไปต่อยอดทางการศึกษาในอนาคตว่ามีแนวทางอื่นใด ที่มีแนวคิดใกล้เคียงกัน และสามารถช่วยลดความโกรธได้อีก เพื่อปลูกฝังแนวคิดในการจัดการกับความโกรธได้อย่างถูกต้อง ลดปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม

และตัดวงจรการแก้แค้นกลับไปกลับมาได้ ซึ่งปัญหาต่างๆที่เกิดจากอารมณ์ทางลบ เกิดจากการรับมือกับ อารมณ์เหล่านั้นภายในตัวบุคคลเอง เมื่อใดที่สามารถลดความขัดแย้งในสังคมลงได้จากภายในตัวบุคคล เมื่อนั้นปัญหาความขัดแย้งในสังคมก็จะลดลงในที่สุด

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- นริศรา ศรีทองสุข. (2551). อิทธิพลของลักษณะนิสัยครุ่นคิดและสิ่งที่มากระตุ้นต่อการเกิดการก้าวร้าว
แทนที่. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร
- ทัศน์ไศย วงศ์สุวรรณ. (2542). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์
และพฤติกรรม ต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา
การปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร

ภาษาอังกฤษ

- Berkowitz, L., Lepinski, J. P., & Angulo, E. J. (1969). Awareness of own anger level and
subsequent aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 11(3), 293-300.
doi:10.1037/h0027037
- Bobocel, D. R. (2013). Coping with unfair events constructively or destructively: The effect of
overall justice and self-other orientation. *Journal of Applied Psychology*, 98(5), 720-731.
- Boon, S. D., & Yoshimura, S. M. (2014). Pluralistic ignorance in revenge attitudes and behavior
in interpersonal relationships. *Personal Relationships*, 21, 258-271.
- Brewer, M. B. (1999). The psychology of prejudice: ingroup love and outgroup hate?. *Journal of
Social Issues*, 55(3), 429-444. doi:10.1111/0022-4537.00126
- Dasgupta, N. (2004). Implicit ingroup favoritism, outgroup favoritism, and their behavioral
manifestations. *Social Justice Research*, 17(2), 143-169.
- Denson, T. F. (2012). The multiple systems model of angry rumination. *Personality and Social
Psychology Review*, 17(2), 103-123.
- DeSteno, D., Dasgupta, N., Bartlett, M., & Caidric, A. (n.d.). Prejudice from thin air. The effect of
emotion on automatic intergroup attitudes. *Psychological Science*, 15(5), 319-324.

- Exline, J. J., & Zell, A. L. (2009). Empathy, self-affirmation, and forgiveness: The moderating roles of gender and entitlement. *Journal of Social and Clinical Psychology, 28*(9), 1071-1099.
- Fatfouta, R., & Merkl, A. (2014). Associations between obsessive-compulsive symptoms, revenge, and the perception of interpersonal transgressions. *Psychiatry Research, 219*, 316-321.
- Giammarco, E. A., & Vernon, P. A. (2014). Vengeance and the dark triad: The role of empathy and perspective taking in trait forgivingness. *Personality and Individual Differences, 67*, 23-29.
- Gollwitzer, M., Meder, M., & Schmitt, M. (2011). What give victims satisfaction When they seek revenge. *European Journal of Social Psychology, 41*, 364-374.
- Hugh-Jones, D., & Leroch, M. (n.d.). Intergroup revenge: A laboratory experiment on the causes. Retrieved January 10, 2015, from <http://cess.nyu.edu/policon2013/wp-content/uploads/2013/02/Hugh-Jones-group-reciprocity-new-longer-version.pdf>
- Kosic, A., Mannetti, L., & Livi, S. (2014). Forming impressions of in-group and out-group members under self-esteem threat: The moderating role of the need for cognitive closure and prejudice. *International Journal of Intercultural Relations, (40)*, 1-10.
- Linderman, M. (1997). Ingroup bias, self-enhancement and group identification. *European Journal of Social Psychology, 27*, 337-355.
- Marques, J. M., Yzerbyt, V. Y., & Leyens, J. (1988). The "black sheep effect": Extremity of judgments towards ingroup members as a function of group identification. *European Journal of Social Psychology, 18*, 1-16. doi:10.1002/ejsp.2420180102
- McCullough, M. E., Kurzban, R., & Tabak, B. A. (2013). Cognitive systems for revenge and forgiveness. *Behavioral and brain sciences, 36*, 1-58.
- McDoom, O. S. (2012). The psychology of threat in intergroup conflict: Emotions, rationality, and opportunity in the rwandan genocide. *International Security, 37*(2), 119-155.

- Messick, D. M., & Mackie, D. M. (1989). Intergroup relations. *Annual Reviews Psychology, 40*, 45-81.
- Plant, E. A. (2004). Response to Interracial interactions over time. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(11), 1458-1471.
- Poon, K. T., & Chen, Z. (2014). When Justice Surrenders: The effect of just-world beliefs on aggression following ostracism. *Journal of Experimental Psychology, 52*, 101-112.
- Ray, R. D., Wilhelm, F. H., & Gross, J. J. (2008). All in the mind's eye? anger rumination and reappraisal. *Journal of Personality and Social Psychology, 94*(1), 133-145.
doi:10.1037/0022-3514.94.1.133
- Scheff, T. J. (2011). Social–emotional origins of violence: A theory of multiple killing. *Aggression and Violent Behavior, 16*, 453-460. doi:10.1016/j.avb.2011.03.007
- Sell, A. N. (2011). The recalibrational theory and violent anger. *Aggression and Violent Behavior, 16*, 381-389.
- Sommers, J. A., Schell, T. L., & Vodanovich, S. J. (2002). Developing a measure of individual differences in organizational revenge. *Journal of Business and Psychology, 17*(2), 207-222.

/

ภาคผนวก

แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ (ของผู้ร่วมการทดลอง)

รหัสผู้เข้าร่วมวิจัย:.....

วันเดือนปีเกิด:..... อายุ:..... เพศ:.....

ระดับการศึกษาและเกรดเฉลี่ย

.....
.....

งานอดิเรก

.....
.....
.....

กิจกรรมและการทำงานในมหาวิทยาลัย

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

กิจกรรมและการทำงานนอกมหาวิทยาลัย

.....
.....
.....
.....
.....
.....

แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ
(หน้าม้าที่เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเดียวกับผู้ร่วมการทดลอง)

รหัสผู้เข้าร่วมวิจัย:.....101.....

วันเดือนปีเกิด:.....16 เม.ย. 36..... อายุ:.....21..... เพศ:.....ชาย.....

ระดับการศึกษาและเกรดเฉลี่ย

.- ร.ร. พิบูลวิทยาลัย3.8.....

.- คณะครุศาสตร์.(พลศึกษา)...จุฬา...3.23.....

งานอดิเรก

...- เล่นกีฬา (Football).....

...- เล่นเกมส์.....

กิจกรรมและการทำงานในมหาวิทยาลัย

..- staff ไม่เรียวกเกมส์.....

..- staff คณะ (จุฬาวិชาการ)

กิจกรรมและการทำงานนอกมหาวิทยาลัย

..- ฝึกสอน รร.พิมลวิทย์.....

..- staff งานมหกรรมหนังสือ.....

แบบฟอร์มข้อมูลส่วนตัวโดยย่อ
(หน้าม้าที่เป็นนิสิตต่างมหาวิทยาลัยกับผู้ร่วมการทดลอง)

รหัสผู้เข้าร่วมวิจัย:.....102.....

วันเดือนปีเกิด:.....16 เม.ย.36..... อายุ:.....21..... เพศ:....ชาย...

ระดับการศึกษาและเกรดเฉลี่ย

.....- ร.ร.พิบูลวิทยาลัย.....

.....- คณะศิลปศาสตร์(เอกจีน) มธ.....

งานอดิเรก

...- เล่นกีฬา.....

...- เล่นเกมส์.....

.....

กิจกรรมและการทำงานในมหาวิทยาลัย

..- staff งานบอกล 69-70.....

..- staff ละครเวที.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมและการทำงานนอกมหาวิทยาลัย

..- staff งานมหกรรมหนังสือ.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อความทางลบที่จะใช้ในการทดลอง
(ก่อนตัดข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์)

1. ฝึกงานที่ไหนมาไม่เห็นเคยได้ยินชื่อ คงไม่ได้ประโยชน์เท่าบริษัทใหญ่ๆ
2. กิจกรรมที่ทำดูไร้อนาคต
3. กิจกรรมที่ทำดูไร้สาระ
4. งานที่ฝึกดูน่าเบื่อ ไม่โดดเด่น
5. ทำแต่กิจกรรมในมหาวิทยาลัย จบไปคงทำงานไม่เป็น
6. เรียนจุฬาลงกรณ์แล้ว ทำแต่กิจกรรมนอกมหาวิทยาลัย
7. ขาดประสบการณ์ในการทำงาน
8. แบ่งเวลาทำกิจกรรมน้อยเกินไป คงเป็นพวกนอนหนังสือ
9. แบ่งเวลาให้การเรียนน้อยเกินไป คงเป็นพวกบ้ากิจกรรม
10. เรียนจุฬาลงกรณ์ได้เกรดแค่นี้เองหรอ
11. คณะนี้หางานไม่ได้แน่ๆ
12. มหาวิทยาลัยนี้มีแต่คนหัวสูง
13. งานอดิเรกไร้สาระ
14. งานอดิเรกเอาไปพัฒนาต่อไม่ได้
15. มีงานอดิเรกน้อยแบบนี้อย่ามีเลย
16. ไม่มีงานอดิเรกหรือทำอะไรไม่เป็น
17. แบบนี้ไม่เรียกว่างานอดิเรกเพราะใครๆก็ทำกัน

ข้อความทางลบที่จะใช้ในการทดลอง
(หลังตัดข้อที่ไม่ผ่านเกณฑ์)

- 1.ฝึกงานที่ไหนมาไม่เห็นเคยได้ยินชื่อ คงไม่ได้ประโยชน์เท่าบริษัทใหญ่ๆ
- 2.กิจกรรมที่ทำดูไร้อนาคต
- 3.กิจกรรมที่ทำดูไร้สาระ
- 4.งานที่ฝึกดูน่าเบื่อ ไม่โดดเด่น
- 5.ทำแต่กิจกรรมในมหาวิทยาลัย จบไปคงทำงานไม่เป็น
- 6.เรียนจุฬาลงกรณ์แล้ว ทำแต่กิจกรรมนอกมหาวิทยาลัย
- 7.แบ่งเวลาทำกิจกรรมน้อยเกินไป คงเป็นพวกนอนหนังสือ
- 8.แบ่งเวลาให้การเรียนน้อยเกินไป คงเป็นพวกบ้ากิจกรรม
- 9.เรียนจุฬาฯได้เกรดแค่นี้เองหรอ
- 10.คณะนี้หางานไม่ได้แน่ๆ
- 11.มหาวิทยาลัยนี้มีแต่คนหัวสูง
- 12.งานอดิเรกไร้สาระ
- 13.มีงานอดิเรกน้อยแบบนี้ยังมีเลย
- 14.ไม่มีงานอดิเรกหรือทำอะไรไม่เป็น
- 15.แบบนี้ไม่เรียกว่างานอดิเรกเพราะใครๆก็ทำกัน

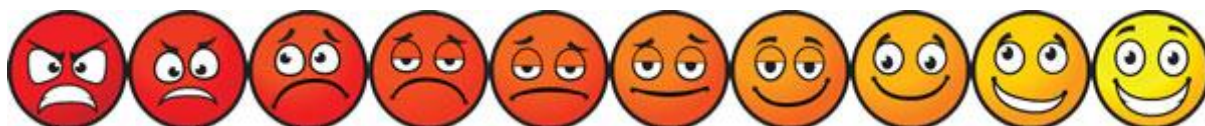
มาตรวัดความโกรธ และอารมณ์

(ก่อนเข้าเงื่อนไขการทดลองและหลังเข้าเงื่อนไขการทดลอง)

คำแนะนำ : ประโยคข้างล่างต่อไปนี้เป็นประโยคที่บรรยายเกี่ยวกับตัวท่าน ให้ท่านอ่านแต่ละประโยคและทำเครื่องหมาย / ในช่องคำตอบที่เหมาะสมที่ตรงกับตัวท่านตามลำดับมากน้อยตามที่ท่านรู้สึกอย่างไรในขณะนี้ โดยไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลามากเกินไปในแต่ละข้อ แต่ให้ตอบในช่องที่บรรยายถึงตัวท่านว่า ท่านมีความรู้สึกเป็นอย่างไรในขณะนี้ได้ดีที่สุด

ในขณะนี้...	ไม่มีเลย	มีบ้าง	มีปานกลาง	มีมาก
1.ฉันรู้สึกโกรธมาก				
2.ฉันรู้สึกขุ่นเคืองใจ				
3.ฉันรู้สึกโมโห				
4.ฉันรู้สึกอยากตะโกนใส่ใครบางคน				
5.ฉันรู้สึกอยากทุบข้าวของให้แตก				
6.ฉันรู้สึกโกรธจัด				
7.ฉันรู้สึกอยากทุบโต๊ะ				
8.ฉันรู้สึกอยากทุบตีใครสักคน				
9.ฉันรู้สึกโกรธเป็นฟืนเป็นไฟ				
10.ฉันรู้สึกอยากสบถ				

11. โปรดระบุความรู้สึกของท่าน



หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วันที่.....เดือน.....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามทำหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย.....

ชื่อโครงการวิจัย การรับรู้บุคคลอื่นจากข้อมูลที่จำกัด

ชื่อผู้วิจัย อ.ดร.ทิพย์นา หวนสุริยา นายวณิช ประทักษ์วิริยะ

นางสาวสุทศดา กล่อมจิตต์ และนางสาวสิรินทร์ทิพย์ เตยหอม

ที่อยู่ติดต่อ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารบรมราชชนนีศรีศศพรชัย ชั้น 8 อ.พระราม 1 แขวงวังใหม่
เขตปทุมวัน กทม. 10330 โทรศัพท์ 02-218-1179

E-mail: thipnapa.h@chula.ac.th

ข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่
จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยงอันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่าน
รายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัย จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้า
ยินยอมกรอกข้อมูลประวัติย่อ เพื่อเป็นข้อมูลให้ผู้ร่วมการวิจัยอีกคนหนึ่งประเมิน ในขณะที่ข้าพเจ้าจะเป็นฝ่าย
ประเมินประวัติย่อของเขา และท่านจะต้องตอบแบบสอบถามก่อนเข้าเงื่อนไขการทดลองจำนวน 1 ครั้ง และหลัง
เงื่อนไขการทดลองจำนวน 1 ครั้ง ซึ่งการวิจัยทั้งหมดจะใช้เวลาประมาณ 40 นาที ข้าพเจ้าทราบว่าเมื่อเสร็จสิ้นการ
วิจัยแล้วข้อมูลประวัติย่อที่ข้าพเจ้ากรอกในขั้นตอนแรกจะถูกทำลาย

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากกรวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอน
ตัวออกจากกรวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติต่อข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการ
วิจัย และคำตอบหรือข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลการ
วิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้าได้

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถ
ร้องเรียนได้ที่คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้น 4
อาคารสถาบัน 2 ซอยจุฬาลงกรณ์ 62 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทรศัพท์ 0-2218-8147, 0-2218-8141 โทรสาร 0-2218-8147 E-mail: cccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการ
วิจัย และสำเนานหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้วิจัยหลัก

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ลงชื่อ.....

(.....)